

# **Met ervaringskennis betere integratie**

**Eerste rapportage vanuit de  
wijkwerkplaats**

Auteurs:

Diana Bachour, MSc.

Patricia Silva Barendregt, MSc.

Adriane Ribas Vieira, MSc.

Anika Jansen, MSc.

Saskia Keuzenkamp, Prof. Dr.

**Amsterdam, 15 februari 2024**



---

**CONTACTGEGEVENS**

[info@kenniscentrumongelijkheid.nl](mailto:info@kenniscentrumongelijkheid.nl)

Projectleider, Instelling  
[s.keuzenkamp@vu.nl](mailto:s.keuzenkamp@vu.nl), FSW/Sociologie

Projectleider, Instelling  
[patricia.silva@roadofhope.org](mailto:patricia.silva@roadofhope.org), Road of Hope

**PARTNERORGANISATIES IN HET  
CONSORTIUM**

**Vrije Universiteit Amsterdam, afd. Sociologie**  
Prof. dr. S. Keuzenkamp

**Road of Hope**  
MSc. P. Silva Barendregt

# Inhoudsopgave

<b>1. INLEIDING EMPOWERMENT VAN VLUCHTELINGENVROUWEN</b>	<b>3</b>
ROAD OF HOPE	3
ONGELIJKHEID	3
BREATH OF HOPE	4
WIJKWERKPLAATS MET ERVARINGSKENNIS BETERE INTEGRATIE	4
LEESWIJZER	5
<b>2. DE METHODE BREATH OF HOPE</b>	<b>6</b>
2.1 DOELGROEP	6
2.2 DOEL	7
2.3 AANPAK	8
2.4 INZET VAN ERVARINGSKENNIS EN ERVARINGSDESKUNDIGHEID	13
2.5 VERANDERTHEORIEËN	18
<b>3. THEORETISCHE EN EMPIRISCHE ONDERBOUWING VOOR DE INZET VAN ERVARINGSDESKUNDIGEN: INZICHTEN UIT DE LITERATUUR</b>	<b>20</b>
3.1 ERVARINGSDESKUNDIGEN	20
3.2 RELEVANTE THEORIEËN	21
3.3 INTERMEZZO: VERGELIJKING MET DE VERANDERTHEORIEËN	22
3.4 EFFECTEN VAN DE INZET VAN ERVARINGSDESKUNDIGEN	23
<b>4 OPBRENGST VAN DEELNAME</b>	<b>26</b>
4.1 BEKNOPTTE METHODISCHE VERANTWOORDING	26
4.2 DE ROL VAN DE INTERCULTURELE FACILITATOR	27
4.3 VERWACHTINGEN EN RESULTATEN	30
4.4 EMPOWERMENT	32
4.5 MOEDERSCHAP	36
4.6 WAT KUNNEN WIJ CONCLUDEREN?	37
BIJLAGE: METHODISCHE VERANTWOORDING VAN DE INTERVIEWS	40
<b>5 DE KRACHT VAN ERVARINGSKENNIS -SAMENVATTING EN CONCLUSIES</b>	<b>43</b>
5.1 BREATH OF HOPE	43
5.2 WIJKWERKPLAATS MET ERVARINGSKENNIS BETERE INTEGRATIE	43
5.3 ERVARINGSKENNIS	44
5.4 VERANDERTHEORIEËN EN THEORIEËN UIT DE LITERATUUR	45
5.5 DE ROL VAN DE INTERCULTURAL FACILITATORS	46
5.6 IDENTIFICATIE EN SAMENSTELLING VAN DE GROEPEN	46
5.7 BETEKENIS VAN DE DEELNAME VOOR DE VROUWEN	47
5.8 HET VERMINDEREN VAN ONGELIJKHEID: EMPOWERMENT	48
5.9 AANDACHTSPUNTEN VOOR DE TOEKOMST	49
5.10 TEN SLOTTE	49
<b>LITERATUUR</b>	<b>50</b>

# 1. Inleiding Empowerment van vluchtelingenvrouwen

## Road of Hope

In het hart van Amsterdam Nieuw-West richtte Patricia Silva Barendregt Road of Hope op. Road of Hope is een non-profitorganisatie die vluchtelingen wil begeleiden tijdens hun integratie in Nederland. Belangrijk uitgangspunt daarbij is dat succesvolle integratie alleen bereikt kan worden wanneer een gevoel van verbondenheid met de nieuwe cultuur tot stand is gekomen. Een belangrijke pijler van het werk is het verwelkomen en het opbouwen van een vertrouwensrelatie met de deelnemers, zodat zij beter kunnen integreren in de samenleving, hun plek kunnen vinden en gelijke kansen hebben om hun potentieel te bereiken.

De organisatie heeft vier projecten die verschillende gebieden bestrijken. Een daarvan is Breath of Hope, dat in 2019 is gestart. Breath of Hope richt zich op het emotionele welzijn van vluchtelingenvrouwen.



## Ongelijkheid

In de jaren dat zij bestaat merkt de organisatie hoe ongelijkheid het leven van de vluchtelingen in Amsterdam beïnvloedt. Ongelijkheid kan worden gedefinieerd als “een door het systeem, omgeving of instituties gevormd verschil in mogelijkheden om volwaardig – dat wil zeggen: volgens de capaciteiten die men heeft – te participeren in de samenleving, en tot het gebruiken van voorzieningen die een volwaardige participatie kunnen bevorderen”.<sup>1</sup> Tijdens de bijeenkomst van het Kenniscentrum Ongelijkheid op 9 mei 2023 gingen Jan Willem Duyvendak en Joska Kruijssen uitgebreid in op verschillende dimensies en de cumulatie van ongelijkheid. Het is van belang onderscheid te maken tussen (cumulatie van) oorzaken en gevolgen. Ook aandacht voor onderscheid in de tijd is van belang. Zo kan ongelijkheid in uitgangspositie direct en tegelijkertijd op verschillende vlakken doorwerken, maar ook kan er sprake zijn van cumulatie van ongelijkheid in de tijd.

In de literatuur en in beleid gaat veel aandacht op het gebied van ongelijkheid primair uit naar sociaaleconomische ongelijkheid, zoals verschillen in inkomen, werk en opleiding. Ook het beleid gericht op integratie van vluchtelingen is vooral hierop gericht. Vrouwen met een

---

<sup>1</sup> [Wat we doen – Kenniscentrum Ongelijkheid](#)

vluchtelingenachtergrond hebben bovendien te kampen met genderongelijkheid. Het European Institute for Gender Equality definieert genderongelijkheid als de "juridische, sociale en culturele situatie waarin geslacht en/of gender verschillende rechten en waardigheid voor vrouwen en mannen bepalen, die tot uiting komen in hun ongelijke toegang tot of genot van rechten, evenals de aanname van gestereotypeerde sociale en culturele rollen".

Vrouwen met een vluchtelingenachtergrond hebben te maken met cumulatie van ongelijkheid. Tijdens en na hun zoektocht als vluchteling moeten deze vrouwen omgaan met verstoring van hun vorige leven/levensloop. Bij aankomst in een nieuw land worden deze vrouwen geconfronteerd met verschillen in uitgangspunten die verband houdt met het vluchteling zijn. Dat verschil in startpositie leidt vaak tot de opeenstapeling van ongelijkheid op allerlei andere gebieden van het leven, zoals participatie en kwaliteit van leven. Bovendien hebben deze vrouwen te kampen met verschillen in (formele en informele) regels en opvattingen over hun rol en positie als vrouw, die golden in hun land van herkomst, maar ook in Nederland. In Nederland moeten de vrouwen een nieuw evenwicht vinden en weer macht en controle krijgen over hun eigen leven.

Vluchtelingenvrouwen krijgen veelal te maken met genderblinde beleidsmaatregelen en projecten, die de verschillende rollen, verantwoordelijkheden, vaardigheden, behoeften en prioriteiten van vrouwen en mannen negeren. Dat maakt dat de vrouwen soms niet deelnemen vanwege kinderen of andere aspecten vanuit hun culturele achtergrond. Ook Road of Hope werd hiermee geconfronteerd. In in eerdere projecten werden vluchtelingen als totale groep ondersteund, waar in de praktijk vooral mannen op af kwamen.

## Breath of Hope

Tegen deze achtergrond van het begrip van de noodzaak om etnische ongelijkheid en, bovenal, genderongelijkheid te bestrijden, startte Road of Hope het project Breath of Hope. Dit project heeft tot doel barrières voor sociale integratie met betrekking tot het emotionele welzijn van vrouwen met een vluchtelingenachtergrond te verminderen. Het project wil dit doel bereiken door een veilige ruimte te creëren om ervaringen te delen en zelfexpressie en zelfherkenning te vergemakkelijken; de ontwikkeling en het herstel te bevorderen van emotionele competenties met betrekking tot zelfkennis, assertiviteit, onafhankelijkheid en veerkracht van nieuwkomers; en door het aanmoedigen van het opbouwen van nieuwe verbindingen en vertrouwensrelaties, het stimuleren van gemeenschapsvorming en het bevorderen van een gevoel van verbondenheid (belonging). Veilige ruimte, delen, herstel, emotionele competenties, vertrouwen en gemeenschap zijn sleutelwoorden en aspecten van de projectaanpak. Via deze benadering streeft het project naar empowerment van elke deelnemende vrouw, door het delen van ervaringen met vrouwen die hetzelfde doormaken.

Het delen van ervaringen in een veilige omgeving en het gebruik van ervaringskennis is een cruciaal onderdeel van de Breath of Hope-methode. Het luisteren naar de ervaring van iemand anders is een krachtig instrument voor empowerment. De zogenoemde 'intercultural facilitators' spelen hierbij een centrale rol. Dit zijn vrouwen met een vluchtelingenachtergrond die eerder zelf ook aan Breath of Hope hebben deelgenomen.

## Wijkwerkplaats met ervaringskennis betere integratie

Het Kenniscentrum Ongelijkheid Amsterdam (KCO) wil kennis- en praktijkontwikkeling bevorderen om zo bij te dragen aan het verminderen van ongelijkheid in Amsterdam. Dat doet het Kenniscentrum onder meer door het financieren van wijkwerkplaatsen. De Road of Hope Foundation en de Vrije Universiteit Amsterdam werden met elkaar in contact gebracht om hun

krachten te bundelen en een co-creatief project te starten. De vraag die centraal stond bij de start was hoe ervaringskennis breder kan worden benut en impact kan hebben om de integratie van vluchtelingen te bevorderen.

In 2023 is de eerste stap van de wijkwerkplaats gezet, door het beschrijven van de manier waarop ervaringskennis wordt ingezet in Breath of Hope en inzicht te verkrijgen in het effect en de werkzame mechanismen voor het bevorderen van de integratie van vrouwen met een vluchtelingenachtergrond.

## Leeswijzer

In het eerste hoofdstuk beschrijven we de methode van Breath of Hope. Wat is precies het doel en wie vormen de doelgroep? Hoe is de opzet van het project en hoe wordt het uitgevoerd? Vervolgens gaan we nader in op de inzet van ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid. Het hoofdstuk besluit met drie beknopte 'verandertheorieën'. Dit hoofdstuk is gebaseerd op documenten over het project, interviews met de directeur en projectcoördinator en interviews met de zogeheten 'intercultural facilitators' (ervaringsdeskundigen).

Hoofdstuk twee gaat over de theoretische en empirische onderbouwing voor de inzet van ervaringsdeskundigen. We gaan in op wat ervaringsdeskundigheid behelst, welke theorieën ten grondslag liggen aan het denken over de inzet van ervaringsdeskundigen en wat uit onderzoek bekend is over het effect van de inzet van ervaringsdeskundigen.

In hoofdstuk drie richten we ons op wat vrouwen die hebben deelgenomen aan Breath of Hope daaraan hebben gehad. Aansluitend op de methodebeschrijving en de literatuurstudie, interviewden we negen vrouwen.

Het rapport besluit met een samenvatting en reflectie.



## 2. De methode Breath of Hope

In het hart van Amsterdam Nieuw-West richtte Patricia Silva Barendregt Road of Hope op. Zij is geboren in Brazilië en studeerde Arabisch in Egypte, waarna zij veertien maanden werkte in een vluchtelingenkamp in Sudan. Daarna werkte ze in Jordanië. Door haar werk kwam zij in aanraking met de consequenties van conflict en gedwongen migratie. Deze ervaringen hebben haar ertoe gebracht zich blijvend in te willen zetten voor verbetering van de situatie van vluchtelingen, ook in Nederland waar zij sinds 2014 woont.

Road of Hope is een non-profitorganisatie die vluchtelingen wil begeleiden tijdens hun integratie in Nederland. Belangrijk uitgangspunt daarbij is dat succesvolle integratie alleen bereikt kan worden “when a feeling of belonging to the new culture is created” ([About us – Road of Hope](#)). Een belangrijke pijler van het werk zijn de huisbezoeken, gericht op verwelcoming en het leggen van verbindingen. Er worden lessen gegeven om de Nederlandse taal te leren. En er zijn projecten, zoals Breath of Hope, dat in 2019 is gestart.

### 2.1 Doelgroep

Breath of Hope is gericht op volwassen vrouwelijke statushouders die recentelijk naar Amsterdam Nieuw West zijn gekomen. De vrouwen wonen in verschillende wijken binnen Amsterdam Nieuw West, zoals Geuzenveld, Slotermeer, Slotervaart-Zuid/Nieuw Sloten en Osdorp. Daarnaast staat dit project open voor vrouwen die tijdelijk in een AZC verblijven en nog wachten op een permanente woning. De vrouwen zijn voornamelijk afkomstig uit landen als Syrië, Eritrea, Iran, Afghanistan en Somalië, maar daarnaast soms ook uit China, Sudan, Nigeria, Colombia, Venezuela, Ecuador en Mexico.

Breath of Hope staat open voor deelname van vrouwen van diverse leeftijden, zowel vrouwen met gezinnen als alleenstaande vrouwen. Er zijn geen vereisten voor de Nederlandse taal. De focus van Breath of Hope ligt “op het ‘empoweren van vrouwen door het aanreiken van kansen voor reflectie op hun levenszin, voor interactie en samenleven met de lokale gemeenschap en voor heridentificatie van hun gevoelens en ervaringen” (Projectplan Road of Hope, 2022).

De ervaringen van de vrouwelijke vluchtelingen in het land van herkomst, tijdens het zoeken naar een toevluchtsoord en de uitdagingen in Nederland leiden tot gevoelens van verlies, verdriet en gebrek aan saamhorigheid. De vrouwen die bij Road of Hope aankloppen hebben veelal te maken met angst, eenzaamheid, hopeloosheid en een gebrek aan perspectief op het leven. Deze emotionele kwetsbaarheid leidt tot belemmeringen voor (sociale) integratie. Het herstellen van emotionele competenties (zelfbewustzijn, assertiviteit, onafhankelijkheid, veerkracht) bevordert het integratieproces (Projectplan Road of Hope, 2022).

#### Selectie van de deelnemers

Om de doelgroep te bereiken werkt Breath of Hope samen met verschillende samenwerkingspartners in het gebied, zoals SEZO (sociaal werk organisatie), het COA (Centraal Orgaan opvang asielzoekers) en de Galaxy (een boot waar asielzoekers verblijven). Met hen worden locaties vastgesteld waar activiteiten worden georganiseerd om contact te leggen met de vrouwen, een vertrouwensrelatie te scheppen en vrouwen uit te nodigen voor deelname aan het project. Dat kan gaan om een feestelijke bijeenkomst om het project te presenteren, maar ook om huisbezoeken en het leggen van telefonische contacten.

Het project is gericht op vluchtelingen, asielzoekers en ontheemde vrouwen in Amsterdam Nieuw-West, ongeacht hun religie, leeftijd, verblijfsstatus of etniciteit. Vrouwelijke gezinsmigranten en

ongedocumenteerden behoren niet tot de doelgroep. Dit project staat open voor elke vrouw “die naar buiten wil gaan, die graag andere vrouwen wil ontmoeten”. De motivatie van de vrouwen zelf is het uitgangspunt voor hun deelname, ze komen vrijwillig naar de bijeenkomsten van Breath of Hope en niet bijvoorbeeld op aandrang van de gemeente in het kader van inburgering.

### **Betrokkenheid van de doelgroep bij de opzet van het project**

Tijdens de huisbezoeken en spreekuren van Road of Hope krijgt het projectteam een beeld van de kwesties die bij de vrouwen spelen. De concrete invulling van de activiteiten in Breath of Hope wordt daarop afgestemd. Binnen het programma worden de deelnemers actief betrokken bij het ontwikkelen en vormgeven van de diverse activiteiten en de keuze van de thema's die aan bod komen.

*“Our participants play an active role in the development of the activities and themes covered. Our aim is to involve them as much as possible in the leadership for the benefit of their sense of autonomy, self-worth and independence” ([Breath of Hope – Our Projects – Road of Hope](#))*

## **2.2 Doel**

Centraal uitgangspunt van het project is dat emotionele steun een essentieel is voor succesvolle integratie.

### **Doelstelling**

In het projectplan staat als algemene doelstelling: *Het verminderen van de barrières die sociale integratie in de weg staan, met de nadruk op het emotionele welzijn van de vrouwelijke nieuwkomers.*

Aanvullend zijn de volgende specifieke doelstellingen geformuleerd:

- Het ontwikkelen van een veilige omgeving om ervaringen te delen en het faciliteren van zelfexpressie en erkenning van zichzelf en de ander;
- Het stimuleren van de ontwikkeling en herstel van emotionele competenties gerelateerd aan de zelfkennis, assertiviteit, onafhankelijkheid en veerkracht van de nieuwkomers;
- Het stimuleren van het aangaan van nieuwe connecties en relaties van vertrouwen tussen alle mensen en instellingen betrokken bij het project;
- Het stimuleren van gemeenschapsvorming en het gevoel erbij te horen;
- Versterken van de emotionele vaardigheden die verband houden met de integratie van vrouwelijke vluchtelingen op de arbeidsmarkt.

In de interviews met de directeur van Road of Hope en de coördinator van Breath of Hope werden die doelen nog wat aangevuld:

- Het bevorderen van zelfreflectie zodat vrouwen kunnen terugkijken op hun eigen ervaringen en daarvan kunnen leren.
- Het bevorderen van een gevoel van ‘beloning’, erbij horen en verbondenheid, zodat de vrouwen zich minder alleen voelen.



## 2.3 Aanpak

Breath of Hope is een collectieve interventie waarin in groepen activiteiten worden ondernomen.

*“We willen een gemeenschap bouwen (..) We werken met groepen omdat de vrouwen dan anderen kunnen ontmoeten en het echt belangrijk is een plek te hebben waar ze zich thuis voelen.” (AV)*

Het belang van het bieden van een veilige plek waar vrouwen elkaar kunnen ontmoeten komt vaak ter sprake in de interviews. Plaatsen waar vrouwen nieuwe contacten kunnen leggen, ervaringen kunnen uitwisselen en het gevoel krijgen bij een groep te horen, “als een familie” (AV).

*“We willen geen therapie geven, dat is niet wat we doen. Maar als we vrouwen samenbrengen en met elkaar laten praten, helpen ze elkaar omdat zij elkaars ervaringen beter kennen dan wij. Op die manier helpen en empoweren ze elkaar.” (PS)*

De kracht van groepsbijeenkomsten ligt in het vermogen van de groep om een veilige en ondersteunende omgeving te bieden voor het delen van persoonlijke ervaringen.

Het project kent drie fasen: contact en voorbereiding, het uitvoeren van activiteiten en nazorg. Een belangrijke lijn in het project is het inzetten van ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid.

In deze paragraaf beschrijven we de algemene aanpak van het project. Dat is vooral gebaseerd op basis van het projectplan en informatie uit gesprekken met de directeur van Road of Hope, de projectcoördinator en een aantal intercultural facilitators. In de volgende paragraaf gaan we nader in op de inzet van ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid in het project.

