

Wageningen University – Sociale Wetenschappen

Leerstoelgroep: Health and Society

Impact van maatschappelijke organisaties

- een kwalitatief onderzoek naar de waarde van Thuis Wageningen

December 2018

Communication, Health and Life Sciences

Specialisatie: Health and Society

Vakcode: HSO-70324 (MSc stage)

Student: Kylie Totté

Stagebegeleiders:

Ir. J. Kruit

T. Yüksel

Beoordelaar:

Dr. K.T. Verkooijen



Voorwoord

Ongeveer tweeënhalf jaar geleden leerde ik Thuis kennen via een studievriendin. Ze vroeg mij mee te gaan naar een no-waste etentje georganiseerd door de organisatie Foodsharing, gevolgd door een filmavond van Amnesty International. Ik kende Thuis nog niet; aangezien ik in Utrecht woonde en op en neer reisde voor studie was ik nog niet erg bekend in Wageningen. Ik werd aangenaam verrast deze avond. Dit was het type plek waar ik graag kom: open, creatief, out-of-the-box, milieubewust. Ik herinner me wel een bepaalde ongemakkelijkheid die ik ervaarde met het onbekende betaalsysteem. Er was geen prijs voor het diner, maar je kon een donatie doen. Wat is dan een bedrag wat 'normaal' gevonden zou worden? Ik herinner me dat ik weinig contant geld bij me had en een paar euro heb gegeven, waarvan ik achteraf dacht, oei, misschien was dat wat weinig?

Een jaar geleden begon mijn zoektocht naar stage-mogelijkheden. Mijn kleine weerstand tegen alles wat gebruikelijk is, lokte me naar de Alternative Thesis Fair in het Forum gebouw van de universiteit. Daar kwam ik opeens Thuis weer tegen. Ik sprak met een vrijwilliger van Thuis en werd vervolgens nieuwsgierig of ik hier voor mijn studie een stage zou kunnen doen. Een plek als Thuis leek een mooie functie te vervullen binnen een dorp of stad, en daarmee mogelijk in de levens van inwoners. Daarnaast kwam ik erachter dat Thuis is opgericht is door twee 'gewone' jonge vrouwen, waarmee ik mezelf kan identificeren, wat me nieuwsgierig maakte naar hoe zij dit voor elkaar hebben gekregen.

Mooie bijkomstigheid was dat Thuis ook een vraag had uitstaan bij de Wetenschapswinkel van de Wageningen Universiteit, die maatschappelijke organisaties steunt aan de hand van onderzoek en kennis. De vragen van Thuis voor de Wetenschapswinkel gingen over het belang van o.a. visie, maatschappelijke relevantie, draagvlak en impact op de Wageningse samenleving. Mijn onderzoek bij Thuis zorgde voor een mooie match met het project van de Wetenschapswinkel, waardoor het vinden van een wetenschappelijke begeleider zo geregeld was.

Bedankt Jeroen voor je ondersteuning, luisterende oor en het meedenken, het aandragen van ideeën en structureren. Ik wil graag iedereen die betrokken is bij Thuis bedanken voor de fijne sfeer en de leuke tijd. Ik voel me erg welkom bij jullie. Dankjewel Tutku voor je aanstekelijke enthousiasme, en dankjewel Elsje voor je altijd behulpzame houding. Ook wil ik graag vrienden, familie en huisgenoten bedanken. Jullie hebben mij gesteund, of juist afgeleid met gezelligheid en leuke activiteiten, dankjewel daarvoor! Ik ben heel gelukkig met alle nieuwe ervaringen en leuke mensen die ik heb ontmoet, en ben blij met dit rapport als eindresultaat.

Wageningen, december 2018

Inhoudsopgave

1. Inleiding	4
Doel van het onderzoek	
Onderzoeksvragen	
2. Achtergrondinformatie	6
2.1 Over Thuis	
2.2 Thuis binnen Welsaam	
3. Theoretisch kader: Positieve Gezondheid	9
4. Methoden	11
4.1 Onderzoeksdesign	
4.2 Dataverzameling	
4.3 Data-analyse	
5. Resultaten: rollen van Thuis	14
5.1 Thuis als plek om in een fijne sfeer te zijn	
5.2 Thuis als plek waar je je nuttig kunt maken/voelen	
5.3 Thuis als plek waar je kunt leren en experimenteren	
5.4 Thuis als plek voor een kleiner budget	
5.5 Thuis als plek om gebruik te maken van faciliteiten	
6. Discussie	23
6.1 Reflectie op de resultaten	
6.2 Reflectie op de methoden	
Conclusie en aanbevelingen	26
Bronnenlijst	27
Bijlagen	29
I. Resultaat werksessie ‘Theory of Change’	
II. Vragenlijst Positieve Gezondheid	

1. Inleiding

De Nederlandse samenleving is in transitie: van een verzorgingsstaat naar een participatiesamenleving. Een participatiesamenleving gaat uit van meedoen in de samenleving, ieder vanuit zijn eigen mogelijkheden en kracht. In grote lijnen is de reden voor de transitie dat de verzorgingsstaat te duur zou zijn, en daardoor te veel budget zou afsnoepen van zaken zoals goed onderwijs en het stimuleren van sport en beweging (Movisie, 2015). De verzorgingsstaat en participatiesamenleving kunnen gezien worden als twee uiteinden van een continuüm, waarvan nooit een absoluut uiteinde bereikt zal worden, maar waarvan het punt op de schaal zich altijd ergens tussenin bevindt. Het punt verschuift dus momenteel meer in de richting van de participatiesamenleving. Zoals koning Willem-Alexander het in 2013 in zijn troonrede formuleerde: “Van iedereen die dat kan wordt gevraagd verantwoordelijkheid te nemen voor zijn of haar eigen leven en omgeving” (Movisie, 2017).

De participatiemaatschappij heeft tot nu toe vooral het volgende opgeleverd: meer burgerinitiatieven, meer mantelzorgers en meer gemeenten die met burgers overleggen en hen faciliteren (Zorg+Welzijn, 2017). Een burgerinitiatief is opgestart voor en door burgers, heeft een lokaal karakter, is bedoeld om de leefbaarheid in een dorp of wijk te verbeteren, en werkt vanuit principes van betrokkenheid en wederkerigheid. Het laatste kenmerk betekent dus dat je iets geeft én neemt (De Jong & Feliksdal, 2015). Nauw verwant aan een burgerinitiatief is de sociale onderneming; deze twee kunnen exact hetzelfde doen, maar het verschil is dat de initiatiefnemers bij een sociale onderneming in de eerste plaats ondernemer zijn, en bij een burgerinitiatief zijn dat burgers die iets voor andere burgers willen doen (De Jong & Feliksdal, 2015). Bij een sociale onderneming zijn de financiën een middel om ervoor te zorgen dat de onderneming kan blijven bestaan. Dit in contrast met financieel georiënteerde ondernemingen, die zich met name op financiële resultaten richten, en waarbij de maatschappelijke resultaten juist een middel zijn om de onderneming overeind te houden (Maas, 2018).

Thuis Wageningen is zo'n burgerinitiatief. Althans, zo is Thuis ontstaan, opgestart door twee initiatiefneemsters. Inmiddels is de term burgerinitiatief niet meer toereikend voor wat Thuis is; Thuis is uitgegroeid tot een professionele organisatie, waar de initiatiefneemsters een salaris uit hebben. Op dit moment is Thuis een stichting, maar de ambitie bestaat om een sociale onderneming te worden. In het kort kan Thuis omschreven worden als een buurthuis in een modern jasje. De droom van Thuis is dat iedereen die in Wageningen woont of werkt, samenwerkt in verschillende verbanden om (grote en kleine) lokale vraagstukken op te lossen (persoonlijke communicatie, 17 mei 2018). Thuis wil hier ruimte en ondersteuning bij bieden. In hoofdstuk 2 is uitgebreide informatie te vinden over Thuis. Sinds januari 2018 maakt Thuis ook deel uit van samenwerkingsverband Welsaam. Dit betekent dat de gemeente Thuis, als onderdeel van een verbond van welzijnsorganisaties, is gaan steunen om het welzijn van inwoners van de stad te waarborgen en verbeteren. Hiervoor is het van belang dat Thuis in kaart kan brengen waar ze precies aan werkt en wat dit oplevert voor haar betrokkenen¹. Je zou dit ook wel de impact van de organisatie kunnen noemen.

Breedveld (2014) beschrijft dat alle organisaties een sociale, milieu-, en economische impact hebben die van invloed is op mensen, hun gemeenschappen en het milieu. Binnen impact horen zowel bedoelde als onbedoelde effecten, en zowel negatieve als positieve effecten. Uit onderzoek is gebleken dat organisaties met een sterk maatschappelijke insteek, en vooral die op sociaal gebied, zoals Thuis, zelden actief de maatschappelijke impact van hun activiteiten meten (Sol, Liket & Maas, 2016). Een reden die hiervoor regelmatig genoemd wordt, is dat je sowieso al een positieve impact zou hebben omdat je een sociale activiteit onderneemt. Dit is echter wat kort door de bocht. Volgens Sol, Liket & Maas (2016) is het heel belangrijk voor een sociale onderneming om haar impact in kaart te brengen, en wel om ten minste vier redenen:

¹ Met betrokkenen worden zowel bezoekers als vrijwilligers als deels betaalde krachten van Thuis bedoeld.

1. Om te weten of de onderneming echt positieve impact heeft
2. Om te weten of er geen negatieve effecten worden veroorzaakt
3. Om te weten hoe de positieve impact kan worden vergroot
4. Om in dialoog te kunnen gaan met stakeholders

Zowel voor Thuis zelf als voor het grotere verband waarbinnen zij werkt, is het van belang om meer inzicht te verkrijgen in de impact van de organisatie. Omdat Thuis een vrij nieuwe organisatie is die zich nog constant ontwikkelt, is het nog niet helder wat de impact van Thuis kan zijn op de betrokkenen. Momenteel worden er bezoekersaantallen bijgehouden (opgedeeld in leeftijdscategorieën) en vullen deelnemers aan activiteiten zo nu en dan een korte enquête in. Echter geven deze methoden nog niet veel informatie prijs. In dit onderzoeksverslag beschrijf ik hoe ik op een exploratieve wijze heb onderzocht wat Thuis precies doet en wat dit betekent voor haar bezoekers en vrijwilligers.

Een hypothese is dat de sociale setting van Thuis bijdraagt aan de gezondheid van de betrokkenen. Daarom worden de gevonden resultaten gekoppeld aan theorie rondom gezondheid, waarover meer informatie te vinden is in hoofdstuk 3. Deze hypothese steunt o.a. op onderzoek naar het belang van sociale netwerken voor het welzijn en de gezondheid van mensen. Sociale steun beschermt bijvoorbeeld tegen depressies en angststoornissen en houdt stress binnen de perken (Movisie, 2016). De relatie tussen welzijn en sociale netwerken wordt ook beschreven door Dykstra (2001). Dykstra geeft aan dat een sociaal netwerk via drie hoofdwegen het welbevinden van mensen kan vergroten:

- Sociale netwerken geven een gevoel van ergens bij te horen, en geven plezier en gezelligheid
- Via sociale netwerken kunnen hulpbronnen verkregen worden (bijv. aanvulling op kennis, geld en tijd)
- Sociale netwerken zorgen voor ondersteuning (genegenheid, liefde, waardering)

Een kanttekening is dat sociale netwerken soms echter ook stress kunnen veroorzaken wanneer ze omvangrijk zijn en daardoor veel verplichtingen met zich meebrengen, of ze kunnen ongezond gedrag stimuleren zoals overmatig alcohol- en/of drugsgebruik (Movisie, 2016).

Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoeksverslag is om de waarde van Thuis voor haar bezoekers en vrijwilligers in kaart te brengen aan de hand van kwalitatief onderzoek, om zo meer inzicht te krijgen in de impact van Thuis als organisatie. De resultaten zullen binnen een kader van gezondheid geplaatst worden, en er zullen aanbevelingen geformuleerd worden voor Thuis die kunnen leiden tot verdere verbeteringen in het concept en alle praktische vormen die daarbij horen.

Onderzoeksvragen

Hoofdvraag:

Wat is de waarde van Thuis voor haar bezoekers en vrijwilligers?

Sub-vragen:

- welke verschillende rollen kan Thuis innemen in het leven van de bezoekers en vrijwilligers?
- hoe kunnen de resultaten in het licht van gezondheid/welzijn geplaatst worden?

2. Achtergrondinformatie

2.1 Over Thuis

Thuis Wageningen is gestart als een burgerinitiatief in het najaar van 2015. Het oorspronkelijke idee van de twee initiatiefneemsters was het creëren van een gemeenschappelijke woonkamer in het centrum van Wageningen, waar iedereen kan samenkomen: studenten, Wageningers, de internationale gemeenschap; van jong tot oud (Resource, 2015). Het gebouw waarin Thuis gevestigd is, was tot eind 2014 een ontmoetings- en activiteitscentrum voor senioren (De Gelderlander, 2013). Toen dit centrum werd gesloten en het pand leeg kwam te staan, hebben de initiatiefneemsters van Thuis hun idee voor een 'huiskamer' van Wageningen hier tot realisatie kunnen brengen (Resource, 2015).

Thuis heeft sinds die tijd tot aan nu verschillende transities doorgemaakt: van een soort kroeg tot aan een hangplek, tot aan de organisatie die ze nu is, die je zou kunnen omschrijven als een ontmoetings- en werkplek in het centrum van Wageningen (persoonlijke communicatie, juli 2018). Het oorspronkelijke idee van verschillende groepen in de samenleving met elkaar verbinden staat nog steeds voorop. Sinds begin 2018 heeft Thuis er ook een zekere professionaliteit bijgekregen door haar plek in het samenwerkingsverband Welsaam (zie 2.2), en hebben de initiatiefneemsters ook een inkomen uit hun werkzaamheden voor Thuis.

Tijdens een sessie om helder te krijgen wat Thuis nu precies voor staat, kwam naar voren dat Thuis niet alleen verbinding wil creëren in de stad, maar ook dat inwoners van Wageningen daar een actieve rol bij innemen, door samen te werken aan kleine en grote maatschappelijke vraagstukken (Persoonlijke communicatie, 17 mei 2018, zie bijlage 1). Bij Thuis kunnen mensen elkaar daartoe ontmoeten, inspireren, ideeën uitbroeden, samenwerken, en elkaar helpen door kennis, materialen en talenten te delen. De waarden duurzaam, verbonden en sociaal zijn daarbij belangrijk.

Om bovenstaande te bereiken stelt Thuis diverse ruimtes beschikbaar. Zo is er de zogenaamde stadskamer: de ontmoetingsplek- en werkplek voorin het gebouw, een grote keuken, een kleine vergaderkamer, een serre, een grote zaal met houten dansvloer en een tuin. Daarnaast organiseert en faciliteert Thuis verschillende duurzame, sociale en verbindende initiatieven, zoals de foodsharing-koelkast om voedselverspilling tegen te gaan, boekenmarkt voor tweedehands boeken, en een Koffieclub voor senioren om bij elkaar te komen. Figuur 1 geeft een indruk van Thuis aan de hand van foto's.

Om de initiatieven toegankelijk te maken voor iedereen kan een bezoeker van Thuis op verschillende manieren een eigen bijdrage leveren. Deze hoeft niet van financiële aard te zijn. Het kan ook een investering zijn van tijd, talent, kennis of ideeën, zoals het halen van boodschappen of het onderhouden van de tuin. Zo geven bezoekers en partners van Thuis samen vorm aan het concept.

De groep vrijwilligers bij Thuis is belangrijk om alles draaiende te houden; er zijn zo'n vijftig vrijwilligers actief bij Thuis. Deze mensen zijn bijvoorbeeld een dagdeel per week host bij Thuis of maken deel uit van het programma-, communicatie, activiteiten-, of bedrijfsvoeringsteam. Thuis is een zogenaamde "platte" organisatie en werkt toe naar zoveel mogelijk zelfsturing vanuit de verschillende vrijwilligersteams. Dit betekent dat vrijwilligers veel verantwoordelijkheden krijgen en zoveel mogelijk binnen teams zelf alles regelen (Achtergronddocumenten van Thuis, 2018).



Figuur 1: Een indruk van Thuis in foto's

2.2 Thuis binnen Welsaam

Thuis is via een aanbestedingstraject aangenomen voor een opdracht in het sociaal domein van de Gemeente Wageningen. De opdracht is gestart in januari 2018 voor de duur van vier jaar, waardoor er voor die periode zekerheid van inkomsten is voor Thuis. Het samenwerkingsverband wat hieruit is ontstaan, Welsaam, bestaat uit verschillende welzijnsorganisaties, 28 in totaal waarvan 14 hoofdaanemers en 14 onderaanemers, en werkt aan preventieve hulp en ondersteuning binnen het beleid Samen Wageningen, wat betrekking heeft op zorg, welzijn en participatie voor inwoners van Wageningen (Gemeente Wageningen, z.d.-a). Het uiteindelijke doel is 'de stip op de horizon': dat mensen zorg en aandacht hebben voor elkaar, in de straat, buurt of stad, en dat iedereen kan meedoen naar eigen mogelijkheden en optimaal de baas kan zijn over zijn eigen leven (Gemeente Wageningen, z.d.-b).

Voor de betrokken welzijnsorganisaties binnen Welsaam betekent dit dat ze actief meewerken aan het behalen van vijftig geformuleerde resultaten op het gebied van zelfredzaamheid, preventie, ondersteuning en meedoen. Hierbinnen vallen thema's zoals gezondheid, werk, ouderen en vluchtelingen. Het idee is om met de betrokken organisaties en de inwoners van Wageningen problemen in de samenleving zoveel mogelijk te voorkomen door aandacht voor elkaar, vertrouwen en nabijheid (Gemeente Wageningen, z.d.-a).

Hiervoor zijn uitvoeringsplannen gemaakt op vier verschillende categorieën:

- Categorie 1: Ontmoeten en verbinden
- Categorie 2: Informeren, signaleren en uitwisselen
- Categorie 3: Vraaggerichte hulp en ondersteuning
- Categorie 4: Meedoen en initiatieven

Thuis is betrokken bij categorie 1, 2 en 4.

Er is binnen Welsaam een monitoringssysteem opgezet om te kunnen evalueren in hoeverre de resultaten behaald worden. Dit krijgt vorm door een enquête die kan worden ingevuld door bezoekers/mensen die deelnemen aan activiteiten van de betreffende organisatie. Thuis is nog zoekende naar hoe deze enquête in te zetten omdat er bij Thuis hele verschillende activiteiten plaatsvinden, die niet altijd een directe relatie hebben tot gezondheid. De vragen van de enquête passen daarom niet altijd logisch bij de activiteiten en de doelgroepen van Thuis. Voorbeeldstellingen uit de enquêtes die horen bij categorie 1 zijn (antwoordopties: ja/nee/n.v.t.):

1. Door deelname aan de activiteit heb ik het gevoel dat ik 'erbij' hoor in mijn omgeving.
2. Door deze activiteit heb ik beter/meer contact met andere mensen.
3. Door deze activiteit heb ik mensen met wie ik leuke dingen kan doen.
4. Door deze activiteit weet ik hoe ik zo nodig hulp kan krijgen van officiële instanties.
5. Door deze activiteit heb ik controle over mijn leven.

Tot noch toe lukt het bij Thuis matig om de enquêtes in te zetten en lijkt het erop dat de uitslagen niet zo goed kunnen uitdrukken wat de waarde van Thuis is/kan zijn voor inwoners van Wageningen. Daarom is er met dit onderzoek een alternatieve methode ingezet om de waarde van Thuis in kaart te kunnen brengen.

3. Theoretisch kader: Positieve Gezondheid

Gezien het kader van de opleiding, plaats ik het onderzoek bij Thuis Wageningen graag in het licht van gezondheid/welzijn. Daarnaast is Thuis, zoals beschreven in het vorige hoofdstuk, deel van het samenwerkingsverband Welsaam, wat hoort onder het beleid van Samen Wageningen. In het beleidsplan Samen Wageningen is het thema gezondheid opgenomen. Hiervoor is de volgende doelstelling geformuleerd: *“Samen willen we voor gezondheid bereiken dat iedereen kansen en mogelijkheden heeft om mee te doen en eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven.”* (Gemeente Wageningen, z.d.-b; Gemeente Wageningen, 2017)

Deze doelstelling heeft sterke overeenkomsten met het concept Positieve Gezondheid van Machteld Huber. Positieve Gezondheid heeft gediend als een bril bij de data-analyse van dit onderzoek. Hieronder wordt het concept uitgelegd.

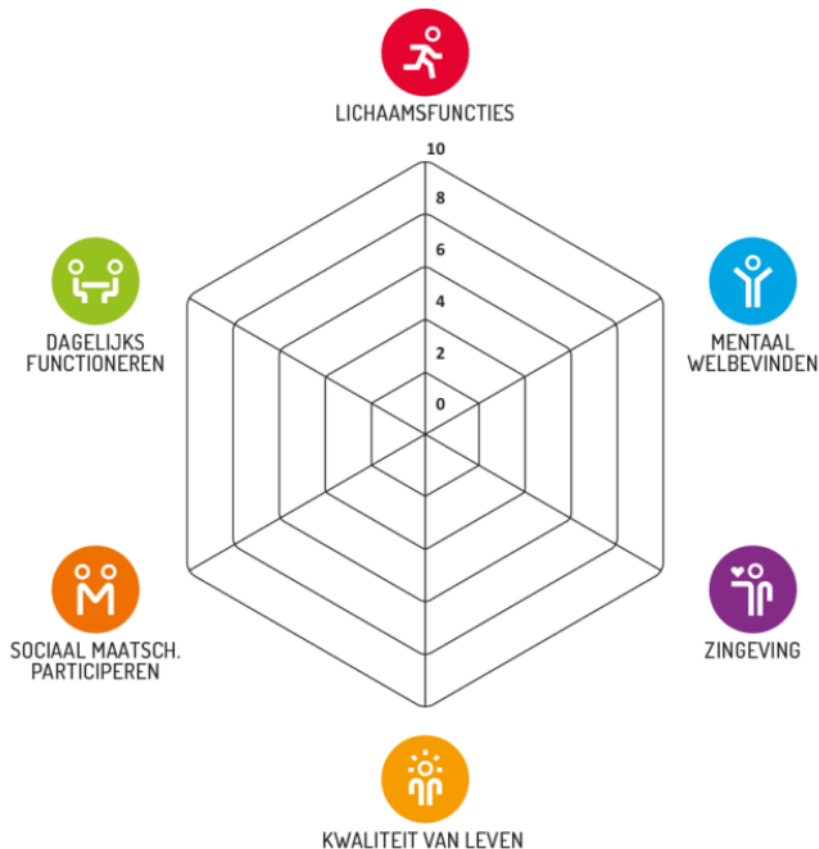
De huidige definitie van de World Health Organization (WHO) voor gezondheid is geformuleerd in 1948 en was voor die tijd baanbrekend omdat hij naast de fysieke en mentale aspecten ook de sociale aspecten meeneemt (Huber et al., 2011). Deze definitie van de WHO luidt: *“Een toestand van compleet fysiek, mentaal en sociaal welbevinden, en niet louter de afwezigheid van ziekte of gebreken.”* (World Health Organization, 2018).

