

# Di Homber Pa Homber

Handleiding

April 2014



## Inhoud

Inleiding .....	2
1.1 Aanleiding .....	3
1.2 Doelstelling .....	3
1.3 Doelgroep.....	4
1.4 Door wie: de trainers .....	4
2 Aanpak.....	6
2.1 Werving.....	6
2.2 Het voortraject (Fase 1) .....	6
2.3 Het verdiepingsweekend (Fase 2) .....	10
2.4 De terugkomdagen (Fase 3) .....	10
2.5 Individuele begeleiding.....	10
2.6 Extra dagdelen.....	10
3 Randvoorwaarden voor toepassing .....	11
4 Theoretische en praktische onderbouwing van de training .....	11
5 Resultaten .....	11
6 Praktijkervaring .....	11
Literatuurlijst en bronnen.....	13
BIJLAGE 1: Gedicht .....	14
BIJLAGE 2: Persoonlijk Actie Plan.....	15

## **Inleiding**

Voor u ligt de handleiding van de training 'Di Homber Pa Homber', wat betekent: 'Van man tot man'. In deze training gaan Antilliaanse mannen in dialoog met elkaar en wordt er door middel van een bewustwordingsproces gewerkt aan positieve gedragsverandering. Deze training heeft reeds veel resultaten geboekt en verschil gemaakt in de levens van vele mannen en hun gezinnen. De training had niet gerealiseerd kunnen worden zonder de ondersteuning van het Oranje Fonds. Stichting Kakiña wil het Oranje Fonds bedanken voor hun coaching en openheid voor nieuwe ideeën. In het bijzonder willen we onze dank uitspreken naar Mirjam Lammers en Hester van den Burg voor hun vertrouwen en begeleiding. We hopen dat deze handleiding vele organisaties zal inspireren én zal activeren om met (één van de delen van) deze training aan de slag te gaan.

*Projectleider Stichting Kakiña  
Joyce Kwidama  
[www.kakina.org](http://www.kakina.org)*



## 1.1 Aanleiding

De Antilliaanse man heeft de naam onder andere onverantwoordelijk, agressief, crimineel, lui, gemakzuchtig en een rokkenjager te zijn. Er is waarschijnlijk een aantal Antilliaanse mannen die inderdaad één of enkele van deze kenmerken heeft, maar het is te betwijfelen of er ook maar één Antilliaanse man zal zijn die al deze kenmerken bezit. Soms lijkt het wel of de Antilliaanse man zich berust in deze negatieve reputatie en dat hij hier genoeg mee neemt. Dit uit zich in een passieve houding en negatief zelfbeeld. Tevens zijn (in het bijzonder de jonge) Antilliaanse mannen oververtegenwoordigd onder de werklozen en is er sprake van hoge criminaliteitscijfers in deze bevolkingsgroep. De Antilliaanse vrouwen en jongeren krijgen veel (positieve) aandacht, maar de man lijkt in de vergetelheid te zijn geraakt of wordt alleen in verband gebracht met negatieve zaken.

Echter, om de leefsituatie van een gezin te verbeteren is het van wezenlijk belang dat ieder gezinslid volledig wordt betrokken bij het veranderingsproces. Deze methodiek hoopt daarin, wat de mannen betreft, haar steentje bij de dragen. Door Antilliaanse mannen te begeleiden bij het ontdekken van hun kwaliteiten, verantwoordelijkheden en taken kan er een bewustwordingsproces op gang worden gebracht. Veel van deze mannen beseffen niet, of niet voldoende, hoe zeer hun *handel en wandel* als voorbeeld fungeert voor hun kinderen en/of hun omgeving. Daarom achtte stichting Kakiña het noodzakelijk een training te ontwikkelen die de Antilliaanse mannen bewust maakt van hun identiteit en positie in de maatschappij. Dit proces wordt op gang gebracht tijdens wekelijkse groepsbijeenkomsten en een gezamenlijk weekend. Tevens behoort individuele coaching tot de mogelijkheid voor de mannen die daar behoefte aan hebben. Wanneer door middel van empowerment en het geven van positieve aandacht het zelfbeeld en de eigenwaarde van deze mannen op een positieve wijze wordt beïnvloed, zal dit niet alleen zijn vruchten afwerpen in het persoonlijk leven van de mannen: het zal werken als een olievlek waardoor ook de gezinnen en uiteindelijk de maatschappij een positieve uitwerking hiervan zullen ondervinden.

