



# Mobility Mentoring in Alphen aan den Rijn

24 januari 2019

# De schoen wringt:

We doen een beroep op de zelfredzaamheid van onze inwoners.



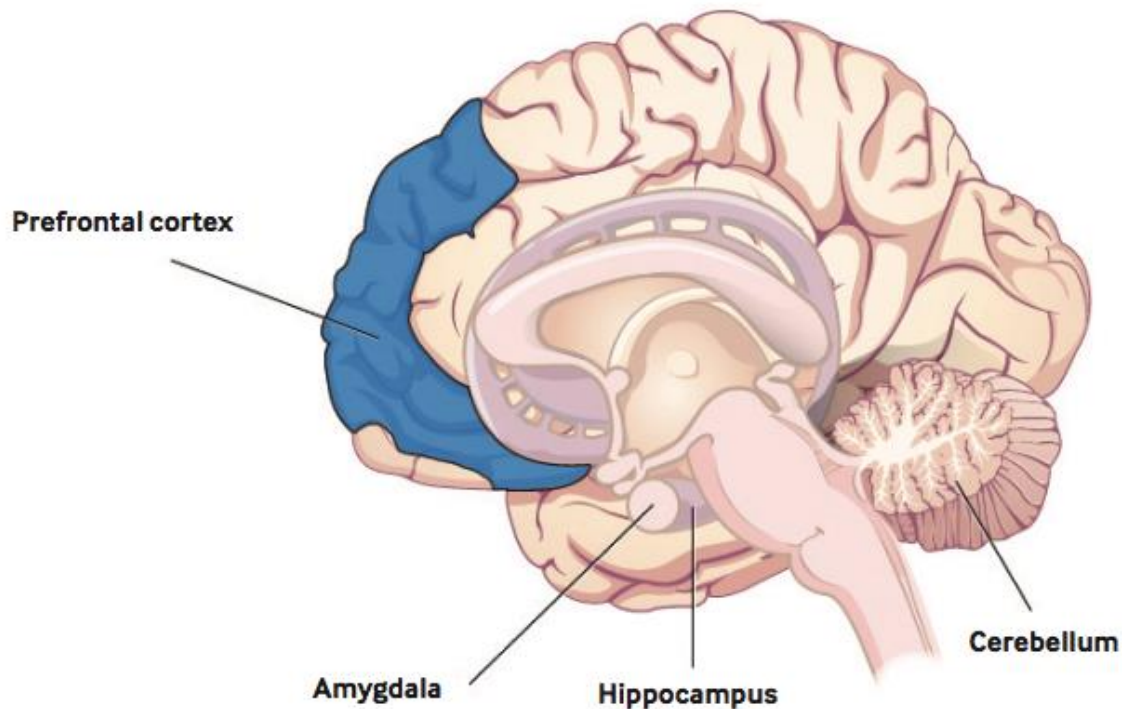
De mensen met de grootste problemen, zijn het minst goed in staat hun problemen op te lossen.



-> Inwoners haken af

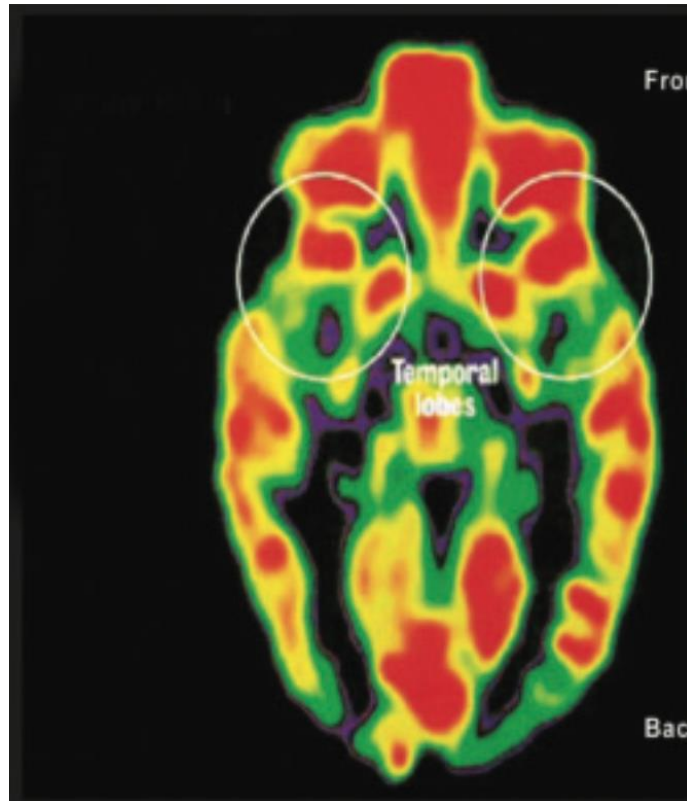
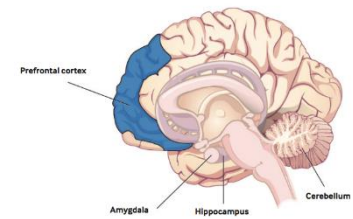
-> Het lukt inwoners niet hun situatie duurzaam te verbeteren

