

Werkpakket A: **Wat is een Heterotopos?**

Een plaats waar mensen
met en zonder een beperking
samenwerken



Inhoud

1.	Inleiding	3
2.	Samenwerken	4
3.	Samenwerken bij een project van het NPG	5
4.	Hoe werk je goed samen?	6
5.	Hoe werk je gelijkwaardig samen?	7
5.1	Veiligheid en vertrouwdsheid	7
5.2	Het delen van verschillende soorten kennis	7
5.3	Goed en duidelijk communiceren	8
5.4	Vergaderen	8
6.	Colofon	10

1. Inleiding

Hoe kunnen mensen met een beperking mee doen aan het programma ‘Gewoon bijzonder’ van het Nationaal Programma Gehandicapten (afgekort NPG)? Disability Studies in Nederland en LFB gaven hier advies over aan ZonMw. In dit werkpakket lees je over het advies.

Het uitgangspunt van het advies van de LFB en Disability Studies is: ‘Niets over ons, zonder ons’.

Het NPG is niet een programma óver mensen met een beperking, maar een programma mét mensen met een beperking.

In deze tijd worden mensen in de samenleving steeds vaker gevraagd om mee te denken over wetenschap en zorg. Daar past dit advies goed bij.

Nationaal Programma Gehandicapten ‘Gewoon bijzonder’

een programma dat kennis ontwikkelt, verspreidt en toepast over de zorg en ondersteuning voor mensen met een (verstandelijke) beperking. Om de zorg en ondersteuning te verbeteren. Om de zelfstandigheid en zeggenschap van mensen met een (verstandelijke) beperking te vergroten, waardoor zij kunnen meedoen in de samenleving.

Disability Studies in Nederland

een stichting die zorgt voor meer onderzoek en onderwijs over studies rond mensen met een beperking. (‘Disability’ betekent ‘handicap’.)

LFB

landelijke (belangen)vereniging door en voor mensen met een verstandelijke beperking.

ZonMw

een organisatie die zorgt voor meer gezondheidsonderzoek en vernieuwingen in de zorg.



2. Samenwerken

‘Heterotopos’ is een moeilijk en grappig woord. Het betekent ‘andere plaats’. In dit boekje betekent ‘heterotopos’ een plaats waar mensen met en zonder beperking elkaar ontmoeten en met elkaar in gesprek zijn.

Deze ontmoetingen zijn nog niet altijd gewoon. Daarom wordt deze ontmoeting ‘heterotopos’ of ‘andere plaats’ genoemd.

Het is belangrijk om er voor te zorgen dat mensen met en zonder beperking met elkaar in gesprek zijn.

Soms is praten niet genoeg en moeten mensen met elkaar samenwerken.

Bijvoorbeeld om samen onderzoek te doen. Of om samen een tekst te schrijven.

Dit noemen we een ‘samenwerkingsplaats’.

Een samenwerkingsplaats is een plek waar mensen met en zonder beperking met elkaar samenwerken.





3. Samenwerken bij een project van het NPG

Samenwerken is belangrijk bij de onderzoeksprojecten van het NPG. In elk project werken mensen met en zonder beperking met elkaar samen in een team.

Hoe zorg je voor een goed team?

De mensen in het team zorgen samen voor kennis.

Je hebt ervaringskennis en andere vormen van kennis. Bijvoorbeeld theoretische kennis (kennis die je uit boeken haalt).

Het is belangrijk dat in een team een goede verdeling is van ervaringskennis en andere kennis. Om dit voor elkaar te krijgen, is het soms nodig om teamleden te trainen. Of om meer informatie te geven. (Meer informatie hierover vind je in werkpakket B en C.)

Ervaringskennis = alles wat je leert door dingen in het dagelijks leven te doen (praktijk). Mensen met een beperking hebben ervaringskennis over leven met een beperking.

Het gaat bij de projecten van het NPG niet alleen om samenwerken tijdens het onderzoek.

Het is ook belangrijk om samen te werken vóóradat het onderzoek begint en ná het onderzoek.

Tijdens het onderzoek zelf, werk je samen aan het 'maken' van kennis ('kennisproductie').

Het team gaat onderzoek doen.

Het team denkt ook na over de manier waarop kennis gebruikt en verspreid moet worden.

Het team kan bekijken of kennis er echt voor zorgt dat mensen met een beperking meer meedoen in de samenleving.

Laat mensen met een beperking daarbij goed aan het woord.

Kijk ook goed naar wat professionals en wetenschappers belangrijk vinden.