Verschillende wetenschappers hebben zich in de tussentijd beziggehouden met mogelijke vernieuwingen in deze definitie, aangezien de bevolkingsgezondheid en gezondheidszorg enorm veranderd zijn in de periode van 1948 tot aan nu (Bircher, 2005; Law & Widdows, 2008; Huber et al., 2011). Waar in 1948 vooral acute ziektebeelden heersten en chronische ziekten vaak tot een vroege dood leidden, hebben mensen nu vaak te maken met chronische ziekten waar ze voor langere periode mee door het leven gaan (Huber et al., 2011). Een toestand van compleet fysiek, mentaal en sociaal welbevinden lijkt daarmee onhaalbaar te zijn. Daarnaast heeft iedereen, ook als er geen sprake is van een ziekte of gebreken, gebeurtenissen in zijn leven waardoor het tijdelijk niet goed gaat (Institute for Positive Health, 2017).

Wat Hubers voorstel voor een nieuwe definitie van gezondheid mogelijk bekender maakt dan die van andere wetenschappers, is dat zij het Institute for Positive Health heeft opgericht en een tastbaar concept heeft ontwikkeld dat bruikbaar is in bijvoorbeeld de huisartsenpraktijk. De nieuwe definitie geformuleerd door Huber luidt:

“Het vermogen van mensen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven” (Huber et al., 2011).

Oftewel: Positieve Gezondheid. Positieve gezondheid kent zes dimensies en wordt weergegeven in een spinnenweb, waarbinnen mensen ook zelf in kaart kunnen brengen hoe ze hun gezondheid ervaren op het gebied van de verschillende dimensies (op een schaal van 0 tot 10). Het begrip en de dimensies zijn geformuleerd na onderzoek onder bijna 2000 behandelaars, patiënten, deskundigen en gewone burgers (Visser, 2014). Figuur 2 geeft het spinnenweb weer.



Figuur 2: Spinnenwebmodel Positieve Gezondheid (Institute for Positive Health, 2016)

Hieronder worden de zes dimensies uitgebreider beschreven:

1. Lichaamsfuncties
Medische feiten, medische observaties, fysiek functioneren, klachten en pijn, energie, ervaren gezondheid
2. Mentaal welbevinden
Cognitief functioneren, emotionele staat, zelfvertrouwen/zelfrespect, een gevoel van de leiding te hebben, zelfmanagement, veerkracht
3. Zingeving
Betekenis/zinvolheid, doelen/idealen nastreven, toekomstperspectief ervaren, acceptatie
4. Kwaliteit van leven
Welbevinden, geluk ervaren, genieten, ervaren gezondheid, lekker in je vel zitten, levenslust, balans
5. Sociaal-maatschappelijk participeren
Sociale en communicatieve vaardigheden, betekenisvolle relaties, sociale contacten, ondervinden geaccepteerd te worden, betrokkenheid bij de gemeenschap, betekenisvol werk
6. Dagelijks functioneren
Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL) (basis en instrumentele verrichtingen), het vermogen om te werken, gezondheidsvaardigheden
(Institute for Positive Health, 2016)

Er is een online tool met 42 vragen ontwikkeld gebaseerd op de zes dimensies (Institute for Positive Health, 2017-b). De vragen van deze tool zijn terug te vinden in bijlage II en geven meer inzicht in wat er bedoeld wordt met de dimensies inclusief de aspecten die daarbij horen.

4. Methoden

4.1 Onderzoeksdesign

De onderzoeksmethode die ik heb toegepast om de waarde en rol van Thuis voor haar bezoekers en vrijwilligers in kaart te brengen is actie-onderzoek. Kenmerkend aan actie-onderzoek is dat de onderzoeker betrokken is bij de praktijksituatie, in plaats van toe te kijken van buitenaf. Actie-onderzoek wordt vaak gebruikt om aanbevelingen te formuleren die een urgent probleem kunnen oplossen of die het functioneren van een organisatie kunnen bevorderen door bijv. een advies voor veranderingen in de regels en procedures waarbinnen gewerkt wordt (Bell & Waters, 2014, blz. 274). Actie onderzoek heeft daarmee een praktijkgerichte insteek. Thuis is een jonge organisatie die nog continu in ontwikkeling is, ook wat betreft haar communicatie naar de buitenwereld, waardoor het moeilijk is om van buitenaf een duidelijk beeld te krijgen van de organisatie. Dit maakt het actie onderzoek een passende methode voor deze setting. Daarnaast is het voor Thuis van belang om de impact van de organisatie te inventariseren en eventueel te verbeteren op basis van aanbevelingen. Dit gezien het gemeentelijke samenwerkingsverband waarin ze nu deelneemt (zie 2.2).

De organisatie Thuis is een vrij nieuw en uniek concept, waardoor er weinig bekend is over de waarde ervan voor vrijwilligers en bezoekers. Ook heeft binnen Thuis niet eerder een wetenschappelijk onderzoek plaatsgevonden. Omdat het onduidelijk is op welke parameters resultaten (positieve of negatieve) te verwachten zijn, is het huidige onderzoek exploratief van aard, waarbij zoveel mogelijk informatie verzameld is om de mogelijke factoren van impact te identificeren.

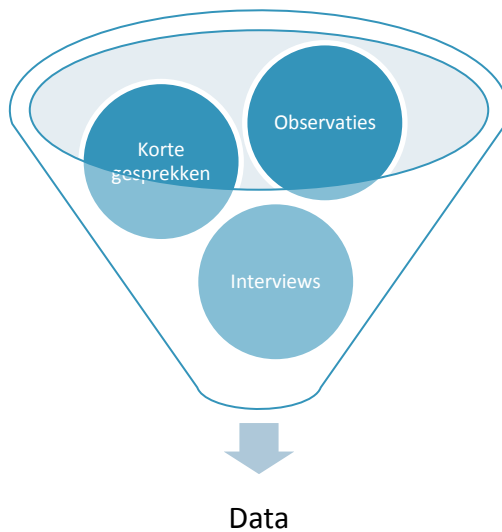
Als actie-onderzoeker ben je betrokken bij de praktijksituatie. Om dit te bewerkstelligen heb ik een vrijwilligersfunctie vervuld bij Thuis, namelijk die van gastvrouw ofwel host. Dit heeft mij de mogelijkheid geboden de organisatie goed te leren kennen van binnenuit, en contacten te leggen met vrijwilligers en bezoekers van Thuis, waarvan een gedeelte deelnemer is geworden aan het onderzoek. Tijdens de praktische en sociale werkzaamheden als host ontstonden gesprekken die input gaven voor het onderzoek oftewel uitnodigden tot een diepgaander gesprek of interview.

4.2 Dataverzameling

De dataverzameling heeft plaatsgevonden binnen een tijdsbestek van ongeveer drie maanden: tussen begin mei en eind juli 2018. De gebruikte methoden van dataverzameling voor het onderzoek waren kwalitatief. Dit wil zeggen dat er vrijwel niet is gefocust op aantallen en feiten, maar juist op het begrijpen van mensen hun kijk op de wereld; op hun ideeën, opvattingen en ervaringen. De beleving van het individu staat hierbij centraal (Bell & Waters, 2014, blz. 9).

Om data te verzamelen over de waarde van Thuis in het leven van bezoekers en vrijwilligers zijn verschillende methoden van dataverzameling gebruikt: observaties, korte gesprekken en interviews. Figuur 3 geeft deze methoden weer. Inspiratie voor het gebruik van deze methoden is verkregen vanuit etnografische onderzoeksmethodieken waarbij de onderzoeker veldonderzoek doet in een bepaalde setting door middel van observaties en deelname aan activiteiten (Bell & Waters, 2014, blz. 17) en uit de Most Significant Change [MSC] techniek. MSC wordt met name gebruikt voor het evalueren van programma's die zijn gefocust op maatschappelijke veranderingen, vaak in complexe situaties, en is erop toegelegd om vooral te luisteren naar

mensen hun verhaal in plaats van het meten van vooraf vastgestelde indicatoren (Davies, 2005).



Figuur 3: Gebruikte methoden van dataverzameling

De deelnemers aan het onderzoek waren vrijwilligers en bezoekers van Thuis Wageningen. Het ging hierbij om een uiteenlopende groep: van mensen die een kop koffie drinken in de Stadskamer, tot mensen die gebruik maken van faciliteiten, tot aan mensen die zelf een activiteit organiseren bij Thuis. Deze categorieën hoeven niet totaal los van elkaar gezien te worden; mensen kunnen ook op meerdere van deze vlakken betrokken zijn bij Thuis. Data zijn vergaard gedurende openingstijden overdag, maar ook bij avondactiviteiten zoals het Taalcafé en Storytelling.

Deelnemers kunnen, afhankelijk van de methode van dataverzameling, actief of passief deelgenomen hebben aan het onderzoek. Bij observaties was dit op een passieve manier, bij korte gesprekken en interviews op een actieve manier. Zeven personen hebben deelgenomen aan een interview. Deze personen zijn vooraf geïnformeerd over de aard van het onderzoek en hebben elk toestemming gegeven voor deelname. Leeftijden van deelnemers zijn niet in alle gevallen expliciet in kaart gebracht, maar alle deelnemers waren volwassenen van minimaal 18 jaar oud. Tabel 1 geeft een indruk van de deelnemers aan de interviews.

Tabel 1: overzicht van deelnemers aan interviews

Geslacht	Leeftijd (om en nabij)	Rol binnen Thuis
Man	60	Vrijwilliger
Man	30	Bezoeker, plus vrijwilliger bij een activiteit
Man	35	Bezoeker, plus vrijwilliger bij een activiteit
Vrouw	25	Deels betaald werk, deels vrijwilliger
Vrouw	55	Vrijwilliger
Vrouw	60	Vrijwilliger
Vrouw	55	Vrijwilliger

Door middel van het stellen van open vragen is getracht om informatie te vergaren over de rollen die Thuis kan innemen in persoonlijke sferen. De volgende vragen zijn gebruikt om informatie te verzamelen:

- Sinds wanneer kom jij bij Thuis?
- Hoe ben je bij Thuis terecht gekomen?
- Waarom/waarvoor kom je bij Thuis?
- Hoe vaak kom je bij Thuis?
- Wat vind je van Thuis?
- Wat betekent Thuis voor jou?

Deze vragen zijn niet direct op iemand afgevuurd, maar pas na eerdere kennismaking met de deelnemers waardoor er al enige vertrouwensband was. Tijdens de interviews zijn notities gemaakt en direct na de interviews zijn deze verder uitgeschreven. Ook van observaties en korte gesprekken zijn tijdens of direct erna aantekeningen gemaakt welke zijn bijgehouden in één document, inclusief datums. Bij korte gesprekken zijn de meeste personen ook geïnformeerd over de aard van het onderzoek. Indien dit niet het geval was, is de anonimiteit van de deelnemer extra gewaarborgd door geen namen, leeftijden of specifieke functies binnen Thuis te benoemen.