# Hoe (geld)stress het brein beïnvloedt



Zie ook: <https://vng.nl/onderwerpenindex/werk-en-inkomen/armoedebeleid-en-schuldhelpverlening/publicaties/handreiking-mobility-mentoring>

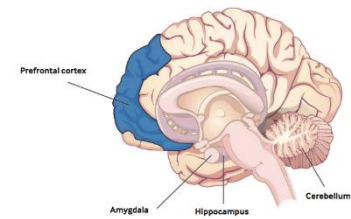
# Chronische stress



Geen stress

Chronische stress

# Prefrontale cortex



## Denkfuncties

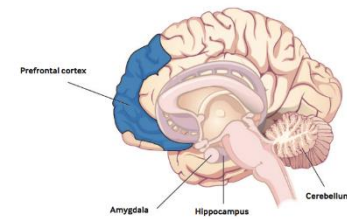
- Plannen
- Organiseren
- Tijdmanagement
- Zaken onthouden
- Je situatie van een afstand kunnen zien

## Regulatiefuncties

- Verleidingen weerstaan
- Emoties beheersen
- In actie komen
- Aandacht vasthouden
- Flexibel zijn
- Doorzettingsvermogen

**Nodig om doelen te bereiken**

# Lymbisch systeem



- Hoofdkwartier van emoties: angst, boosheid, verdriet, vreugde, walging, verbazing, minachting, jaloezie et cetera
- Eerste verwerking van signalen zintuigen (je vindt vaak al iets voordat je weet waarom je dat vindt)



# Mobility Mentoring®



## Instrumenten

1. Bridge to Self-Sufficiency
2. Doel-actieplannen
3. Beloningen
4. Economic Independence Index
5. Hot jobs en smart start jobs
6. Successen van deelnemers inzichtelijk maken
7. Assessments van executieve functies
8. Voortgangsinformatie
9. Werken met groepen deelnemers

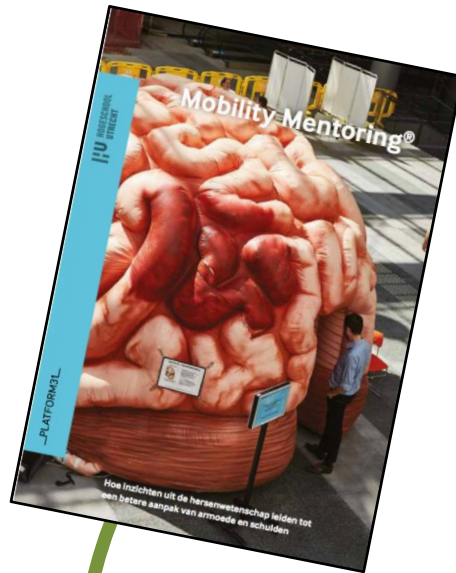
## Mentoring

1. Bespreken impact chronische stress op gedrag
2. Voorzien in zelfbeoordeling door de deelnemer
3. Ontwikkelen van de capaciteit om te ambiëren
4. Leren doelen stellen
5. Het ontdekken van sturende waarden
6. Uitwerken van strategieën
7. Bieden van concrete expertise
8. Creëren van het momentum
9. Bevorderen van focus
10. Doelbereiking bewaken en inzichtelijk maken

