**Conceptprogramma**

**Armoede en schulden najaar 2019**

*Stress-sensitief werken in het sociaal domein*

30 oktober 2019 – Aristo Accomodaties Utrecht

Dit congres geeft je meer grip op armoede en hoe mensen die arm zijn beter ondersteund kunnen worden. We zoomen tijdens deze editie in op het thema: geldstress en stress-sensitief hulpverlenen; Hoe geef je dit nou vorm, hoe doe je het, hoe krijg je het voor elkaar?

**Stress-sensitief werken in het sociaal domein**

***(Stress-sensitief werken en armoede)***

**De impact van geldstress**

**Programma**

09.00 uur **Registratie**

09.30 uur **Opening en start van de dag**

*Dagvoorzitter Piet-Hein Peeters* (Akkoord).

09.45 uur **Schuldhulp: sneller, effectiever, duurzamer?**

* De balans van de decentralisatie
* Geschreven beleid, weerbarstige praktijk
* Menselijke maat

Vijf jaar na de big bang decentralisaties op het gebied van bijstand, zorg en jeugdzorg kunnen we een eerste balans opmaken. Wat is geworden van de belofte dat gemeenten het beter én goedkoper konden dan Den Haag? En meer specifiek: worden mensen met schulden sneller, effectiever en duurzamer geholpen en welk licht kiert er tussen geschreven beleid en weerbarstige praktijk?

**Dr. Arjan Vliegenthart**, Directeur Nibud en oud-wethouder Sociale Zaken in Amsterdam. (Akkoord).

Arjan Vliegenthart, directeur van het Nibud en oud-wethouder Sociale Zaken in Amsterdam neemt u mee in zijn ervaringen en schetst de uitdagingen voor de komende tijd. Over de moeilijkheden om wetenschappelijke inzichten in praktijk om te zetten, het worstelen van professionals die de menselijke maat moeten verenigen met rechtmatigheid en doelmatigheid en het politieke en maatschappelijk ongeduld omdat schrijnende verhalen nog regelmatig de media halen.

10.00 uur **Inleiding - Van Big Bang tot Burn-out: andere tijden “Stress”**

Stress is zonder twijfel een van de meest misbruikte begrippen van deze tijd. Maar wat ís stress eigenlijk?
13,7 miljard jaar na de oerknal, 250.000 jaar nadat homo sapiens zijn intrede deed en twee eeuwen na de Industriële Revolutie is de wereld in steeds hoger tempo steeds complexer aan het worden. Ons stress-systeem, grotendeels gevormd in een periode waarin nog niet eens leven op het land bestond (laat staan psychologische stress), is helemaal niet toegerust om de problemen van deze tijd het hoofd te bieden. Het is dan ook geen toeval dat het aantal gevallen van slapeloosheid, depressie en burn-out een alarmerende is.

**Prof. dr. Witte Hoogendijk**, Hoogleraar en hoofd van de afdeling Psychiatrie bij Erasmus MC in Rotterdam. (Akkoord).

Witte Hoogendijk is hoogleraar en hoofd van de afdeling Psychiatrie bij Erasmus MC in Rotterdam. Als psychiater behandelt hij vooral patiënten met stressgerelateerde stoornissen. Daarnaast doet Witte al 30 jaar onderzoek naar de biologische-, psychologische- en sociale rol die stress speelt bij het ontstaan van depressie en burn-out. Resultaten en visie vanuit dit onderzoek heeft Witte regelmatig voor een breder publiek vertaald op televisie (Nieuwsuur, VPRO’s Labyrint, VARA’s Nieuwslicht, Coen Verbraaks Kijken in de ziel, NOS journaal, VARA’s Paul Witteman en Buitenhof) en in de geschreven pers (NRC Handelsblad, Volkskrant etc). Samen met Volkskrant journalist Wilma de Rek schreef hij het boek Van Big Bang tot Burn-out: het grote verhaal over stress en het boek Leef als een beest.

