



MSc H. (Hille) Hoogland

Buitenpromovenda en Projectmanager Op Eigen Kracht-training,
De Regenboog Groep

BSc J. (Jonathan) Berg

Projectmedewerker Op Eigen Kracht-training, De Regenboog Groep

MOTIVEREN VAN VOEDSELBANKKLANTEN VOOR DE OP EIGEN KRACHT-TRAINING

Inzichten vanuit een deelstudie onder voedselbankklanten naar ervaring van problemen, emoties, beweegredenen en belemmeringen.

Voedselbankklanten kampen met problemen op verschillende leefgebieden, waaronder problematische schulden. In de huidige participatiesamenleving waarin 'zelfredzaamheid' en 'meedoen' de norm zijn, raken de voedselbankklanten steeds meer uitgesloten. De Op Eigen Kracht-training brengt voedselbankklanten met elkaar in contact. Om de deelnemers te bereiken en motiveren is aansluiting op hun leefwereld een belangrijk uitgangspunt. Hoe ziet die leefwereld er uit en hoe kun je daar op aansluiten?

'Ik zit nu in de gevangenis, in mijn eigen huis, niet van de politie, dat is niet hetzelfde. Ik kan echt niet bewegen, heb helemaal geen rust. De deur naar de wereld is dicht. Mijn wereld nu is het einde van de wereld.'

Bovenstaand citaat geeft een indruk van het gevoel van uitsluiting dat armoede teweeg kan brengen. In Nederland maakt een toenemende groe p¹ gebruik van voedselbanken om te voorzien in het levensonderhoud. Over deze doelgroep is nog weinig kwalitatief onderzoek beschikbaar, dat inzicht geeft in wie deze mensen zijn en hoe zij hun situatie ervaren. In dit artikel bieden wij inzichten in de leefwereld van voedselbankklanten vanuit een wetenschappelijke studie naar ervaring van problemen, emoties, belemmeringen en beweegredenen om aan de Op Eigen Kracht-training mee te doen. Deze studie maakt deel uit van een promotieonderzoek naar de effecten van deelname aan de Op Eigen Kracht-training. Er zijn 46 diepte-interviews afgenomen met voedselbankklanten in twee categorieën: een groep die wel aan de training deelnam en een groep die niet wilde of kon deelnemen. Aanvullend maken wij gebruik van resultaten van een no-show onderzoek, waarbij 134 voedselbankklanten die zich aangemeld hadden, maar niet kwamen, nagebeeld zijn.

In de eerste alinea beschrijven wij welke problemen en

emoties de respondenten ervaren. Vervolgens gaan wij in op belemmeringen en beweegredenen voor deelname aan de training. Vanuit bevindingen uit deze studie geven wij tenslotte concrete handvatten om aan te sluiten op de leefwereld van mensen met financiële problematiek.

Problemen en emoties van voedselbankklanten

Laat ons voorop stellen dat 'de voedselbankklant' niet bestaat. De klanten van de voedselbank hebben allen een eigen verhaal. Hoe zij in de problemen zijn gekomen, hun leefsituatie ervaren en hiermee omgaan, verschilt per persoon. Er zijn wel bepaalde patronen te herkennen, die samenhangen met het systeem en de cultuur waarin wij leven.

De oorzaak van de problemen van voedselbankklanten blijkt vrijwel altijd te herleiden naar een 'knikmoment' in het leven (*life event*), zoals verlies van werk, gezondheidsproblemen of veranderingen in de gezinssituatie. Deze gebeurtenissen leiden veelal tot een inkomensval en een verschil tussen het bestedingsbedrag en de inkomsten. Voor veel mensen is het moeilijk of nauwelijks mogelijk om het levens- en bestedingspatroon aan te passen wanneer dit gebeurt. Hierdoor ontstaan financiële problemen en schulden.

Uit de interviews met voedselbankklanten blijkt echter dat de problemen die zij ervaren breder zijn en zelden alleen komen. Van de respondenten zegt 73%² proble-

men op meerdere leefgebieden te ervaren. Naast financiële problemen ervaart het overgrote gedeelte problemen met de gezondheid. Ongeveer 80% van de door ons geïnterviewde groep voedselbankklanten geeft aan lichamelijke gezondheidsproblemen te ervaren en ongeveer 40% ervaart geestelijke gezondheidsproblemen. Dit komt naar voren als zowel oorzaak als gevolg van de financiële problematiek. Tevens geeft een enkeling aan problemen te ervaren door verslaving, het hebben van een strafblad of bureaucratie.