## Dienstverlenings-principes

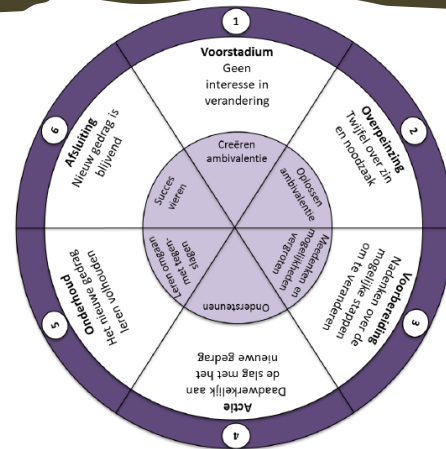
1. Voorkom nog meer stress
  - Stress vrije ontmoetingsruimten
  - Ingewikkelde gesprekken in ochtend
  - Et cetera
2. Vermijd grote cognitieve belasting
  - Eenvoudige formulieren
  - Niet te veel opdrachten in een keer
  - Et cetera
3. Versterk executieve functies en copingstrategieën
  - Oefenen op maken plan B
  - Et cetera





**Integrale aanpak**

+



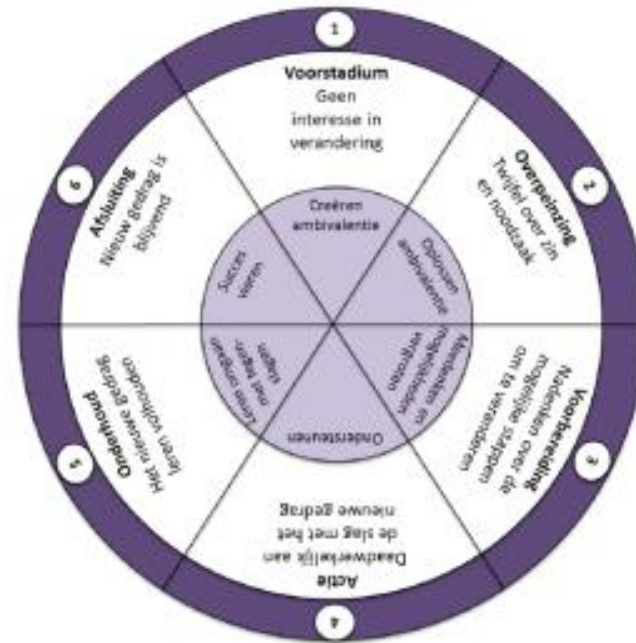


# Sturen op Zelfsturing



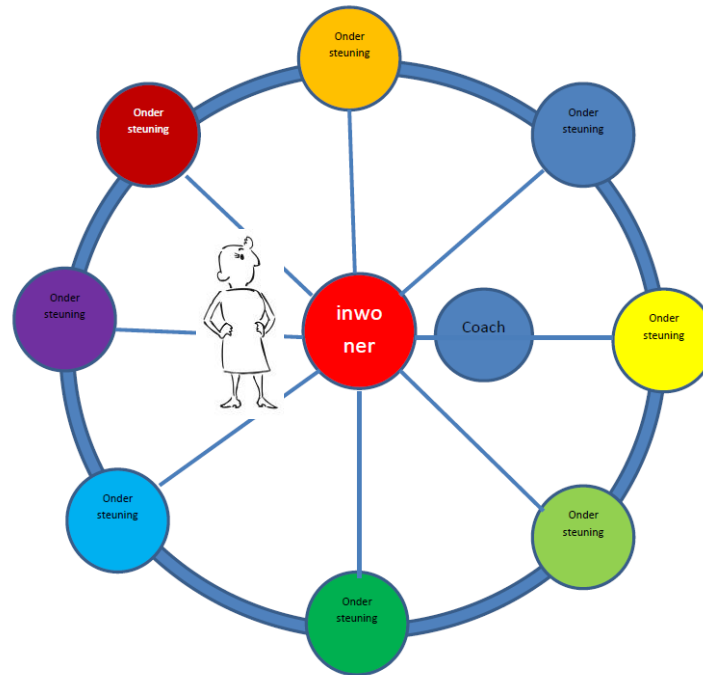
“Mensen raken doorgaans beter gemotiveerd door de beweegredenen die zij zèlf hebben ontdekt en uitgesproken dan door de redenen die anderen opsommen.”