### ***Fase 1 Voorbereiding***

Het Breath of Hope-project wordt tegelijkertijd op verschillende plekken in Amsterdam Nieuw-West uitgevoerd om een breder publiek te bereiken en de participatie op een breder niveau in Amsterdam te versterken. Om dit te bereiken heeft Road of Hope samenwerkingsverbanden opgezet met diverse organisaties. In de eerste fase van het project worden contacten gelegd met de samenwerkingspartners. Daarin wordt het project besproken en nagegaan welke behoeften er worden gesignaleerd door de partners. Ook de locaties waar de activiteiten zullen plaatsvinden worden bepaald. En er worden afspraken gemaakt over samenwerking met de partners in de derde fase.

De volgende stap is het opnemen van contact met de doelgroep, het scheppen van een vertrouwensrelatie en het uitnodigen van de vrouwen voor deelname aan het project. De vrouwen worden via verschillende routes geworven

- **Presentaties**

Het projectteam van Breath of Hope wordt regelmatig uitgenodigd om een presentatie te geven over het project, bijvoorbeeld bij het asielzoekerscentrum (AZC). Een belangrijk aandachtspunt in deze fase is de gesproken taal van de groep. Breath of Hope zorgt ervoor dat er iemand mee gaat die de taal van de doelgroep spreekt, zodat de vrouwen de presentatie gemakkelijk kunnen begrijpen en vragen kunnen stellen over het project. Tijdens de voorlichting worden contactgegevens uitgewisseld en daarna worden de vrouwen uitgenodigd voor de eerste bijeenkomst van Breath of Hope. Er is geen formeel intakeproces bij het aanmelden, elke vrouw is welkom. Dit om de drempel zo laag mogelijk te houden.

- Eigen netwerk en persoonlijke communicatie  
Stichting Road of Hope beschikt over een uitgebreid netwerk in Amsterdam Nieuw-West. Patricia Silva, directeur van de stichting, gebruikt haar netwerk om vrouwen te bereiken en uit te nodigen om deel te nemen aan het project. Bovendien spelen de vrijwilligers van de stichting een essentiële rol in het verbinden van vrouwen aan dit project. De vrijwilligers die zelf uit verschillende landen komen, zoals Syrië, Eritrea, Afghanistan en anderen, hebben vaak makkelijker toegang tot groepen vrouwen die moeilijker te bereiken zijn via asielzoekerscentra, Vluchtelingenwerk of andere instanties. Zij kennen het belang van het project voor vrouwen uit hun eigen netwerk. Via dit netwerk vertellen de deelnemende vrouwen anderen over het project, wat leidt tot een 'sneeuwbaaleffect' waarbij het project steeds breder bekend wordt binnen de doelgroep.
- Spreekuren  
De persoonlijke benadering is een kernaspect van Road of Hope en het project. Deelnemers hebben op verschillende locaties de mogelijkheid om spreekuren van de stichting Road of Hope bij te wonen, waar ze in een veilige en vertrouwelijke omgeving kennis kunnen maken met de stichting en persoonlijke ervaringen en emoties kunnen delen. Tijdens dit spreekuur krijgt Road of Hope inzicht in de uitdagingen waarmee vrouwen worden geconfronteerd.  
De vraagstukken en de signalen die uit het spreekuur naar voren komen vormen input voor de inhoudelijke invulling van de activiteiten van het project. Indien nodig wordt doorverwezen naar een van de samenwerkingspartners (bijvoorbeeld een psycholoog).
- Huisbezoeken  
Daarnaast streeft het team ernaar om huisbezoeken af te leggen bij potentiële deelnemers die de voorkeur geven aan zinvolle gesprekken en emotionele steun in hun eigen huis, met passende veiligheidsmaatregelen.

Ongeacht de routes die het projectteam volgt om de vrouwen te bereiken, ligt de focus in deze eerste fase op het opbouwen van een betrouwbare relatie en een veilige ruimte voor de deelnemers. De vrouwen worden uitgenodigd om deel te nemen aan Road of Hope-activiteiten in groepsverband inclusief bijeenkomsten waar ze aandacht besteden aan de Nederlandse taal.

Bij de kennismaking en werving van de deelnemers wordt niet gezegd dat het project gericht is op emotionele steun.

*“Kom! We gaan wat bijeenkomsten organiseren. We gaan praten over het leven, over de cultuur. Het gaat erom met elkaar te groeien. En ondertussen kan je ook de Nederlandse taal leren. (...) Dus dat is hoe wij het project ‘verkopen’, niet door te zeggen dat het is gericht op emotionele steun. Tenzij ik de vrouw al ken en al een relatie met haar heb.” (PS)*

Road of Hope gaat ervan uit dat het project de vrouwen zal helpen een groter netwerk op te bouwen en andere vrouwen te leren kennen. Het biedt hen ook een kans om in contact te komen met andere Nederlanders in de samenleving. Breath of Hope is een plek waar zij op een laagdrempelige en informele manier hun (vaak eerste) stappen in de Nederlandse samenleving kunnen zetten, samen met andere vrouwen die een soortgelijke vluchtroute hebben doorlopen.

## **Fase 2 Uitvoeren van diverse activiteiten**

In het project worden verschillende activiteiten georganiseerd. De kern van de cyclus van een project bestaat uit 10-wekelijkse zogenoemde reflectiebijeenkomsten die steeds eindigen met les in de Nederlandse taal. Daarnaast zijn er doorlopend thematische workshops en fitnessactiviteiten.



### Reflectiebijeenkomsten

Gedurende 10 weken zullen de vrouwen wekelijks deelnemen aan een groepsbijeenkomst op locatie 'Ru Pare', in het AZC of soms op een locatie van een van de samenwerkingspartners. In een groep van gemiddeld acht vrouwen komen vrouwen bijeen in een veilige ruimte, waar zij hun ervaringen en emoties kunnen delen. Meestal blijft iedereen meedoen, maar soms vallen er tussentijds vrouwen af (vooral als zij vanuit het AZC vertrekken naar een woning elders in het land).

De bijeenkomsten worden gefaciliteerd door een groepsbegeleider, interculturele facilitator en taaldocent (zie verderop). De thema's worden bepaald aan de hand van wat in de voorbereidende fase naar voren is gekomen en besproken met de groep. Het gaat om thema's als: goede herinneringen, het leven in Nederland (cultuur en praktische informatie), dromen, opkomen voor jezelf, opvoeden van kinderen in twee culturen, toekomstdromen en dergelijke. Aan het eind van de bijeenkomst is er Nederlandse les.



Er wordt gewerkt met taalgroepen, wat betekent dat de groep bestaat uit vrouwen die dezelfde taal spreken (maar niet noodzakelijkerwijs uit dezelfde landen komen). Er zijn bijvoorbeeld vrouwen in de Arabischspreekende groep, die afkomstig zijn uit Irak, Syrië, Egypte, Jemen en Palestina. Er is een groep met vrouwen uit Afghanistan en Iran en een Eritrese groep. Bij de samenstelling van de groep wordt geen rekening gehouden met leeftijd of sociale status.

Er wordt gesproken over verschillende thema's. Goede herinneringen ophalen helpt positieve gedachten over zichzelf vast te houden. Maar ook tal van praktische onderwerpen komen voorbij. Uiteindelijk gaat het daarbij echter ook om emotionele steun. Zo licht de coördinator toe:

*“We praten ook over Nederland. Als de vrouwen hier nog niet lang zijn, bijvoorbeeld een jaar, praten we over de cultuur en gebruiken, bijvoorbeeld hoe een afspraak te maken of over het zorgstelsel. (...) Door daarover te praten, helpen we hen ook. Om zich minder angstig te voelen, begrijp je? Dus alles is in zekere zin gerelateerd aan emotionele steun.” (AV)*

Niet alle vrouwen praten even makkelijk. In sommige groepen is het nodig om veel vragen te stellen, soms wordt er geoefend. Zo vertelt de directeur:

*“Maar bijvoorbeeld, deze vrouw. De eerste keer spraken we over opkomen voor jezelf. De groepsleider presenteerde wat situaties, maakte subgroepen en toen moesten we het uitspelen. Als we in deze situatie zijn: wat doen we dan? En daarna wisselden we dat uit. Iedereen had een andere situatie en het was grappig, vrouwen reageerden: dus jij zou dat doen!! Dus iedereen ging met elkaar in gesprek en het was goed te zien dat de meesten geen moeite hadden die problemen op een of andere manier op te lossen. Maar de manier waarop verschilde vaak” (PS)*

### Workshops

Gedurende het jaar worden thematische workshops georganiseerd, waarbij deelnemers kennis kunnen opdoen van specifieke onderwerpen, bijvoorbeeld over algemene gezondheid, een kookworkshop of een workshop empowerment. Die workshops vinden elke twee maanden plaats in kleine groepen van acht tot tien personen. Voor elk onderwerp wordt een ervaringsdeskundige of een gastspreker uitgenodigd. De deelnemers aan de reflectiebijeenkomsten worden aangemoedigd actief deel te nemen aan de workshops en ook daar hun eigen kennis en ervaringen te delen.

### Fitness sessies

Eens per week zijn er fitnessactiviteiten voor de deelnemers, geleid door een statushouder met ervaring als sportlerares in haar land van herkomst. Deze activiteit heeft tot doel de deelnemers te helpen gezonder te zijn, ziektes en een zittende leefstijl te voorkomen en zich te richten op hun welzijn. Daarmee beoogt het project ook de stress bij vrouwen te verminderen, te bevorderen dat ze relaties opbouwen en actief zijn.



### **Fase 3 Nazorg**

Na het afronden van de tweede fase blijft Breath of Hope begeleiding en ondersteuning bieden om hun integratietraject te versterken. De aandacht blijft gericht op welzijn, maar met meer aandacht voor integratie op de arbeidsmarkt, computervaardigheden, verbetering van de taalvaardigheden en verder bepalen van het pad dat ze willen volgen.

## **Uitvoering van het project**

Het project wordt aangestuurd door een coördinator en uitgevoerd door een projectteam, dat bestaat uit (vrijwillig werkende) groepsbegeleiders, interculturele facilitators en taaldocenten.

De stichting werkt intensief met vrijwilligers. De organisatie gelooft sterk in de potentie van vrijwilligerswerk en gaat ervan uit dat goede vrijwilligers een positieve invloed kunnen hebben op het succes van ons project. Iedere vrijwilliger bij Breath of Hope krijgt een training in emotionele en mentale zorg voor vluchtelingen en ontvangt essentiële informatie over het project. De vrijwilligers worden begeleid door de projectcoördinator en kunnen tijdens de loop van het project vragen stellen en ondersteuning aanvragen. Op deze manier wil Breath of Hope niet alleen vluchtelingenvrouwen empoweren en ondersteunen, maar investeert ze ook in de lokale gemeenschap door tijd en kennis te delen met de vrijwilligers.

Binnen Breath of Hope project worden de vrijwilligers in drie rollen gezet; als groepsbegeleider, als interculturele facilitator en als taaldocent.

### Groepsbegeleider

De groepsleider neemt de verantwoordelijkheid op zich voor de implementatie van het programma en de activiteiten voor de groep, samen met de interculturele facilitator. Het begrijpen van de behoeften van de deelnemers en het terug koppelen aan het projectteam is eveneens een belangrijke rol van de groepsbegeleider.

Zij rapporteert wekelijks aan de projectcoördinator en levert een bijdrage aan de evaluatie van de activiteiten. De groepsbegeleiders worden geworven via een vacature die op de websites van vrijwilligerscentrale Amsterdam wordt gepubliceerd.

### Interculturele facilitators

De interculturele facilitators worden geselecteerd uit de deelnemers van de oude groepen. De interculturele facilitator moet iemand zijn die Breath of Hope in het verleden heeft gevolgd en een vluchtelingenachtergrond heeft. Het is belangrijk dat de interculturele facilitator de Nederlandse taal en die van de groep zelf spreekt.

De interculturele facilitator wordt gezien als een vrouw die een stap verder is in haar eigen ontwikkeling dan de groep omdat ze langer in Nederland is. Van de interculturele facilitator wordt verwacht dat zij nieuwe deelnemers actief benadert vanuit haar eigen netwerk. De interculturele facilitator onderhoudt telefonisch contact met de deelnemers en bezoekt hen ook.

De interculturele facilitator faciliteert de communicatie en dialoog, wat betekent dat haar voornaamste rol tolken is. De interculturele facilitator ondersteunt de bespreking van cultureel gevoelige onderwerpen en assisteert bij regelmatige projectevaluaties.

De coördinator van Breath of Hope benadrukt dat de rol van de intercultural facilitators niet is antwoorden te geven.

*“We willen niet dat ze zeggen: je moet dit of dat doen. Iedereen zal zich realiseren wat voor hen zelf de beste optie is. We willen dat ze de vrouwen helpen te reflecteren, dat ze vragen stellen, niet om antwoorden te geven. We weten zeker dat de vrouwen zelf hun eigen antwoorden zullen vinden, het gaat er juist om hen te helpen reflecteren en voorbeelden voor te houden, om verschillende manieren te laten zien waarop ze met hun uitdagingen kunnen omgaan” (AV).*

### De taaldocent

De taaldocent neemt tijdens de reflectiebijeenkomsten de verantwoordelijkheid voor de uitvoering van de Nederlands les gedurende het laatste half uur van de bijeenkomsten. De taaldocent zorgt voor de voorbereiding van de lessen en de materialen. De taaldocent werkt tijdens de bijeenkomsten samen met de groepsleider en met de interculturele facilitators. Ze is de hele sessie aanwezig. Het is haar rol om te kijken hoe ze de gesprekken over onderwerpen van de lessen kan verrijken met taalkennis.

### Coördinator

Het project wordt aangestuurd door de projectcoördinator. Die organiseert regelmatig overleggen om de methodologie te evalueren en eventuele noodzakelijke interventies of veranderingen in het project te bespreken. Zij organiseert gemiddeld drie teamvergaderingen per groep / cyclus. Daarnaast heeft de coördinator wekelijks overleg met de vrijwilligers om na te praten over het werk.

## **2.4 Inzet van ervaringskennis en ervaringsdeskundigheid**

In dit samenwerkingsproject tussen Road of Hope en de Vrije Universiteit hebben wij geprobeerd meer zicht te krijgen op de vraag hoe de intercultural facilitators ervaringskennis inzetten en als ervaringsdeskundige fungeren. Zoals in het voorgaande al aan de orde kwam, is wat zij doen niet alleen het strikt vertalen van wat wordt gezegd, maar ondersteunen zij het verloop van de gesprekken in de groepen. Daarbij spelen hun eigen ervaringen en hun ervaringskennis een belangrijke rol.

De basis vormen de eigen ervaringen als vluchteling. Het begrip ervaringskennis duidt dan op de doorleefde kennis over hun ervaringen als vluchteling naar en in Nederland, die zij hebben ontwikkeld door hun eigen ervaringen te analyseren en daarop te reflecteren (individuele ervaringskennis). Door die individuele ervaringskennis te spiegelen aan en te verreken met vergelijkbare kennis van andere vluchtelingen, ontstaat collectieve ervaringskennis. Als zij de kennis en vaardigheden hebben om die ervaringskennis in te zetten voor andere vluchtelingen, zijn zij ervaringsdeskundig.

In het projectplan en op de website worden de termen ervaringskennis en ervaringskennis overigens niet expliciet gebruikt. We hebben informatie over hoe deze worden ingezet opgehaald in interviews met de directeur van Road of Hope, de coördinator van Breath of Hope en interviews met drie intercultural facilitators. Ook organiseerden we een groepsgesprek met de intercultural facilitators en spraken we met de directeur en coördinator over waarom de inzet van ervaringskennis in het project zo belangrijk is, wat volgens hen het effect daarvan is op de deelnemers aan de groepsbijeenkomsten en wat de werkzame mechanismen daarbij zijn. We voerden de interviews aan de hand van een topiclijst, die tevens de basis vormde voor het coderen van de transcripten. Er zijn fictieve namen gebruikt voor de intercultural facilitators. Bij citaten van de directeur en de projectcoördinator staan hun initialen.

De inzichten uit de gesprekken zijn hierna gebundeld in een aantal onderwerpen. Eerst gaan we in op wat de Intercultural facilitators doen tijdens de groepsbijeenkomsten (“meer dan tolken”) en over het belang van het hebben van dezelfde ervaringen. Vervolgens beschrijven we hoe het delen van ervaringen er in de praktijk uitziet, gevolgd door wat volgens de respondenten het effect is voor de vrouwen. We staan stil bij de uitdagingen waar zij als ervaringsdeskundige mee te maken hebben. Aan het eind vatten we de uitkomsten van de gesprekken samen in een aantal verandertheorieën.

## Meer dan tolken

De Intercultural facilitators vervullen weliswaar de rol van tolk, maar hun rol is meer dan dat. Tijdens de bijeenkomsten moeten ze vertalen wat er wordt gezegd, bijvoorbeeld als de groepsbegeleider een vraag stelt over herinneringen. Maar voor een goede uitwisseling van ervaringen is meer nodig dan strikt vertalen. Zo vertelt een van de Intercultural facilitators:

*“Mijn rol is om de lesmaterialen in Farsi te vertalen maar ik moest ook een beetje de lesmaterialen aanpassen in ons oosterse cultuur, en voorbeelden geven zodat de mensen de onderwerpen kan begrijpen. Ik was geen tolk die werkt als een machine ‘letterlijke vertaling’. Nee, ik moest over mijn leven, ervaringen, en problemen, alle dingen die ik zelf hebt mee gemaakt aan die mensen vertellen.”(Leen)*

Ze legt uit dat als ze alleen maar aan het tolken zou zijn, zij de mensen niet goed zou begrijpen en de mensen haar ook niet zouden vertrouwen.

Ook de projectcoördinator benadrukt het belang van het hebben van dezelfde achtergrond. Voor het kunnen bespreken van de uitdagingen waarvoor de vrouwen staan, is het belangrijk dezelfde taal te spreken en dezelfde achtergrond te hebben.

*“Het is zo gecompliceerd om over je emoties, gevoelens en ervaringen te praten in een andere taal. (...) Het is echt belangrijk met iemand te praten die je begrijpt, jouw taal spreekt, jouw achtergrond kent en de context waar je vandaan komt. (...) Het is makkelijker om een vertrouwde relatie op te bouwen met iemand uit hun eigen cultuur” (AV).*

En een intercultural facilitator vertelt:

*“Wat vind ik belangrijk tijdens het delen van mijn ervaring dat wij gelijkwaardig met elkaar zijn en dat ik niet beter dan anderen ben. Als wij een thema hebben, dan zeg ik tegen iedereen: denk niet dat alles zo makkelijk bij mij ging, en dat ik nu lekker bezig met mijn werk hier ben, Nee helemaal niet, ik heb zoveel mee gemaakt hier, net zoals jullie” (Bouchra).*

*“We hebben zoveel overeenkomsten. En dat we allemaal in dezelfde uitdagingen staan. We hebben dezelfde cultuurschok. Je bent dus met mensen die dezelfde problemen, uitdagingen hebben en dat geeft je rust en zekerheid voor jou als mens dat ik niet alleen ben maar ook heb mensen naast mij die hetzelfde gevoel hebben en dezelfde ervaringen mee maken, die geconfronteerd ook met angst, onzekerheid, eenzaam zijn. Jij heeft een persoon die jou voelt, die jou begrijpt, die een veilig gevoel aan jou geeft.” (Bouchra)*

De Intercultural facilitators scheppen met hun werk een veilige sfeer in de groep, waarin ieders inbreng evenveel waard is. Het gaat erom een sfeer te creëren waarin de vrouwen met en van elkaar kunnen leren en kunnen groeien. De Intercultural facilitators zetten daarin de toon.

## Het delen van de ervaringen tijdens de bijeenkomsten

We stelden in de gesprekken veelvuldig vragen over hoe de Intercultural facilitators omgaan met het delen van ervaringen. De projectcoördinator benadrukte dat juist dat centraal staat in de bijeenkomsten. En dat er nadrukkelijk niet is gekozen voor het overdragen van kennis door professionals.