## 1.2 Doelstelling

De hoofddoelstelling van deze training is om een positieve gedragsverandering te laten plaatsvinden bij de Antilliaanse man. Deze verandering wordt bereikt door de mannen bewust te laten worden van hun eigen identiteit en rol in de samenleving. Dit bewustwordingsproces wordt op gang gebracht door de mannen positieve aandacht te geven en ze te leren kritisch naar zichzelf en hun daden te kijken. Wie ben ik, wat doe ik, waarom ben ik zo (geworden)? Om deze vragen te beantwoorden zal de deelnemer bereid moeten zijn om diep te gaan. Hij moet bereid zijn zichzelf een spiegel voor te houden, maar ook kritisch naar zijn omgeving en voorbeelden te kijken, zonder de bedoeling om de schuld van wie of wat hij geworden is, daarop af te schuiven. Uiteindelijk is hij zelf degene die de keuzes heeft gemaakt en beslissingen heeft genomen. Hij zal dus zelf de verantwoordelijkheid voor zijn daden en/of nalatigheid moeten nemen en andere keuzes moeten maken als hij wil veranderen.

Op deze manier worden de mannen gestimuleerd om vicieuze cirkels te doorbreken en hun imago te verbeteren. De beoogde gedragsveranderingen zijn het aannemen van een proactieve houding, verantwoordelijkheid nemen voor eigen daden en gedrag en een afname van agressiviteit.

NB: De doelstelling is afhankelijk van de samenstelling van de groep en kan worden aangepast aan specifieke problemen en leerdoelen binnen de groep.

### 1.3 Doelgroep

Deze training is bedoeld voor mannen van alle leeftijden van Antilliaanse afkomst. Alle mannen die gemotiveerd zijn om mee te doen zijn welkom, ongeacht burgerlijke staat, culturele achtergrond, levens- of geloofsovertuiging. De groep bestaat uit maximaal 15 mannen. Er is gekozen voor dit aantal om de mannen de aandacht te kunnen geven die ze dienen te krijgen.

### 1.4 Door wie: de trainers

De training wordt gegeven door één hoofdtrainer, en verschillende deskundigen en/of gasttrainers. De training is toe te passen door instellingen die mannenemancipatie in kaart willen brengen. Benodigde eigenschappen en competenties van de **trainers** zijn:

- ✓ Om een dergelijke training als Di Homber Pa Homber succesvol te kunnen begeleiden is het noodzakelijk dat de hoofdtrainer een Caribische man is. De training heet per slot ‘van man tot man’. Door een mannelijke trainer met een soortgelijke culturele achtergrond in te zetten, is er direct sprake van een soort verbondenheid tussen trainer en deelnemers. De trainer kan zich goed verplaatsen in de problemen en gedachtegang van de deelnemers waardoor hij goed is staat is ze een spiegel voor te houden.
- ✓ De trainer moet de taal van de deelnemers spreken, zowel letterlijk als figuurlijk en heeft een agogische opleiding met HBO-denkniveau afgerond.
- ✓ De trainer begeleidt de mannen in het stellen van persoonlijke doelen. Hij moet op de hoogte zijn van de trekken en de denkwijze van de Caribische man en moet de ongeschreven en onbesproken gedachten kunnen volgen.
- ✓ Hij dient niet bevooroordeeld te zijn. Tijdens de trainingen worden soms uitspraken gedaan die misschien tegen alle normen en waarden kunnen indruisen. De trainer moet hiermee kunnen omgaan.
- ✓ Hij moet geduldig en doelgericht zijn. Als de mannen loskomen is het soms lastig om ze in gareel te houden en om niet te veel af te wijken van hetgeen die bijeenkomst of training gepland stond.
- ✓ De trainer moet sterk in zijn schoenen staan, maar moet de mannen ook liefdevol kunnen confronteren. De mannen geven zich soms figuurlijk bloot en moeten voelen dat zich in een veilig en liefdevolle omgeving gebeurt. De Antilliaanse man is van oudsher niet gewend zijn gevoelens te uiten en zeker niet in een groep met andere mannen.
- ✓ De trainer dient de bijeenkomst op zo’n manier te leiden dat de mannen elkaar kunnen bekritisieren en kunnen aanspreken over bepaalde acties, maar toch dat de sfeer goed blijft en dat men respectvol blijft ten opzichte van elkaar.