*Blaise Pascal, Franse filosoof, 17<sup>e</sup> eeuw*



# Wie voert uit?

- 35 collega's Serviceplein
- complexe meervoudige problematiek
- achtergrond divers: MEE, Wmo, GGZ, SHV, Inkomen, Re-integratie, jongeren, nazorg ex-gedetineerden
- blinken uit in: goede gesprek, coachen en korte lijnen binnen gemeente en daarbuiten



# Pilot Alphen aan den Rijn



Onderzoeksvraag:

PLATFORM31

Wat levert dienstverlening op die is verdiept met de volgende elementen vanuit Mobility Mentoring:

- Sturen op stressreductie in gesprekken
- De Brug
- Doel-actieplannen
- Waarderen acties

BRUG NAAR ZELFREDZAAKHEID

Huisvesting	Gezin	Gezondheid	Sociaal netwerk	Opleiding	Schulden	Spaargeld	Inkomen
Ik heb een geschikte woning die binnen mijn budget past (maximaal 1/3 van het netto inkomen)	Ik kan mij volledig wijden aan werk, studie of gezin. De zorg voor gezinsleden is geen belemmering - Of ik heb geen gezin	Ik kan mij grotendeels wijden aan werk, studie of gezin. Lichamelijke of psychische klachten zijn nauwelijks een belemmering	Ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een MBO of hoger diploma	Ik heb geen schulden (behalve voor hypotheek of studie)	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik meer dan 3 maanden rondkomen	Mijn inkomen is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb een geschikte woning alleen het past niet binnen mijn budget (maximaal 1/3 van het netto inkomen)	Ik kan mij grotendeels wijden aan werk, studie of gezin. De zorg voor gezinsleden is nauwelijks een belemmering	Ik kan mij grotendeels wijden aan werk, studie of gezin. Lichamelijke of psychische klachten zijn nauwelijks een belemmering	Ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren.	Ik heb een MBO-3 of-4 diploma	Ik heb geen betalingsachterstanden, los mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik 2 tot 3 maanden rondkomen	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb een woonplek, maar moet op zoek naar iets anders	Ik kan mij redelijk wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij redelijk wijden aan werk, studie of gezin, ondanks lichamelijke of psychische klachten	Ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie)	Ik heb betalingsachterstanden maar voor (deels) alle schulden passende betalingsregelingen	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik 1 tot 2 maanden rondkomen	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik woon in de maatschappelijke opvang	Ik kan mij nauwelijks wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij nauwelijks wijden aan werk, studie of gezin, vanwege lichamelijke of psychische klachten	Ik kan nauwelijks op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb diploma's en / of certificaten, maar nog geen startkwalificatie	Ik heb schulden en overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik minder dan 1 maand rondkomen	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb geen vaste woonplek	Ik kan mij niet wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij niet wijden aan werk, studie of gezin, vanwege lichamelijke of psychische klachten	Ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb geen diploma's of certificaten	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven	Ik heb geen spaargeld	Ik heb geen inkomen