4.3 Data-analyse

De observaties, korte gesprekken en interviews hebben veel data opgeleverd in de vorm van tekst, verhalen, en uitgeschreven interviews. In deze data ben ik op zoek gegaan naar overkoepelende elementen over rollen van Thuis voor de deelnemers door te markeren, groeperen, en uiteindelijk categorieën te formuleren. Daarnaast heb ik citaten uitgekozen die eruit sprongen met betrekking tot de waarde van Thuis voor deze personen.

Om anonimiteit van de deelnemers zo veel mogelijk te waarborgen aangezien het soms om vrij persoonlijke informatie ging, zijn de resultaten gecodeerd op basis van de rol van de deelnemer binnen Thuis: bezoeker, vrijwilliger, organisator etc. Daarbij noem ik de rol waarin diegene voornamelijk actief is. Dit sluit andere mogelijke rollen binnen Thuis dus niet uit.

Om de resultaten in het licht van gezondheid en welzijn te plaatsen heeft het concept Positieve Gezondheid gediend als een 'bril' bij de data-analyse. Bij het analyseren van de data is er in het bijzonder aandacht gegeven aan die informatie die overlap heeft met de zes dimensies van Positieve Gezondheid.

5. Resultaten: rollen van Thuis

In dit hoofdstuk worden de resultaten van het onderzoek beschreven. De observaties, gesprekken en interviews waarbij vragen hoorden zoals: “Waarom kom jij bij Thuis?”, “Hoe ben je bij Thuis terecht gekomen?” en “Wat brengt Thuis jou?” leverden veel interessante informatie op over wat Thuis is in het leven van vrijwilligers en bezoekers. Hieronder worden de antwoorden besproken aan de hand van overkoepelende rollen die Thuis kan vervullen. Daarnaast wordt aan de hand van tabellen een directe koppeling gemaakt naar het concept Positieve Gezondheid (zie hoofdstuk 3), waarbij de aspecten van Positieve Gezondheid waar de resultaten het meeste raakvlak mee lijken te hebben groen gekleurd zijn. Om een helderder beeld te krijgen van de dimensies is in bijlage II een vragenlijst te vinden.

Ter verduidelijking vooraf: wanneer er in dit hoofdstuk gesproken wordt over een vrijwilliger of een bezoeker, dan zal dat de rol zijn waarin deze persoon het meest actief is bij Thuis, maar hoeft dit niet de enige rol te zijn die diegene vervult.

5.1 Thuis als plek om in een fijne sfeer te zijn

Verschillende bezoekers en vrijwilligers gaven aan dat ze de sfeer bij Thuis gewoonweg prettig vinden, en dat dit de voornaamste reden is om er te komen. Er zijn verschillende onderliggende ervaringen die maken dat diegene het prettig vindt. Hieronder een indeling in vier categorieën naar aanleiding van de verhalen van respondenten.

5.1.1 De mogelijkheid om mensen te ontmoeten

Zo gaf een vrijwilliger aan het leuk te vinden dat er zo’n diversiteit aan mensen bij Thuis komt:

“Ik wil niet in een groepje zitten van bijvoorbeeld alleen maar Spaanse mensen. Hier zie je oude mensen, jonge mensen, Nederlandse mensen, buitenlandse mensen.. En iedereen heeft wel een boodschap.”

Uit gesprekken en verhalen kwam naar voren dat Thuis nu overdag minder gericht is op het ‘ontmoeten’ dan vroeger. Een frequente bezoeker:

“In het begin was Thuis wel heel anders, meer echt als een woonkamer. Nu is het meer een werkkamer vind ik. Maar het is wel nog steeds één van mijn favoriete plekken om heen te gaan in Wageningen.”

Dit werd bevestigd door een andere bezoeker:

“Toen Thuis net open was, kwamen er overdag veel mensen voor sociaal contact. Ik was toen werkloos en kwam vaak een kop koffie drinken. Je blijft dan toch een beetje onder de mensen.”

Uit observaties bleek dat er inderdaad vrij veel mensen achter een laptop zitten te werken overdag. Hoewel dit per dag en moment van de dag ook erg verschilt. Activiteiten overdag zoals de Koffieclub en het Breicafé zijn wel gericht op het sociale aspect, en hierbij kunnen nieuwe mensen ook aansluiten.

Verder lieten de observaties zien dat het vrij laagdrempelig is om anderen te vragen of ze samen willen lunchen, vooral onder vrijwilligers die aanwezig zijn, maar bezoekers worden hier ook regelmatig bij betrokken. Zeker als mensen elkaar eenmaal persoonlijk kennen, gaat dat steeds gemakkelijker.

Mensen komen niet altijd met de intentie om nieuwe mensen te ontmoeten, maar staan er vaak wel voor open. Eén van de vrijwilligers vertelde:

“Ik vind het leuk dat ik hier mensen tegen het lijf loop, bijvoorbeeld iemand die vertelde over een 50+ koor in Ede, dat houd ik in mijn achterhoofd voor als ik daar tijd voor heb. En zo zijn er meer voorbeelden van

onverwachte ontmoetingen.”

Twee quotes van andere vrijwilligers:

“Als ik straks ergens anders aan de slag ga, wil ik graag betrokken blijven bij Thuis. Ik heb hier ook heel veel leuke mensen ontmoet.”

“Toen ik net in Wageningen woonde vond ik het maar een saai stadje. Thuis heeft eraan bijgedragen dat ik me fijner ben gaan voelen in Wageningen, onder andere omdat ik mijn vriendin hier heb ontmoet.”

Echter, het ontmoeten kan iemand er ook van weerhouden om bij Thuis te komen. Een bezoeker die met iemand meekwam:

“Ik kende Thuis al wel een beetje, maar ik weet nog niet precies wat je hier kunt doen. Ik weet wel dat je hier een kop koffie of thee kunt drinken, maar eigenlijk ga ik daarvoor niet zomaar even naar binnen, dan eerder ergens anders. Ik heb genoeg sociale contacten en dingen te doen, dus ik heb niet zo de behoefte om daarvoor naar hier te komen.”

Verder drukte een vrijwilliger een behoefte uit aan meer diverse ontmoetingen:

“Ik vind de sfeer heel leuk en ontspannend bij Thuis. Wel zou ik het leuk vinden om bij Thuis meer mensen te ontmoeten die het vrijwilligerswerk net als ik naast hun baan doen, en ondernemers die ook al wat langer bezig zijn.”

Tabel 2: raakvlak van de resultaten van 5.1.1 met de dimensies van Positieve Gezondheid

1. Lichaamsfuncties						
Medische feiten	medische observaties	fysiek functioneren	klachten en pijn	energie	ervaren gezondheid	
2. Mentaal welbevinden						
Cognitief functioneren	emotionele staat	zelfvertrouwen/zelfrespect	een gevoel van de leiding te hebben	zelfmanagement	veerkracht	
3. Zingeving						
Betekenis/zinvolheid	doelen/idealen nastreven	toekomstperspectief ervaren	acceptatie			
4. Kwaliteit van leven						
Welbevinden	geluk ervaren	Genieten	ervaren gezondheid	lekker in je vel zitten	levenslust	balans
5. Sociaal-maatschappelijk participeren						
Sociale en communicatieve vaardigheden	betekenisvolle relaties	sociale contacten	ondervinden geaccepteerd te worden	betrokkenheid bij de gemeenschap	betekenisvol werk	
6. Dagelijks functioneren						
Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL) (basis en instrumentele verrichtingen)	het vermogen om te werken	Gezondheidsvaardigheden				

5.1.2 Mensen om je heen hebben

Iets minder gericht op het ontmoeten van mensen is ‘mensen om je heen hebben’. Een genoemde reden hiervoor is bijvoorbeeld als je wilt werken of studeren, maar niet een hele dag alleen thuis wilt doorbrengen. Een studente gaf aan dat ze zich beter kan concentreren als ze bij Thuis zit dan wanneer ze thuis blijft. Een andere bezoeker gaf aan dat hij ZZP’er is en ook graag even de deur uit gaat om ergens te werken in plaats van een hele dag thuis.

5.1.3 Nostalgisch gevoel en ontspanning

Twee geïnterviewden gaven aan dat Thuis voor hun een soort nostalgie oproept. Een van hen gaf aan dat Thuis haar doet denken aan haar eigen studententijd van zo'n dertig jaar terug. De andere persoon drukte ook deze nostalgie uit:

“Thuis kwam op mij over als een links idealistische tent, en deed me denken aan een jeugdthunk van toen ik zo rond de twintig was. Daar hadden ze ook zo het principe van we doen wat samen, zonder dat er winst gemaakt moest worden. Ik zat zelf ook wel meer in dat gebeuren, voordat ik ging trouwen en kinderen kreeg.”

Uit een van de interviews kwam ook naar voren dat het ontspannend kan zijn om bij Thuis te zijn:

“Mijn werk is soms best wel heftig met ziekteverhalen. Ik vind het luchtig en ontspannend om hier vrijwilligerswerk te doen. Bij Thuis komen allerlei mensen en het wordt niet direct heel persoonlijk of hulpverlenend, ik kan me vooral gewoon bezighouden met kleine klusjes.”

Tabel 3: raakvlak van de resultaten van 5.1.2 en 5.1.3 met de dimensies van Positieve Gezondheid

1. Lichaamsfuncties						
Medische feiten	medische observaties	fysiek functioneren	klachten en pijn	energie	ervaren gezondheid	
2. Mentaal welbevinden						
Cognitief functioneren	emotionele staat	zelfvertrouwen/zelfrespect	een gevoel van de leiding te hebben	zelfmanagement	veerkracht	
3. Zingeving						
Betekenis/zinvolheid	doelen/idealen nastreven	toekomstperspectief ervaren	acceptatie			
4. Kwaliteit van leven						
Welbevinden	geluk ervaren	genieten	ervaren gezondheid	lekker in je vel zitten	levenslust	balans
5. Sociaal-maatschappelijk participeren						
Sociale en communicatieve vaardigheden	betekenisvolle relaties	sociale contacten	ondervinden geaccepteerd te worden	betrokkenheid bij de gemeenschap	betekenisvol werk	
6. Dagelijks functioneren						
Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL) (basis en instrumentele verrichtingen)	het vermogen om te werken	gezondheidsvaardigheden				

5.1.4 Dagingvulling

Enigszins verwant aan de vorige twee categorieën is hoe ik het genoemd heb: ‘dagingvulling’. Verschillende vrijwilligers en bezoekers gaven aan op zoek te zijn naar een plek waar ze een (deel van) hun dag kunnen doorbrengen. Dit kan zowel zijn om te kletsen, als om een leuke activiteit te doen, als om iets ‘nuttigs’ te doen. Tijdens de dagen dat ik de hostfunctie vervulde, zijn er meermaals mensen binnengekomen (met vragen) die ik onder de categorie dagingvulling zou plaatsen. Er zijn een paar “groepen” die hierin opvielen.