Wat betreft **gasttrainers/deskundigen** zijn de volgende voorwaarden van toepassing:

- ✓ De gasttrainer moet een deskundige zijn op zijn/haar gebied om de verschillende complexe gevallen te kunnen bespreken met de groep. (De gasttrainer of deskundige mag

wel een vrouw zijn en soms is het ook juist handig om een bepaald onderwerp door een vrouw te laten behandelen).

- ✓ Net als de trainer, moet de gasttrainer ook voldoende kennis hebben over de cultuur van de Caribische man.
- ✓ De gasttrainer moet veiligheid en geborgenheid bieden aan de mannen, zodat deze hun gevoelens durven bloot te geven aan de gasttrainer en aan de groep en hun mening durven te uiten.
- ✓ De gasttrainer dient mee te kunnen denken met de mannen en hun adequate oplossingen te kunnen aanreiken voor hun problemen.

## 2 Aanpak

### De methodiek

Het traject 'Di Homber Pa Homber' bestaat uit drie verschillende trainingsfasen:

1. Voortraject
2. Verdiepingsweekend
3. Terugkomdagen

Voorafgaand aan de trainingsfasen vind de werving plaats.

### 2.1 Werving

Werving kan op twee manieren plaatsvinden: deelnemers worden aangereikt via een zelforganisatie, of de deelnemers worden zelf geworven. Om zelf deelnemers te werven kan een activiteit (bijv. een dominotoernooi) worden georganiseerd in een buurtcentrum. Mannen worden geïnformeerd over deze activiteit via zelforganisaties (Antilliaanse beraden) en sleutelfiguren in de desbetreffende stad. Tijdens de activiteit wordt het project geïntroduceerd aan de mannen. Indien mogelijk zijn er een aantal mannen aanwezig die het project al hebben doorlopen en een veranderingsproces hebben meegemaakt om over hun ervaringen te vertellen en vragen te beantwoorden. De benaderde mannen worden uitgenodigd voor een eerste bijeenkomst. Contactgegevens worden genoteerd om vlak voor de eerste bijeenkomst via sms of telefonisch een herinnering te sturen.

### 2.2 Het voortraject (Fase 1)

Het doel van het voortraject is om kennis te maken met elkaar, een veilige sfeer te creëren en een basis te leggen waarop in verdere ontmoetingen verder kan worden gebouwd. Het aantal bijeenkomsten is afhankelijk van de groep. Het maakt verschil of de mannen elkaar al kennen en de motivatie van de deelnemers is belangrijk. Meestal bestaat het voortraject uit 4 à 5 bijeenkomsten van ongeveer 2 tot 2,5 uur. Tijdens het voortraject wordt gebruik gemaakt van verschillende *didactische werkvormen* zoals:

- Rollenspellen
- Creatieve werkvormen
- Interactieve groepsdiscussies
- Individuele opdrachten
- Oplossen van dilemma's
- Quiz vragen

#### Bijeenkomst 1

Tijdens de eerste bijeenkomst van het voortraject komen een aantal belangrijke onderdelen aan bod. De belangrijkste onderdelen zijn het uitleggen van de 'spelregels' van de training en een eerste kennismaking tussen trainer en deelnemers en deelnemers onderling.

#### *Spelregels uitleggen*

Tijdens de eerste bijeenkomst worden de volgende spelregels aan de deelnemers uitgelegd:

- ✓ Alleen mannen onder elkaar (met uitzondering van de vrouwelijke trainers)
- ✓ Geheimhoudingsafpraak

- ✓ Niet alleen halen, maar ook vooral brengen
- ✓ Intieme/persoonlijke zaken delen
- ✓ Respecteren en vertrouwen
- ✓ Geen oordeel vellen
- ✓ Communiceren in eigen taal
- ✓ Elkaars mening en gedrag respecteren
- ✓ Naar elkaar luisteren
- ✓ Vragen stellen is altijd mogelijk
- ✓ Begrip hebben en tonen voor de situatie waarin de ander verkeert
- ✓ Elkaar helpen in moeilijke situaties
- ✓ Iedereen is 'OK' (iedereen moet zich op zijn gemak kunnen voelen).