4. Hoe werk je goed samen?

Het is belangrijk dat professionals (ook wetenschappers) en ervaringsdeskundigen op een gelijkwaardige manier met elkaar samenwerken. Dan moet je goed met elkaar kunnen communiceren.

- Het is belangrijk dat je weet hoe je met elkaar om kunt gaan en hoe je elkaar kunt aanvullen. Begin met een gesprek. Overleg samen wie wat doet.
- Samenwerken betekent ook samen leren. Het is dan belangrijk dat je elkaar goed begrijpt, dat je weet wat je aan elkaar hebt, dat je elkaar kunt vertrouwen. Maar ook dat je respect voor elkaar hebt en dat je van elkaars kwaliteiten gebruik maakt.
- Bij samenwerken zijn de plaats en de manier waarop je samenwerkt belangrijk. Niet op elke plek kun je goed samenwerken. Zoek samen naar de goede plaats. Je kunt niet op alle manieren goed met elkaar samenwerken. Probeer op verschillende manieren te denken en doen. Gebruik verschillende werkvormen.
- Bij samenwerken is het belangrijk om het mens-zijn en niet de beperking voorop te zetten. Verander het beeld wat mensen van je hebben. Zet de beperking van iemand in als kwaliteit. Praat over mogelijkheden. En praat over de meerwaarde van ervaringskennis van iemand met een beperking.
- Samenwerken is belangrijk voor zowel mensen met als zonder beperking. Professionals kunnen veel hebben aan praktijkervaring en kennis van ervaringsdeskundigen. Ervaringsdeskundigen krijgen waardering voor hun werk van andere mensen in de samenleving. Dit werkt positief op hun gevoel en gedrag. Als theorie, gevoel en praktijk alle drie goed aan bod komen, geeft dat duidelijkheid en meer informatie over een vraagstuk.





5. Hoe werk je gelijkwaardig samen?

Goed samenwerken betekent ook gelijkwaardig samenwerken. Je maakt dan gebruik van elkaars kwaliteiten en talenten. Je kunt elkaar dan ook vertellen wat valkuilen of minpunten zijn. Hoe zorg je er voor dat je gelijkwaardig samenwerkt?

5.1 Veiligheid en vertrouwen

Veiligheid en vertrouwen zijn de basis voor een goede samenwerking.

Als je je veilig voelt bij elkaar dan kun je makkelijker dingen delen, om hulp vragen, feedback geven en je emoties laten zien.

Als je je veilig voelt, kun je ook makkelijker je grenzen aangeven.

Het is belangrijk dat je de ruimte krijgt om iets uit te proberen. Hierdoor krijg je meer zelfvertrouwen en durf je steeds meer nieuwe dingen te doen.

Als je je niet veilig voelt, is er ook geen goede communicatie of samenwerking.

Dit zorgt voor spanningen. Het kan er voor zorgen dat je niet goed presteert.



5.2 Het delen van verschillende soorten kennis

Als je met elkaar samenwerkt, heb je te maken met verschillende soorten kennis. Zo heb je theoretische kennis (van mensen die gestudeerd hebben) en praktische kennis (van mensen die veel ervaring in de praktijk hebben opgedaan).

Je hebt ook emotionele kennis (kennis over je gevoel). Bepaalde situaties doen namelijk iets met je gevoel. Dit kan zowel positief als negatief zijn.

Twee voorbeelden hiervan:

“Als ik de ruimte krijg om dingen uit te proberen, krijg ik nieuwe ervaringen.

Hierdoor kan ik mezelf ontwikkelen. Dit stimuleert mij en geeft mij meer zelfvertrouwen. Je bouwt meer lef op om zelfstandig mee te kunnen doen.”

“Je kunt het gevoel hebben dat mensen niets met jou willen en dat ze je negeren.

Je hoort er dan niet bij en je wordt niet serieus genomen. Hierdoor ontwikkel je een negatief gevoel. Je wordt onzeker, je krijgt een negatief zelfbeeld. Je durft je niet zo snel meer aan te melden voor een nieuwe samenwerking.”

5.3 Goed en duidelijk communiceren

Bij samenwerken hoort ook dat je goed en duidelijk met elkaar kunt communiceren. Dat je van een ander weet waar hij of zij mee bezig is. Dat je hulp aanbiedt maar ook zelf om hulp durft te vragen.



Het is belangrijk dat je een opdracht goed kunt uitleggen, zodat een ander weet wat je bedoelt.

Het is ook belangrijk om taken goed te verdelen. Dit doe je door goed te overleggen met elkaar. Je hebt elkaar nodig om verder te kunnen. Je hebt elkaar ook nodig om je werk goed te kunnen doen. Je moet elkaar proberen te begrijpen.