10.45 uur **Pauze**

11.05 uur **Deelsessies ronde 1 – Voorbeelden van gemeenten - hoe doen zij dat?**

1. **Utrechters schuldenvrij, hoe dan?**
* Stress sensitief werken als leidend principe in beleid
* Praktische voorbeelden om stress bij inwoners te verminderen
* Geldstress en het belang van het goede gesprek

Utrecht is koploper in gezond stedelijk leven. De ontwikkeling van de stad wordt benut om te zorgen dat iedereen mee kan doen. Ondanks de economische groei hebben veel huishoudens moeite met rondkomen en zijn er nog veel gezinnen met problematische schulden. Met de actieagenda Utrechters schuldenvrij zet de gemeente Utrecht samen met partners extra in om armoede en problematische schulden te bestrijden. Een van de leidende principes van de actieagenda is “We werken stress sensitief”. In de workshop laten Nina Kox en Janne Kuijpers van de gemeente Utrecht zien hoe dit in Utrecht vorm krijgt in de actieagenda. Een voorbeeld is het huishoudboekje. Dit is een oplossing voor inwoners, waarbij de huur, water, energie en zorgverzekering gegarandeerd iedere maand betaald worden en de inwoner een vast bedrag aan leefgeld krijgt om rond te komen.

Door: **Janne Kuijpers**, Senior Beleidsadviseur gemeente Utrecht

en **Nina Kox**, Beleidsadvsieur Armoede en Schulden bij de afdeling Werk en Inkomen van de Gemeente Utrecht. (Akkoord).

1. **Brede schuldenaanpak, de stand van zaken**

Het kabinet geeft invulling aan een brede schuldenaanpak. Dat doet zij ondermeer door aanpassingen voor te stellen in wetgeving, een landelijke campagne gericht op het overwinnen van schaamte door burgers en door gemeenten te stimuleren om de schuldenproblematiek aan te pakken.In deze workshop krijgt u een overzicht van de lopende wetsvoorstellen en andere actualiteiten rondom de brede schuldenaanpak. Ook wordt er aandacht besteed aan nieuwe stappen die gemeenten zetten.

Stand van zaken brede schulden aanpak en de opgave die er in dat kader voor gemeenten ligt. Voorbeelden uit de praktijk vanuit verschillende gemeenten. U krijgt tools aangereikt om binnen de eigen organisatie stress-sensitief werken te implementeren.
Door: **Nadja Jungman**, Lector Schulden en Incasso bij de HU en adviseur en trainer bij Social Force. (Akkoord).

1. **Cultuur en omgang met stress: een introductie in cultuursensitief werken.**

- migratie, stress en armoede

- cultuur, ziekteopvattingen en hulpzoekgedrag

- cultuursensitieve communicatie

Mede door de immigratie in de laatste vijftig jaar is de samenstelling van de Nederlandse bevolking in sociaaleconomisch, cultureel en levensbeschouwelijk opzicht heel divers. De verander(en)de samenleving leidt er toe dat zorg- en welzijnsprofessionals te maken krijgen met cliënten, die andere culturele en levensbeschouwelijke achtergronden hebben dan zijzelf. Zij maken kennis met voor hen onbekende opvattingen over ziekten, problemen, stress, armoede en manieren om hulp te zoeken. In een interactieve workshop reikt Cor Hoffer vanuit een antropologisch perspectief professionals enkele handvatten aan, waarmee zij hun werkwijze kunnen laten aansluiten bij een veranderende zorgpopulatie.

Door: **Cor Hoffer**, Socioloog en cultureel antropoloog. (Akkoord).

1. **Kleine interventie, groot effect.**

Intussen weten we wat geldstress doet met de mensen die het aangaat. Voor beleidsmakers ligt de taak hun dienstverlening stress-sensitief in te richten. Door obstakels weg te nemen voor mensen en juist gedrag te stimuleren. Maar hoe doe je dat nou? Nibud gebruikt daarvoor het GAST model. Aan de hand van aansprekende praktijkvoorbeelden laat Gea je zien hoe je met kleine veranderingen in een bestaand proces een groot effect bereikt.