### *Kennismaking (30 minuten)*

Hierbij wordt gebruik gemaakt van verschillende kennismakingsspellen. Als eerste stellen de mannen zichzelf voor en vertellen over iets positiefs wat ze die week hebben meegemaakt. Gedragsverandering begint hier door te focussen op een positieve instelling (glas is niet half leeg, maar half vol).

Voorbeeld kennismakingsspel:

- Iedereen die uit een bepaalde streek uit Curaçao gaat staan.
- Iedereen die één/twee etc. kind(eren) heeft gaat staan.
- Iedereen die van ... houdt gaat staan.

### *Vervolgbijskomsten in voortraject*

Tijdens de vijf vervolgbijskomsten krijgen de mannen veel ruimte om zelf bespreekpunten en/of thema's in te brengen. Afhankelijk van de thema's en onderwerpen die naar voren komen zullen specifieke deskundigen worden ingezet gedurende de vijf bijskomsten. Daarnaast stellen de mannen tijdens de eerste vervolgbijskomst een Persoonlijk Actie Plan (PAP) op met een aantal punten die ze tijdens de training willen bereiken en/of bespreken.

In elke bijskomst is er aandacht voor één specifieke 'K'. De basis van de methodiek, **de 5 K's**<sup>1</sup> worden uitgelegd:

**K**ompartí (delen)

**K**onfrontá (confronteren)

**K**onsientisá (bewustworden)

**K**orihí (corrigeren)

**K**ambia (veranderen)

### **Dagdeel 1: Kompartí (delen)**

Tijdens deze bijskomst worden aan de mannen verschillende vragen gesteld: Wie ben je, wat wil je en waar wil je naartoe (hoe zie je jezelf over zoveel jaar)? De mannen vertellen wie ze

---

<sup>1</sup>Bedacht door dhr. R. Rosario, de hoofdtrainer en bedenker van 'Di Homber Pa Homber'.



zijn, hoe hun jeugd eruit zag en wat ze hebben meegemaakt. Blijdschap en teleurstellingen worden gedeeld met elkaar. Dit creëert een band en zorgt voor openheid in de groep. Om het gesprek op gang te brengen wordt soms gebruik gemaakt van een gedicht of een lied.

### **Dagdeel 2: Konfrontá (confronteren)**

De bijeenkomst begint met een reflectie op de vorige bijeenkomst. Wat is de mannen bijgebleven en hoe is het gegaan sinds de vorige keer? Mannen krijgen ruimte om hun verhaal te vertellen, met als verschil dat er nu ook onderlinge feedback wordt gegeven. Voorafgaand worden de feedbackregels uitgelegd: wanneer je feedback geeft, begin dat met: “Ik denk, ik voel, ik veronderstel...” Door het gebruik maken van constructieve feedback (was het de beste manier om het zo te doen?) wordt een bewustwordingsproces bewerkstelligd. Mannen worden bewust van hun eigen gedrag en de gevolgen hiervan.

### **Dagdeel 3: Konsientisá (bewustworden)**

Door middel van foto's van vaders met een kind (bijvoorbeeld vader die met zijn zoon voetbalt, of vader en zoon die samen aan tafel zitten te eten) wordt er een gesprek op gang gebracht over vaderschap. De vaders pakken een foto die iets bij hun oproept, hierdoor komen verhalen los zoals ‘dit heeft mijn vader nooit met mij gedaan’. Ook worden de mannen op deze manier bewust over hoe ze met hun eigen kinderen omgaan. Een andere manier om het bewustwordingsproces op gang te brengen is door middel van een gedicht (zie bijlage 1) of een lied. Het lied ‘Daughters’ van John Mayer wordt gedraaid, waarbij de tekst voor deze training vertaald is naar het Papiaments. Het lied kan veel losmaken bij de mannen doordat ze kunnen gaan beseffen dat ze tekortschieten tegenover hun kinderen. Ook dit is onderdeel van het bewustwordingsproces van de mannen over hun eigen gedragingen.