Vluchtelingen

De eerste groep waar ik meer over wil vertellen zijn vluchtelingen. Aangezien er in de buurt van Wageningen twee asielzoekerscentra zijn, zijn er veel vluchtelingen in de omgeving. Thuis is een vrij multiculturele plek gebleken, waar vluchtelingen ook hun weg naartoe vinden. Ze kwamen regelmatig via via bij Thuis terecht, voornamelijk als ze op zoek waren naar bezigheden voor overdag of voor Nederlandse taallessen. Bij Thuis was er, ook door de grote verbouwing die gaande was, vaak de mogelijkheid om te helpen met klusjes, wat voor

vluchtelingen aantrekkelijk is omdat ze nog niet officieel mogen werken en omdat ze zich niet kunnen verbinden aan vrijwilligerswerk voor langere periode. Dit laatste omdat ze vaak van AZC naar AZC verplaatst worden, afhankelijk van de fase van de asielprocedure waarin ze verkeren. Hieronder een stukje uit een verhaal dat ik had geschreven over een dag als host bij Thuis:

“Net na twaalfen komt er een jongen binnen die sinds drie weken in het AZC in Wageningen woont. Een mevrouw met een hondje is bij hem. Ze had een gesprekje met hem op straat en ze dacht dat Thuis wel een goede plek zou zijn om hem heen te sturen met zijn vraag: hij zou graag iets willen doen in Wageningen. Ik leg hem in het kort uit wat Thuis is, en dat we nog wel vrijwilligers kunnen gebruiken. Hij zou wel willen helpen met verbouwingsklussen, hij heeft in zijn land van herkomst in de bouw gewerkt. Ik geef hem het emailadres van Thuis en een flyer, hij gaat mailen. Hij weet alleen niet hoe lang hij zal blijven in Wageningen (i.v.m. overplaatsing), dus voor op langere termijn kan hij geen afspraken maken. Hij wil liefst gewoon nu iets doen. Hij zou ook graag Nederlands willen leren. Ik nodig hem uit voor aanstaande dinsdag bij het Taalcafé.”

Van twee vluchtelingen heb ik vernomen dat ze niet graag hun dagen binnen het AZC spenderen, en dan liever naar een plek gaan waar ze de sfeer fijn vinden, zoals Thuis.

Ouderen

Een tweede groep die opviel zijn ouderen. Regelmatig zijn er ouderen binnengekomen met de vraag of ze kunnen deelnemen aan activiteiten. Hieronder nog een deel van het verhaal over een dag als host:

“In de middag komt er een oude mevrouw binnen met een rollator. Ik vraag haar of ik haar ergens mee kan helpen, en vraag of ze wel eens eerder bij Thuis is geweest. Ze is hier voor het eerst. Ze woont in de buurt en is op zoek naar activiteiten waarmee ze haar dagen kan vullen. Ze is namelijk alleen, haar man is overleden en ze wil niet in haar eentje thuis zitten. Ze weet dat hier vroeger van alles georganiseerd werd, en zou wel weer mee willen doen met activiteiten, schilderen en kaarten enzo, hebben we dat niet meer? Ik leg uit dat je bij Thuis in de stadskamer koffie of thee kunt drinken, en dat we boeken hebben, en kledingruil, en plantenasiel, en dat er ook activiteiten zijn maar dat die niet door Thuis zelf worden georganiseerd maar door mensen uit de stad die daar het initiatief toe hebben genomen; die een leuk idee hadden. De mevrouw lijkt het nog wat warrig te vinden. “Dus hier kan ik alleen een beetje zitten en koffie drinken?” Op dit moment zitten er helaas ook niet veel mensen waarmee ze even samen zou kunnen zitten. Ik raad haar aan eens op woensdag te komen kijken als het Koffieclub of Breicafé is.”

Om het verhaal hierboven te verhelderen: het gebouw waarin Thuis gevestigd is, was voorheen een ouderencentrum. Hierover lijkt enige wrok te leven onder ouderen in Wageningen. Ze hebben het gevoel dat Thuis meer een plek is voor jongeren, en missen de activiteiten die voor hun georganiseerd werden. Deze activiteiten zijn wel verplaatst naar andere locaties, maar deze locatie middenin het centrum hadden ze graag willen behouden. Er komt wel iedere woensdagochtend een groepje oudere dames koffie drinken bij Thuis, en op woensdagmiddag is het Breicafé waarbij ook voornamelijk ouderen aanwezig zijn. Om een voorbeeld van een pro-actieve 65-plusser te geven hieronder een citaat van iemand die zelf een activiteit organiseert:

“Toen ik met pensioen ging, wilde ik er heel graag voor zorgen dat ik sociale contacten zou behouden. In mijn voormalige baan ging dat altijd heel makkelijk, ook met vrijwilligers daar enzo. Ik ben daarom begonnen met het opstarten van deze activiteit - niet meteen bij Thuis, hier zitten we nu sinds ongeveer 1 jaar. De vorige locatie waar we zaten werd te onvoorspelbaar qua openingstijden.”

Werkloos/werkzoekend/arbeidsbeperkt

Verschillende bezoekers en/of vrijwilligers die ik heb gesproken gaven aan werkloos en/of werkzoekend te zijn. Thuis kan dan een plek zijn om (tijdelijk) tijd door te brengen. De eerder omschreven mogelijkheden om bij

Thuis mensen te ontmoeten of om je heen te hebben, kunnen fijn zijn als je niet de structuur hebt van een werkweek, al dan niet met collega's.

Een bezoeker gaf aan door omstandigheden werkloos te zijn en graag omgeven te zijn door 'gewone' mensen die hun leven redelijk op de rit hebben. Bij Thuis vindt hij de sfeer prettig, het biedt hem de omgeving die hij zoekt:

"Je wilt zeker weten waarom ik hier zo vaak ben, haha. Ik heb geen geheimen hoor. Ik kom hier zo vanaf net na het begin van Thuis. Vroeger kwam ik vaak in een wijkcentrum, maar daar kwamen veel mensen met een psychische achtergrond en daar wil ik niet zitten, daar voel ik me niet passen. Daarnaast ben ik een beetje bang om mee te gaan in slechte gewoontes zoals alcoholgebruik."

Daarnaast kan Thuis in deze situatie ook een plek bieden om nuttig bezig te zijn in de vorm van vrijwilligerswerk. Een vrijwilliger:

"Ik zie mijn vrijwilligerswerk hier vooral als ontspannend, ik kan gewoon wat kleine klusjes doen en met mensen een praatje maken. Thuis is voor mij ook een plek waar ik aan mijn zelfvertrouwen kan werken. De problemen bij mijn laatste werkgever hebben me wel een deuk doen oplopen. En Thuis is ook een plek om niet thuis te hoeven zitten, dan zou ik gek worden."

Een andere vrijwilliger die betrokken is bij een maatschappelijke avondactiviteit:

"Nu ik tijdelijk geen baan heb, heb ik best veel tijd over. Ik vind ik het leuk om die tijd hierin te investeren, om meer structuur aan te brengen in de opzet en om leuke oefeningen te bedenken en uit te werken."

Tabel 4: raakvlak van de resultaten van 5.1.4 met de dimensies van Positieve Gezondheid

1. Lichaamsfuncties						
Medische feiten	medische observaties	fysiek functioneren	klachten en pijn	energie	ervaren gezondheid	
2. Mentaal welbevinden						
Cognitief functioneren	emotionele staat	zelfvertrouwen/zelfrespect	een gevoel van de leiding te hebben	zelfmanagement	veerkracht	
3. Zingeving						
Betekenis/zinvolheid	doelen/idealen nastreven	toekomstperspectief ervaren	acceptatie			
4. Kwaliteit van leven						
Welbevinden	geluk ervaren	genieten	ervaren gezondheid	lekker in je vel zitten	levenslust	balans
5. Sociaal-maatschappelijk participeren						
Sociale en communicatieve vaardigheden	betekenisvolle relaties	sociale contacten	ondervinden geaccepteerd te worden	betrokkenheid bij de gemeenschap	betekenisvol werk	
6. Dagelijks functioneren						
Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL) (basis en instrumentele verrichtingen)	het vermogen om te werken	gezondheidsvaardigheden				

5.2 Thuis als plek waar je je nuttig kunt maken/voelen

Voortbordurend op 'daginvulling' van de vorige paragraaf zou ik nog willen uitlichten dat die term soms tekort doet aan wat ik aldaar heb omschreven. De betekenis van de activiteiten is voor de personen meer dan een invulling van de dag. Daarnaast kunnen de werkzaamheden of activiteiten ook veel bijdragen aan een groter

geheel. Daarom is het vaak niet alleen een daginvulling, maar ook een nuttige tijdsbesteding, zoals bijvoorbeeld bij vluchtelingen die helpen met de renovatie van Thuis, en bij de vrijwilliger die helpt om de organisatie van een avondactiviteit te structureren. Hiermee geeft Thuis zin aan de dag en draagt het bij aan het gevoel van nuttig zijn.

Een vrijwilliger drukt uit wat het vrijwilligerswerk voor haar betekent:

“Ik vind het ontzettend leuk als ik mensen kan helpen. Ik ben iemand die graag vrijwilligerswerk doet; naast Thuis doe ik nog andere dingen. Ik merk soms dat niet iedereen begrijpt waarom ik dat allemaal vrijwillig doe en ik kan het moeilijk uitleggen, maar het is zo mooi om te doen en het brengt mij echt zo veel!”

Daarnaast kan een gevoel van betrokkenheid ook meespelen. Een studente van de Wageningen Universiteit die vrijwilliger was bij Thuis gaf bijvoorbeeld aan dat zij graag ook buiten het studentenleven actief wilde zijn. Ze wilde maatschappelijk betrokken zijn en ook andere mensen ontmoeten buiten de campus en het studentenleven.

5.3 Thuis als plek waar je kunt leren en experimenteren

Thuis biedt in de ogen van bezoekers en vrijwilligers ook mogelijkheden om jezelf te ontwikkelen. Dit kan op verschillende vlakken zijn. Een van de geïnterviewden gaf aan:

“Toen ik net mijn studie had afgerond stond ik best wel onzeker in het leven: ik was er tijdens mijn stage achter gekomen dat het werk dat bij mijn studie past niet echt iets voor mij is. Via een vriendin hoorde ik van een openstaande vacature bij Thuis. Thuis bood mij een laagdrempelige manier om mezelf te ontwikkelen. Het begon als een vrijwilligersfunctie, maar uiteindelijk werd het een opdracht en was ik opeens ZZP'er. Bij Thuis heb ik ontdekt waar ik goed in ben en wat ik leuk vind. Ik zie Thuis wel als een plek waar ik tijdelijk kan leren en mezelf kan ontwikkelen.”

Een andere vrijwilliger gaf aan dat zij ook in haar privéleven baat heeft bij wat ze doet en leert bij Thuis:

“In mijn cultuur is het zo dat mensen snel ruzie maken als ze het ergens niet mee eens zijn, heel temperamentvol zijn. Ik heb nu geleerd dat je dat ook op andere manieren kan reageren, die eigenlijk ook gewoon beter werken. Dat vertaalt zich ook naar situaties buiten Thuis. Bijvoorbeeld met mijn dochter, vroeger als ik soms zo heftig reageerde dan wilde ze 15 dagen niet meer met me praten.. Nu stuur ik haar soms een berichtje met: ik vond het heel leuk om je te zien, maar dit en dit vond ik eigenlijk niet zo leuk. Dan heb ik toch gezegd wat ik wilde maar krijgen we geen ruzie, en dan stuurt ze wat later: zullen we even koffie drinken?”

Een ook vaker gehoorde quote was dat je bij Thuis kunt experimenteren. Een vrijwilliger gaf aan dat ze zich bij Thuis vertrouwdert voelt om iets nieuws te proberen dan op haar werk, met als voorbeeld daarbij het spreken voor een groep. Maar ook voor het organiseren van een activiteit of workshop kan Thuis laagdrempelig zijn: je hoeft namelijk niet altijd met geld te betalen voor het gebruik van een ruimte, en er zijn faciliteiten aanwezig zoals een beamer, microfoons en boxen. Daarnaast is het bij Thuis gebruikelijk om te vragen of mensen je ergens mee willen helpen.