*“Het gaat er niet om dat de een kennis heeft en die aan de ander overdraagt, maar het gaat om de ervaringen en het delen daarvan. Die kennis is natuurlijk belangrijk. Dus als we praten over angsten en spanning, of over depressie, of als iemand zegt: ‘oh, ik ben zo verdrietig! Ik weet niet wat er met me gebeurt.’ Dan is het echt belangrijk om dat te begrijpen” (AV)*

De Intercultural facilitators vertellen uit eigen ervaringen eerder in het project en op basis van wat ze zien gebeuren in de groepen dat het delen van ervaringen leerzaam is.

*“Als jij in aanraking komt met mensen en met haar problemen en uitdagingen dan leer jij vanzelf hoe jij met jouw eigen uitdagingen kan omgaan. Dan kijk jij op andere manier naar jouw eigen probleem”. (Bouchra)*

Het inbrengen van eigen ervaringen is iets dat de facilitators veelvuldig doen. Zo vertelt Leen:

*“Ik praat over mezelf heel vaak, ik deel mijn ervaringen, ik praat over mijn privéleven als het nodig is dan kom ik met voorbeelden uit mijn eigen ervaringen, dan mensen luisteren en kunnen ze een beetje hun ijs breken en dan vertrouwen de mensen en dan kunnen ze praten. Ik kan niet alleen door woorden maar ook door gedrag, door wat je bent, en wat je laat zien, met jouw woorden, gedachten, lichaam.” (Leen)*

In verschillende gesprekken komt naar voren dat het tijd nodig heeft om vertrouwen op te bouwen en te zorgen voor een open sfeer waarin vrouwen gaan praten over hun eigen leven en problemen en over hun emoties.

*“Eigenlijk moest ik in het begin van Breath of Hope de personen stimuleren om te praten over gevoelens: ‘heb jij koud? Heb jij honger?’ Dus ik begon toen met zo kleine dingen, en dan vervolgens vraag ik: ‘ben jij boos? Ben jij blij?’. Dat was de uitdaging in het begin maar uiteindelijk hadden wij goede sfeer met mensen die er waren en raakten wij bevriend, konden wij elkaar vertrouwen over de verleden tijd, het nu en de toekomst, obstakels in hun leven, Uiteindelijk de mensen konden praten en delen” (Leen)*

Door het delen van hun ervaringskennis proberen de intercultural facilitators de vrouwen te inspireren en te stimuleren.

*“Wij hebben geleerd als vrouw dan ben jij helemaal niet belangrijk, vooral Afghaanse vrouwen en in Iran. Ik kom uit West Iran, daar zijn strenge regels. Ik wil niet weten welke geloof heeft iedereen. Maar zo veel regels van de religies zijn tegen de vrouwen, en de vrouwen moesten we leren dat alles is niet goed of fout, er is iets ertussen. (..) Met het delen van zulke verhalen, zeg ik altijd dat Nederland is anders dan ander landen, jullie hebben meer rechten hier, de overheid kan jullie ondersteunen” (Leen)*

Uit de gesprekken rijst het beeld dat het vooral positieve ervaringen zijn die de Intercultural facilitators delen. Soms wordt dat heel nadrukkelijk gezegd:

*“Ik deel ervaringen van andere mensen, ‘de positieve ervaringen’ om anderen te inspireren. (..) Ik deel mijn positieve ervaringen maar niet de negatieve. Als ik mijn negatieve ervaringen deel, ben ik bang voor andere mensen dat ze misschien teleurgesteld worden of zich er ongemakkelijk over gaan voelen of denken.” (Suha)*



De projectcoördinator vertelt ook dat er veel aandacht uitgaat naar het delen van goede herinneringen en naar dromen over de toekomst. “We praten altijd over goede herinneringen (...) het ophalen van goede dingen helpt en kan ons sterker maken” (AV). Maar als het om vrouwen gaat die wat langer hier zijn praten ze ook over dingen die niet zo positief zijn. Zo zegt ze bijvoorbeeld:

*“Bijvoorbeeld, als ik super alleen ben en me thuis verdrietig voel, misschien ben ik wel gek, omdat ik zoveel voel. Maar als ik in een andere ruimte ben, met andere vrouwen die hetzelfde ervaren en delen, wow, ik ben niet alleen. Ik ben dus niet gek, want jij voelt hetzelfde. Het is dus misschien wel normaal. We kunnen het delen en we kunnen samengroeien” (AV).*

Door hun ervaringen te delen, fungeren de intercultural facilitators als rolmodel, iemand die vergelijkbare ervaringen heeft doorgemaakt en vertelt over de manier waarop zij daarmee is om gegaan. Daarmee houden ze hen een ander perspectief voor. De projectcoördinator zei bijvoorbeeld:

*“We willen hen niet een gids of iets dergelijks geven over hoe te integreren in Nederland. We willen hen laten reflecteren en na laten denken over hun eigen pad. Dus ja, de intercultural facilitator kan een rolmodel zijn, maar zij zijn ook aan het integreren. Dus zij worstelen ook met dingen, dat delen we met elkaar en zo groeien we samen. (...) We zijn daarin dus samen. Soms heeft de intercultural facilitator vragen, die we ook kunnen delen. Het is dus niet zo dat zij onaantastbare rolmodellen zijn, zij doorlopen ook hun eigen pad en we zijn samen om daarin ervaringen te delen” (AV)*

Dat de Intercultural facilitators als rolmodel fungeren is iets dat de Intercultural facilitators zelf ook regelmatig ter sprake brachten. Vrouwen worden volgens hen blij als ze horen over ervaringen van de Intercultural facilitators en zeggen dat zij dat ook willen doen.

Hoewel het niet de bedoeling is om in het project vrouwen te gaan adviseren, gebeurt dat soms wel. Zo vertelde een van de intercultural facilitators bijvoorbeeld over een gebeurtenis tijdens les over dromen. Een meisje vertelde dat zij een huis wil kopen voor haar moeder. En haar eigen salon wil hebben om daar te gaan werken. Ze vroeg haar:

*“Wat heb jij gedaan voor jouw droom? Heb jij de taal geleerd? Ik zei: gewoon beginnen met taal, met vrijwilligerswerk, jij moet gewoon starten. (...) andere mensen leren kennen, praten. En ik was een beetje streng”. (Leen)*

Zij houdt de vrouwen voor wat het resultaat kan zijn van hun gedrag. Als ze niks doen, gebeurt er ook niks en “je verliest je eigen kracht, die je hebt gehad”. (Leen)

### **Het effect van het delen van ervaringen**

Verderop in deze rapportage komt ter sprake wat de vrouwen die recent hebben deelgenomen aan Road of Hope zeggen over wat hun deelname aan het project hen heeft opgeleverd. Maar het thema kwam ook kort ter sprake in de gesprekken met de directeur van Road of Hope, de projectcoördinator en de intercultural facilitators. Wat denken en zien zij dat het effect is? De directeur merkte op dat het wel moeilijk is om dat vast te stellen. En dat veel vrouwen zich dat vermoedelijk ook niet goed realiseren. Als je naar een project komt om je CV te leren schrijven, of de taal beter te laten spreken, is het effect vrij duidelijk te meten. Maar bij dit project gaat het vooral over zaken als: weer kunnen dromen, gaan praten over uitdagingen en om te leren reflecteren over hun leven en zichzelf. De vrouwen weten echter vaak niet wat zij willen.

*“Als we vragen: wat wil je leren? (..) Zelfreflectie is niet iets dat de vrouwen dan noemen. Dat moet je leren. (..) In veel culturen reflecteren we niet veel. Zo zijn vrouwen grootgebracht met een bepaald doel voor ogen en het is geen gebruik om daarop te reflecteren, daar vragen over te stellen. Ik denk dat dat erg Europees is, reflecteren en zaken bevragen. (..) Ik zie dat de vrouwen dat tijdens Breath of Hope leren, doordat we hen vragen stellen en ze met elkaar gaan uitwisselen” (PS)*

De Intercultural facilitators bevestigen dat. Ze vertellen vaak dat ze zelf tijdens hun eigen deelname aan het project zichzelf beter hebben leren kennen en dat ze door hun rol als intercultural facilitator beter zijn gaan zien wat ze zelf destijds hebben geleerd. Daardoor is het voor hen makkelijker om hun ervaringen met andere vrouwen te delen. En zo werkt dat ook nu.

*“Een vrouw zei dat dit project haar had geholpen om zichzelf meer te begrijpen. ‘Door dit project heb ik geleerd om voor mezelf te leven.’ Bijna alle vrouwen hebben als droom dat hun kinderen succesvol zijn, de prioriteiten gaan naar de kinderen. (..) Het project bevordert dat de vrouwen over zichzelf nadenken en terugkomen bij hun eigen dromen en doelen.” (Suha)*

En een ander vertelt:

*“Misschien tijdens deelname aan het project voel jij de winst van het project niet zo meteen (..), maar ik geloof dat een tijdje daarna, met jouw dagelijkse leven ga jij merken dat jaaa, dit heb ik tijdens het project geleerd” (Bouchra)*

Vaak werd ook gezegd dat het om kleine stapjes gaat. Het is niet makkelijk om bij mensen wat te kunnen veranderen.

*“Iedereen heeft eigen opvoeding, eigen ervaringen en genetische dingen”. Als jij mensen in contact brengen om zijn wereld groter te maken en voel jij niet alleen in kamer in AZC. Iemand die kan in maatschappij paar dingen pakken, maar het is wel een verandering. Kleine veranderingen, maar in onze cultuur zijn ze heel groot. (Leen)*

Een ander effect dat ter sprake kwam is dat het delen van nare ervaringen kan helpen om die meer naar de achtergrond te laten zakken.

*“Met vertellen vergeten de mensen hun problemen. Voor sommigen helpt dat, voor anderen niet. (..) Het delen van eigen ervaring en verhaal helpt sommige mensen te vergeten, maar niet altijd” (Samar)*

### **Uitdagingen**

De Intercultural facilitators zijn door hun eigen ervaringen zeer betrokken bij het project en de doelgroep, ook emotioneel en sociaal. Dat kan uitdagingen met zich meebrengen, bijvoorbeeld als zij zelf erg geraakt worden door wat de vrouwen inbrengen. De uitdaging is dan hoe daarmee om te gaan. Een van hen zegt geneigd te zijn iemand te gaan beschermen en oplossingen te vinden, wat niet de bedoeling is. Maar het kan bovendien hun eigen ontwikkeling raken. Zo vertelt de projectcoördinator:

*“Zij doorlopen eenzelfde proces. Zij hebben ook met allerlei uitdagingen te maken. Dus we moeten daar aandacht voor hebben. (...) Het is niet zo dat doordat zij al die ervaringen hebben, ze er goed mee kunnen dealen. Het migratieproces is niet afgelopen als je integreert of wanneer je een test hebt gedaan of een verblijfsvergunning hebt. Het is nog altijd zo dat je moet dealen met je verdriet, met de nieuwe cultuur, met de taal, et cetera” (AV)*

Daar moeten zij als organisatie aandacht aan besteden, merkt ze op. Een van de Intercultural facilitators vertelde inderdaad

*“Soms word ik geconfronteerd met bepaalde emoties, soms moet ik controle om niet meer praten over mijn eigen leven, niet alles te zeggen. Emoties zijn moeilijk” (Leen)*

Ze zegt het zelf niet professioneel te vinden als ze daar te veel in meegaat

*“Niet samen te huilen en te laten zien dat die vrouw is zielig en dingen niet erger te maken” (Leen)*

In de besprekingen die de coördinator regelmatig met de Intercultural facilitators heeft staat zij hierbij stil, hoe daarmee om te gaan.



## 2.5 Verandertheorieën

De uitkomsten van de interviews probeerden we te vertalen in verandertheorieën, waarin duidelijk wordt wat de veronderstellingen zijn over het effect van het inzetten van eigen ervaringen en hoe dat dan in zijn werk gaat, wat de werkzame mechanismen zijn. Daarover voerden we eerst een groepsgesprek met de vier intercultural facilitators waarmee we hadden gesproken. Daarin hebben we samengevat wat we van hen hebben gehoord en doorgesproken over of dat klopt. Vervolgens hebben we een en ander in beknopte verandertheorieën samengevat die we met de projectcoördinator en de directeur bespraken. In de gesprekken was wel duidelijk dat er veel samenhang is tussen de elementen uit de verandertheorieën. Er is geen sprake van duidelijk af te bakenen, lineaire processen (A leidt tot B en dat weer tot C). Het is een complexe interventie, waarbij het een leidt tot het ander, verschillende werkzame mechanismen een rol spelen en met elkaar effecten sorteren. Dit komt ook in de literatuurstudie naar voren.

We kwamen voor Breath of Hope tot de volgende verandertheorieën:

- Door het delen van ervaringen (door de intercultural facilitator) > ontstaat veiligheid en vertrouwen > vrouwen delen hun ervaringen over hun leven > zij reflecteren over die ervaringen en over zichzelf > ze omarmen hun eigen gevoelens > krijgen meer zelfvertrouwen > en raken gemotiveerd om nieuwe stappen te zetten in hun leven.
- Door het delen van ervaringen (door de intercultural facilitator) > voelen de vrouwen zich niet langer alleen (herkenning) > ze gaan praten over hun gevoelens en dromen > ze krijgen meer helderheid in hun gedachten > hun zelfbewustzijn neemt toe.

- De intercultural facilitator fungeert als rolmodel > vrouwen vergelijken hun eigen leven en situatie met dat van haar > ze gaan nadenken over andere opties en mogelijkheden in hun leven > en raken geïnspireerd om hun eigen keuzes te maken.

# 3. Theoretische en empirische onderbouwing voor de inzet van ervaringsdeskundigen: inzichten uit de literatuur

De intercultural facilitators in Breath of Hope vervullen een tweeledige rol tijdens de groepsbijeenkomsten: ze fungeren als tolk en brengen hun ervaringskennis in. Je zou hen dus *tolken met ervaringskennis* kunnen noemen, of *ervaringsdeskundige tolken*. De term 'ervaringsdeskundige' wordt overigens niet expliciet gebruikt in het project, maar impliciet gaat het daar wel om.

In dit hoofdstuk vatten we de kennis die er is over de betekenis van de inzet van ervaringsdeskundigen samen. Daarvoor gaan we eerst nogmaals kort in op het begrip ervaringsdeskundige. Vervolgens beschrijven we vanuit welke sociaalwetenschappelijke theorieën hun rol gezien kan worden en ten slotte vatten we samen wat uit onderzoek bekend is over het effect van hun inzet op verschillende doelgroepen. Daarbij richten we ons vooral op wat bekend is over sociaal-emotionele effecten, die immers in dit project centraal staan.

## 3.1 Ervaringsdeskundigen

In het sociaal domein wordt een ervaringsdeskundige als volgt omschreven: *“Een ervaringsdeskundige is iemand die op basis van persoonlijke en collectieve ervaringskennis in staat is deze kennis, in welke vorm dan ook, door te geven aan anderen”* (Van der Kooij & Keuzenkamp 2018). In de wereld van de geestelijke gezondheidszorg spitst de definitie zich toe op het *herstel* van de ander. Daarbij gaat het niet om herstel van een (psychische of psychiatrische) ziekte of stoornis. Het gaat vooral om hoe daarmee om te gaan, om het vinden van een nieuw evenwicht. Zoals Wilma Boevink, een van de grondleggers van de ontwikkeling van ervaringsdeskundigheid in Nederland, schrijft: *“Herstel gaat over het geven van betekenis aan wat het ook is waardoor je overweldigd bent en het gaat over niet langer de symptomen je leven laten beheersen. (...) Herstel betekent de moed opvatten om onder ogen te zien wat er in je leven aan de hand is en accepteren dat er werk op je bord ligt. (...) Het betekent durven vertrouwen op je eigen veerkracht en je eigen weg”* (Boevink 2017)

In het sociaal domein heeft men vaak moeite met de term herstel, omdat dat toch te veel aan ziekte gerelateerd zou zijn en aan iets waarvan je kan genezen. Daar wordt ervaringsdeskundigheid meer gekoppeld aan inclusie en empowerment. Empowerment gaat dan over het vermogen van mensen om hun eigen leven en gewenste veranderingen daarin vorm te geven. De nadruk ligt op de eigen kracht van mensen en het zelf de regie over hun leven voeren. Overigens is empowerment (meer dan herstel) een kritisch begrip, dat de aandacht ook richt op ongelijke kansen en uitsluiting van mensen.

Ervaringsdeskundigen kunnen in verschillende contexten werken, bijvoorbeeld in de hulpverlening, de zorg en ondersteuning, maar ook in zelforganisaties, in het onderwijs, in beleid en in onderzoek. Van der Kooij & Keuzenkamp (2018) hebben eerder vijf rollen onderscheiden waarin ervaringsdeskundigen actief (kunnen) zijn:

- Ondersteuner, begeleider, maatje, coach;

- Beïnvloeden van beleid;
- Deskundigheidsbevorderaar;
- Onderzoeker;
- Initiator van vernieuwing.

In een bepaalde context kunnen ervaringsdeskundigen meerdere rollen vervullen. Bij Breath of Hope zijn de intercultural facilitators, de ervaringsdeskundige tolken, primair te zien als variant van de eerste categorie. Uit eigen ervaring weten zij hoe de (innerlijke) leefwereld van andere vluchtelingen eruit ziet. Zij zijn daarin elkaars gelijke, waarbij de ervaringsdeskundigen inmiddels al meer balans hebben gevonden in hun leven. Ze kunnen hulp en ondersteuning bieden en een soort maatje zijn. Voor de vormgeving en doorontwikkeling van het project kunnen zij ook als deskundigheidsbevorderaar fungeren, door hun eigen ervaringskennis daarvoor in te brengen.

## 3.2 Relevante theorieën

Er is een groeiende hoeveelheid artikelen over de betekenis en het effect van de inzet van ervaringsdeskundigen. In het Engelse taalgebied wordt daarvoor meestal de term peer support genoemd, of peer support worker. Het begrip 'expert-by-experience' komt in de literatuur ook voor, maar minder vaak.

In de praktijk, en daarmee ook in de studies, is sprake van een grote variatie in de manier waarop peer support wordt vormgegeven: vrijwillig of betaald, al dan niet getraind, in groepsverband of individueel, als losstaand 'aanbod' of als onderdeel van of aanvulling op andere hulp. Er zijn verschillen in de duur van de ondersteuning, de doelgroep, het moment waarop de ondersteuning wordt gegeven en de intensiteit. De informatie over wat de peer support workers doen is in de studies vaak maar beperkt beschreven. Ook zijn er grote verschillen in de effecten (outcomes) die in de studies zijn onderzocht en is er sprake van grote verschillen in de kwaliteit van de studies.

Over het algemeen zijn de effectstudies niet gebaseerd op een theoretisch of conceptueel model over hoe en waarom de peer support workers bepaalde uitkomsten beogen te beïnvloeden. Theoretische perspectieven die in de literatuur het meest voorkomen zijn de sociale vergelijkingstheorie van Festinger en de sociale leertheorie van Bandura. De eerste verwijst ernaar dat mensen zichzelf met anderen vergelijken, bijvoorbeeld om de eigen situatie of mogelijkheden te evalueren. Dat kan zowel opwaarts als neerwaarts zijn en zowel een positief als een negatief effect hebben. De sociale leertheorie lijkt daar in zekere zin op. Hierbij gaat het erom dat mensen leren door naar anderen te kijken. Ervaringsdeskundigen kunnen vanuit die perspectieven als rolmodellen worden gezien.