*‘Fathers, be good to your daughters  
Daughters will love like you do  
Girls become lovers who turn into mothers  
So mothers, be good to your daughters too’  
(John Mayer)*

### **Dagdeel 4: Korihi (corrigeren)**

Tijdens dit dagdeel worden verschillende oefeningen gedaan zoals bijvoorbeeld de Johari Matrix. Open en eerlijk met elkaar communiceren zonder bot te zijn of elkaar onderuit te halen, is niet altijd zo makkelijk. Hoe langer je elkaar kent, hoe makkelijker de omgang met elkaar meestal is. Maar ook mensen die elkaar al heel lang kennen, zijn niet altijd open en eerlijk tegen elkaar. Deze openheid is in kaart te brengen met de Johari Matrix. Volgens deze matrix bestaat de persoonlijkheid van mensen uit vier onderdelen, waarbij onderscheid wordt gemaakt tussen dingen die bekend of onbekend zijn aan anderen of jezelf.

De matrix ziet er als volgt uit:

	<b>Bekend aan mezelf</b>	<b>Onbekend aan mezelf</b>
<b>Bekend aan anderen</b>	Openheid	Blinde vlek
<b>Onbekend aan anderen</b>	Geheim	Onderbewustzijn

Tijdens deze oefening is het noodzakelijk dat de trainer een optimale en veilige sfeer creëert om zo de beste resultaten te kunnen boeken met de groep. Tijdens deze training hebben de deelnemers al een aantal dagdelen met elkaar opgetrokken zodat ze zich vaak veilig genoeg voelen om zich bloot te geven en soms grote geheimen te vertellen. Door de Johari Matrix krijgen de mannen de mogelijkheid om hun verhaal te doen en kan de rest van de groep confronterende feedback geven. De deelnemers leren middels deze oefening om goed gefundeerde feedback te geven, zonder vooroordelen. Ze volgen hierbij de feedbackregel dat feedback geformuleerd moet worden met behulp van de volgende zinnen:

- ik denk...
- ik voel...
- ik veronderstel...

Het doel is dat het gebied 'openheid' zo groot mogelijk wordt, terwijl de gebieden 'geheim' en 'blinde vlek' zo klein mogelijk worden. Je bereikt dan dat voor anderen en voor jezelf duidelijk is wat je doet en waarom.

### **Dagdeel 5: Kambia (veranderen)**

Tijdens dit dagdeel wordt gekeken welke competenties bij de mannen passen en hoe ze deze in kunnen zetten om succesvol te zijn als individu, maar ook als vader en echtgenoot. Het doel van dit dagdeel is om de mannen bewust te maken van wie ze zijn, wat hun eigenschappen en kwaliteiten zijn. Dit wordt bewerkstelligd door verschillende activiteiten zoals het kwaliteitspel van Gerkens, teamrollentest van Belbin en de succesfactoren van Covey.

#### *Teamrollentest Belbin*

In de teamrol-specificaties van Belbin<sup>2</sup> worden de typerende eigenschappen van acht verschillende rollen beschreven. Elke teamrol staat voor een aantal kwaliteiten en sterkten, maar ook voor een aantal (daarmee logisch samenhangende) zwakheden. De beschrijvingen zijn enigszins karikaturaal om de herkenning te vergemakkelijken. Tijdens dit dagdeel praten de mannen samen over deze teamrollen, waar herkennen ze zichzelf en de ander in? Hierdoor worden de mannen zich bewust van hun sterke en zwakke kanten en krijgen ze inzicht in hoe ze het beste uit zichzelf kunnen halen.

#### *Succesfactoren Covey*

Tijdens dit dagdeel wordt er tevens gebruikt gemaakt van de 7 eigenschappen om succesvol te zijn van Covey<sup>3</sup>. Deze eigenschappen zijn:

1. proactief handelen
2. definiëren van je eigen doelstellingen
3. prioriteiten stellen
4. creëren van win-win situaties
5. empathisch luisteren
6. synergie
7. persoonlijke vernieuwing

De eigenschappen worden besproken tijdens een groepsgesprek waarin de mannen handvatten krijgen aangereikt om succesvol te zijn als man, vader en echtgenoot.