Hiernaast benoemt 62% van de respondenten emotionele problemen. Op de vraag 'hoe ziet u de toekomst' geeft 38% aan hierover een negatief beeld te hebben. Een groot gedeelte leeft voor langere tijd op of onder bijstandsniveau en ziet geen tot weinig perspectief op verandering van de situatie. Hierbij komt dat zij een continue dreiging ervaren van bijvoorbeeld aanmaningen en niet weten hoe de volgende week weer rond te komen. Dit leidt onder meer tot gevoelens van angst, stress, eenzaamheid, maar ook slapeloosheid en depressie.

'Ik kan niet werken. Ik kan niet studeren. Ik kan helemaal niets doen. Ik zit helemaal vast. Op dit moment heb ik helemaal geen hoop voor de toekomst.'

Voor veel voedselbankklanten blijkt het lastig om een positief zelfbeeld en gevoel van eigenwaarde te behouden. Hoewel er in het interview niet specifiek naar gevraagd is, vertelt eenderde van de voedselbankklanten uit zichzelf over zijn/haar gevoelens van schaamte. Deze gevoelens staan in de weg om hulp te zoeken, waardoor dit vaak (te) laat gebeurt en de problemen opstapelen. Wij zien dat het leven in armoede ook veel druk kan zetten op het persoonlijke netwerk. Zonder geld kun je niet reizen en ook een cadeautje voor een verjaardag of een drankje in het café zit er niet in. Dit legt sociale beperkingen op. Mensen verliezen vrienden en de ervaring ontstaat in de steek gelaten te worden. Samen met de ervaring van gebrek aan (sociale) mobiliteit leidt dit tot gevoelens van vervreemding, 'niet mee kunnen doen' en er 'niet bij horen'.

'Sociaal vond ik het heel moeilijk (...) Door de jaren heen, heb ik toch heel wat mensen verloren. Als je alles om je heen hebt en je hebt een goede baan, dan zie je heel veel mensen om je heen hangen. En zodra je problemen hebt, zijn ze allemaal niet thuis. Dat vond ik heel erg verdrietig bovenop de problemen (...) Als je weinig geld hebt hoor je er eigenlijk niet zo bij.'

Belemmeringen en persoonlijke motivatie

In Amsterdam kunnen alle voedselbankklanten gratis

meedoen aan de Op Eigen Kracht-training. Door de training komen voedselbankklanten in een veilige omgeving met elkaar in contact, waardoor zij ervaren niet de enige te zijn met problemen. Uit evaluaties bleek dat deelnemers zich aan het einde van de training sterker voelden. Ondanks dat voedselbankklanten zich vrijwillig aanmelden voor de training komt ongeveer de helft niet opdagen. Wij hebben onderzocht wat de redenen hiervoor zijn. Uit het nabellen van 134 voedselbankklanten en de 46 interviews kwamen dezelfde praktische redenen naar voren om niet naar de training te komen.

Het blijkt uit de interviews dat voor 33% het tijdstip niet uit komt vanwege andere activiteiten, waaronder ook werk! Hiernaast zegt 22% van de respondenten niet mee te kunnen doen vanwege de zorg voor kinderen. Dit zijn belemmeringen die deels weggenomen kunnen worden door bijvoorbeeld de tijden aan te passen of de training te geven op een plek waar kinderopvang mogelijk is. Maar er blijkt ook een groep te zijn die vanwege gezondheidsproblematiek (12,5%) niet kan deelnemen. Door alle opeengestapelde problemen blijkt bij 37,5% 'de emer te zijn overgelopen'. Zij ervaren 'teveel stress' of kunnen er voor hun gevoel 'niets meer bij hebben'. Hiernaast zeggen sommige respondenten dat zij de start van de training 'vergeten' zijn (12,5%) of geen nut of doel voor zichzelf te zien (31%). Tenslotte wil 17% geen problemen delen in groepsverband. Zij voelen zich niet tot de groep voedselbankklanten behoren en nemen hier nauwelijks afstand van.

'Ik hoor helemaal niet daar. Iedereen heeft er meer schuld, die anderen zijn verslaafd of hebben om een andere reden problemen. Ik heb ook problemen, maar mijn situatie is niet zoals bij een ander.'

Aan voedselbankklanten die wel aan de training meedoen is gevraagd wat hun motivatie hiervoor was. Het merendeel van de respondenten doet mee vanwege aansluiting op een persoonlijke behoefte, hetgeen de intrinsieke motivatie aanspreekt. Wij onderscheiden drie typen behoeften. Ten eerste wil 86% van de geïnterviewde voedselbankklanten leren of zich ontwikkelen. Ten tweede heeft 48% behoefte aan sociale interactie. Veel respondenten hebben behoefte aan: 'gezelligheid', 'onder mensen zijn' of 'lotgenotencontact'. Ten derde is er bij 29% behoefte aan dagbesteding. Zij willen graag 'de deur uit komen' of een 'doel hebben'.