Een andere geïnterviewde gaf aan dat hij ook leert van vrijwilligerswerk bij Thuis, in de zin van dat hij leert om dingen uit te proberen en ook leert om te falen. Maar hij plaatste ook vraagtekens bij de perspectieven die vrijwilligerswerk bij Thuis biedt op de arbeidsmarkt: *“zou vrijwilligerswerk bij Thuis nu wel een opstapje zijn*

naar een 'echte' baan?"

Onderstaande vrijwilliger had ook interessante redenen om bij Thuis actief te zijn:

"Normaal gesproken ben ik meer met theorie bezig rondom sociale innovatie, en Thuis is gewoon het stukje praktijk wat daarbij hoort, een soort lab om dingen in uit te testen, dat geeft mij input. Ik vind het heel leuk om mensen uit te dagen en te activeren, want: 'je kan iemand een vis geven, of hem leren vissen'. En uiteindelijk lukt dat meestal ook; mensen hebben vaak veel meer in zich dan ze laten zien. Bijvoorbeeld een wat oudere bezoeker die eerst heel passief was, maar gaandeweg na een aantal gesprekjes over wat hij dan wel zou willen en kunnen, en na enige weerstand (nou dat ga ik echt niet doen hoor), is hij er uit zichzelf op terug gekomen en heeft hij toch een paar dingen opgepakt."

Eigen ervaring

Binnen dit kader wil ik als onderzoeker ook graag een eigen ervaring delen over experimenteren en leren bij Thuis. Gezien het participatieve karakter van mijn onderzoek, was ik tijdens de onderzoeksperiode ook volwaardig lid van het vrijwilligersteam van Thuis. Daarom heb ik ook zelf ervaren hoe het is om binnen Thuis te functioneren. Ik werd gevraagd door een andere vrijwilliger om te helpen met het organiseren van een leuke zomeractiviteit voor alle betrokkenen bij Thuis. Ik heb hiervoor onder andere zelf een salsa-dansles gegeven. Ik denk dat ik dit niet gauw had gedurfd en gedaan op een andere plek. Thuis nam wat mij betreft een aantal barrières weg. Ten eerste kon ik bij Thuis gebruik maken van een geschikte ruimte en technische apparatuur, zonder hiervoor te betalen. Daarnaast hoefden degenen die deelnamen aan de les ook niet te betalen, wat voor mij de druk verlaagde om 'alles perfect te doen'. Het voelde als een experiment waarvan ik kon leren, en ook om erachter te komen of ik het leuk vind om te doen. Ik hoefde niets vast te leggen; het was een leuk voorlopig eenmalig projectje waaruit ik ervaringen mee kan nemen.

Uit dit citaat komt naar voren dat het leren in deze situatie wederkerig is: de vrijwilliger leert zelf van het vrijwilligerswerk bij Thuis, maar probeert ook de bezoekers iets te leren/zich te ontplooiën, en haalt hier energie uit.

Tabel 5: raakvlak van de resultaten van 5.3 met de dimensies van Positieve Gezondheid

1. Lichaamsfuncties						
Medische feiten	medische observaties	fysiek functioneren	klachten en pijn	energie	ervaren gezondheid	
2. Mentaal welbevinden						
Cognitief functioneren	emotionele staat	zelfvertrouwen/zelfrespect	een gevoel van de leiding te hebben	zelfmanagement	veerkracht	
3. Zingeving						
Betekenis/zinvolheid	doelen/idealen nastreven	toekomstperspectief ervaren	acceptatie			
4. Kwaliteit van leven						
Welbevinden	geluk ervaren	genieten	ervaren gezondheid	lekker in je vel zitten	levenslust	balans
5. Sociaal-maatschappelijk participeren						
Sociale en communicatieve vaardigheden	betekenisvolle relaties	sociale contacten	ondervinden geaccepteerd te worden	betrokkenheid bij de gemeenschap	betekenisvol werk	
6. Dagelijks functioneren						
Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL) (basis en	het vermogen om te werken	gezondheidsvaardigheden				

instrumentele verrichtingen)						
---------------------------------	--	--	--	--	--	--

5.4 Thuis als plek voor een kleiner budget

Herhaaldelijk is naar voren gekomen dat Thuis een plek is voor ieder budget. Bij Thuis kun je op basis van een donatie gebruik maken van faciliteiten zoals koffie en thee, en deelnemen aan activiteiten. Je hoeft zelfs niets te consumeren als je niet wilt. Een groepje studenten gaf bijvoorbeeld aan: *“Je hoeft hier niet ieder uur iets te bestellen zoals in een horeca-gelegenheid.”*

Ook aan gebruik van een ruimte zijn niet persé kosten verbonden. Een vrijwilliger over hoe zij Thuis ooit heeft leren kennen: *“Ik zat toen bij een koor en we zochten een plek om te oefenen, maar we wilden niet betalen. We zijn toen bij Thuis terecht gekomen, waar we met een tegenprestatie iets terug konden doen.”*

Daarnaast zijn er faciliteiten die ook aantrekkelijk kunnen zijn voor mensen met een kleiner budget. Een bezoeker: *“Ik maak onder andere gebruik van de Foodsharing koelkast om wat geld te besparen op boodschappen, aangezien ik momenteel in de bijstand zit.”*

Uit ontmoetingen is ook naar voren gekomen dat meerdere bezoekers/vrijwilligers dit aspect belangrijk vinden. Een frequente bezoeker gaf bijvoorbeeld aan dat hij gepensioneerd is en dat hij bij zijn keuze voor waar hij zijn tijd besteedt, rekening moet houden met zijn budget. Ook bij vluchtelingen speelde de factor budget een rol.

De lage kosten die je hebt als bezoeker van Thuis hebben wel een andere kant: je schenkt zelf je koffie of thee in, ruimt je vuile vaat op, en doet op jouw manier ook iets terug zoals een donatie, boodschappen halen of helpen met een klusje. Thuis is dus geen horecagelegenheid waar je een bepaalde mate van service mag verwachten, maar lijkt letterlijk een beetje op je eigen thuis.

5.5 Thuis als plek om gebruik te maken van faciliteiten

Gedurende de openingstijden overdag bij Thuis komen er geregeld mensen binnenlopen die gebruik maken van de faciliteiten in de Stadskamer, of hier juist ook aan bijdragen. Ze komen boeken, kleding, planten of etenswaren halen of brengen. Thuis biedt ruimte voor de koelkast en kast van Foodsharing, de planten van het plantenasiel, de boekenmarkt, en een kledingruilhoek. Deze worden onderhouden door vrijwilligers, en mensen die hier gebruik van maken worden geacht hier in de praktijk verantwoordelijk mee om te gaan. Dit betekent bijvoorbeeld dat er op goed vertrouwen vanuit wordt gegaan dat mensen 50 cent per boek in het spaarpotje doen, dat ze niet alleen maar spullen nemen maar ook geven, en dat ze alles netjes achterlaten. Een regelmatige bezoeker van de Foodsharing koelkast vertelde:

“Redenen dat ik hier gebruik van maak zijn een combinatie van geld besparen op boodschappen en een afkeer tegen de wegwerpmaatschappij die ik gaandeweg heb ontwikkeld, niet alleen wat betreft voedsel.”

Wat betreft de kledingruilhoek zou dit ook een combinatie van redenen kunnen zijn. Studenten maken hier ook regelmatig gebruik van, welke bekend staan om een kleine portemonnee. Daarnaast organiseert het WEP (Wageningen Environmental Platform) twee keer per jaar een grotere kledingruil bij Thuis. Dit gebeurt met name vanuit duurzaamheidsoverwegingen.

Een andere grote faciliteit die Thuis biedt, zijn de ruimtes an sich. Organisatoren van (veelal avond-)activiteiten kunnen hier gebruik van maken. Een aantal activiteiten vindt ook op structurele basis plaats (1x per week, 1x per 2 weken, 1x per maand), zoals Storytelling, Breicafé, Vegan Villa en Taalcafé. Observaties en korte gesprekjes bij verschillende van deze activiteiten leverden op dat deze activiteiten vooral doelgroepen trekken die op zoek zijn naar een leuk avondje uit, het beoefenen of uitdragen van een hobby, gelijkgestemden te treffen, of iets te leren. Vaak is er een bepaalde doelgroep die aangesproken wordt of zich aangesproken voelt. De Storytelling avonden bijvoorbeeld zijn in het Engels en hierbij zijn voornamelijk veel internationale studenten/jong werkenden aanwezig. Bij Vegan Villa kunnen veganisten zich verenigen/elkaar ontmoeten en recepten uitwisselen, en het Taalcafé trekt veel vluchtelingen en andere nieuwkomers in Nederland aan. De twee vrijwilligers die ik trof bij het Taalcafé hadden zelf ook een migratie-achtergrond, wat als een motivatie diende om anderen te gaan helpen bij het leren van de Nederlandse taal.

Tabel 6: raakvlak van de resultaten van 5.4 en 5.5 met de dimensies van Positieve Gezondheid

1. Lichaamsfuncties						
Medische feiten	medische observaties	fysiek functioneren	klachten en pijn	energie	ervaren gezondheid	
2. Mentaal welbevinden						
Cognitief functioneren	emotionele staat	zelfvertrouwen/zelfrespect	een gevoel van de leiding te hebben	zelfmanagement	veerkracht	
3. Zingeving						
Betekenis/zinvolheid	doelen/idealen nastreven	toekomstperspectief ervaren	Acceptatie			
4. Kwaliteit van leven						
Welbevinden	geluk ervaren	genieten	ervaren gezondheid	lekker in je vel zitten	levenslust	balans
5. Sociaal-maatschappelijk participeren						
Sociale en communicatieve vaardigheden	betekenisvolle relaties	sociale contacten	ondervinden geaccepteerd te worden	betrokkenheid bij de gemeenschap	betekenisvol werk	
6. Dagelijks functioneren						
Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL) (basis en instrumentele verrichtingen)	het vermogen om te werken	gezondheidsvaardigheden				

6. Discussie

Het vorige hoofdstuk heeft een overzicht gegeven van de resultaten naar aanleiding van observaties, korte gesprekken en interviews met vrijwilligers en bezoekers van Thuis. In dit hoofdstuk zal ik reflecteren op deze resultaten en toewerken naar conclusies die antwoord geven op de onderzoeksvraag. Tevens reflecteer ik op de onderzoeksmethoden en worden er suggesties gegeven voor vervolgonderzoek.

De hoofdvraag van dit onderzoek was als volgt:

“Wat is de waarde van Thuis voor haar bezoekers en vrijwilligers?”

6.1 Reflecties op de resultaten

In dit onderzoek heb ik de waarde van Thuis in het leven van bezoekers en vrijwilligers in kaart gebracht, door verschillende rollen te identificeren die Thuis kan vervullen voor hen. De resultaten geven verschillende rollen weer die Thuis kan vervullen. De belangrijkste geïdentificeerde rollen waren: Thuis als plek om in een fijne sfeer te zijn, Thuis als plek waar je je nuttig kunt maken/voelen, Thuis als plek waar je kunt leren en experimenteren, Thuis als plek voor een kleiner budget en Thuis als plek waar je gebruikt kunt maken van faciliteiten.

Hoewel in het resultatenhoofdstuk de verschillende rollen van Thuis los van elkaar besproken worden, moet benadrukt worden dat de rollen vaak overlap hebben met elkaar. De resultaten hoeven niet in één hokje hoeven te passen; het maken van de categorieën was vooral bedoeld om het gemakkelijker te maken om de informatie te lezen en te begrijpen. Een voorbeeld van resultaten die in meerdere categorieën zou passen, is dat iemand die bij Thuis komt om mensen om zich heen te hebben tegelijkertijd ook een klein budget kan hebben. Of dat iemand die (gelijkgestemden) wil ontmoeten bij Thuis ook niet binnen één groep valt. Dit kan een oudere zijn, een veganist, iemand die van spelletjes houdt, iemand die nieuw is in de stad, iemand die zich graag nuttig wil maken, etc.