---

<sup>2</sup> Ontwikkeld door M. R. Belbin (1981).

<sup>3</sup> Voor het eerst gepubliceerd in 1989, door Steven R. Covey.

### **2.3 Het verdiepingsweekend (Fase 2)**

In dit weekend zullen bepaalde onderwerpen, die reeds tijdens het voortraject aan de orde zijn gekomen, verder worden uitgediept. Er wordt in dit weekend veel van de mannen verwacht. Iedereen zal verschillende taken krijgen en aan het eind van het weekend zal gekeken worden hoe de mannen de verschillende taken hebben volbracht. Er wordt veel initiatief van de mannen verwacht tijdens dit weekend. Naast de groeps gesprekken zal er ook extra individuele aandacht zijn voor de mannen die hierom hebben gevraagd of voor die mannen waarvan de trainers menen dat ze deze extra aandacht nodig hebben.

*Het weekend staat verder in het teken van:*

- De eigen kwaliteiten (beter) leren kennen en eigen persoonlijkheid/eigenschappen (beter) durven inzien en accepteren.
- Uitdiepen van de thema's en onderwerpen die tot nu toe besproken zijn.
- Verder kennismaking door deelnemers onderling.
- Het maken van een **Persoonlijk Actie Plan (PAP)** (zie bijlage 2).

Onze ervaring met het weekend is dat door het samenzijn de mannen zich nog meer openstellen en zich nog meer blootgeven. Tijdens het weekend wordt heel diep ingegaan op bepaalde thema's en persoonlijke problemen waar ze al tijden mee worstelen.

Om de mannen op te vangen en te ondersteunen is er altijd voldoende professionele hulp beschikbaar.

### **2.4 De terugkomdagen (Fase 3)**

De terugkomdagen zijn bedoeld als evaluatie en mogelijk verdere verdieping van één of meerdere onderwerpen die in het weekend behandeld zijn. Daarnaast zal er gepeild worden in hoeverre de doelstellingen die de deelnemers in hun PAP hebben opgenomen daadwerkelijk behaald zijn. Tijdens de laatste terugkomdag wordt de training afgerond met een sociaal samenzijn waar eventuele partners en kinderen voor worden uitgenodigd. De mannen nemen tijdens deze dag een certificaat van deelname in ontvangst.

### **2.5 Individuele begeleiding**

Naast de training kan er optioneel een korte individuele begeleiding worden aangeboden, waarna wordt doorverwezen naar reguliere instanties zoals psycholoog/ schuldsanering/ maatschappelijk werker/verslavingszorg etc.

### **2.6 Extra dagdelen**

Wanneer de behoefte hiervoor aanwezig is kunnen extra dagdelen worden georganiseerd waarbij mannen in gesprek gaan met hun partners en kinderen. Hiervoor kunnen seksdebatten worden georganiseerd waarbij onderwerpen zoals emancipatie, opvoeding, geloof, man/vrouw rolverdeling etc. aan bod kunnen komen.

### 3 Randvoorwaarden voor toepassing

- **Locatie voor uitvoering:** De werving en de bijeenkomsten kunnen plaatsvinden in een buurtcentrum. Voor het verdiepingsweekend is een locatie nodig waar je de mannen kan afzonderen van de 'eigen omgeving'. Een weekendje weg is hiervoor zeer geschikt.
- **Kwaliteitsbewaking:** Wordt uitgevoerd door regelmatig overleg met opdrachtgevers. Dit zijn bijvoorbeeld gemeentes of organisaties die als doelstelling hebben mannenemancipatie te bevorderen.
- **Samenwerking:** Er is sprake van samenwerking met andere professionals, namelijk een seksuoloog, psychiater en een maatschappelijk werker.

### 4 Theoretische en praktische onderbouwing van de training

De training is opgezet vanuit het signaleren van een behoefte in de praktijk. Er wordt gebruikt gemaakt van deskundigen en theoretisch gefundeerde werkvormen die worden aangepast aan de doelgroep.