Door: **Gea Schonewille**, MSc., Wetenschappelijk medewerker Nibud.

1. **Stress en de kunst van het falen**
* Presteren?! Of toch maar leren?
* Falen: verschil tussen leer- en prestatiedoelen
* Waarom leerdoelen beter werken om stress te verminderen

In deze workshop wordt dieper ingegaan op het verschil tussen leer- en prestatiedoelen en komen verschillende oefeningen aan bod om het verschil te ervaren. Daarnaast worden de oefeningen toegelicht met theorieën en inzichten uit de psychologie over het effect van de verschillende doelen op motivatie, prestaties en stress.

Wanneer je een leerdoel stelt wordt een doel dat groot (bijvoorbeeld, het vinden van een baan, schulden aanpakken) en vaak stressvol is, vertaald naar kleinere en meer haalbare leerdoelen (bijvoorbeeld, beter CV leren maken of leren huishoudboekje bijhouden).

Leerdoelen verminderen chronische stress omdat ze stimuleren om kleinere en meer haalbare doelen te stellen. In deze workshop word je ook uitgenodigd om voor jezelf een leerdoel te stellen. Door je bewust te zijn van het verschil tussen leer- en prestatiedoelen kun je cliënten effectiever begeleiden en stress verminderen. Ook wordt er in deze workshop dieper ingegaan op de vraag hoe je deze inzichten zelf kunt toepassen om cliënten beter te kunnen adviseren/begeleiden.

Door: **Arjan van Dam**, Expert. (Akkoord).

12.20 uur **Pauze**

13.20 uur **Deelsessies ronde 2 – Aspecten van stress-sensitief werken – Praktische toevoeging**

**1. Gespreksvoering: het coachen van mensen met chronische stress**

* Aandachtspunten bij mensen met chronische stress
* Coachen op executieve functies
* Helpende instrumenten

Chronische stress. Veel mensen gaan eronder gebukt bijvoorbeeld door schulden, armoede, werkloosheid, eenzaamheid, huiselijk geweld, problemen thuis of op het werk. Wat maakt het coachen van mensen met chronische stress anders? Wat zijn dan specifieke aandachtspunten en hoe kan een coach de zelfsturing van mensen met chronische stress versterken? In deze workshop leert u hoe u als coach om kunt gaan met mensen die als gevolg van de chronische stress hun executieve functies – nodig om problemen aan te pakken – niet goed kunnen inzetten. Vaak vergt het dat deze mensen zelf actie gaan ondernemen – gaan doen - en daar ligt nu net het probleem omdat hun ‘doenvermogen’ onder druk staat. Mensen die het lastig vinden doelen te stellen, strategieën te bedenken over hoe ze die doelen willen bereiken, zich aan plannen te houden en niet goed omgaan met de obstakels die ze daarbij tegenkomen. U leert wat de belangrijkste executieve functies zijn, hoe chronische stress daarop ingrijpt en hoe een coach een cliënt effectief kan ondersteunen met gesprekstechnieken en met handige instrumenten die het coachingsproces ondersteunen.
Door: **Peter Wesdorp**, bestuurskundige, opleider van ‘praatprofessionals’ in het publieke en private domein, mede-auteur boek ‘Stress Sensitief Werken’. (Akkoord).

1. **Stress-sensitief communiceren**

Wat kan je in je schriftelijke communicatie doen om beter aan te sluiten op de dynamiek die geldstress teweeg brengt. Door: Tamara Madern (mede-auteur boek Nadja Jungman) (Tamara **–NEE** - geeft dinsdag 11 juni uitsluitsel of zij de workshop kan geven). In laten vullen door een partner? 🡪 *anders dubbelen ronde 1.*