In een recente review pleit Evans (2023) voor onderzoek dat meer is gebaseerd op dergelijke theoretische of conceptuele modellen. Vooralsnog is het onderzoek volgens Evans te veel geïnspireerd op het medische denken: de patiënt heeft een ziekte of stoornis die verholpen moet worden, er volgt een behandeling en (hopelijk) verbetering. De vraag in de effectstudies is in het verlengde daarvan: werkt het of werkt het niet. Bij een complexe interventie als peer support work is echter geen sprake van een ééndimensionale behandeling waarmee een bepaald probleem kan worden opgelost. Het is volgens Evans veel belangrijker om na te gaan voor wie iets werkt, onder welke omstandigheden, en wat peer support workers in verschillende contexten doen (Evans 2023: 56).

Evans stelt dat onderzoek naar peer support interventies gebaat zou zijn bij benutting van theoretische of conceptuele modellen. Het enige model dat zij voor haar review heeft aangetroffen komt uit een onderzoek van Gillard et al. (2014). Op basis van kwalitatief onderzoek ontwikkelden zij een verandermodel voor peer worker interventies in de context van de geestelijke gezondheidszorg. Hieronder vatten we dat model beknopt samen, aangezien dat mogelijk een

relevant referentiekader kan vormen voor Breath of Hope. Daarop komen we terug in het laatste hoofdstuk van dit rapport.

### *Verandermodel van Gillard, Gibson, Holley en Lucock (2015)*

De eerste noodzakelijke stap in hun model is het creëren van een goede vertrouwensrelatie door het delen van hun eigen, doorleefde ervaringen. Vervolgens is het belangrijk dat de peer worker laat blijken de ervaringen van de anderen te begrijpen, waarbij hij zich baseert op de eigen ervaringen. Daarmee worden de ervaringen van de deelnemers als het ware gevalideerd. Zodra er een goede relatie is, is het belangrijk dat de peer worker mensen de kans geeft open te gaan praten over hun ervaringen.

Zodra er een relatie van vertrouwen is, gaan de peer workers als rolmodel fungeren: ze laten zien hoe ze zelf zijn gegroeid (“hersteld”) en sociaal goed kunnen functioneren. Daarbij zijn zij als het ware ‘hoopgevers’. Gillard en collega’s constateerden in hun onderzoek bovendien dat voor sommige deelnemers het feit dat de peer workers hun rol in een betaalde baan uitoefenden, op zich ook hoopgevend uitwerkt. De ervaringen met psychische problemen en met ervaringen over dat ze ook daarmee toch weer succesvol kunnen functioneren worden dan immers gezien als een nuttige bron van eigen kracht, die ook voor anderen betekenis kan hebben. Er ontstaat bovendien een zekere normalisering en het doorbreken van (zelf)stigma. Het is immers helemaal niet abnormaal hoe de deelnemers zich voelen. Betekenisvolle anderen (de peer workers) hebben dat ook.

De auteurs noemen een reeks aan positieve effecten van de werking als rolmodel, zoals vergroting van de veerkracht, empowerment en zelfeffectiviteit (het geloof in eigen kunnen). Daardoor nemen mensen weer meer regie over hun leven en gaan zij sociaal beter functioneren. Maar die effecten zelf zijn niet wat centraal staat in hun artikel en daarover wordt niet veel geschreven. Ze beschrijven meer wát er gebeurt, welke mechanismen peer workers bewerkstelligen. Bijvoorbeeld dat de peer workers mensen stimuleren hun terughoudendheid bij het vertellen over hun moeilijke persoonlijke kwesties te doorbreken. Ook noemen ze dat de deelnemers meer zijn gaan participeren in activiteiten, waarmee ze hun isolement doorbraken, meer sociale contacten kregen en meer deel werden van de gemeenschap.

## **3.3 Intermezzo: vergelijking met de verandertheorieën**

In het vorige hoofdstuk, aan het eind van de methodebeschrijving presenteerden we drie verandertheorieën waar Breath of Hope is gebaseerd. Dat zijn praktijktheorieën waar de ontwikkelaars en uitvoerders van het project (al dan niet impliciet) vanuit gaan.

- Door het delen van ervaringen (door de intercultural facilitator) > ontstaat veiligheid en vertrouwen > vrouwen delen hun ervaringen over hun leven > zij reflecteren over die ervaringen en over zichzelf > ze omarmen hun eigen gevoelens > krijgen meer zelfvertrouwen > en raken gemotiveerd om nieuwe stappen te zetten in hun leven.
- Door het delen van ervaringen (door de intercultural facilitator) > voelen de vrouwen zich niet langer alleen (herkenning) > ze gaan praten over hun gevoelens en dromen > ze krijgen meer helderheid in hun gedachten > hun zelfbewustzijn neemt toe.
- De intercultural facilitator fungeert als rolmodel > vrouwen vergelijken hun eigen leven en situatie met dat van haar > ze gaan nadenken over andere opties en mogelijkheden in hun leven > en raken geïnspireerd om hun eigen keuzes te maken.

Uit de voorgaande tekst is duidelijk dat de verandertheorieën behoorlijk goed overeenkomen met wat uit de theoretische en conceptuele literatuur naar voren komt. Veel van de werkzame mechanismen uit de verandertheorieën kwamen ook naar voren in de literatuur: het belang van het creëren van een vertrouwensrelatie, het stimuleren van het delen van ervaringen, het fungeren als een rolmodel etc.

In de rest van dit hoofdstuk gaan we in op wat de literatuur leert over de *effecten*. En in het volgende hoofdstuk beschrijven we wat hierover naar voren komt in onze eigen interviews met vrouwen die hebben deelgenomen aan Breath of Hope.

### **3.4 Effecten van de inzet van ervaringsdeskundigen**

Wie via zoekmachines als Google Scholar, Web of Science en PsychINO zoekt naar studies over het effect van de inzet van ervaringsdeskundigen krijgt al gauw duizenden treffers. Overwegend zijn dat studies die zijn uitgevoerd in de Verenigde Staten en betrekking hebben op de geestelijke gezondheidszorg in brede zin (inclusief psychiatrie en verslavingszorg) en dakloosheid. Inmiddels zijn er ook al tal van reviews verschenen, waarin de bevindingen systematisch op een rij zijn gezet. Meestal zijn de effectstudies opgezet als een Randomized Controlled Trial (RCT), wat te maken heeft met het feit dat deze methode doorgaans als gouden standaard wordt gezien voor het aantonen van het effect van interventies – zeker in de wereld van de gezondheidszorg. Zoals gezegd is het echter de vraag of deze methode wel geschikt is voor het evalueren van een complexe interventie als de inzet van peer support work.

In lopend onderzoek van Karbouniaris, Keuzenkamp, Metze, Van Erp en Van der Zwet wordt een overzicht en evaluatie gegeven van kwalitatieve studies over de betekenis van de inzet van ervaringsdeskundigen voor mensen met verschillende soorten ‘uitdagingen’ in hun leven. Daarbij gaat het niet alleen om psychische problematiek, maar bijvoorbeeld ook om ervaringen als mantelzorger, bijvoorbeeld voor een dementerende naaste, ervaringen als oorlogsveteraan of ervaringen met het hebben van lichamelijke problemen (bijvoorbeeld nierstoornissen).

Er zijn voor die scoping review uiteindelijk 30 studies geïncludeerd en geanalyseerd. Het gaat om studies die zijn gepubliceerd tussen 2012 en 2022 en die zijn uitgevoerd in Europa, Noord Amerika, Canada, Australië, Nieuw Zeeland, Israël en Japan. Een van de onderwerpen in de nog te publiceren review van Karbouniaris et al. betreft psychosociale uitkomsten van de inzet van ervaringsdeskundigen. De volgende tekst is vooral daarop gebaseerd, aangevuld met inzichten uit enkele daarna verschenen reviews. Dat laatste vooral om eventuele actuele nieuwe inzichten toe te voegen.

In de kwalitatieve studies worden tal van begrippen gebruikt om de resultaten te beschrijven. Dat komt natuurlijk mede doordat aan mensen zelf is gevraagd wat ze aan de interventie en de inzet van ervaringsdeskundigen hebben gehad. Er worden geen gestructureerde vragenlijsten gebruikt met door de onderzoekers bepaalde en omschreven uitkomstmaten en meetinstrumenten. We hebben de door de respondenten genoemde opbrengsten daarom zelf geordend en ondergebracht in drie typen: effecten op hun gemoed(stoestand), op hun houding tegenover zichzelf en over de wisselwerking met hun omgeving.

#### *Betere gemoedstoestand*

In de overgrote meerderheid van de studies (24 van de 30) komen positieve uitkomsten naar voren wat betreft hoe mensen zichzelf voelen. Wat de respondenten in de onderzoeken vaak zeggen is dat ze zich minder alleen voelen in hun worsteling en wanhoop (bijvoorbeeld Gidugo et al; Greenwood et al. 2013; Hancock et al 2022; Levasseur et al 2019). Ze voelen zich minder geïsoleerd (McCarthy et al 2019). Ook blijkt vaak dat mensen weer meer hoop krijgen; hoop op een betere



toekomst en het kunnen leiden van een bevredigend leven (bijvoorbeeld Balogun-Mwangi et al 2017; Cust 2016; Milani et al 2020; Vigue et al 2022). Uit onderzoek van Henderson et al (2013) komt naar voren dat mensen meer gemotiveerd raken en een positievere mentale houding ervaren (zie bijvoorbeeld ook Gidugu et al 2015; Kessler et al. 2014). Mensen ervaren persoonlijke groei (Gregory et al. 2022; Schel et al 2022). Ook wordt melding gemaakt van vermindering van stress (bijvoorbeeld Gopalan et al 2017).

#### *Houding tegenover zichzelf*

In 21 van de 30 studies blijkt dat mensen positiever over zichzelf gaan denken en het gevoel hebben beter met hun situatie om te kunnen gaan. Vaak komt voor dat het zelfvertrouwen is toegenomen en dat mensen weer meer geloven in hun eigen kracht en capaciteiten (bijvoorbeeld Ingram 2013; Milani et al 2020; Sattoe et al 2013). Het gevoel van eigenwaarde neemt toe, mensen voelen zich nuttiger en zelfstigma neemt af (bijvoorbeeld Cust 2016; King & Simmons 2014; Levasseur 2019). Mensen hebben betere coping strategieën en veerkracht ontwikkeld, zo blijkt bijvoorbeeld uit de studies van Milani et al (2020), Schell et al (2022) en Smith et al (2020).



#### *Wisselwerking met hun omgeving*

Een derde groep uitkomsten die in de artikelen naar voren komt gaat over hoe mensen de relatie met hun omgeving ervaren. In 19 van de 30 studies blijkt dat op dit vlak verbeteringen optreden. Het meest voorkomend is dat mensen vertellen zich meer begrepen te voelen (**bijvoorbeeld et al 2022**; Fitch et al 2017; Gregory et al 2022; Hopkins et al 2021). Ze ervaren meer acceptatie door de omgeving, minder beoordeling en meer respect (bijvoorbeeld Gidugu et al 2017; Visa et al 2018). Greenwood et al (2013) concluderen dat veel mensen beseffen zich normaal te voelen, doordat anderen vergelijkbare ervaringen hebben en een vergelijkbare emotionele reis doormaken, met zowel positieve als negatieve gevoelens (en zie ook Hock et al 2022; Weir et al 2017). In een aantal studies komt naar voren dat mensen zich meer open stellen naar anderen (bijvoorbeeld Gregory et al 2022; Sattoe et al 2013), meer altruïstisch worden en meer pro sociaal gedrag vertonen (bijvoorbeeld Milani et al 2020). En tot slot zijn er studies waaruit blijkt dat mensen zich meer emotioneel gesteund en gewaardeerd voelen (Fallin-Bennett et al 2020; Gidugu et al 2015; Visa et al 2018).

Interessant is nog een artikel van Mahon (2022) dat specifiek is gericht op vluchtelingen en asielzoekers. Hieruit blijkt eveneens het belang van zich emotioneel gesteund voelen. Ook blijkt sprake te zijn van betere integratie in de gemeenschap en acculturatie.

#### *Alleen positieve uitkomsten?*

Opvallend is dat vrijwel alle studies alleen positieve uitkomsten rapporteren. Slechts in twee artikelen komen ook negatieve aspecten naar voren. Zo schrijven Gopalan et al (2017) dat er tal van positieve effecten worden genoemd, maar dat mensen zich soms ook overweldigd voelden door de

peer support worker en daardoor juist meer stress kregen. Visa et al (2018) beschrijven dat mensen weliswaar positieve uitkomsten noemen, zoals zich minder alleen en meer geaccepteerd voelen en beter met de situatie kunnen omgaan, maar ook dat de effecten volgens sommigen niet duurzaam zijn omdat de situatie niet verandert.

Het is de vraag hoe te duiden valt dat niet vaker ook meer negatieve uitkomsten ter sprake komen. Verschillende factoren kunnen daarbij een rol spelen. Misschien is daar niet of te weinig naar gevraagd. Misschien willen mensen vooral aan de interviewers vertellen wat ze eraan hebben gehad en is het benoemen van teleurstellingen iets dat ze liever niet doen. Maar misschien zijn er ook weinig negatieve uitkomsten. Hoe dan ook: over het geheel genomen valt te concluderen dat de effecten van de inzet van ervaringsdeskundigen op psychosociale factoren doorgaans positief zijn.

In een recente scoping review (Mikolajczak-Degrauwe et al 2023) is een SWOT-analyse uitgevoerd waarmee de sterktes, zwaktes, kansen en bedreigingen die in de diverse studies naar voren komen op een rij zijn gezet. De sterktes zijn in lijn met hetgeen hiervoor is beschreven. De methode draagt bij aan een betere kwaliteit van leven bij tal van groepen in kwetsbare posities, vooral wat betreft de psychosociale en emotionele outcomes. De belangrijkste zwakte is volgens hen de matching van de peer worker met de doelgroep. Als die niet goed is, is er uitval aan beide kanten, waarmee de effectiviteit afneemt. De kansen voor peer support zijn volgens de auteurs dat mensen in kwetsbare posities zo weer de kans krijgen positieve ervaringen op te doen met formele zorg en ondersteuning. Ook het wederzijdse karakter en leren is waardevol. En peer support kan de bestaande zorg en ondersteuning aanvullen en versterken. Er zijn echter ook bedreigingen voor de effectiviteit. De duurzaamheid van de projecten en het commitment van de vrijwilligers schiet tekort. Vrijwilligers zijn soms te weinig betrokken, maar soms ook te veel. Soms ontbreekt het hen aan voldoende expertise om de rol goed te kunnen vervullen, zijn de verwachtingen ten aanzien van hun rol onduidelijk en schiet de training van de peer workers tekort. Een ander punt dat uit de review blijkt is dat het ontbreken van een vertrouwensrelatie afbreuk kan doen aan de effectiviteit van de interventie. En peer support moet niet ingezet worden als substituuat van formele professionele steun.

## 4 Opbrengst van deelname

### 4.1 Beknopte methodische verantwoording

Wat hebben de vrouwen die hebben deelgenomen aan Breath of Hope daaraan gehad? Om die vraag te beantwoorden interviewden we negen vrouwen die deelnamen aan de laatste cyclus van 2022 of de eerste cyclus van 2023 van het project. Criteria waren dat de vrouwen hebben deelgenomen aan de reflectiegroepen en de activiteit met succes hebben afgerond (ontvangen van een certificaat van deelname). Een ander criterium was dat er een interculturele facilitator aanwezig is geweest in de reflectiegroep en de deelnemers Engels en/of Arabisch spreken. Zes vrouwen namen deel aan een Arabischspreekende groep en drie aan de Engelsspreekende groep. De deelnemers uit de Arabisch spreekende groep zijn geïnterviewd door een vloeiend Arabischspreekende onderzoeker. De deelnemers uit de Engels spreekende groep zijn geïnterviewd door een vloeiend Engelsspreekende onderzoeker. Na de afname zijn alle interviews vertaald naar het Nederlands. Voor de codering is gebruikgemaakt van de topiclijst van de interviews. Bij de weergave van citaten zijn fictieve namen gebruikt ter anonimisering van de deelnemers. Omwille van de leesbaarheid, zijn de citaten soms enigszins geherformuleerd, zonder uiteraard de inhoud te veranderen.



Tijdens de interviews is een aantal basiskennmerken uitgevraagd. De meerderheid van de deelnemers was tussen de 26 en 35 jaar oud. De meeste vrouwen zijn getrouwd en hebben thuiswonende kinderen. Van de deelnemers zijn de meeste vrouwen afkomstig uit Syrië, een uit Palestina, een uit Eritrea en een uit Nigeria. De duur van het verblijf in Nederland varieerde tussen een half en acht jaar. Op het moment van deelname aan het project woonde meer dan de helft van de deelnemers in een AZC, de anderen in een eigen woning. Tijdens deelname aan het project waren evenveel deelnemers nog bezig met de inburgeringsprocedure. Een enkeling beschikt over een verblijfsvergunning.

In dit hoofdstuk gaan we allereerst in op de rol van de intercultural facilitator zoals de deelnemers die ervaren hebben. We kijken hoe de intercultural facilitator de gelijkheid in de groep heeft versterkt en in hoeverre de vrouwen door haar zijn geïnspireerd. Vervolgens gaan we in op de verwachtingen en resultaten van hun deelname aan Breath of Hope en zoomen we in op een aantal specifieke thema's: empowerment en moederschap. We besluiten het hoofdstuk met de belangrijkste conclusies.

Zie voor een uitgebreidere methodische verantwoording de bijlage.

## 4.2 De rol van de interculturele facilitator

### Het karakter van de intercultural facilitators

Uit de interviews met de vrouwen naar aanleiding van de vraag over de rol van de intercultural facilitator blijkt dat de vrouwen enthousiaster zijn over een bepaalde intercultural facilitator dan over anderen. Het bleek dat de kenmerken en persoonlijkheid van de interculturele facilitator een essentiële rol spelen in hoe de vrouwen de intercultural facilitator ervaren. Voor sommige vrouwen was de intercultural facilitator een tolk die doet wat van hen gevraagd werd, terwijl andere intercultural facilitators een sterke invloed op de vrouwen hadden en meer inspirerend waren. Er zijn intercultural facilitators die meer vermogen hebben om te reflecteren, de gesprekken te leiden en genoeg ruimte te creëren aan iedereen. Communicatieve kwaliteiten en openheid spelen daarin een belangrijke rol.

### Tolk maar ook meer

Tijdens de interviews werd duidelijk dat de vrouwen moeite hadden met het begrijpen van de term 'intercultural facilitators' in de groep. Het was nog een uitdaging om tijdens de interviews te achterhalen over wie de vrouwen het precies hadden, soms was het verwarrend om te bepalen of de vrouwen het over de tolk of de groepsleider hadden. Aanvankelijk overwogen ze het gemak van het gebruik van de terminologie van een tolk of vertaler in plaats van een intercultural facilitator daardoor dachten ze aan de rol van de intercultural facilitator als iemand die de relatie tussen de groep en de 'groepsleider' (leraar) versterkt door te tolken en vertalen van en naar het Nederlands. Bovendien hebben de vrouwen gezien dat de intercultural facilitator met meer uitleg vertaalde, zodat de vrouwen de informatie beter begrepen. Zo deelde Rama haar mening erover

*“De rol van Suha - de intercultural facilitator - was voor mij een iemand die op een eenvoudige manier tolkt en de communicatie met de docent versterkt. Maar als wij bijvoorbeeld een thema hebben over vrijwilligerswerk, geeft zij ook aan ons een voorbeeld van haar, hoe heeft zij dit gedaan. Zij vertelt ook dat het wel moeilijk was en dat haar taal ook niet helemaal goed is, maar ik blijf proberen.”*

Binnen Breath of Hope zorgde de intercultural facilitator voor een levendige dynamiek in de bijeenkomsten. Haar rol wordt erkend als verbindende brug tussen de groep en het projectteam (hier gaat het om de groepsleider en de taaldocent) met de nadruk op haar essentiële vertaalfunctie. Inderdaad ondersteunt de interculturele facilitator de taalontwikkeling van de vrouwen en richt ze zich vooral op het verbeteren van hun spreekvaardigheid tijdens de bijeenkomsten. Uit de interviews bleek ook duidelijk dat de intercultural facilitator de vrouwen aanmoedigde en motiveerde om in de haalbaarheid van alles te geloven door haar eigen ervaringen op een bepaald gebied te delen. Tijdens het interviewen van de vrouwen werd duidelijk dat er verschillen waren in de manier waarop de vrouwen de rol van de interculturele facilitator hebben ervaren. Er blijkt een duidelijk verschil te zijn tussen de vrouwen wat betreft de duur van het verblijf in Nederland, de mate waarin de vrouw bezig is met haar inburgeringsproces in Nederland, de gezinssituatie van intercultural facilitator.