### 5 Resultaten

In totaal hebben ruim 200 mannen uit 5 verschillende steden deelgenomen aan 'Di Homber Pa Homber'. Uit hun evaluatie bleek dat deze mannen erg positief waren over de deelname. Enkele veel voorkomende resultaten waren dat de mannen assertiever waren geworden, zich minder gediscrimineerd voelden en bewuster waren geworden van hun eigen gedrag en de invloed hiervan op hun kinderen. De training is niet alleen uitgevoerd in non-profit organisaties, maar ook in een gesloten inrichting. Ook hier was de training een groot succes en zijn veel jonge mannen bereikt. Als vervolg op 'Di Homber Pa Homber' hebben sommige deelnemers geholpen een driehoeksdebat te organiseren. Tijdens dit debat hebben 5 Nederlandse, 5 Surinaamse en 5 Antilliaanse mannen en vrouwen met een academische achtergrond vanuit een positieve invalshoek, gediscussieerd over de invloed van 150 jaar afschaffing van de slavernij.

### 6 Praktijkervaring

Man X, 23 jaar, had bij aanvang van de training veel problemen. Hij wilde zijn twee kinderen zien, maar de moeder van de kinderen, waar hij niet meer mee samen was, dreigde de kinderen van hem weg te nemen. Om zijn verdriet te onderdrukken gebruikte hij regelmatig drugs. Ook was hij werkloos. Het contact met Bureau Jeugdzorg was gestagneerd vanwege de agressieve houding van man X. Na deelname aan de training volgde individuele begeleiding bij hem thuis door één van de trainers van 'Di Homber Pa Homber'. Tijdens deze gesprekken werd samen opnieuw contact gezocht met Bureau Jeugdzorg. Bureau Jeugdzorg constateerde bij man X een zichtbare gedragsverandering en verzocht de trainster van 'Di Homber Pa Homber' om deze man te coachen tijdens het contact met Bureau Jeugdzorg. Iedere woensdagmiddag vond er een gesprek plaats met de moeder en nieuwe partner bij Bureau Jeugdzorg. Ook zij zagen dat man X was veranderd. Er werd toestemming gegeven dat man X zijn kinderen 2 uur per week mocht zien onder toezicht van Bureau Jeugdzorg. Nadat dit 1,5 maand goed was gegaan, mocht man X, onder begeleiding van de trainster, met zijn kinderen naar het winkelcentrum. Weer een maand later mocht hij de kinderen ook bij hem thuis ontmoeten. Uiteindelijk heeft dit traject ertoe

geleid dat man X zijn kinderen nu om de week een weekend thuis mag hebben. Hij is minder agressief geworden, neemt geen drugs meer en kan in dialoog gaan met mensen van Jeugdzorg zonder dat dit escaleert.

De training heeft man X een spiegel voorgehouden, bijvoorbeeld doordat andere (oudere) mannen tegen hem zeiden: 'Doe normaal, op deze manier zul je niets bereiken'. De anderen mannen van de training zagen zijn kwaliteiten en confronteerden hem ermee dat hij zichzelf belemmerde door zijn houding. Doordat man X zich hier bewust van werd en ook succesverhalen van anderen hoorde, kwam er een bewustwordingsproces op gang dat uiteindelijk tot een positieve gedragsverandering heeft geleid.

## **Literatuurlijst en bronnen**

Belbin, M. R. (1981) *Management teams. Over succes- en faalfactoren voor teams*. Den Haag, Academic Services. Zie ook <http://www.belbin.com/>

Covey, S. R. (1989). *De Zeven Eigenschappen van Effectief Leiderschap*. Simon & Schuster Books.