Versie 7 september 2017

## BRUG NAAR ZELFREDZAAMHEID



Huisvesting	Gezin	Gezondheid	Sociaal netwerk	Opleiding	Schulden	Spaargeld	Inkomen
Ik heb een geschikte woning die binnen mijn budget past (maximaal 1/3 <sup>e</sup> van het netto inkomen)	Ik kan mij volledig wijden aan werk, studie of gezin. De zorg voor gezinsleden is geen belemmering - OF - ik heb geen gezin	Ik kan mij volledig wijden aan werk, studie of gezin. Lichamelijke of psychische klachten zijn geen belemmering	Ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een HBO of hoger diploma	Ik heb geen schulden (behalve voor hypotheek of studie)	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik meer dan 3 maanden rondkomen	Mijn inkomen is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb een geschikte woning alleen het past niet binnen mijn budget (maximaal 1/3 <sup>e</sup> van het netto inkomen)	Ik kan mij grotendeels wijden aan werk, studie of gezin. De zorg voor gezinsleden is nauwelijks een belemmering	Ik kan mij grotendeels wijden aan werk, studie of gezin. Lichamelijke of psychische klachten zijn nauwelijks een belemmering	Ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb een MBO-3 of -4 diploma	Ik heb geen betalingsachterstanden, los mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik 2 tot 3 maanden rondkomen	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb een woonplek, maar moet op zoek naar iets anders	Ik kan mij redelijk wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij redelijk wijden aan werk, studie of gezin, ondanks lichamelijke of psychische klachten	Ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie)	Ik heb betalingsachterstanden maar voor (bijna) alle schulden passende betalingsregelingen	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik 1 tot 2 maanden rondkomen	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik woon in de maatschappelijke opvang	Ik kan mij nauwelijks wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij nauwelijks wijden aan werk, studie of gezin, vanwege lichamelijke of psychische klachten	Ik kan nauwelijks op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb diploma's en / of certificaten, maar nog geen startkwalificatie	Ik heb schulden en overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik minder dan 1 maand rondkomen	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb geen vaste woonplek	Ik kan mij niet wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij niet wijden aan werk, studie of gezin, vanwege lichamelijke of psychische klachten	Ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb geen diploma's of certificaten	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven	Ik heb geen spaargeld	Ik heb geen inkomen

Versie 7 september 2017

# Doel-actie plan

-Per Brugpijler formuleert inwoner doelen

-> doelen in hele kleine stapjes opknippen

-> sommige acties komen in aanmerking voor een € bon

-> Aan de slag!

# Compenseren en waarderen

- inwoner bepaalt doelen en acties
- actie\* uitgevoerd? -> bon!
- persoonlijk kaartje



Ik ben naar afspraken GGZ  
gegaan: € 40

Ik heb DigiD aangevraagd: € 20

Ik heb iemand uit netwerk ingeschakeld om  
zorgtaken over te nemen: € 40

Ik heb passende betaalregelingen getroffen met alle  
schuldeisers : € 60

-inwoners voelen zich gewaardeerd/bezwaard/komen in flow

\*in totaal zijn over de 8 pijlers 118 acties gedefinieerd

# John:

*Het is fijn om iedere keer met een opdracht weg te gaan. Omdat ik bonnen kan verdienen ga ik eerder nieuwe dingen proberen. Het motiveert als je ervoor beloond wordt. Als je geen geld hebt dan doe je dat sneller. Daarnaast werkt deze aanpak omdat er geen dwang is en er staat iets positiefs tegenover. Ik vind het heel fijn om bonnen te verdienen, het is net zoiets als werken. Ik heb dan toch iets meer te besteden die week. Ik doe zelfs wel dingen die ik eigenlijk heel spannend vind.*

*Zo zag ik er als een berg tegenop om mijzelf te melden bij de GGZ. Zonder het duwtje van de bonnen had ik dit nooit gedaan. Nu ik bij GGZ ben geweest ga ik zeker door, ik wil graag vooruitgang in mijn leven.*



# Wat maakt dat het werkt?

- Positief eerste contact
- Aanpak financiële problemen (reduceert stress)
- Nabijheid (bejegening, er zijn)
- Beschikbaarheid/benaderbaarheid (app, telefoon, huisbezoek)
- Waar wil inwoner zelf heen? (ipv wat moet inwoner doen om...)
- Traject opknippen in hele kleine stapjes
- Motiveren en succesjes vieren
- Korte lijnen met andere disciplines en ketenpartners

# Lessen en vraagstukken



- Draagvlak bestuur, politiek, ketenpartners en vooral uitvoerende collega's
- Laat collega's meedenken, zorg voor inspiratiemomenten
- Neem tijd om vertrouwd te raken met methodiek
- Heb aandacht voor borging/interventietrouw
  
- Sturen op zelfsturing op peil
- Toepassing bij mensen met LVB en anderstaligen?
- Registratie in systeem (maak het makkelijk))