### Adviserende rol

De vrouwen die tijdens hun verblijf in het AZC aan het project deelnamen, vertelden dat de intercultural facilitators een adviserende rol hadden met betrekking tot het asielp proces en de uitdagingen die zich daarbij kunnen voordoen. De intercultural facilitator gaf de vrouwen inzicht in wat hen in de toekomst te wachten staat. De vrouwen beseften, door de ervaringen van de

intercultural facilitator, dat zij zich intensief moeten inspannen voor hun toekomst. Hierdoor ervaren ze een gevoel van uitdaging zonder teleurgesteld te worden.

De toegevoegde waarde van de intercultural facilitator schuilt in het feit dat ze openlijk negatieve/moeilijke ervaringen deelt en de moeilijkheden en uitdagingen bespreekt voordat ze over succesverhalen praat. Soula vertelde:

*“Wat ik leuk aan Bouchra (de interculturele facilitator) vind is dat ze de negatieve ervaringen met ons deelde om ons te laten weten dat er nog ergere situaties in het leven zijn dan waar jij doorheen gaat! Inderdaad deelde ze ook de stappen die zij heeft genomen om haar doelen te bereiken. Luisteren naar haar geeft mij rust en dat ik niet alleen ben met die uitdagingen, elke vrouw begint nu vanaf nul in haar leven. Dat geeft jou hoop om verder te groeien.”*

De intercultural facilitator gaf de vrouwen soms ook praktisch advies vanuit haar eigen ervaringen. Ze leeft mee met de vrouwen omdat zij hun situatie volledig begrijpt. Wanneer de intercultural facilitator qua leeftijd en sociale achtergrond dicht bij die van de vrouwen ligt, versterkt dit haar invloed. Ze wordt dan beschouwd als een rolmodel en haar verhaal dient als inspiratiebron. Hierover vertelde Soula:

*‘Bouchra is voor mij een rolmodel, zij heeft gestudeerd, zij is heel erg bezig met haar ontwikkelingen, haar taal is heel goed maar zij verbetert zich nog steeds op verschillende gebieden. Als jij tijdens de bijeenkomsten met zulke persoon zit dan word jij geïnspireerd. Ik heb naar haar geluisterd en naar de stappen die zij heeft genomen om bepaalde dingen te bereiken. Door haar ervaringen en verhalen weet ik nu voor mezelf hoe kan ik mijn dromen waarmaken, de allereerste stap is de taal, het beheersen van de taal is heel essentieel. Ik heb van haar veel geleerd omdat ‘denk ik ‘dat wij bijna in hetzelfde leeftijd zijn en dat helpt enorm en maakt haar impact groter.’*

### **Als een rolmodel**

Tijdens de interviews gaven de vrouwen aan dat ze op verschillende manieren werden beïnvloed door het beluisteren van de ervaringen van de intercultural facilitator. De facilitator deelde haar persoonlijke ervaringen met de vrouwen op basis van het thema van de bijeenkomsten, variërend van het vinden van vrijwilligerswerk en het starten van een opleiding tot het omgaan met trauma's en dagelijkse uitdagingen. De vrouwen raakten geïnspireerd door haar ervaringen en ervaringskennis, vooral omdat ook zij als vluchteling naar Nederland kwamen en bijna hetzelfde pad hebben gelopen en aan de andere kant uit dezelfde cultuur komen. Dat maakt haar invloed sterker en meer realistisch voor de vrouwen. De intercultural facilitator was voor hen een rolmodel. De vrouwen benadrukten de waardevolle inzichten die zij hebben opgedaan door te luisteren naar de ervaringen van de facilitator. Zena legde hieruit hoe ze via de facilitator geïnspireerd raakte:

*“De tolk heeft haar kennis met ons gedeeld, hoe heeft zij dingen bereikt. Tijdens het luisteren naar haar verhaal word jij heel gemotiveerd en geïnspireerd door die vrouw die is in haar 50 jaar, een vrouw die heel goed de taal spreekt en bezig is nu met haar opleiding en werk. Ik vond haar een rolmodel voor mij. Luisterende naar haar weet ik dat niets is onmogelijk en dat ik ook kan dingen bereiken in mijn leven”*

Bovendien werden de vrouwen geïmponeerd door de vooruitgang van de interculturele facilitator op het gebied van taal, werk, netwerken en zelfredzaamheid. Deze vrouwen ervaren een gevoel van trots, aangezien de interculturele facilitator, net als zij, afkomstig is uit dezelfde cultuur en erin

geslaagd is een succesvolle toekomst op te bouwen in een nieuw land. Dit gevoel van trots versterkt de verbondenheid van deze vrouwen met hun eigen cultuur en omgeving. Rama licht toe:

*“Ik luisterde veel naar Suha (de intercultural facilitator) als iemand die langer dan ik hier in Nederland woont. Ik vond het superknap hoe zij dingen heeft gedaan, maar ik kijk niet alleen naar haar ervaring maar ook naar de omstandigheden om haar heen. Alleen luisteren naar de ervaringen en naar de succesvolle verhalen van Syrische mensen maakt mij heel trots op ons Syrische bevolking, het is heel leuk om te zien hoe Syrische mensen in zulke korte tijd dingen hebben bereikt in vergelijking met Marokkanen of Turken.”*

Voor andere vrouwen lag dat anders. De omstandigheden van de intercultural facilitator, zoals het feit dat zij geen kinderen had of oudere kinderen, speelden daarbij een rol. Het bleek voor hen moeilijk om haar als een rolmodel te zien, omdat haar situatie anders was dan die van henzelf. De intercultural facilitator had bijvoorbeeld geen zorgen over kleine kinderen of kinderopvang en dat had ongetwijfeld een directe invloed op haar ontwikkelingsproces. Dit punt komt verderop nog uitgebreider terug.

### **Gelijkheid**

Uit de interviews bleek dat de vrouwen zich zeer op hun gemak en veilig voelden in de groep. De aanwezigheid van de intercultural facilitator speelde daarin een belangrijke rol. Tijdens de bijeenkomsten hadden ze iemand die hun eigen taal sprak en dat versterkte de veiligheid in de groep. Daarnaast nam de interculturele facilitator ook deel aan de gesprekken, wat een gevoel van gelijkheid in de groep opleverde en het gevoel dat de vrouwen gelijk waren, heel anders dan de hiërarchische setting van overheidsinstellingen. Ook de intercultural facilitator deelde haar ervaringen en het was geen eenrichtingsverkeer. Fatin zei:

*“In de groep waren wij gelijk, wij hadden bijna dezelfde omstandigheden, daarom was het leuk om met elkaar te zijn en ook wij hebben onze ervaringen met elkaar gewisseld, we herkennen onze ervaringen in elkaar.”*

Er is nog een aspect van gelijkheid dat naar voren kwam in de interviews. Door te luisteren naar de ervaringen van een interculturele facilitator, vooral de negatieve of uitdagende, realiseerden de vrouwen zich dat zij niet de enigen zijn die deze moeilijkheden (hebben) ervaren en dat ze gelijk zijn aan andere mensen die eerder naar Nederland zijn gekomen. Deze inzichten hielpen de vrouwen om zich kalmer en hoopvoller te voelen, en zich meer gemotiveerd voelden. Ze hebben vertrouwen dat er licht aan het einde van de tunnel is. Rama gaf aan:

*“Het luisteren naar de ervaringen van Bouchra, die qua leeftijd ouder is dan ik, geeft mij hoop dat ik ook iets kan doen. Luisterend naar haar wordt mijn frustratie minder, ik zie dat ik nog tijd nodig heb om dingen en doelen te kunnen bereiken.”*

Bij nadere beschouwing blijkt dat vrouwelijke moeders zich over het algemeen ongelijk voelden in vergelijking met andere vrouwen die alleenstaand zijn of oudere kinderen hebben. De vrouwen geven voorrang aan de zorg voor hun kinderen, waardoor de persoonlijke ontwikkeling van de vrouw voor de toekomst tijdelijk wordt stopgezet of uitgesteld (zie verder paragraaf 4.4).

## 4.3 Verwachtingen en resultaten

### Nederlandse taal leren en oefenen

Uit de interviews blijkt dat de deelnemers aan het project vooraf verwachtten meer de Nederlandse taal te oefenen en met de Nederlandse cultuur kennis te maken. Bovendien koesterden de vrouwen de verwachting dat ze hun netwerk zouden uitbreiden en meer met andere individuen zouden communiceren. Opvallend is dat de vrouwen die in het AZC verbleven, duidelijk positiever spraken over het project. Dit kan worden toegeschreven aan het feit dat vrouwen in het AZC over het algemeen meer vrije tijd hebben en beperkte mogelijkheden hebben om deel te nemen aan diverse activiteiten in de stad. Zafra vertelde:

*“Mijn verwachtingen van het deelnemen, eerlijk te zeggen allen de taal, ik ben nooit naar zo’n cursus gegaan, dus voor mij was het heel nieuw, wij begonnen de les soms met fysieke oefeningen, het was heel leuk, Maar eerlijk te zeggen, ik had geen verwachtingen behalve de Nederlandse taal.”*

Meerdere vrouwen zeiden echter dat de Nederlandse taal heel weinig zichtbaar is in het project. Ze denken dat dit komt doordat er verschillende vrouwen die verschillende talen spreken bij elkaar in de klas zaten, waardoor de Engelse taal het meest werd gebruikt tijdens de bijeenkomsten. Hier sprak Rama erover:

*“In de bijeenkomsten hadden wij de groepsleider die allen Engels praat (en dit is niet de bedoeling van ons om Engels te leren) wij hadden ook Suha als een tolk en soms hadden wij ook in de groep Nederlandse taal docent. Helaas omdat de groepsleider geen Nederlands spreekt dan moest Suha de tolk voor ons van Engelse taal naar Arabische taal vertalen, en waar is de Nederlandse taal dan?”*

### Veilige en betrouwbare ruimte

De veilige ruimte, de betrouwbare sfeer van de bijeenkomsten werd in de interviews herhaaldelijk benadrukt en zeer vaak genoemd, vrijwel alle vrouwen hadden er een prettig gevoel bij en voelden zich veilig om hun ervaringen met andere vrouwen te delen. Zoals Rama hier zegt:

*“De veiligheid is ook verbonden aan dat wij elkaar al kennen en ook dat in het algemeen de Nederlandse mensen zijn vrolijk en lief, zij gaan met ons op een gelijkwaardige manier maar niet als een baas of dictator.”*

Opvallend is dat alle vrouwen het erover eens zijn dat hun deelname aan het project heeft bijgedragen aan het opbouwen van nieuwe vriendschappen met vrouwen met dezelfde achtergrond of met Nederlanders die als vrijwillige groepsleerkracht bij het project betrokken waren. Soula vertelde: ‘het was voor mij het doel om andere vrouwen te leren kennen’. Door deel te nemen aan bijeenkomsten van Breath of Hope kregen deze vrouwen een welkome ruimte waar ze veilig en zonder oordelen contact konden maken met anderen en de Nederlandse taal wat konden oefenen, Zafra vervolgde:

*“In de groep waren wij 10 vrouwen, ze zijn leuk, Arabische sprekende groep. De stichting heeft veilige ruimte voor ons gecreëerd die ik persoonlijk heb gemist in Syrië, Het was heel rust in de bijeenkomsten, met elkaar kletsen. Zij waren transparant en zij accepteren ons helemaal”*

Andere vrouwen associeerden het gevoel van vertrouwdheid en veilige ruimte met hun comfort in de specifieke context waarin ze zich bevinden. Elke cultuur heeft diverse manieren om pijn en zorgzaamheid uit te drukken. Voor sommige vrouwen wijkt het gebruik van bepaalde coping methoden sterk af van hun gebruikelijke aanpak, wat resulteert in het verlies van veiligheid en betrouwbaarheid, omdat deze manieren van omgaan niet overeenkomen met hun referentiekader, Fatin vertelde erover:

*“Jij kan vertrouwen in het project krijgen als jouw vraag met praktische hulp of advies gevolgd wordt. Het gaat niet over: ‘ga maar wandelen, laat jouw man voor één dag de kinderen verzorgen’. Dat zijn puur witte oplossingen...jaaa die oplossingen passen niet bij onze cultuur.”*

En verder voegt ze toe:

*“Iedereen heeft bijna dezelfde ervaringen, er was ook een vrouw met psychische problemen, wij voelden toen empathie voor haar, wij luisterende naar haar met empathie en medeleven. Maar de empathie leidt volgens mij tot niets, een reactie te hebben als ‘oh jaa, wat vervelend ... Wat heftig ... ‘is toch niet behulpzaam’. Ik vond het niet een goede manier om te reageren op een heftige ervaring of verhaal.”*

### **Praktische resultaten**

Sommige vrouwen hadden verwachtingen gericht op het bereiken van meer praktische doelen. De vrouwen die al een tijdje in Nederland zijn en de inburgering hebben afgerond, hadden verwacht dat ze een duidelijk plan voor hun toekomst zouden maken. Onder andere dat ze aan het eind van het project werk zouden vinden en een opleiding zouden krijgen. Deze verwachtingen ontstonden om twee redenen: ten eerste omdat de uitleg over het project niet duidelijk genoeg was voor de vrouwen, waardoor de verwachtingen anders waren dan wat het project beoogde. Ten tweede hebben vrouwen die het druk hebben met hun kinderen en het vinden van werk andere behoeften en doelen dan vrouwen die net naar Nederland zijn gekomen. De vrouwen die langer in Nederland zijn, zeiden behoefte te hebben aan een project waar ze praktische tips en adviezen krijgen voor hun toekomst en de toekomst van hun familie. Vrouwen die aan het project deelnamen vanuit deze praktische verwachtingen, toonden teleurstelling over het project omdat dit project hen niet opleverde wat ze nodig hebben. Zena gaf aan:

*“Ja, ik deelde mijn ervaringen en mijn angst, maar de reactie die ik kreeg ‘oh, wat vervelend, jij hebt veel meegemaakt, kan jij nu verder met jouw leven, ben jij klaar met jouw verleden?’ Mijn antwoord is in het algemeen: ja ben ik! maar ik wil verder stappen inzetten. Ik heb veel meegemaakt, de oorlog, veel angst en ... en ik ben klaar om volgende stappen te nemen, Maar ik was in shock ... zij concentreren enorm op jouw problemen en ervaringen zonder een oplossing of stappenplan met je te maken. De docenten daar zijn vrijwilligers, dus zij doen dit werk gratis en niet goed genoeg denk ik, bovendien waren de bijeenkomst online.” [NB zij nam deel tijdens corona]*

Andere vrouwen keken kritisch naar de reflectiebijeenkomsten. Eén vrouw vond dat de bijeenkomsten en het delen van ervaringen niet overeenkwamen met wat zij van het project verwachtte. Zena zei bijvoorbeeld:

*“Kijk, ik wil of moet een moeder, een vrouw ... 100 dingen zijn, ik moet een kindje zijn die met haar kinderen kan spelen, ik heb oplossingen nodig voor mijn problemen, ik heb praktische tips hulp nodig meer dan gewoon in gesprek komen met andere vrouwen over mijn emoties en ervaringen.”*



Na het uitwisselen van de ervaringen kon de vrouw voor zichzelf geen concrete praktische resultaten noemen die te maken hebben met opvoeding, werk, studie en taal. Deze behoefte aan praktische opbrengsten komt doordat sommige vrouwen een stap verder in hun eigen ontwikkeling zijn en een stap verder in hun kennis en integratie binnen Nederland.

De vrouwen benutten het moment van het delen van ervaringen met iedereen en het luisteren naar elkaar als een soort check-moment waarin de vrouw bevestiging krijgt van zowel de groep en als de docent dat zij op de juiste weg is. Dit draagt bij aan het vergroten van haar gevoel van eigenwaarde. Zena voegt toe:

*“Soms krijg ik bevestiging van de groep en van de tolk dat ik goed bezig ben en dat geeft mij een heel goed gevoel. Dit gevoel kreeg ik toen Bouchra de tolk in de groep was en de groep was heel klein (4 vrouwen). Toen voelde ik dat ik meer zelfvertrouwen heb en dat ik gewaardeerd werd. In die kleine groep werd ik aangemoedigd om dingen te vertellen. Als ik een andere vrouw zie die ook haar ervaring deelde dan wilde ik dat ook doen.”*

## 4.4 Empowerment

Tijdens de interviews probeerden we zicht te krijgen op de vraag in hoeverre vrouwen zich meer empowered voelen dankzij het project. We deden dat via verschillende ‘omwegen’, want de term ‘empowerment’ klinkt erg complex.

### Opluchting en innerlijke vrede

Als de vrouwen werd gevraagd: “Wat hebben jullie bereikt door deel te nemen aan het Breath of Hope -project?” antwoordden de meesten een gevoel van innerlijke vrede en opluchting te hebben ervaren door het delen van hun eigen ervaringen met andere vrouwen. Tijdens een bijeenkomst met als hoofdt thema 'mooie en heftige herinneringen' deelden de vrouwen talloze emotionele verhalen uit hun verleden. Er werden bijvoorbeeld ervaringen besproken van een vrouw die openhartig over haar ouders sprak en herinneringen uit haar kindertijd. Anderen vertelden over oorlog en de impact ervan op hun leven. Elk verhaal raakte de vrouwen diep, waardoor de vrouwen emotioneel werden en soms tot tranen toe werden bewogen. De vrouwen ervoeren de bijeenkomsten als een familiale sfeer waarin ze met elkaar konden praten en zichzelf konden uiten. Sommige vrouwen verwezen naar hun behoefte om te praten en de eenzaamheid te delen die bijna elke nieuwkomer voelt. De nieuwkomer laat familie, ouders en vrienden achter in andere landen. Het verblijven in een AZC vergroot het gevoel van eenzaamheid waar de vrouwen bijna de hele dag in isolement zitten. Het sociale en het veilige contact met andere mensen bij Breath of Hope was heel waardevol voor deze vrouwen, Soula vertelde:

*“Daar luister jij naar de verhalen van andere vrouwen, deel jij ook jouw eigen verhaal. Jij krijgt het gevoel van ontlading, met iedereen kun jij veel dingen bespreken met andere vrouwen sinds jouw familieleden wonen heel ver weg van jou. Je hebt meer behoefte om met mensen te communiceren en van hun kennis te ontvangen.”*

Fina vertelde:

*“Door het delen van herinneringen, dacht ik daar weer aan en kwam alles terug. Dat was niet zo makkelijk, maar ja, ik probeer wel verder te leven en door te gaan. Het delen was goed, die dingen waren toen en nu zijn we in het heden. Dus mijn focus is op het heden.”*

## Durven

*“Terwijl anderen eerst hun ervaringen deelden, dacht ik: waarom zou ik dat ook niet doen. Waarom hou ik me in en vertel ik het niet gewoon. Toen ging ik vertellen en dat luchtte op.”*

Met dit citaat verwees Felicia naar haar eigen ervaring met durven. Ook andere vrouwen wezen op 'de moed of de durf' die zij hebben verworven door hun deelname aan het project. Omdat de bijeenkomsten een veilige ruimte boden waar geen oordeel plaats vond en waar iedere vrouw gelijk was, voelden vrouwen zich aangemoedigd om openlijk over hun problemen, behoeften en dromen te praten. Hoewel het moeilijk was om open te staan voor het delen, werd het makkelijker om te delen wanneer andere vrouwen uit de groep dat deden. Door tijdens de bijeenkomsten hun eigen ervaringen te durven delen, leerden de vrouwen opener te zijn in hun dagelijks leven, Soula zegt:

*“Vroeger voelde ik me vreemd hier in NL, maar nu ...ik kan makkelijk mezelf voorstellen, ik kan ook met andere praten, ik voel me niet meer verlegen of dat ik een iemand die niet met andere mensen wil communiceren. Tijdens de bijeenkomsten heeft het project aan ons ruimte gegeven om onze eigen verhalen, wat ligt in ons hart, en ervaringen met elkaar kunnen delen. Het was leuk. Je bent nu een nieuwkomer, een vreemd persoon in een nieuw land dan heb jij mensen om jou heen nodig om met hen te communiceren.”*

Hanna zei het volgende er over: *“For me, it showed me that I was not the only one who was having these kinds of emotions and it showed me that it's okay to share your emotions and feelings.”*

Het uitwisselen van ervaringen met onbekende vrouwen die niet tot de persoonlijke kring behoorden, zorgde voor een extra dimensie van gemak en vertrouwen. De vrouwen konden openhartig en transparant met elkaar communiceren zonder angst voor veroordeling. Mevrouw Haya gebruikte de term 'bevrijding' om te beschrijven in hoeverre vrouwen zich op hun gemak voelden tijdens de bijeenkomsten, waardoor ze zonder schaamte of angst hun ervaringen met elkaar konden delen.