## BIJLAGE 1: Gedicht <sup>4</sup>

### Man zijn is gaaf!

Vrijwel al het naakt op de TV is vrouwelijk.  
Als je vijf dagen weg gaat, hoef je maar 1 koffer mee te nemen.  
De rij voor het toilet is altijd minstens 80% korter.  
Als je naar de kapper wilt, hoef je niet eerst te sparen.  
Als je solliciteert, letten ze niet op je kont.  
Al je orgasmen zijn echt.  
Je kunt in je eentje naar het toilet.  
Een gemiddeld telefoongesprek duurt 30 seconden.  
Niemand vraagt zich stiekem af of je "alles doorslikt".  
Je kunt je douchen en aankleden in 10 minuten.  
Als iemand je ergens voor vergeet uit te nodigen,  
hoef je daarom geen ruzie met hem te maken.  
Geen van je collega's kan je aan het huilen krijgen.  
Lager dan je nek hoef je je niet te scheren.  
Je hoeft 's nachts niet tegen een harige kont aan te kruipen.  
Als je 34 bent en nog steeds vrijgezel, maakt niemand zich echt druk.  
Je kunt meedoen aan wedstrijden ver-pissen.  
Je hoeft je nooit op te maken.  
Met een bloemetje maak je alles weer goed.  
Je hebt aan drie paar schoenen meer dan genoeg.  
Waar je ook bent, je kunt altijd een banaan eten.  
Voorspel is slechts een optie.  
Het maakt niet uit als niemand ziet dat je naar de kapper bent  
geweest.  
De wereld is een groot urinoir.  
Je hoeft nooit je benen te waxen.  
Je hebt geen probleem als je alleen maar zelfbedieningsbenzinstations  
tegenkomt.  
Je kunt op minstens 20 manieren een bierflesje open maken.  
Wat je ook aanhebt, je kunt met je benen wijd zitten.  
Grijs haar en rimpels geven je karakter en verbeteren je uitstraling.  
Als je eens flink aan je kruis wilt krabben, hoef je niet de kamer uit  
te lopen.  
Trouwjurk kopen: Euro 5000,-. Trouwpak huren: Euro 150,-.  
Met 400.000.000 zaadcellen per keer, kun je in theorie met 15 orgasmen  
de wereldbevolking verdubbelen.  
De afstandbediening is van jou. En van jou alleen.  
Niemand kijkt naar je borst als je met ze praat.  
Je kunt condooms kopen zonder dat de verkoper zich alles in zijn hoofd  
haalt. Als je moet kakken, hoef je niet te zeggen dat je "je even gaat  
opfrissen".  
Je kunt op de TV altijd wel een sportwedstrijd vinden.  
Als op een feest iemand dezelfde kleren draagt als jij, wordt dat  
waarschijnlijk een vriend voor het leven.  
Als je een boer laat, is dat iets dat men toch al van je verwacht.  
Kortom: Man zijn is gaaf!

---

<sup>4</sup> Geschreven door R. Rosario, bedenker van 'Di Hombre pa Hombre'.

## **BIJLAGE 2: Persoonlijk Actie Plan**

### **Het PAP spel**

*Doel:*

De deelnemer laten bedenken en formuleren welke acties hij wil gaan nemen om verbetering in bepaalde zijneven te bewerkstelligen.

*Aantal spelers:*

1 – 3

*Tijdsduur:*

2 uur

*Spelregels:*

De centrale speler bedenkt iets wat hij graag wil veranderen in zijn leven.

Als dit spel gespeeld wordt met 3 spelers dan is een speler de vragensteller en de derde notuleert de antwoorden.



Vragen:

1) Wat wil je precies veranderen. Vertel / beschrijf dit zo concreet mogelijk.

2) Waarom wil je datgene wat je hebt verteld veranderen?

3) In wat belemmert dit gedrag jou in het goed functioneren?

4) Hoe ben je aan dit gedrag gekomen?  
(waarom handel je op dit moment zo: vertel de geschiedenis)

5) Wie heeft ervoor gezorgd dat je je gedraagt zoals je nu doet?

6) Heb je al eens eerder geprobeerd dit gedrag te veranderen?

7) Zo ja, waarom is het toen niet gelukt?

8) Wie en/of wat had de schuld dat je je doel niet hebt bereikt?

9) Wat ging er goed / wat ging er fout?

10) Hoe ga je het deze keer aanpakken?

--

11) Wie of wat ga je er deze keer bij betrekken zodat je zekerder bent van een goed resultaat?

--

12) In hoeveel tijd wil je dit bereiken?

--

13) Met wie ga je een deal sluiten om te controleren of je, je doel al hebt bereikt?

--