Gekeken naar het raakvlak van de resultaten met het concept Positieve Gezondheid zoals weergegeven in de tabellen, zijn er raakvlakken gevonden met alle zes dimensies van Positieve Gezondheid. In de inleiding is besproken dat de hypothese voorafgaand aan het onderzoek was dat Thuis een bijdrage levert aan de gezondheid van betrokkenen, met name gebaseerd op onderzoeksbevindingen naar het belang van sociale netwerken voor de gezondheid van de mens (Dykstra, 2001). Naar aanleiding van de resultaten in hoofdstuk 5 zou ik concluderen dat deze hypothese ‘juist’ is. De meeste deelnemers hebben duidelijk aangegeven dat Thuis voor hun een positieve bijdrage levert in hun leven, o.a. door het bieden van mogelijkheden tot sociale contacten en betrokkenheid bij de gemeenschap. Ook wat betreft zingeving en ontwikkelmogelijkheden waren er duidelijke resultaten vanuit dit onderzoek, wat dan weer invloed had op de deelnemers hun mentaal welbevinden en kwaliteit van leven. Thuis lijkt hiermee een aanzienlijke bijdrage te kunnen leveren aan de gezondheid en welzijn van bezoekers en vrijwilligers van Thuis.

Met de dimensie lichaamsfuncties is weinig samenhang gevonden, afgezien van het aspect ‘energie’. Wat betreft deze dimensie zijn er wel bezoekers en vrijwilligers met fysieke en mentale klachten en ziektebeelden voorbij gekomen, zoals RSI, reuma, depressie en overspanning of burn-out. Echter werkt Thuis niet actief aan herstel. Dit doen andere organisaties binnen Welsaam die werken aan doelen binnen categorie 3: Vraaggerichte hulp en ondersteuning (zie hoofdstuk 2: ‘Thuis binnen Welsaam’). Wat Thuis wel zou kunnen bewerkstelligen is zorgen voor afleiding en een gevoel van nuttig bezig zijn ondanks (tijdelijk) minder of niet in

staat te zijn om te werken. Om hier duidelijker uitsluitel over te kunnen geven zou vervolgonderzoek nodig zijn, aangezien ik niet specifiek gesproken heb met deelnemers over hun lichaamsfuncties.

Een opvallende bevinding was ook de bezoeker die zei niet naar Thuis te komen omdat ze al genoeg sociale contacten heeft. Daarnaast wist ze ook niet zo goed wat je nu eigenlijk bij Thuis kunt doen. Mogelijk bestaat er onder sommige inwoners van Wageningen een beeld van Thuis dat niet helemaal overeenkomt met wat Thuis doet en de intenties die daaraan ten grondslag liggen. Daarnaast was er de vrijwilliger die aangaf behoefte te hebben aan meer contact met andere vrijwilligers die ook een betaalde baan hebben naast het vrijwilligerswerk. Het lijkt er daarom sterk op dat bepaalde groepen uit de samenleving minder vertegenwoordigd zijn dan andere onder de bezoekers en vrijwilligers van Thuis. Toch is er al een bepaalde diversiteit aanwezig, die vooral in de Stadskamer kan zorgen voor ontmoetingen met nieuwe mensen uit “andere groepen”, zoals uitgedrukt door verschillende respondenten. Deze ontmoetingen kunnen mooie functies hebben, zoals een van de respondenten uitdrukte dat ze er deels voor zorgen dat hij niet verzand in overmatig alcoholgebruik.

In een aflevering van ‘Dorpshuis van het jaar 2018’ van Omroep Gelderland is tijdens een vragenronde op straat te zien dat een aantal inwoners van Wageningen aangeven Thuis niet te kennen oftewel er niet heen te gaan (Dorpshuis van het jaar, 2018). Thuis heeft echter de intentie om een plek te zijn voor iedereen die in Wageningen woont of werkt (Persoonlijke communicatie, 17 mei 2018). Voor vervolgonderzoek zou het interessant kunnen zijn om inzicht te verwerven in waarom mensen (nog) niet bij Thuis komen. Thuis zou de uitkomsten hiervan kunnen gebruiken om beter in staat te zijn om een nog breder scala aan inwoners binnen te krijgen en met elkaar te verbinden.

Gedurende de periode dat dit onderzoek liep, is Thuis bezig geweest met verdere ontwikkelingen in het concept van Thuis en in de communicatie naar buiten toe. Sinds half augustus 2018 heeft Thuis een nieuwe huisstijl gekregen: met een nieuw logo, nieuwe website, nieuwe teksten op de website, nieuw promotiemateriaal en daarnaast wordt ook het gehele pand verbouwd om het in een wat moderner jasje te steken. Omstreeks januari 2019 zullen de verbouwingen ten einde zijn. De setting van dit onderzoek en de onderzoeksperiode waren daarmee heel dynamisch, wat Thuis mogelijk ook typeert als organisatie. De vrijwilligers binnen Thuis geven voor een groot deel vorm aan de organisatie, en binnen de vrijwilligersteams zijn vrij veel wisselingen, vooral binnen de jongere generatie. Vanwege het zelfsturingsprincipe bepalen deze wisselen deels ook de koers die Thuis vaart. Ik vind dat Thuis gedurende de maanden dat ik er stage heb gelopen gegroeid is qua communicatie naar buiten toe, door bijvoorbeeld meer promotiemateriaal in te zetten en door het introduceren van een altijd actuele weekagenda op de website.

Tenslotte wil ik benoemen dat er in de resultaten ook ten minste een waarde van Thuis naar voren is gekomen die niet gerelateerd was aan gezondheid. Dit was het bieden van stabiele openingstijden van de ruimtes, zodat organisatoren van activiteiten ervan op aan kunnen dat ze hun activiteit kunnen laten plaatsvinden.

6.2 Reflecties op de methoden

Binnen dit onderzoek is geprobeerd om een zo divers mogelijk publiek te betrekken in de onderzoeksgroep, representatief voor de totale groep aan betrokkenen bij Thuis, door bij veel verschillende activiteiten van Thuis aanwezig te zijn. Zowel jong als oud, van oorsprong Nederlands als van oorsprong uit een ander land, als verschillende opleidingsniveaus zijn aan het woord gekomen tijdens korte gesprekken en interviews. De

interviews zijn relatief veel afgenomen onder vrijwilligers van Thuis, en minder onder bezoekers van Thuis. Reden hiervoor is dat het vanuit de host-functie beter lukte om vanuit een vertrouwensband met vrijwilligers op een interview over te gaan, dan om bezoekers vanuit het niets te vragen om een mogelijk vrij persoonlijk interview. Dit voelde soms te invasief om te doen omdat mensen juist ook bij Thuis kunnen komen omdat ze zich er prettig voelen en er hun eigen ding kunnen doen. Om bezoekers zich niet onprettig te laten voelen zijn er van bezoekers voornamelijk observaties en korte gesprekken gebruikt als input voor de resultaten. Hiermee heb ik getracht een mogelijke selectiebias in te perken.

Hiermee kom ik direct bij de methoden zelf uit. Het onderzoek is een exploratief veldonderzoek geweest, waarbij ik voornamelijk gewerkt heb met open vragen en rekening gehouden heb met wat fijn was voor de vrijwilligers en bezoekers die deelnamen. Bij dit type interviewtechnieken heb ik gebruik gemaakt van mijn ervaring in een-op-een gesprekken als diëtiste en eerdere afname van interviews. Ik denk dat deze manier van aanpak effectief was in deze setting, omdat het belangrijk was dat mensen zich op hun gemak (blijven) voelen bij Thuis, en het ook belangrijk is om een veilige setting te creëren waarin deelnemers persoonlijke informatie prijs durven te geven.

Als onderzoeker was het in sommige gevallen lastig om op mensen af te stappen met vragen, en ook om nog een zekere professionele afstand te bewaren wanneer je de vrijwilligers en bezoekers beter leert kennen. Een valkuil van actie-onderzoek kan daardoor zijn om niet meer volledig objectief naar de onderzoekssetting te kunnen kijken. Een mogelijke oplossing hiervoor zou kunnen zijn om anonieme vragenlijsten af te nemen in plaats van interviews. Echter acht ik deze methode minder geschikt voor het verzamelen van diepgaande informatie dan interviews.

De lezer moet er rekening mee houden dat deze studie mogelijk niet de hele breedte heeft kunnen vangen wat betreft de waarde van Thuis. De onderzoeksperiode en de bezoekers en vrijwilligers die ik heb gesproken hebben kleur gegeven aan de resultaten.

Conclusie en aanbevelingen

Door middel van dit onderzoek is een eerste poging ondernomen om op kwalitatieve wijze in kaart te brengen wat de waarde is van Thuis Wageningen voor bezoekers en vrijwilligers, gekoppeld aan het thema gezondheid. Het gebruik van actie-onderzoek bleek hiervoor een bruikbare methode te zijn. Er is een overlap naar voren gekomen met alle zes de dimensies van Positieve Gezondheid, wat uitdrukt dat Thuis kan bijdragen aan de gezondheid/het welzijn van haar bezoekers en vrijwilligers. Dit kan zijn in verschillende rollen zoals weergegeven in het resultatenhoofdstuk.

Naar aanleiding van de resultaten van dit onderzoek kun je stellen dat Thuis een belangrijk 'vast honk' kan zijn in het leven van betrokkenen. Dit kan zowel tijdelijk zijn als op een meer structurele basis. Voor ouderen kan het bijvoorbeeld een ontmoetingspunt zijn om op een vast moment in de week andere ouderen te treffen, voor internationale studenten kan het een plek zijn waar zij kunnen deelnemen aan Engelstalige activiteiten, en voor vluchtelingen kan het een fijne plek zijn om tijd te spenderen of nuttig bezig te zijn gedurende de periode dat zij in het asielzoekerscentrum in Wageningen verblijven.

Thuis zou zich nog iets duidelijker kunnen profileren. Nog niet alle inwoners van Wageningen kennen Thuis of hebben een duidelijk en waarheidsgetrouw beeld van wat Thuis eigenlijk is en wat je er kunt doen. Eén idee dat aan bod is gekomen tijdens de stageperiode is het naar buiten brengen van verhalen van mensen die bij Thuis betrokken zijn. Dit zou bijvoorbeeld kunnen via de website en social media, maar ook via een rubriekje in de lokale krant, waarin steeds een bezoeker, vrijwilliger of organisator van een activiteit bij Thuis vertelt over wie hij is en wat hij doet. Hiermee zou de waarde van Thuis helderder in beeld gebracht kunnen worden naar de buitenwereld toe.

Bronnenlijst

Bell, J. & Waters, S. (2014). *Doing your research project. A guide for first-time researchers (6e editie)*. Berkshire: Open University Press.

Bircher, J. (2005). Towards a dynamic definition of health and disease. *Medicine, Health Care and Philosophy*, 8, 335-341.

Davies, R. (2005). *The 'Most Significant Change' (MSC) Technique – A Guide to Its Use*. Gedownload op 16 mei 2018, van <https://www.researchgate.net/publication/275409002> The 'Most Significant Change' MSC Technique A Guide to Its Use

Dykstra, P.A. (2001). *Netwerken van informele steun en sociaal-demografische veranderingen*. In: J.C. Vrooman (red.) *Netwerken en sociaal kapitaal*. Actualiteitencolleges van de Nederlandse Sociologische Vereniging (II). Amsterdam: SISWO/NSV.