*“De dingen die ik tijdens de bijeenkomsten deelde zijn persoonlijke dingen waar ik vaak met mijn zus over praat, maar toen heb ik met vreemde vrouwen erover gehad. Dat voelt ook heel fijn en goed omdat ze de details niet weten en ik voelde dat ik gehoord ben ondanks alles in mijn persoonlijkheid.”*

Zafra vertelde:

*“Wat ik heel leuk vond was dat jij met nieuwe onbekende mensen in de klas zit daarom kun jij helemaal open staan en transparant over alles vertellen, ik voel me op mijn gemak in de groep met die onbekende vrouwen. Ik had geen angst of aarzelen in het delen. Ik voel me heel comfortabel tot dat niveau dat ik een keertje met iedereen persoonlijke dingen heb gedeeld, tot tranen. En ik heb gehuild.”*

## Ontlading

Tijdens de interviews met de vrouwen over Breath of Hope benadrukten de vrouwen dat zij de bijeenkomsten zagen als momenten waarop elke vrouw zich kon ontladen, praten en naar anderen kon luisteren. Sommige vrouwen hebben het moment van luisteren en praten met elkaar als essentieel onderdeel van het project ervaren, omdat ze zich gehoord en gezien voelden en iedereen

aandacht had voor elkaar. De sfeer tijdens de bijeenkomsten was geruststellend en comfortabel, waardoor elke vrouw zich gemakkelijk kon uiten en praten. Hanna vertelde hierover:

*“Ondanks dat het niet makkelijk was om te delen, was het een opluchting voor mee om te delen met anderen. Het werd makkelijker om te delen wanneer andere vrouwen uit de groep gingen delen.”*

Soms deelden de vrouwen emotionele en persoonlijke ervaringen met elkaar, wat een diepe indruk achterliet op alle aanwezigen. Ook dit maakte veel emoties los bij de deelnemers. Zo had Soula de ervaring dat ze in de groep gehoord, gesteund en gewaardeerd werd. Iets wat ze niet heeft ervaren in de Arabische wereld. Soula zegt het volgende:

*“Ik had het gevoel dat wij als familie zijn. Tijdens de bijeenkomsten voelde ik me gehoord en gesteund, ik voelde waardering in tegenstelling van onze Arabische landen. Het is echt een groot punt voor mij, mijn ideeën en mijn dromen worden echt gewaardeerd door de vrouwen en de docenten.”*

Aan de andere kant waren er vrouwen die vonden dat het doel van de bijeenkomsten niet voldoende duidelijk was. Sommige vrouwen misten de continuïteit van bepaalde onderwerpen, aangezien elke bijeenkomst was gewijd aan één specifiek onderwerp en slechts twee uur duurde. Voor een groep van 6 of 7 vrouwen was er niet altijd voldoende tijd, waardoor niet iedereen de gelegenheid had om bepaalde punten uitgebreid te bespreken.

De bijeenkomsten werden ervaren als kansen waarbij iedere vrouw de gelegenheid kreeg zich te ontladen, te praten en naar anderen te luisteren. Voor sommige vrouwen waren dit onmisbare momenten, omdat zij zich gehoord en gezien voelden en iedereen aandacht had voor elkaars perspectieven. Aan de andere kant waren er enkele vrouwen die al langer in Nederland zijn, en die wat verder in hun ontwikkeling zijn van mening dat het delen van ervaringen onderling geen praktische resultaten opleverde die zij in hun dagelijks leven konden toepassen.

## **Zelfreflectie**

*Ik ben niet alleen*

Tijdens de interviews gaven de vrouwen aan dat ze door naar elkaars ervaringen te luisteren ook konden reflecteren op hun eigen situatie en persoonlijke ervaringen. Fina vertelde erover:

*“Voor mij werd duidelijk dat ik niet de enige was met deze emoties en het werd duidelijk dat het oké is om je emoties en je gevoelens te delen.”*

De vrouwen vergeleken onbewust hun eigen ervaringen of problemen met die van anderen, waardoor ze zelf over hun situatie konden nadenken. Dit deed hen beseffen dat ze niet alleen waren in bepaalde ervaringen, wat hun gevoel van dankbaarheid versterkte dat ze niet alleen waren in hun worsteling met hun persoonlijke uitdagingen en dat andere vrouwen die uitdagingen heel goed herkennen. Het besef dat er andere vrouwen zijn die veel hebben meegemaakt in het leven bevordert de zelfreflectie en helpt de vrouw om met een nieuw perspectief naar haar eigen leven te kijken. Zo vertelde Zafra:

*“Het was heel diep en leuk om naar andere te luisteren en weet je, tijdens het luisteren naar de ervaringen ontdek jij dat jij niet de enige bent die problemen in het leven heeft, helemaal niet, jij ziet dat andere vrouwen ook andere problemen hebben (Arabische uitdrukking: Wie het ongeluk van anderen ziet, zijn ongeluk zal gemakkelijk voor hem zijn).”*

*Waar ik nu sta*

Tijdens de interviews vertelden de vrouwen ook dat wanneer ze reflecteren op de ervaringen van andere vrouwen, ze zich bewust worden van haar eigen behoeften en de stappen die ze kunnen zetten om verschillende doelen te bereiken. Zena zei:

*“Misschien als je adviezen of vragen van andere mensen ontvangt dan helpt het jou om verder in jezelf te kijken waar het fout gaat en wat jij beter kan doen?”*

En van Rama hoorden wij:

*“Het luisteren naar de ervaringen van andere mensen doet mij nadenken waar ik nu sta als moeder, hoe kijk ik naar mijn opvoeding tegenover mijn kinderen, hoe houd ik mijn tradities en waarden in dit land in stand.”*

*Wat heb ik nodig*

Aan de andere kant associeerden sommige vrouwen het gevoel van vertrouwen met culturele gevoeligheid en hun benadering van zelfexpressie. Tijdens de interviews gaven sommige vrouwen aan dat ze gewend waren om openlijk met familieleden in eigen land over hun problemen en uitdagingen te praten, wat hen een gevoel van veiligheid en verbondenheid gaf. Deze vrouwen verlieten hun thuisland, waar ze nauwe banden met hun families hebben en ze missen deze intieme band, waardoor ze elders vertrouwde bronnen gaan zoeken. In elke cultuur hebben mensen hun eigen manieren om pijn en zorgen te uiten. Bij sommige vrouwen wijkt het gebruik van bepaalde coping methoden sterk af van in Nederland gebruikelijke aanpakken, waardoor gevoelens van veiligheid en vertrouwdheid verloren gaan, omdat de coping methoden niet aansluiten bij hun eigen referentiekader. In die zin gaf Fatin aan:

*“Ik ben gewend in Syrië om over mijn problemen en emoties met mijn familie te praten. In de groep vind ik het soms moeilijk om persoonlijke ervaringen, emoties te delen. Het is beter als de vrouw bewust is van dat er veel mensen zijn die op verschillende manieren reageren.”*

En Zena zei:

*“Het delen van ervaringen vind ik persoonlijk niet erg van belang is want jouw pijn, angst, ervaring, frustratie blijft in jouw leven, diep in jou, misschien ga jij je beter voelen maar toch het gevoel van tijdelijke rust! Ik voel me sterk als ik aan de slag ben, maar als ik over mijn uitdagingen praat bijvoorbeeld met kinderen, de taal ...et cetera, ja dan kan ik geen rust voelen. Het delen van de emoties en vooral het verdriet en de pijn is echt voor niks, het vergroot jouw pijn en angst meer denk ik, maar als je praat over actieve positieve dingen dan merk jij het verschil.”*

## **Netwerken**

Uit de interviews bleek dat het grootste voordeel van deelname aan het Breath of Hope-project volgens de vrouwen het netwerken en het maken van nieuwe vrienden is. De vrouwen hebben nieuwe vriendschappen opgebouwd die ook na het project in leven zijn gebleven. Haya zegt:

*“Ik heb mijn beste vriendin tijdens het project gevonden en ik heb veel contacten met andere vrouwen opgebouwd.”*

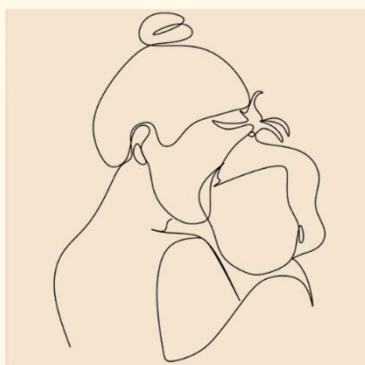
Maar het netwerk beperkt zich niet tot de vrouwen van de doelgroep. Door het project hebben de deelnemers ook een Nederlands netwerk opgebouwd, vertelt Zafra:

*“Ik heb ook vrienden gemaakt maar het leukste onderdeel dat de Nederlandse docent na de afronding van het project mijn contact gegevens heeft gevraagd, en nu geeft zij me één of twee keer per week Nederlandse lessen, wij zijn nu hele goede vrienden.”*

Deze uitbreiding van sociale connecties heeft niet alleen geleid tot blijvende vriendschappen, maar heeft ook bijgedragen aan verdere integratie en onderling begrip.

## 4.5 Moederschap

De vrouwen die moeder zijn hebben benadrukt dat hun gezinssituatie een grote rol speelt in hoe zij naar de toekomst kijken. Ze ervaren gevoelens van overweldiging, door het moeten zorgen voor hun gezin in een ander land met een andere cultuur. Ze zijn enthousiast over de taal, het werk en de toekomst, maar realiseren zich ook dat hun gezinssituatie in de weg kan staan van hun verdere ontwikkeling. De moeders ervaren aanzienlijke druk in hun rol als gevluchte moeders in Nederland. Vaak zien we dat de kinderen direct naar school gaan, en de ontwikkeling van de kinderen vaak sneller gaat dan die van de ouders. Hierdoor ervaren met name de moeders ongemak vanwege hun beperkte kennis van de Nederlandse taal. Tijdens de interviews gaf Rama aan dat haar initiële motivatie om deel te nemen aan het project en de taal te leren voortkwam uit het streven naar betere communicatie met haar kinderen.



*“De taal gaat mij helpen mij om zelfstandig moeder te zijn – de taal is voor iedereen is het grootste drempel in het communiceren en netwerken en bovendien heb ik de taal nodig voor de opvoeding van mijn kinderen zodat mijn kinderen mij kunnen begrepen en andersom. Voor mij was het mijn grootste motivatie, ik moet de taal leren voor mijn kinderen. Ik voelde me hulpeloos toen mijn dochter een vraag stelde die ik niet begreep en waar ik geen antwoord op had.”*

Tijdens de gesprekken met moeders kwam het thema van de invloed van het moederschap op de ontwikkeling van vrouwen regelmatig ter sprake. De moeders wisselden hun ervaringen met elkaar. Rama vertelde:

*“Als moeder neem ik de meeste verantwoordelijkheid voor mijn kinderen, mijn man spreekt Engels, maar ik ben degene die de Nederlandse taal moest leren omdat ik de hele dag met mijn kinderen bezig ben, en de kinderen worden vooral geconfronteerd op nieuwe scholen met de nieuwe omgeving, taal en cultuur. Binnen de groep van Breath of Hope zat ik ook met andere moeders die met hetzelfde uitdagingen omgaan.”*

Om de vraag te beantwoorden in hoeverre deze moeders de interculturele facilitator als rolmodel zien, hebben de vrouwen in hun antwoord twee aspecten aangegeven, namelijk hoop en inspiratie. De moeders verwijzen vaak naar persoonlijke en familiale omstandigheden, vooral vrouwen die met hun gezin naar Nederland zijn gevlucht, jonge kinderen hebben gekregen en ver zijn van steun van de familie. Hierdoor ervaren zij vaak belemmeringen in hun persoonlijke ontwikkeling. De moeders geven prioriteit aan de opvoeding van hun kinderen, wat veel tijd en energie vergt, vooral omdat ze voortdurend op zoek zijn naar een evenwichtige opvoeding voor hun kinderen. Daarnaast ervaren de vrouwen het gebrek aan familie en vrienden in het nieuwe land, wat zij vaak zien als obstakels die hun persoonlijke groei vertragen. Binnen het Breath of Hope-project luisteren de moeders naar de ervaringen van de interculturele facilitator. De vrouwen gaven aan dat de ervaring van de facilitator hen hoop geeft en dat er altijd kansen en mogelijkheden zijn voor verdere ontwikkeling in de toekomst.

De moeders vergelijken de omstandigheden van de interculturele facilitator met die van henzelf, zoals of de facilitator al dan niet kinderen heeft. Vaak concluderen de moeders dat de ervaring en kennis van de interculturele facilitator niet direct toepasbaar lijkt te zijn op hun eigen leven. Desondanks gaf het luisteren naar de ervaringen van de interculturele facilitator wel hoop voor de vrouwen, dat niets onmogelijk is en dat alles kan. Rama zei het volgende daarover:

*“Ik denk dat de omstandigheden soms sterker zijn dan jij. En ik denk ook dat de omstandigheden van Suha (de intercultural facilitator) haar hebben geholpen om kansen te kunnen pakken en niet meer. Suha heeft met mij over vrijwilligerswerk gepraat, maar ja ik kan niet, ik heb kinderen en niemand van mijn familie aanwezig hier in Nederland dus niemand kan mij helpen.”*

En Zena zei:

*“Bouchra, de intercultural facilitator, is een inspiratie maar haar kinderen zijn groot. Ik weet ook dat nu ik nu dingen niet kan doen, ik ben een moeder, ik heb kleine kinderen, ik moet wachten totdat de kinderen naar school gaan om eventjes over mezelf te denken. Ik word door Bouchra geïnspireerd maar dat betekent niet dat ik meteen aan de slag kan gaan, Bouchra heeft andere omstandigheden, haar kinderen zijn groot.”*

Het moederschap blijkt een centraal thema te zijn in de ontwikkeling van deze vrouwen. Ze delen ervaringen en uitdagingen met elkaar, vooral omdat ze allen gevluchte moeders zijn met jonge kinderen. Het gebrek aan steun van familie en vrienden in het nieuwe land wordt vaak gezien als een obstakel dat hun persoonlijke groei vertraagt en dat soms tot een gevoel van ongelijkheid leidt.

## 4.6 Wat kunnen wij concluderen?

### Vriendschap en netwerk

De vrouwen benadrukken dat hun deelname aan het project Breath of Hope heeft geleid tot het ontstaan van vriendschappen en het opbouwen van een sociaal netwerk. Dit aspect kwam herhaaldelijk naar voren tijdens de interviews. De vrouwen onderkennen het belang van het sluiten van vriendschappen en het opzetten van een eigen netwerk. Zij zien het project vooral als een veilige omgeving waarin zij open en vrij met elkaar kunnen communiceren.



### **Empowerment**

De verwachtingen van de vrouwen zijn soms groter of anders dan wat het project te bieden heeft. De vrouwen namen deel aan het project met verschillende doelen voor ogen. Sommigen richtten zich op het verbeteren of leren van de Nederlandse taal, anderen zochten ondersteuning bij het vinden van een baan of het opbouwen van een carrière. Voor vrouwen die in het AZC verbleven, bood deelname aan het project de mogelijkheid om buiten de grenzen van het AZC te treden en in contact te komen met de bredere samenleving, inderdaad kennis maken met de Nederlandse cultuur.

De uiteenlopende doelen van de vrouwen laten zien dat empowerment een prioriteit is voor elk individu. De definitie van empowerment van het project spoort met wat de vrouwen denken en ervaren, hoewel ze soms vooral andere verwachtingen hebben en de groei die ze doormaken niet altijd als zodanig herkennen. Het is bovendien iets dat tijd kost.

### **De interculturele facilitator als een rolmodel**

Vrouwen die tijdens hun verblijf in het AZC aan het project deelnamen, beschouwden de interculturele facilitator als rolmodel. Zij zagen kansen om verrijkt te worden door de ervaring en kennis van deze facilitator. Aan de andere kant zagen vrouwen die al lang in Nederland wonen en zich verder ontwikkeld hebben de interculturele facilitator (vanwege hun eigen gevorderde ontwikkeling) niet als rolmodel. Ze vergeleken de levensomstandigheden van de facilitator, zoals het hebben van een gezin met (jonge) kinderen, en verschillen in leeftijd, met die van henzelf. Wanneer de omstandigheden van de facilitator vergelijkbaar waren met die van de vrouwen, werden zij eerder als rolmodel gezien.

### **Gelijkheid**

Uit de interviews blijkt dat de vrouwen een gevoel van gelijkheid ervaren. Zij benadrukten dat de sfeer binnen het project deze gelijkheid bevordert. Omdat alle vrouwen een soortgelijk pad hebben bewandeld, voelen zij zich met elkaar verbonden. Binnen deze gemeenschap delen zij ervaringen en kennis, waardoor ze elkaar begrijpen en zich in elkaar herkennen. De aanwezigheid van de interculturele facilitator versterkte het gevoel van gelijkheid.

### **Onduidelijk wie welke rol had in de groep**

Tijdens de afname van de interviews met de deelnemers werd het duidelijk dat het voor de vrouwen vaak onduidelijk was wie welke rol had. Omdat dit onduidelijk was voor de vrouwen, was

het lastig in beeld te krijgen wat precies de rol en bijdrage van de interculturele facilitator was en wat die van de groepsbegeleider en de Nederlandse docent. In de Engels sprekende groep was een facilitator uit Syrië aanwezig, die werd gezien als vertaler voor de twee Arabischspreekende deelnemers uit deze groep. Hoewel deze facilitator als vertaler werd gezien en geen vergelijkbare culturele achtergrond had met de andere vrouwen uit de Engels sprekende groep, werden haar gedeelde kennis en ervaringen wel gezien als waardevol.

### **De timing van de deelname aan het project**

Een deel van de vrouwen heeft tijdens hun verblijf in een AZC deelgenomen aan het project, een ander deel na hun inburgering. Door de interviews naast elkaar te leggen, is er verschil te zien in hoe de vrouwen het project ervaren hebben. Zo viel het op dat de vrouwen die tijdens hun verblijf in een AZC hebben deelgenomen aan het project, positiever waren over het project dan de vrouwen die hebben deelgenomen na hun inburgering. De vrouwen die nog niet lang in Nederland zijn, zien in het project een plek waar ze met elkaar kunnen praten, emotionele compensatie voor het missen van familie en vrienden. Deze vrouwen vinden in het project de vrienden waar ze zich comfortabel bij voelen en zich gehoord voelen. Voor de vrouwen die verder gevorderd zijn in hun ontwikkeling ontbrak het aan praktische meerwaarde van het project. Zij zijn op zoek naar meer dan praten over emoties en luisteren naar de ervaringen van anderen en hebben behoefte aan praktische resultaten.