Wil je goed samenwerken? Dan is het belangrijk dat iedereen alle informatie (mails en documenten) kan lezen en begrijpen.

Tips voor toegankelijk schrijven, vind je op de website:

<http://www.totaalontbegrijpelijk.nl>.

5.4 Vergaderen

In een project wordt vaak overlegd.

Waar moet je rekening mee houden bij het vergaderen als ook mensen die moeilijk kunnen lezen en begrijpen meedoen?

- Iedereen moet kunnen begrijpen waar de vergadering over gaat. De vergaderstukken moeten dus toegankelijk geschreven zijn. Gebruik het liefst een groot lettertype en schrijf in korte zinnen. Gebruik plaatjes. Maak een aparte woordenlijst met de uitleg van moeilijke woorden.
- Zorg ervoor dat iedereen genoeg tijd heeft om zich voor te bereiden op de vergadering. Dit kan met of zonder een persoonlijke coach. Stuur de vergaderstukken ruim voor de vergadering toe. Houd tijd en ruimte vrij tijdens de vergadering zodat iedereen vragen kan stellen als je iets niet begrijpt. De coach komt graag mee naar de vergadering.
- Vergaderen hoeft niet te betekenen dat je alleen maar met elkaar praat. Gebruik ook andere werkvormen om met elkaar te overleggen. Gebruik bijvoorbeeld fotomateriaal of een kwaliteitspel.
- Zorg dat iedereen actief mee doet aan de vergadering. Vraag duidelijk naar de mening van mensen met ervaringskennis. Wat vind jij hiervan? Wat moet er veranderen? Wat zijn jouw ervaringen? Kun je hier een voorbeeld van noemen?
- Praat normaal. Praat niet te kinderachtig maar wel zo dat jouw taal begrepen wordt. Hierdoor kan iedereen de vergadering volgen en mee doen.
- Praat met de persoon met een verstandelijke beperking aan tafel. Praat niet over zijn of haar hoofd heen over 'alle mensen met een verstandelijke beperking'.
- Ga niet meteen invullen voor een ander. Zoek eerst uit wat de ander denkt.
- De voorzitter zorgt er voor dat iedereen zich op zijn gemak voelt. Zorg er ook voor dat iedereen de aandacht er bij blijft houden. Vraag regelmatig aan iedereen aan tafel of het nog te volgen is. Of dat iemand bijvoorbeeld wegdroomt.
- Als iemand uit zichzelf iets gaat vertellen, geef hem dan ook de tijd en de ruimte om dat te doen. Heeft hij het erg veel over andere dingen dan het onderwerp? Zorg er dan met respect voor dat hij het weer over het onderwerp gaat hebben. Neem de persoon wel serieus. Hij moet zich wel gehoord voelen. Soms is iets niet gelijk duidelijk. Dan heeft iemand de ruimte nodig voor een verhaal. Doe je best om te begrijpen wat de ander bedoelt.
- Houd de volgorde van de agenda aan. Dan krijg je een overzichtelijke vergadering.
- Vraag aan het einde van de vergadering aan elk teamlid wat hij van de vergadering vond. Misschien wil hij nog iets zeggen over iets wat nog niet gezegd is.



6. Colofon

Werkpakket A:

Advies visie en organisatie Nationaal Programma Gehandicapten, juni 2015

Projectleider: Alice Schippers

Projectmedewerkers: Paul van Trigt, Henriëtte Sandvoort, Judith Jansen en Hettie Dersjant

In samenwerking met Werkpakket B (Kweekvijver ervaringsdeskundigen) en Werkpakket C (Inclusieve en participatieve methoden)

Stichting Disability Studies in Nederland

Stadsring 2 / Meet & Discover

3811 HR Amersfoort

Telefoon 06-19933345

Website www.disabilitystudies.nl

E-mail info@disabilitystudies.nl

Vereniging LFB

Zonnebaan 39

3542 EB Utrecht

Telefoon 030 2363761

Website www.lfb.nu

E-mail: info@lfb.nu

Dit werkpakket hoort bij een groter onderzoek naar hoe je mensen met een beperking kunt betrekken bij projecten van het Nationaal Programma Gehandicapten 'Gewoon Bijzonder'.

- In werkpakket A is gekeken naar hoe mensen met en zonder beperking met elkaar kunnen samen werken.
- Werkpakket B gaat over het trainen van mensen om samen onderzoek te doen.
- Werkpakket C gaat over hoe mensen met een verstandelijke beperking het beste mee kunnen doen aan onderzoek.