**Position paper praktijkdeskundige Satcha Maduro – Valies**

**Rondetafelgesprek over schulden - maandag 12 februari 2018**

Van: Satcha Maduro – Valies, Somega Life coaching & Counseling

Aan: De vaste commissie voor Sociale Zaken en Werkgelegenheid van de Tweede Kamer

**Dé manier om mensen met schulden weer in hun kracht zetten.**

Vanuit mijn positie als ervaringsdeskundige weet ik als geen ander wat schulden met mensen kunnen doen. Of breder nog: wat schaarste met een mens kan doen.

Ik zat zonder werk, had een grote zorgtaak thuis vanwege mijn meervoudig verstandelijk beperkte dochter. Ik kwam in een zware burn out terecht en moest mijn kind uit huis plaatsten. Ik kwam in de in de schulden en raakte in een depressie. Ik heb uit mijn ellende kunnen klimmen door de schaamte te doorbreken, hulp te gaan vragen en te gaan zorgen voor mijzelf.

Vanuit mijn werk als maatschappelijk werkster in Amsterdam Noord heb ik de problemen waar ik doorheen ging gezien bij anderen. Nu zat ik aan de andere kant van de tafel en snapte ik zo goed waar mijn cliënten doorheen gingen. De weerstand, de angst, de frustratie, de uitzichtloosheid, de vermoeidheid en de radeloosheid. Al deze emoties waren mij meer dan bekend.

Vanuit mijn werk en eigen leven zijn er wat mij betreft vier pijlers die iemand weer in zijn of haar kracht zetten in een periode van schulden, schaamte en schaarste.

1. **Het gesprek**  
   Gespreksvoering is een vak. De methode Motiverende Gespreksvoering is zeer effectief in het werkveld. Door op deze manier in gesprek te gaan met mensen met schulden, motiveer je ze tot het accepteren van hulp en gids je iemand bij het maken van keuzes. De gespreksmethode bereidt mensen voor op verandering.

Om tot een gewenst resultaat te komen met de klant is het van belang dat je als hulpverlener de juiste attitude hebt. Dit houdt in: aansluiten bij de leef- en belevingswereld van de klant, oordeelvrij kunnen handelen, in het proces niet vooruitlopen, maar naast de klant gaan staan en bewust zijn van de effecten van schaamte en schaarste.

1. **Perspectief bieden**  
   Tijdens het begeleiden van de klant met schulden is het van belang dat er voortdurend wordt gekeken naar de toekomst. Dit biedt perspectief. Het geeft mensen hoop dat er een uitweg is, hoe moeilijk hun situatie ook is. Blijf geloven in de mogelijkheden van de klant en zijn omgeving en geef niet op. Ook niet wanneer een klant bijvoorbeeld niet verschijnt op een afspraak. Alles heeft een reden.
2. **Begeleiding**   
   Om vanuit een financieel diep dal te kunnen klimmen naar een gezonde financiële situatie is begeleiding, van aanmelding tot zeker een half jaar na de schuldsanering, zeer belangrijk. Leven onder de druk van schulden is zwaar, maar leven in het stramien van de WSNP is mentaal bijna net zo uitputtend. Daarnaast is het zo, dat als je 3 jaar lang op een houtje moet bijten en je na de sanering weer van meer geld mag leven, de kans op overbesteding en terugval in oude patronen groot is. In de sanering leer je niet met geld om te gaan. Een nazorg traject is wat mij betreft een must.
3. **Effecten van schaarste herstellen**  
   Het is bekend dat schaarste een groot effect heeft op de hersenen en dat dit zich manifesteert in een manier van handelen die vooral korte termijn oplossingen biedt, maar waarvan de gevolgen op de lange duur negatief zijn. De stress die de schaarste geeft levert negatieve energie op. Dit heeft zijn weerslag op het lichaam, op het denken en het nemen van beslissingen. Door lichamelijke beweging en sporten kan het lichaam herstellen van de effecten. Structureel bewegen en sporten zorgen ervoor dat er zowel mentaal als fysiek meer draag en veerkracht wordt ontwikkeld. Mensen krijgen hun motivatie terug, slapen beter, eten beter en denken helderder. Ze worden gezonder en vitaler en kunnen zo hun problemen beter dragen en oplossen.

Het voeren van gesprekken alleen zet mensen met schaarste niet langdurig in hun kracht. Het is de combinatie van coachende gesprekken en beweging waardoor mensen hun eigen kracht weer vinden en behouden.

**Somega**  
Vanuit Somega coachen en begeleiden wij mensen die te maken hebben met schaarste. Niet alleen financieel, maar vooral op emotioneel en psychisch gebied. Dit doen we door een combinatie van coachingsgesprekken en beweegprogramma’s. Ook verwijzen we door naar gemeentelijke schuldhulpverlening, begeleiden en coachen we medewerkers binnen het sociaal domein en geven we training in gespreksvoering en bejegening. Voor meer informatie kijkt u op [www.somega.nl](http://www.somega.nl)