### **Vrouwen met kleine kinderen**

Naast dat het opvallend was dat de leefsituatie van de vrouwen op moment van deelname uitmaakt voor de ervaring van het project, is de gezinssituatie ook een relevante factor. Vrouwen met kleine kinderen hebben ervaren dat ze zich minder kunnen spiegelen aan de intercultural facilitators als die geen kinderen of alleen oudere kinderen hadden.

### **Onvoldoende uitleg over het project**

Het ontbreken van een duidelijke uitleg van het project schept uiteenlopende en soms (te) hoge verwachtingen bij de deelnemers, bijvoorbeeld op het gebied van het leren van de Nederlandse taal en het vinden van werk. Het lijkt zinvol om voorafgaand aan de start van het project meer duidelijkheid en informatie te bieden aan de deelnemers over wat ze wel en niet kunnen verwachten.



## Bijlage: Methodische verantwoording van de interviews

Een van de criteria voor het werven van vrouwen is dat de vrouwen hebben deelgenomen aan de reflectiegroepen en de activiteit met succes hebben afgerond; dat wil zeggen dat ze een certificaat van deelname hebben ontvangen. Een ander criterium is dat de aanwezigheid van een interculturele facilitator in de groep waaraan de vrouw heeft deelgenomen en de taal waarin het interview is afgenomen. De werving van de deelnemers voor de interviews is uitgevoerd door de projectleider van het project Breath of Hope en de executive director van de stichting Road of Hope. De projectleider en executive director hebben het contact tussen de onderzoekers en deelnemers gefaciliteerd.

Er zijn deelnemers geworven uit twee verschillende cycli van de reflectiegroepen van het project Breath of Hope. Er zijn vrouwen geworven die aan de groep die eind oktober van start ging en duurde tot december 2022. De verwachting was dat vrouwen uit deze cyclus nog konden reflecteren op de deelname aan de reflectiegroep. De groepsleidster was afkomstig uit Syrië en vervulde ook de rol van interculturele facilitator. Deelnemers uit de cycli zijn tot 2022 voornamelijk vrouwen uit Arabisch sprekende landen geweest en dan met name uit Syrië. Daarnaast zijn er uit de eerste cyclus van 2023 deelnemers geworven. In 2023 is Road of Hope gestart met het bereiken van vluchtelingen uit andere landen en zijn hiervoor Engels sprekende groepen gefaciliteerd. Deelnemers uit deze eerste cyclus van 2023 hebben deelgenomen aan de Engelsspreekende groep, in aanwezigheid van een interculturele facilitator uit Syrië.



In 2023 was er ook een Spaansspreekende groep. Echter zijn er uit de Spaansspreekende groep geen deelnemers geworven, vanwege de extreme taalbarrière en de afwezigheid van een interculturele facilitator. Enkele vrouwen van de eerste cyclus van 2023 hebben de cursus bovendien niet met succes afgerond (geen certificaat ontvangen) vanwege verhuizing naar andere steden. Hierdoor voldeden zij niet aan de wervingscriteria voor deelname aan de interviews.

Het doel was om in totaal tien deelnemers uit de laatste cyclus van 2022 en eerste cyclus van 2023 te werven. Vanwege taalbarrières is dat niet helemaal gelukt. Uiteindelijk hebben we negen deelnemers individueel geïnterviewd, waarvan zes uit de Arabischspreekende groep en drie uit de Engelsspreekende groep. Drie van de negen deelnemers uit de laatste cyclus van 2022, hebben overigens in 2019 al deelgenomen aan een reflectiegroep. Dit was in hetzelfde Breath of Hope project met dezelfde methodologie, echter met een andere groepsleidster. Ze hebben in meerdere fasen deelgenomen aan het project, vanwege de COVID-19 pandemie.

Alle interviews hebben plaatsgevonden tussen half oktober en half november en zijn door twee onderzoekers afgenomen. Het eerste interview met een deelnemer uit de Engels sprekende groep is gezamenlijk door de onderzoekers afgenomen. De andere interviews hebben de onderzoekers individueel afgenomen. De deelnemers uit de Arabisch sprekende groep zijn geïnterviewd door een vloeiend Arabisch sprekende onderzoeker. De deelnemers uit de Engels sprekende groep zijn geïnterviewd door een vloeiend Engels sprekende onderzoeker. Op een interview na, zijn alle interviews face to face afgenomen. Een interview is vanwege een recente verhuizing van een deelnemer via videobellen afgenomen. Alle interviews zijn vertaald door dezelfde onderzoekers die de interviews hebben afgenomen.



De topiclijst die is gebruikt voor de interviews, is ook gebruikt voor de codering. Voor het waarborgen van de interbeoordelaars-betrouwbaarheid, hebben de onderzoekers ieder een gecodeerd interview uitgewisseld en vergeleken om er zeker van te zijn dat de codering op dezelfde manier is uitgevoerd. De citaten zijn soms omwille van de leesbaarheid in geringe mate aangepast. Er zijn fictieve namen gebruikt bij de citaten met het oog op de anonimiteit van de deelnemers.

Om het profiel van de deelnemers in dit onderzoek inzichtelijk te maken, zijn er enkele basiskenmerken uitgevraagd, waaronder hun leeftijd, leefsituatie, land van herkomst, verblijf in Nederland, woonsituatie (op moment van deelname aan project en op dit moment) en status (op moment van deelname aan project en op dit moment).

De meeste deelnemers waren tussen de 26 en 35 jaar oud, enkele deelnemers waren tussen de 46 en 57 jaar oud. De meeste vrouwen zijn getrouwd en hebben kinderen. De kinderen van de vrouwen verblijven ook in Nederland en een aantal wonen samen met hun kinderen. Van de deelnemers zijn de meeste vrouwen afkomstig uit Syrië, een vrouw uit Palestina, een uit Eritrea afkomst en een uit Nigeria. De duur van het verblijf in Nederland varieerde tussen een half en acht jaar.

Op het moment van deelname aan het project woonden ongeveer evenveel deelnemers in een AZC als in een eigen woning. Op het moment dat het interview is afgenomen, woonden de meeste deelnemers in een eigen woning. Tijdens de deelname aan het project waren evenveel deelnemers in procedure als ingeburgerd. Een enkeling beschikte over een verblijfsvergunning. De verhouding van de status van de deelnemers was iets anders: de meerderheid was ingeburgerd, er beschikten een paar over een verblijfsvergunning en twee enkelingen waren nog in procedure.

Tabel 1 Persoonskenmerken	n=9
Leeftijd, gemiddelde (in jaren)	35.2
Leeftijd, per categorie	
26-35	7
36-45	0
46-57	2
<b>Leefsituatie</b>	
Gehuwd/ongehuwd	7/2
Kinderen ja/nee	5/4
<b>Land van herkomst</b>	
Syrië	6
Palestina	1
Eritrea	1
Nigeria	1
<b>Verblijfsduur in Nederland</b>	
In jaren (gemiddelde)	5.1
In categorieën	
0.5-2 jaar	5
3-6 jaar	1
6-8 jaar	3
<b>Woonsituatie op moment van deelname aan project</b>	
AZC	5
Eigen woning	4
<b>Woonsituatie op het moment van het interview</b>	
AZC	2
Eigen woning	7
<b>Status tijdens deelname aan project</b>	
In procedure	4
Verblijfsvergunning	1
Ingeburgerd	4
<b>Status op het moment van interview</b>	
In procedure	2
Verblijfsvergunning	3
Ingeburgerd	4

# 5 De kracht van ervaringskennis.

## Samenvatting en conclusies

### 5.1 Breath of Hope

Breath of Hope is een project dat werd ontwikkeld door de Road of Hope Foundation. Het project heeft tot doel de barrières en obstakels voor sociale integratie te verminderen, met nadruk op het emotionele welzijn van vrouwen die recentelijk in Nederland zijn aangekomen. Breath of Hope streeft ernaar de ongelijkheid aan te pakken zoals vluchtelingen die ervaren, en dan vooral vluchtelingenvrouwen. Vrouwen vormen een groep die speciale aandacht en begrip vereist in sociale projecten voor de integratie van vluchtelingen. Deze vrouwen hebben een dubbele kwetsbaarheid, omdat ze naast hun migratie-uitdagingen als vluchtelingen ook te maken hebben met genderongelijkheid en zij een groter risico lopen op gendergerelateerd geweld en discriminatie. Projecten die zich presenteren als genderneutraal en zich tegelijkertijd richten op zowel mannen en vrouwen, hebben de neiging blind te zijn voor de verschillen tussen vrouwen en mannen, omdat ze geen rekening houden met de leefsituatie en van vrouwen.

Het project Breath of Hope richt zich op het bevorderen van emotioneel welzijn door een veilige ruimte te creëren, speciaal voor vrouwen, om te reflecteren, nieuwe mensen te ontmoeten, meer te leren over Nederland en zichzelf, en manieren te vinden om beter te integreren. Het doel is om hen in staat te stellen een nieuw evenwicht te vinden en controle over hun leven te herwinnen. Dit doel wordt nagestreefd door de ontwikkeling van veilige ruimte voor het uitwisselen van ervaringen, delen en gezamenlijke groei.



### 5.2 Wijkwerkplaats Met ervaringskennis betere integratie

Het delen van ervaringen en het gebruik van ervaringskennis is een cruciaal onderdeel van de Breath of Hope-methode. Met financiering van het Kenniscentrum Ongelijkheid hebben de Road of Hope Foundation en de afdeling Sociologie van de Vrije Universiteit een co-creatief onderzoeksproject uitgevoerd om explicieter te maken hoe dit gebeurt en wat het betekent voor de deelnemers. Dit onderzoek beoogde de waarde van de benutting van ervaringskennis als methode in dit project duidelijker te maken, te beschrijven hoe en waarom dit wordt gebruikt en welke resultaten zijn bereikt. Het onderzoek was ook bedoeld om bij te dragen aan de reflectie op

de methodologie van Breath of Hope en meer zicht te krijgen op hoe ervaringskennis zo goed mogelijk kan worden gebruikt ter ondersteuning van vluchtelingen vrouwen.

Gedurende dit onderzoek zijn Interculturele Facilitators (vrouwen met status die in het project werken met hun ervaringskennis), vluchtelingen vrouwen die deelnemen aan het project, de projectcoördinator en directeur van de organisatie geïnterviewd en gesprekken gevoerd in het projectteam over de bevindingen en de implicaties daarvan. Ook zijn documenten over het project en kennis uit wetenschappelijke literatuur geanalyseerd. In dit laatste hoofdstuk bespreken we de resultaten van het project en doen we aanbevelingen voor het vervolg.

## 5.3 Ervaringskennis

Het project streeft naar emotionele ondersteuning en empowerment van vrouwen door ervaringen te delen, relaties op te bouwen en reflectie te bevorderen. Breath of Hope is een collectieve interventie, waar in groepen activiteiten worden ondernomen. De kern van het project vormen tien wekelijkse reflectiebijeenkomsten, waarin thema's worden besproken als: het leven in Nederland, dromen en opkomen voor jezelf. De groepen worden begeleid door een groepsbegeleider, een Intercultural Facilitator en een taaldocent.



In ons onderzoeksproject ging onze aandacht vooral uit naar de rol van de Intercultural Facilitators. Dit zijn vrouwen met een vluchtelingenachtergrond die eerder aan het project hebben deelgenomen, die beschikken over ervaringskennis en die in staat zijn die ervaringskennis door te geven aan anderen. De Interculturele Facilitators vergemakkelijken communicatie en dialoog. Ze werken als vertalers, bieden ondersteuning bij de bespreking van cultureel gevoelige onderwerpen en bespreken de doelen en ervaringen in de praktijk van het project onder supervisie van de coördinator. Daarbij brengen zij ervaringskennis in, die is gebaseerd op reflectie op hun eigen ervaringen en die van anderen. De Interculturele Facilitator wordt in het project gezien als een vrouw die een stap verder is in haar eigen ontwikkeling dan de deelnemers, omdat ze langer in Nederland is.

Door de ervaringskennis van de Interculturele Facilitators in te zetten bij het delen van de ervaringen van de deelnemers zelf streeft het project naar bevordering van reflectie in een veilige omgeving, veilige relaties en wederzijdse ondersteuning. De Interculturele Facilitators fungeren als ervaringsdeskundigen. Met de inbreng van hun ervaringskennis ondersteunen zij het welzijn van de vrouwen en bevorderen ze dat de vrouwen die worden geconfronteerd met een veelal complexe realiteit en op zoek zijn naar veranderingen in hun leven weer meer grip op en vertrouwen in de toekomst krijgen.

## 5.4 Verandertheorieën en theorieën uit de literatuur

De aannames over het effect van het gebruik van ervaringskennis via Interculturele Facilitators zijn samengevat in zogenoemde verandertheorieën. Dit zijn geen wetenschappelijke theorieën, maar aannames over de relatie tussen de activiteiten en de gevolgen daarvan.

Het inzetten van ervaringskennis is een complexe interventie, waarbij er geen duidelijk afgebakende lineaire processen plaatsvinden: verschillende werkzame mechanismen spelen tegelijkertijd een rol en versterken elkaar. Op basis van de documentanalyse, interviews met de directeur en de projectcoördinator, interviews met de interculturele facilitators en een groepsgesprek met die laatsten, reconstrueerden we de volgende verandertheorieën:

- Door ervaringen te delen (door de interculturele facilitator) > wordt veiligheid en vertrouwen gecreëerd > vrouwen delen hun ervaringen over hun leven > reflecteren op deze ervaringen en op zichzelf > ze omarmen hun eigen gevoelens > krijgen meer zelfvertrouwen krijgen > en raken gemotiveerd om nieuwe stappen te zetten in hun leven.
- Door ervaringen te delen (door de interculturele facilitator) > voelen vrouwen zich niet langer alleen (herkenning) > ze beginnen te praten over hun gevoelens en dromen > ze krijgen meer duidelijkheid in hun gedachten > hun zelfbewustzijn neemt toe.
- De interculturele facilitator werkt als een rolmodel > vrouwen vergelijken hun eigen leven en situaties met die van haar > beginnen na te denken over andere opties en mogelijkheden in hun leven > en worden geïnspireerd om hun eigen keuzes te maken.

Deze verandertheorieën zijn in lijn met het conceptuele model van Gillard, Gibson, Holley en Lucock (2015) dat we in hoofdstuk 3 beschreven. Deze auteurs ontwikkelden een model dat als basis kan dienen voor interventies met ervaringsdeskundigen en is relevant voor het werken met Interculturele Facilitators. De eerste noodzakelijke stap in dat model is het creëren van een vertrouwensrelatie door het delen van eigen, doorleefde ervaringen. Vervolgens is van belang te laten blijken de ervaringen van anderen te begrijpen, gebaseerd op eigen ervaringen. Zodra er een goede vertrouwensrelatie is, is het van belang mensen te stimuleren om openlijk te praten en hun ervaringen te delen. De literatuur laat zien dat op deze manier ervaringsdeskundigen rolmodellen en bronnen van hoop zullen worden. Het delen van ervaringen over ontwrichting en problemen en over het daarmee toch weer goed kunnen functioneren, biedt zicht op ervaringen als een bron van persoonlijke kracht. Bovendien wordt wat de deelnemers voelen door het delen van ervaringen genormaliseerd. Wat de vrouwen ervaren is normaal en zo wordt eventueel (zelf)stigma doorbroken.



## 5.5 De rol van de Intercultural Facilitators

De bevindingen van dit onderzoek bevestigen het gepresenteerde model, evenals de gereconstrueerde verandertheorieën van Breath of Hope. De Intercultural Facilitators maakten communicatie mogelijk in de activiteiten, zorgden voor vertalingen op een eenvoudige manier en bouwden een brug tussen de deelnemers en de doelen van het project. Door hun eigen ervaringen te delen, creëerden Interculturele Facilitators een veilige omgeving voor het ontwikkelen van vertrouwensrelaties en het delen van ervaringen. Het is dankzij deze goede relatie dat de uitwisseling van ervaringen mogelijk was. Op deze manier werden de facilitators veelal rolmodellen voor de deelnemers, wat nieuwe reflecties, grotere hoop voor de toekomst, identificatie en normalisatie van gevoelens en emoties mogelijk maakte. Met andere woorden, dankzij de relatie die de vrouwen met de facilitators hadden opgebouwd, zeiden sommige deelnemers dat ze een beter idee hebben van wat ze in de toekomst kunnen verwachten. Bovendien maakte het delen van de ervaringen van de facilitators, of ze nu positief of negatief waren, het de deelnemers mogelijk om zich met hen te identificeren, of aan hen te spiegelen. De uitdagingen waarvoor zij staan werden genormaliseerd, de vrouwen werden bemoedigd en gemotiveerd voor de toekomst, en kregen het gevoel niet alleen te staan in hun uitdagingen. Deze bevindingen zijn in overeenstemming met de doelstellingen en uitgangspunten van het project, in de zin van het bieden van reflectie en het opbouwen van nieuw gedrag.

De rol van de Intercultural Facilitators was overigens soms onduidelijk, zowel voor de deelnemers als voor het team, en vaak zelfs voor de facilitators zelf. Deze rol kan beter worden uitgewerkt en ontwikkeld, zodat de persoon niet louter wordt gezien als een vertaler maar eerder als een ervaringsdeskundige tolk. Zoals ook in de literatuur over ervaringsdeskundigen is aangegeven, maken een gebrek aan kennis om de rol van Interculturele Facilitator te vervullen en onduidelijke verwachtingen en doelstellingen het moeilijk om te werken en doelen te bereiken. Door betere uitwerking, onderbouwing en begeleiding (bijvoorbeeld tijdens de intervisie) kan hun rol duidelijker worden voor de deelnemers en voor de facilitators zelf.

## 5.6 Identificatie en samenstelling van de groepen

Identificatie is een belangrijk uitgangspunt in het project. Deelnemers zijn georganiseerd in homogene groepen met hun Interculturele Facilitators, primair op basis van de gesproken taal en vervolgens op basis van de cultuur van herkomst. De aanname is dat zij dan meer van elkaars ervaringen en beleving zullen herkennen, wat bevordert dat de deelnemers zich open stellen en de ervaringskennis zal helpen om meer te reflecteren.

Uit de analyse van de interviews blijkt dat het belangrijk is voor de deelnemers om iemand te spreken en ontmoeten met dezelfde achtergrond. Sommige deelnemers gaven aan dat ze geïnspireerd waren door deze ervaringen die werden gedeeld door iemand die hun route begreep. Naast het delen van ervaringen was het uitwisselen van informatie over het aanvragen van asiel, de Nederlandse cultuur en het integratieproces belangrijk voor de deelnemers. Voor sommige geïnterviewden was het feit dat de interculturele facilitator dezelfde achtergrond had als vluchteling en langer in Nederland is genoeg om identificatie te genereren, haar als rolmodel te zien, en een goede relatie met de facilitator en het project te hebben. Deze geïnterviewden melden dat ze zich realiseerden dat ze een vergelijkbare ervaring hadden als de facilitator en allebei dezelfde wens hadden, op zoek naar vrede en integratie. Daarom werd er een gevoel van identificatie en gezamenlijk leren gecreëerd.

Er waren echter ook deelnemers voor wie dat anders was. Sommigen merkten op dat de interculturele facilitator een andere realiteit en sociale rol in het leven had dan zij zelf, zoals bijvoorbeeld dat ze geen moeder van jonge kinderen was. Soms kon de facilitator de ervaringen en mogelijkheden van de deelnemers volgens hen niet begrijpen. Het moederschap vormt voor hen een belangrijke oorzaak van ongelijkheid, omdat het hen belet toegang te hebben tot onderwijs,

werk of hun eigen groep. Doordat de facilitator deze realiteit onvoldoende begreep, ontstond er volgens die vrouwen geen vertrouwensrelatie met haar en konden zij zich niet met haar identificeren. Dat bemoeilijkte hun deelname en maakte dat de opbrengst minder was dan in het project wordt beoogd.