De Gelderlander (2013). *Ouderencentrum Wielewaag open tot eind 2014*. Geraadpleegd op 20 september 2018, van <https://www.gelderlander.nl/de-vallei/ouderencentrum-wielewaag-open-tot-eind-2014~acc706fa/>

De Jong, F. & Felixdal, D. (2015). *Burgerinitiatieven in zorg en welzijn*. Geraadpleegd op 21 september 2018, van <https://www.vilans.nl/vilans/media/documents/producten/burgerinitiatieven-in-zorg-en-welzijn.pdf>

Dorpshuis van het jaar (2018). *Uitzendingen 2018 - Wageningen*. Geraadpleegd op 28 oktober 2018, van <https://www.dorpshuisvanhetjaar.nl/dorpshuis-van-het-jaar-2018/uitzendingen-2018/>

Gemeente Wageningen (z.d.-a). *Samen Wageningen is in uitvoering (Welsaam)*. Geraadpleegd op 1 mei 2018, van https://www.wageningen.nl/inwoners/Projecten/Doe_mee/Meer_projecten/samen_wageningen/Samen_Wageningen_gaat_in_uitvoering

Gemeente Wageningen (z.d.-b). *Samen Wageningen, wat is het?*. Geraadpleegd op 25 april 2018, van https://www.wageningen.nl/inwoners/Projecten/Meer_projecten/samen_wageningen/Samen_Wageningen_wat_is_het

Gemeente Wageningen (2017). *Samen Wageningen – wat is het?* Geraadpleegd op 25 april 2018, van <https://www.youtube.com/watch?v=FDNVpu6tR0U>

Huber, M. et al. (2011). How should we define health? *British Medical Journal (Online)*, vol. 343.

Institute for Positive Health (2016). *'Positieve gezondheid' in Nederland – wie, wat, waarom en hoe? Een inventarisatie*. Geraadpleegd op 25 april 2018, van https://www.zonmw.nl/uploads/tx_vipublicaties/Inventarisatie_Positieve_gezondheid_in_Nederland.pdf

Institute for Positive Health (2017 -a). *Wat is het?* Geraadpleegd op 24 april 2018, van <https://iph.nl/positieve-gezondheid/wat-is-het/>

Institute for Positive Health (2017-b). *Online tool direct beschikbaar*. Geraadpleegd op 1 mei 2018, van <https://mijnpositievegezondheid.nl/tools/hoewerkthet/>

Law, I. & Widdows, H. (2008). Conceptualizing Health: Insights from the Capability Approach. *Health Care Analysis*, 16(4), 303-314.

Maas, K. (2018). *Betaalbare meting: sociale ondernemingen krijgen eigen impact tool*. Geraadpleegd op 30 augustus 2018, van <http://www.p-plus.nl/resources/articlefiles/Betaalbaarimpactmeten.pdf>

Movisie (2015). *De voordelen van de participatiesamenleving*. Geraadpleegd op 20 september 2018, van <https://www.movisie.nl/artikel/voordelen-participatiesamenleving>

Movisie (2016). *Sociaal maakt gezond*. Gedownload op 25 september 2018, van <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/publication-attachment/Sociaal-maakt-gezond-magazine%20%5BMOV-10004934-1.2%5D.pdf>

Movisie (2017). *Participatiesamenleving anno 2017: volop kansen*. Geraadpleegd op 21 september 2018, van <https://www.movisie.nl/artikel/participatiesamenleving-anno-2017-volop-kansen>

Resource (2015). *Een woonkamer voor heel Wageningen*. Geraadpleegd op 20 september 2018, van <https://resource.wur.nl/nl/show/Een-woonkamer-voor-heel-Wageningen.htm>

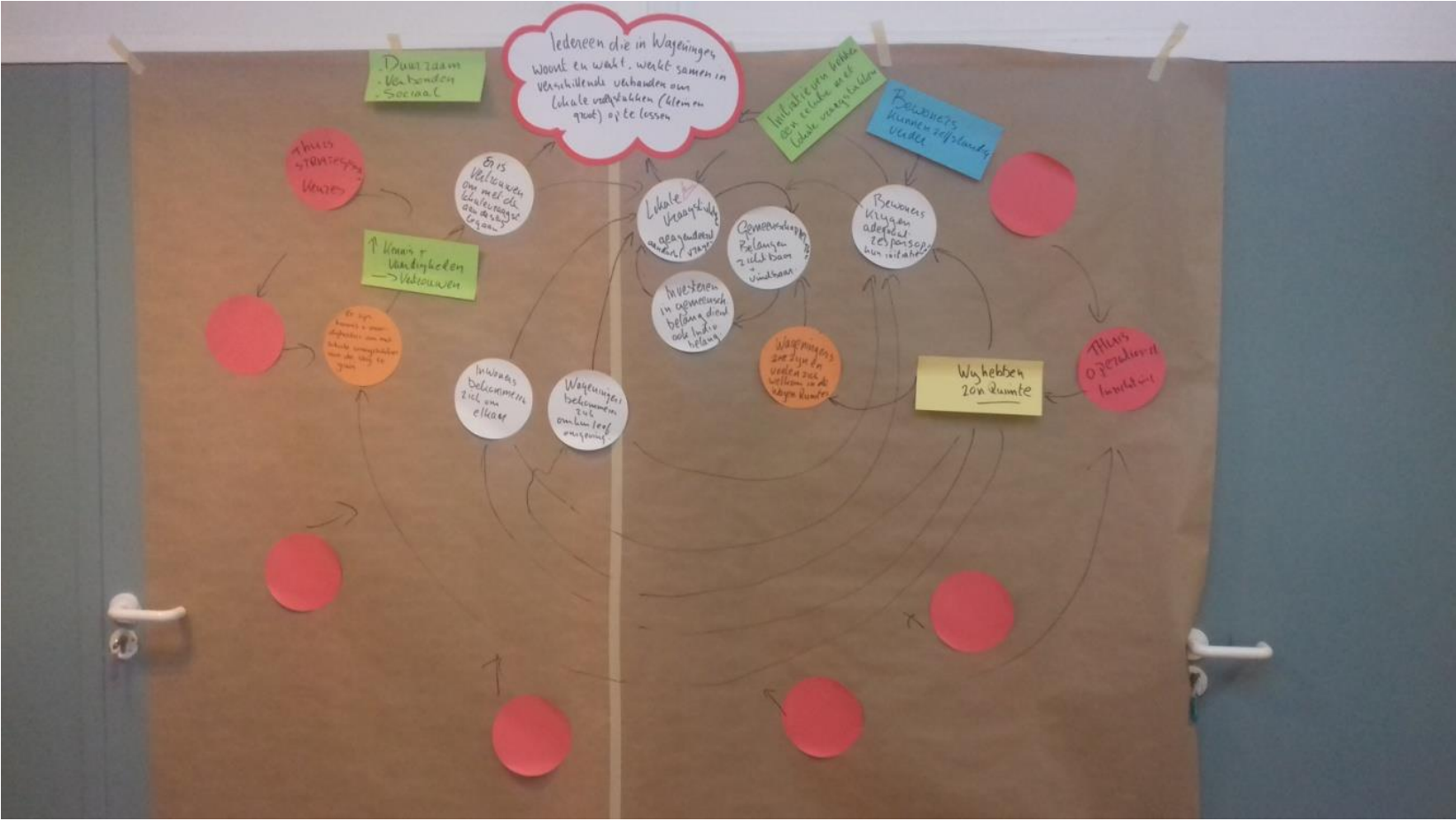
Sol, L., Liket, K., Maas, K., (2016). Inzicht in Impact van Sociaal Ondernemerschap. In Meijs, L. & de Ritter, M. (eds) *Sociaal Ondernemerschap: de beweging naar nieuwe hybride modellen voor een andere toekomst*. Stichting Maatschappij en Onderneming.

Visser, J. (2014). *Interview Machteld Huber: 'Het vermogen om zelf de regie te voeren.'* Geraadpleegd op 30 april 2018, van <https://www.medischcontact.nl/nieuws/laatste-nieuws/artikel/interview-machteld-huber-het-vermogen-om-zelf-de-regie-te-voeren.htm>

World Health Organization (2018). *Frequently asked questions – What is the WHO definition of health?* Geraadpleegd op 2 mei 2018, van <http://www.who.int/suggestions/faq/en/>

Zorg + Welzijn (2017). *Participatie van burgers vraagt omslag sociaal werkers*. Geraadpleegd op 25 september, 2018, van <https://www.zorgwelzijn.nl/participatie-van-burgers-vraagt-omslag-sociaal-werkers/>

Bijlage I: Resultaat werksessie 'Theory of Change'



Vragenlijst Positieve Gezondheid

Onderstaande 42 vragen zijn onderdeel van de online tool van Positieve Gezondheid. Over iedere dimensie krijg je zeven stellingen te zien, waarop je kunt aangeven in hoeverre je het ermee eens bent.

0 = niet mee eens

10 = helemaal mee eens

Lichaamsfuncties, hoe gaat het lichamelijk met u?

Ik voel mij gezond.

Ik voel mij fit.

Ik heb geen klachten en pijn.

Ik slaap goed.

Ik eet goed.

Ik herstel snel na inspanning. Bijvoorbeeld na het sporten.

Ik kan makkelijk bewegen. Bijvoorbeeld traplopen, wandelen of fietsen.

Mentaal welbevinden, hoe gaat het mentaal met u?

Ik kan dingen goed onthouden.

Ik kan mij goed concentreren.

Ik kan zien, horen, praten, lezen.

Ik voel mij vrolijk.

Ik accepteer mijzelf zoals ik ben.

Ik zoek naar oplossingen om moeilijke situaties te veranderen.

Ik heb controle over mijn leven.

Zingeving, heeft u een zinvol leven?

Ik heb een zinvol leven.

Ik heb 's morgens zin in de dag.

Ik heb idealen die ik graag wil bereiken.

Ik heb vertrouwen in mijn eigen toekomst.

Ik accepteer het leven zoals het komt.

Ik ben dankbaar voor wat het leven mij biedt.

Ik wil mijn hele leven blijven leren.

Kwaliteit van leven, heeft u een prettig leven?

Ik geniet van mijn leven.

Ik ben gelukkig.

Ik zit lekker in mijn vel.

Ik ervaar evenwicht in mijn leven.

Ik voel mij veilig.

Ik ben tevreden over waar ik woon en met wie.

Ik heb genoeg geld om mijn rekeningen te betalen.

Meedoen, doet u mee in de maatschappij?

Ik heb goed contact met andere mensen.

Andere mensen nemen mij serieus

Ik heb mensen met wie ik leuke dingen kan doen

Ik heb mensen die mij steunen als dat nodig is
Ik heb het gevoel dat ik 'erbij' hoor in mijn omgeving
Ik heb werk of andere bezigheden die ik zinvol vind.
Ik ben geïnteresseerd in wat er in de maatschappij gebeurt.

Dagelijks functioneren, hoe ziet uw dagelijkse leven eruit?

Ik kan goed voor mijzelf zorgen. Bijvoorbeeld wassen, aankleden, boodschappen doen, koken.
Ik weet wat ik wel kan en wat ik niet kan.
Ik weet hoe ik mijn gezondheid kan verzorgen
Ik kan goed plannen wat ik op een dag moet doen
Ik kan goed omgaan met het geld dat ik iedere maand krijg
Ik kan werken of vrijwilligerswerk doen
Ik weet hoe ik zo nodig hulp kan krijgen van officiële instanties.

(Institute for Positive Health, 2017-b)