1. **Cultuur en omgang met stress: een introductie in cultuursensitief werken.**

- migratie, stress en armoede

- cultuur, ziekteopvattingen en hulpzoekgedrag

- cultuursensitieve communicatie

Mede door de immigratie in de laatste vijftig jaar is de samenstelling van de Nederlandse bevolking in sociaaleconomisch, cultureel en levensbeschouwelijk opzicht heel divers. De verander(en)de samenleving leidt er toe dat zorg- en welzijnsprofessionals te maken krijgen met cliënten, die andere culturele en levensbeschouwelijke achtergronden hebben dan zijzelf. Zij maken kennis met voor hen onbekende opvattingen over ziekten, problemen, stress, armoede en manieren om hulp te zoeken. In een interactieve workshop reikt Cor Hoffer vanuit een antropologisch perspectief professionals enkele handvatten aan, waarmee zij hun werkwijze kunnen laten aansluiten bij een veranderende zorgpopulatie.

Door: **Cor Hoffer**, Socioloog en cultureel antropoloog. (Akkoord).

1. **Hoe verweef je chronische stress in je dagelijkse praktijk?**

In deze workshop vertellen Judith Wolf en Nadja Jungmann over de ervaringen van de professionals waar zij mee samenwerken.

- Zelfregulering en stress in de erkende methodiek krachtwerk;

- Chronische stress in het project psycho-educatie;

- Ruimte voor vragen en brainstorm voor professionals en managers die meer willen doen met stress in hun uitvoeringspraktijk.

Door:

* **Prof. dr. Judith Wolf**, hoogleraar maatschappelijke zorg, hoofd van Impuls - Onderzoekscentrum maatschappelijke zorg, Radboudumc Nijmegen, directeur van de Academische werkplaats Impuls: Participatie en maatschappelijke zorg en ontwikkelaar van Krachtwerk, een basismethodiek voor participatie en zelfregie.

- **Nadja Jungman**, Lector Schulden en Incasso bij de HU en adviseur en trainer bij Social Force. (Akkoord).

14.35 uur Koffie- en thee pauze

15.00 uur **Stress-sensitief werken – hoe dan?**

In het sociaal domein zijn als gevolg van bezuinigingen concepten als ‘eigen verantwoordelijkheid’ en ‘zelfredzaamheid’ leidend geworden in de publieke dienstverlening. We verwachten van mensen met sociale en financiële problemen dat ze afspraken nakomen, stappen zetten en hun emoties en verlangens reguleren. Terwijl de wetenschap over stress ons leert dat mensen die in chronische stress leven dit soort dingen nou juist minder goed voor elkaar krijgen.

De doorwerking van geldstress is groot, en we vragen te veel. Stress-sensitief werken is een antwoord. We zijn allemaal de bestuurder van ons eigen leven en verantwoordelijk voor de inrichting daarvan. Maar als we burgers die leven in een dynamiek van chronische stress een daarop afgestemde context geven krijgen ze meer kansen om te floreren. Dan wordt opeens zichtbaar dat we in de afgelopen jaren veel te veel mensen ten onrechte het predicaat ‘ongemotiveerd’ hebben opgeplakt. Dat stress-sensitieve bejegening mensen in beweging brengt.

Hoe geef je vorm aan stress-sensitief werken? Wat werkt? En wat zijn goede voorbeelden?

         Je leert over multi-problematiek en zaken in je dienstverlening die je kan beïnvloeden;

         Je leert wat dienstverlening effectief maakt;

         Je krijgt inspiratie over een manier van werken die nog in ontwikkeling is.

**Nadja Jungmann**, Lector Schulden en Incasso bij de HU en adviseur en trainer bij Social Force. (Akkoord).

Nadja Jungmann is lector Schulden en Incasso aan de Hogeschool Utrecht en zelfstandig adviseur. In de afgelopen jaren voerde zij tal van onderzoeken uit met maatschappelijke impact. Nadja is een autoriteit op het gebied van financiële problematiek bij huishoudens. Ze spreekt regelmatig op congressen, verschijnt regelmatig in de media en leverde in de afgelopen jaren ruim 60 publicaties over dit onderwerp op. In februari 2017 werd Nadja uitgeroepen tot lector van het jaar. Eerder won zij de ROA impactprijs.

16.15 uur **Afsluiting + borrel.**