Ook waren er grote verschillen tussen de deelnemers wat betreft de lengte van het verblijf in Nederland. Er waren vrouwen die zes maanden geleden in Nederland waren aangekomen en vrouwen die al meer dan acht jaar in het land waren. Hun ervaringen met het project waren uiteenlopend. Voor de recent aangekomen vrouwen, die zich in opvangcentra bevinden, voldeed het project aan hun behoeften als een kennismaking met de Nederlandse samenleving, het bieden van relevante informatie en het doorbreken van isolatie. Ze hadden baat bij de activiteiten en de rol van de Interculturele Facilitators, waardeerden het belang van het delen van hun ervaringen, het opbouwen van relaties en het verkrijgen van informatie. Zij zijn als het ware een spons, en nemen alle informatie en kennis gretig tot zich. De vrouwen die langer in Nederland waren, hadden vaak andere, specifieke vragen. Zij waren meer op zoek naar praktische antwoorden en oplossingen voor hun problemen. De mate waarin de facilitators als rolmodel voor hen fungeerden verschilde. Degenen die nog maar kort in Nederland zijn stonden nog meer open voor alles wat ze hoorden, degenen die al verder zijn in hun integratieproces hadden vaak meer gerichte vragen en herkenden zich niet altijd in het pad of voorbeeld van de facilitator.

Een kwestie die aandacht vraagt voor eventuele doorontwikkeling van Breath of Hope is dan ook of en hoe de groepen het best samengesteld zouden kunnen worden wat betreft verblijfsduur. Zoals bleek uit de literatuurstudie, kan de zwakte van een methode als deze liggen in de relatie tussen de facilitators en de doelgroep. Als er geen goede 'match' is, identificatie niet plaatsvindt of er geen vertrouwensrelatie wordt opgebouwd, worden de doelstellingen en resultaten van het project niet of minder behaald dan beoogd. Dit punt kwam dus ook naar voren in de onderzoeksresultaten. Sommige van de geïnterviewde vrouwen identificeerden zich niet met de facilitators en waardeerden bijgevolg hun rol niet, en hadden minder positieve feedback over het project.



Een belangrijke vraag voor de doorontwikkeling van Breath of Hope is daarmee: wat zijn eigenlijk de belangrijkste elementen om op te nemen bij het samenstellen van een groep? Is een gezamenlijke taal en culturele herkomst wel voldoende, of is het nodig om (ook of meer) aandacht te besteden aan andere punten van identificatie, zoals het hebben van ervaring als moeder van jonge kinderen of de verblijfsduur in Nederland?

## 5.7 Betekenis van de deelname voor de vrouwen

Het project is primair gericht op het bevorderen van het emotionele welzijn van de vrouwelijke nieuwkomers, door middel van het delen van ervaringen, bevorderen van reflectie, zelfkennis en het herstel van emotionele competenties. Uit de antwoorden van de geïnterviewde vrouwen komen op die punten positieve reacties naar voren. De vrouwen melden dat ze zich tijdens de bijeenkomsten beter hebben leren uiten, zijn gaan nadenken over hun ervaringen en plannen, zich bemoedigd voelen en meer zelfvertrouwen hebben gekregen. Het feit dat vrouwen deze perceptie hebben over het project laat zien dat deze doelen worden gerealiseerd. Met andere woorden, er is



sprake van meer zelfreflectie en weten wat je wilt door het project. Overigens is een relativiserende opmerking wel op zijn plaats. Hoewel de interventie meerdere bijeenkomsten en activiteiten omvat, moet de omvang van het effect van deelname aan het project niet worden overdreven. Het is immers niet realistisch te verwachten dat de nadelige impact van de ingrijpende ervaringen van vaak meerdere jaren met een toch beperkte interventie als deze worden opgeheven en de vrouwen alle beoogde doelen volledig hebben gerealiseerd.

Het is van belang om te benadrukken dat het project niet tot doel heeft in concrete antwoorden te voorzien op veel praktische vragen waarmee de deelnemers ook worstelen – hoewel vrouwen dat soms wel zeiden te verwachten. De Interculturele Facilitator moet, via haar ervaringskennis, paden tonen, een rolmodel zijn waaraan vrouwen zich kunnen spiegelen, maar niet per sé met het doel dat ze dezelfde keuzes zouden moeten maken. Ze delen ervaringen, maar moeten geen acties, oplossingen en regels voorschrijven.

Er kunnen echter verschillende manieren zijn om reflectie te stimuleren, ook aan de hand van praktische vragen. Ervaringskennis kent verschillende dimensies, praktische, maar ook existentiële en emancipatorische bijvoorbeeld (zie Keuzenkamp en Van Hoorn 2022). De wijze waarop die verschillende lagen kunnen worden benut in het project zou beter doordacht en geëxpliciteerd kunnen worden. Dit kan de facilitators helpen meer bewust bekwaam te worden bij het inzetten van de verschillende dimensies van ervaringskennis.

Het project beoogt ook bij te dragen aan gemeenschapsvorming en het gevoel erbij te horen. We hoorden inderdaad dat vrouwen uit hun isolement kwamen en dat zij een netwerk ontwikkelden en vriendschappen vormden, ook al was dat vaak nog pril. Het doel van gemeenschapsvorming is hoog gegrepen, maar belangrijke aspecten als zich minder alleen voelen en een gevoel van verbondenheid ervaren (vooral met Breath of Hope) hoorden we zeker terug.

De bevindingen van het project zijn in lijn met wat in de literatuurstudie naar voren kwam wat betreft effecten van de inzet van ervaringsdeskundigen op drie gebieden: effecten op de gemoedstoestand van de deelnemers, hun houding ten opzichte van zichzelf en hun interactie met hun omgeving. Ook wij zagen dat de deelnemers zich minder alleen voelen in hun strijd en wanhoop, en bijgevolg minder geïsoleerd zijn (vgl. Gidugu et al; Greenwood et al. 2013; Hancock et al 2022; Levasseur et al 2019; McCarthy et al 2019).

De literatuur schetst een toename van hoop (Balogun-Mwangi et al 2017; Cust 2016; Milani et al 2020; Vigue et al 2022), een meer positieve mentale houding (Henderson et al 2013, Gidugu et al 2015; Kessler et al. 2014). De vrouwen vertelden dat ze vaak met een blij en positief gevoel de bijeenkomsten verlieten en meer hoop hadden op een betere toekomst. De Intercultural Facilitators hadden immers een vergelijkbaar proces doorgemaakt en hadden duidelijk stappen in die richting gezet. Dat werkte bemoedigend. Een ander gebied waar de effecten zichtbaar zijn, is een groter zelfvertrouwen en een verbeterd zelfbeeld (zie bijvoorbeeld ook: Ingram 2013; Milani et al 2020; Sattoe et al 2013; Cust 2016; King & Simmons 2014; Levasseur 2019), en het gevoel meer begrepen en geaccepteerd te worden (Barr et al 2022; Fitch et al 2017; Gregory et al 2022; Hopkins et al 2021; Gidugu et al 2017; Visa et al 2018). Het is niet vreemd hoe zij zich voelen, maar normaal. Het delen van ervaringen werkte normaliserend uit.

## **5.8 Het verminderen van ongelijkheid: empowerment**

Zoals we in de inleiding schreven is dit project niet direct gericht op het verminderen van sociaaleconomische ongelijkheid. Vluchtelingenvrouwen hebben te maken met een cumulatie van ongelijkheid. Breath of Hope is meer gericht op empowerment (zie ook de methodebeschrijving). Door het delen van ervaringen, zich niet alleen voelen in hun zoektocht en (soms) wanhoop, meer hoop te krijgen op en vertrouwen in een betere toekomst, krijgen vrouwen het gevoel zelf meer grip te kunnen krijgen op hun leven en durven ze nieuwe stappen te zetten. Dit zijn belangrijke

elementen in de empowerment van de vrouwen, wat uiteindelijk ook bij kan dragen aan betere integratie en vermindering van ongelijkheid. Zo vertelde Samia:

*“Vroeger voelde ik me vreemd en nieuw, maar nu ... ik kan makkelijk mezelf voorstellen en met anderen praten. Ik voel me niet meer verlegen of iemand die niet met andere mensen wil communiceren. Tijdens de bijeenkomsten heeft Breath of Hope ons ruimte gegeven om onze eigen verhalen, wat ligt in jouw hart, en ervaringen met elkaar te kunnen delen. Het was leuk omdat je in een vreemd land woont. Dan heb jij mensen om jou heen nodig en dat is wat ik bij Road of Hope heb gevonden.”*

## 5.9 Aandachtspunten voor de toekomst

Het co-creatieve project levert verschillende aandachtspunten en aanbevelingen op voor de verdere doorontwikkeling van het project en het verdiepen van de kennis over de inzet van ervaringskennis. De belangrijkste punten zijn:

- Wat betreft de rol van de Intercultural Facilitator bleek dat het goed zou zijn die verder te doordenken en onderbouwen, bijvoorbeeld wat betreft het omgaan met verschillende dimensies van ervaringskennis. Dat kan haar eigen functioneren ten goede komen en ook bijdragen aan meer duidelijkheid over wat haar rol is voor de deelnemers en wat zij van haar kunnen verwachten.
- Een ander punt betreft de samenstelling van de groepen. Nu is dat primair op basis van homogeniteit in taal en culturele herkomst, maar wellicht kan het effect van het project groter worden als ook rekening wordt gehouden met andere aspecten (zoals moederschap en verblijfsduur in Nederland).

Een punt dat in de wijkwerkplaats geen aandacht heeft gekregen is het feit dat dit (met opzet) alleen voor vrouwen is. Het is echter plausibel dat ook mannen met een vluchtelingenachtergrond baat kunnen hebben bij een vergelijkbaar project. Zoals bekend hebben ook zij immers vaak een lager emotioneel welbevinden en krijgen ze weinig ondersteuning bij het versterken van hun (zelf)vertrouwen. Het is echter niet wenselijk om de groepen te gaan mengen, gelet op de genderspecificiteit van de ervaringen van vrouwen en mannen en de verhoudingen tussen de seksen. Het is waarschijnlijk dat mannen andere thema's zullen inbrengen voor de bijeenkomsten, maar ook bij hen zal het delen van ervaringen naar alle waarschijnlijkheid bijdragen aan hun zelfreflectie en het vergroten van hun emotionele welzijn, wat barrières voor hun sociale integratie vermindert.

## 5.10 Ten slotte

Het is ter afsluiting nog goed om de waarde van de co-creatieve benadering van deze wijkwerkplaats te benadrukken. Door samen op te trekken bij het expliciteren van de methode, die nader te onderbouwen en te onderzoeken en met elkaar te reflecteren op de bevindingen, hebben we zowel het project verder kunnen brengen als meer inzicht gekregen in hoe ervaringskennis in de praktijk tot zijn recht (kan) komen. We gaan ervan uit dat de wijkwerkplaats niet eindigt met de voltooiing van dit rapport. Het universum van ervaringskennis is veelomvattend, en naarmate we het beter begrijpen en de praktijk verder ontwikkelen, kunnen we mensen met een vluchtelingenachtergrond nog beter ondersteunen, om uiteindelijk ook de ongelijkheid in Amsterdam te verminderen.

# Literatuur

- Balogun-Mwangi, O., Rogers, E. S., Maru, M., & Magee, C. (2017) Vocational Peer Support: Results of a Qualitative Study. *The journal of behavioral health services & research*. Vol. 46 (3) p. 450–463.
- Barr, K. R., Townsend, M. L., & Grenyer, B. F. S. (2021). Peer support for with borderline personality disorder: A qualitative study. *Advances in Mental Health*, Vol. 20 (1), p. 74–85.
- Boevink, W. (2017) *HEE! Over herstel, Empowerment en Ervaringsdeskundigheid in de psychiatrie*. Proefschrift. Utrecht: Trimbos Instituut.
- Cust, F. (n.d.). Peer support for mothers with postnatal depression: A pilot study. *Community practitioner: The journal of the Community Practitioners' & Health Visitors' Association*. Vol. 89 (1) p. 38–41.
- Evans, Megan. (2023) Peer Support and Mental Health: A Review of the Evidence. Chapter 5 In: *Peer Support Services Reaching People with Schizophrenia: Considerations for Research and Practice*, p 51-59. Springer Nature Switzerland.
- Fallin-Bennett, A., Elswick, A., & Ashford, K. (2020). Peer support specialists and perinatal opioid use disorder: Someone that's been there, lived it, seen it. *Addictive Behaviors*, 102, p. 1-5.
- Fitch, M. I., Pang, K. & Van de Zande, D. (2017). *Identifying patient-reported outcomes of telephone-based breast cancer support services*. *Canadian Oncology Nursing Journal*, 27, p. 115–123.
- Gidugu, V., Rogers, E.S., Harrington, S., Maru, M., Johnson, G., Cohee, J. & Hinkel, J. (2015). Individual peer support: A qualitative study of mechanisms of its effectiveness. *Community Mental Health Journal*, 51 (4), p. 445–452.
- Gillard, S., Gibson, S.L., Holley, J. & Lucock, M. Developing a change model for peer worker interventions in mental health services: a qualitative research study. In: *Epidemiology and Psychiatric Sciences* (2015) 24, p 435-445.
- Gopalan, G., Horen, M., Bruns, E., Corey, M., Meteyer, S., Pardue, M., Lane, T., & Matarese, M. (2017). Caregiver perceptions of Parent Peer Support Services within the Wraparound Service Delivery Model. *Journal of Child & Family Studies*, 26(7), p. 1923–1935.
- Greenwood, N., Habibi, R., Mackenzie, A., Drennan, V., & Easton, N. (2013). Peer support for carers: A qualitative investigation of the experiences of carers and peer volunteers. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 28 (6), p. 617–626.
- Gregory, D., Van Puymbroeck, M., Crowe, B., Garst, B., & Amylon, M. (2022). The Lived Experience of Siblings of Children With Cancer Who Attended a Peer Support Camp in the United States. *Qualitative Health Research*. 32 (8-9): p. 1342-1355.
- Hancock, N., Berry, B., Banfield, M., Pike-Rowney, G., Scanlan, J. N., & Norris, S. (2022). Peer Worker-Supported Transition from Hospital to Home-Outcomes for Service Users. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 2743, p. 2-12.
- Henderson, A. R., & Kemp, V. (2013). Australian consumer perceptions of peer support. *Asia-Pacific Psychiatry. Official Journal of the Pacific Rim College of Psychiatrists*, 5 (3), p. 152–156.

- Hock, R. M., Rovane, A. K., Feinberg, M. E., Jones, D. E., & Holbert, A. A. (2022). A pilot study of a co-parenting intervention for parents of children with autism spectrum disorder. *Journal of Child and Family Studies*, 31, p. 2091-2107
- Hopkins, L., Kuklych, J., Pedwell, G., & Woods, A. (2021). Supporting the Support Network: The Value of Family Peer Work in Youth Mental Health Care. *Community Mental Health Journal*, 57 (5), 926–936.
- Ingram, J. (2013). A mixed methods evaluation of peer support in Bristol, UK: mothers', midwives' and peer supporters' views and the effects on breastfeeding. *BMC Pregnancy & Childbirth*, 13 (1), 192–192.
- Kessler, D., Egan, M., & Kubina, L.-A. (2014). Peer support for stroke survivors: A case study. *BMC Health Services Research*, 14 (1), 256–256.
- Keuzenkamp, S. & E. van Hoorn. (2022) *Ervaringskennis. Betekenissen, bronnen en invloed*. Movisie. [Ervaringskennis. Betekenissen, bronnen en invloed | Movisie](#)
- King, A. J., & Simmons, M. B. (2022). The Best of Both Worlds': Experiences of young people attending groups co-facilitated by peer workers and clinicians in a youth mental health service. *Early Intervention in Psychiatry*. Vol. 17 (1) p. 65-75.
- Levasseur, M. A., Ferrari, M., McIlwaine, S., & Iyer, S. N. (2019). Peer-driven family support services in the context of first-episode psychosis: Participant perceptions from a Canadian early intervention programme. *Early Intervention in Psychiatry*, 13 (2), p. 335–341.
- Mahon, D. A (2022) Scoping Review of Interventions Delivered by Peers to Support the Resettlement Process of Refugees and Asylum Seekers. *Trauma Care* 2, 51-62.
- McCarthy S, Chinman M, Mitchell-Miland C, Schutt R.K., Zickmund S, Ellison M.L. Peer specialists: Exploring the influence of program structure on their emerging role. *Psychological Services* 16 (3): 445-455.
- Mikolajczak-Degrauwe, K., S.R Slimmen, D. Gilissen, P. de Bil, V. Bosmans, C. Keemink, I. Meyvis, Y.J. Kuipers. (2023) Strengths, weaknesses, opportunities and threats of peer support among disadvantaged groups: A rapid scoping review. *International Journal of Nursing Sciences*. Journal Pre-proof. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2023.09.002>
- Milani, R.M., Nahar K, Ware D, et al. A qualitative longitudinal study of the first UK dual diagnosis anonymous (DDA), an integrated peer-support programme for concurrent disorders. *Advances in Dual Diagnosis*, 13 (4):151-167.
- Sattoe, J.N.T., Jedeloo, S., & Van Staa, A. (2013) "Effective Peer-to-Peer Support for Young People with End-Stage Renal Disease: A Mixed Methods Evaluation of Camp COOL." *BMC Nephrology* 14, 279: p. 1-12.
- Schel, S.H.H., Van den Dries, L & Wolf, J.R.L.M. (2022) "What Makes Intentional Unidirectional Peer Support for Homeless People Work? An Exploratory Analysis Based on Clients' and Peer Workers' Perceptions." *Qualitative Health Research*, 32, 6, p. 929-941.
- Smith, A.M., Stewart, K., Baul, T. & Valentine, S.E. (2020) "Peer Delivery of a Brief Cognitive-Behavioral Treatment for Posttraumatic Stress Disorder: A Hybrid Effectiveness-Implementation Pilot Study." *Journal of Clinical Psychology* 76, 12: 2133–54.

Van der Kooij, A. & Keuzenkamp, S. (2018) *Ervaringsdeskundigen in het sociaal domein: wie zijn dat en wat doen ze? Startnotitie*. Movisie. [Startnotitie-Ervaringsdeskundigen-in-het-sociaal-domein.pdf \(movisie.nl\)](https://www.movisie.nl/sites/default/files/2018-12/Startnotitie-Ervaringsdeskundigen-in-het-sociaal-domein.pdf)

Vigue, G.P., Prieto, I.C., Saez, R.D., Masana, R.V. & Algado, S.S. (2022) "Training Peer Support Workers in Mental Health Care: A Mixed Methods Study in Central Catalonia" *Frontiers in Psychiatry*, 13, article 791724.

Visa, Bharat, and Carol Harvey. (2019) "Mental Health Carers' Experiences of an Australian Carer Peer Support Program: Tailoring Supports to Carers' Needs." *Health & Social Care in the Community* 27, 3: 729–39.

Weir, B., M. Cunningham, L. Abraham, and C. Allanson-Oddy. (2019) "Military Veteran Engagement with Mental Health and Well-Being Services: A Qualitative Study of the Role of the Peer Support Worker" 28, no. 6: 647–53.

**KENNIS  
CENTRUM  
ONGELIJK  
HEID**

**Stichting Kenniscentrum Ongelijkheid**

Bezoekadres: HvA – Theo Thijssenhuis  
(Wibautstraat 2, Amsterdam)

Postadres: Postbus 2171, 1000 CD Amsterdam

[www.kenniscentrumongelijkheid.nl](http://www.kenniscentrumongelijkheid.nl)