Naast een persoonlijke behoefte blijkt ook het beloningsaspect binnen de training te motiveren tot deelname. Een onderdeel van het trainingsprogramma is de 'boodschappensexkursie', waarbij deelnemers budget krijgen

om boodschappen te doen. Voor ongeveer een derde is deze excursie de belangrijkste motivatie om te komen. Na een aantal bijeenkomsten gevolgd te hebben blijken deze deelnemers ook andere redenen te gaan zien om mee te doen.

Handvatten voor motivatie

Voorheen was financiële educatie voornamelijk gericht op het vergroten van kennis en vaardigheden. De laatste jaren ontstaat er meer besef van het belang om tegelijkertijd te werken aan gedragsverandering³. Gevaar is dat er teveel gefocust wordt op het individu, zonder daarbij te kijken naar de sociale en culturele context⁴. Mensen die in Nederland armoede ervaren, leven in een cultuur waar in toenemende mate zelfredzaamheid en participatie de norm zijn. Door armoede alleen als individueel probleem te benaderen worden de voedselbankklanten onbedoeld als 'schuldige' aangewezen. Wij hebben gezien dat dit kan leiden tot verlies van zelfvertrouwen, gevoelens van schaamte en van vervreemding van de samenleving. In het contact met deze doelgroep moeten we met deze gevoelens rekening houden maar ook vragen naar andere belemmeringen. Soms kunnen drempels weggenomen

worden door praktische zaken te regelen, zoals een goed bereikbare locatie, aangepaste tijden en kinderopvang. Wij hebben ook gezien dat gezondheidsproblematiek en psychologische aspecten voedselbankklanten ernstig kunnen belemmeren. Mensen raken overbelast door de stress die financiële problematiek veroorzaakt. Hierdoor kunnen zij voor hun gevoel 'er niets meer bij hebben'. Ook ziet een grote groep geen perspectief op verbetering van de situatie. Zij hebben vaak een negatief beeld van zichzelf en zien de toekomst somber in. Dit gaat veelal samen met verlies van eigenwaarde. Daarom is het belangrijk om voedselbankklanten te steunen in het hervinden van hun zelfvertrouwen. Bijvoorbeeld door hen aan te spreken op hun kwaliteiten en laten inzien dat zij niet alleen zijn. Ervaringsdeskundigen zouden hierbij een rol kunnen spelen, omdat er sprake is van een gelijkwaardige verhouding en onderling begrip. Wij zien in de praktijk dat binnen de training deelnemers elkaar versterken en steun bieden. Het contact met lotgenoten is een sleutel om mensen te bereiken, te motiveren en hun ontwikkeling te stimuleren.

Om aan te sluiten op de leefwereld is van belang de individuele behoeften van de potentiële deelnemers als uitgangspunt te nemen. Uit ons onderzoek blijkt dat voedselbankklanten veel behoefte hebben aan persoonlijke ontwikkeling, sociale interactie, of dagbesteding. Het loont om in gesprekken met mensen met financiële problematiek deze aspecten te benadrukken, omdat hiermee gericht de persoonlijke motivatie wordt aangesproken.

Meer informatie

Nederland telt 154 **voedselbanken** die zijn aangesloten bij de koepelorganisatie Voedselbanken Nederland. Deze voorzien wekelijks circa 35.000 huishoudens van een voedselpakket (voedselbankennederland.nl, juni 2014). De Voedselbank Amsterdam voorziet in januari 2015 ongeveer 2000 huishoudens van een voedselpakket. Onder deze huishoudens zijn alleenstaande ouders en vrouwen oververtegenwoordigd.

Op Eigen Kracht is een gratis training voor mensen die (tijdelijk) wat minder te besteden hebben, zoals bijvoorbeeld voedselbankklanten. De Op Eigen Kracht-training vindt plaats op verschillende locaties in heel Amsterdam en in Dieren. Sinds de eerste training in 2007 hebben ongeveer 700 deelnemers de training afgerond en een certificaat ontvangen. Kijk voor meer informatie op www.opeigenkrachttraining.org.

1. In 2010 verstrekke de Voedselbank Amsterdam wekelijks 1050 voedselpakketten. In 2015 is dit aantal gestegen tot 2000.
2. De vanaf hier genoemde percentages komen voort uit de data van de 46 diepte-interviews.
3. Witte, L., van der Weijden, R., van Dam, R., & Klover, J. (2013). Gemotiveerd deelnemen aan budgettrainingen. Een literatuurverkenning naar de rol van motivatie bij financiële educatie. Hogeschool van Amsterdam
4. Bahre, E. (2014) Indianenverhalen-waarom wij zo veel schulden hebben. In: Verlossing van schuld en boete. Onorthodoxe oplossingen voor onbetaalde rekeningen. *Tijdschrift voor Sociale vraagstukken*. Van Gennep.