# Positieve ervaringen

## Brug

BRUG NAAR ZELFREDZAAMHEID



Huizenwoning	Gezin	Gezondheid	Sociaal netwerk	Opleiding	Schulden	Spaargeld	Inkomen
Ik heb een geschikte woning die binnen mijn budget past (maximaal 1/3 van het netto inkomen)	Ik kan mij volledig wijden aan werk, studie of gezin. De zorg voor gezinsleden is geen belemmering - Of - ik heb geen gezin	Ik kan mij volledig wijden aan werk, studie of gezin. Lichamelijke of psychische klachten zijn geen belemmering	Ik kan altijd op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren. Ik help ook anderen.	Ik heb een HBO of hoger diploma	Ik heb geen schulden (behalve voor hypotheek of studie)	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik meer dan 3 maanden rondkomen	Mijn inkomen is meer dan genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb een geschikte woning alleen het part niet binnen mijn budget (maximaal 1/2 van het netto inkomen)	Ik kan mij gedeeltelijk wijden aan werk, studie of gezin. De zorg voor gezinsleden is nauwelijks een belemmering	Ik kan mij gedeeltelijk wijden aan werk, studie of gezin. Lichamelijke of psychische klachten zijn nauwelijks een belemmering	Ik kan meestal op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb een MBO-3 of 4 diploma	Ik heb geen betalingsachterstanden, los mijn schulden af en maak geen nieuwe schulden	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik 2 tot 3 maanden rondkomen	Mijn inkomen is voldoende om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb een woonplek, maar moet op zoek naar iets anders	Ik kan mij redelijk wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij redelijk wijden aan werk, studie of gezin, ondanks lichamelijke of psychische klachten	Ik kan soms op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb een diploma MBO-2 of HAVO (startkwalificatie)	Ik heb betalingsachterstanden maar voor (bijna) alle schulden passende betalingsregelingen	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik 1 tot 2 maanden rondkomen	Mijn inkomen is precies genoeg om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik woon in de maatschappelijke opvang	Ik kan mij nauwelijks wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij nauwelijks wijden aan werk, studie of gezin, vanwege lichamelijke of psychische klachten	Ik kan nauwelijks op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb diploma's en / of certificaten, maar nog geen startkwalificatie	Ik heb schulden en overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven	Ik heb spaargeld. Daarvan kan ik minder dan 1 maand rondkomen	Mijn inkomen is te laag om voor mijzelf (en mijn gezin) te zorgen
Ik heb geen vaste woonplek	Ik kan mij niet wijden aan werk, studie of gezin, vanwege de zorg voor gezinsleden	Ik kan mij niet wijden aan werk, studie of gezin, vanwege lichamelijke of psychische klachten	Ik kan nooit op anderen rekenen om mij te helpen of te adviseren	Ik heb geen diploma's of certificaten	Ik heb schulden en geen overzicht van mijn schulden, inkomsten en uitgaven	Ik heb geen spaargeld	Ik heb geen inkomen

Versie 7 september 2017

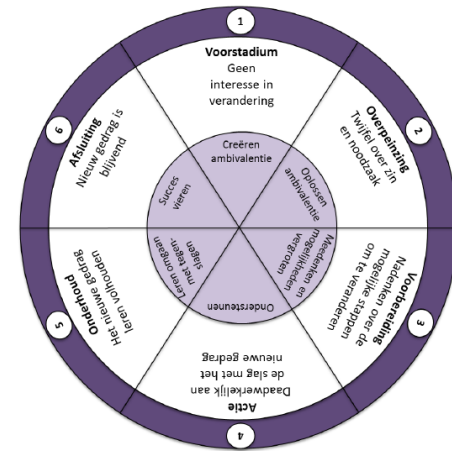
Echt kleine stapjes



## Succeservaringen



## Aansluiting op Sturen op Zelfsturing



## Praten over stress



# Meer informatie

<https://mobilitymentoring.nl/>

<https://www.platform31.nl/publicaties/mobility-mentoring>

<https://www.youtube.com/watch?v=kHIq-8J2K0Q>

(Ted Talk Beth Babcock, CEO EMPath)