

Het belang van sociale netwerken

Heb je je ooit afgevraagd **hoeveel mensen er onzichtbaar in de ruimte zitten** wanneer je met een cliënt in gesprek gaat?

*"In elk gesprek tussen hulpverlener en cliënt **komen twee werelden samen, elk gevormd door hun eigen netwerk.**"*

Want eigenlijk zit je nooit alleen met die ene persoon tegenover je.

Er zit **een hele geschiedenis mee in de ruimte**. Ouders, grootouders, vrienden, burens, jeugdleiders, ervaringen, waarden, verhalen,

Er zijn altijd twee systemen aanwezig.

Het netwerk van de cliënt.

en **mijn eigen netwerk**.

Ik neem mijn rugzak mee.

Mijn achtergrond, mijn familie van herkomst, maar ook de buurt waarin ik opgroeide, de mensen die mijn pad kruisten, de groepen waar ik deel van uitmaakte.

Mijn ervaringen, mijn krachten, maar ook mijn blinde vlekken.

De scoutsleider die mij troostte.

De buurjongen waar ik naar opkeek omdat hij meer durfde dan ikzelf.

De juffrouw van het eerste leerjaar die mij plots zo belangrijk liet voelen.

Het zijn vaak die mensen die mee vorm geven hoe we naar onszelf en naar de wereld kijken.

Die rugzak bepaalt hoe ik kijk, hoe ik luister, wat mij raakt.

En tegenover mij zit iemand die eveneens een gevulde rugzak heeft.

Een leven vol ervaringen, relaties, patronen... ingebed in een gezin, maar evengoed in een bredere context: een buurt, een school, een vereniging, een vriendengroep,

Gedrag staat nooit op zichzelf. **Het krijgt pas betekenis binnen die bredere context:** de geschiedenis van een gezin, hun verhalen, hun regels, hun loyaliteiten, alsook de invloeden van daarbuiten. De plekken waar iemand gezien werd of net niet.

In dat kijken bewegen we voortdurend **tussen polariteiten:**
tussen individu en omgeving,
tussen autonomie en verbondenheid,
tussen wat juist voelt en wat werkt in de praktijk.

Maar het zijn geen polariteiten die botsen.
Het zijn krachten die samen een patroon vormen.

Wat voor mij centraal staat, is **het geloof dat elk systeem kracht in zich draagt.**
Dat gezinnen, maar ook netwerken rond hen, veerkracht hebben.

Een vermogen om zich aan te passen, om oplossingen te vinden, om te blijven doorgaan.

En daar komt het belang van het netwerk zo sterk naar voren.

We staan vaak stil bij wat moeilijk was. Wat pijn deed. Wat we gemist hebben. Maar even belangrijk is de vraag: wie was er wél? Wie maakte het verschil, hoe klein ook? Welke waarden kregen we mee onze moeder, onze vader, van onze grootouders, alsook van buitenaf? **Welke krachten zitten er in onze rugzak?**

Van een leerkracht die in ons geloofde.

Van een jeugdleider die ons grenzen leerde verleggen.

Van een buur die er gewoon was.

Want ook dat zit in onze rugzak. En zegt iets over waar we vandaan komen. Over verbondenheid.

In het werken met netwerken probeer ik me daar bewust van te zijn.

Wat komt van hen?

Wat wordt bij mij geraakt?

Want **mijn eigen geschiedenis kan ik niet loskoppelen van hoe ik werk.**

Van hoe ik reageer, hoe ik grenzen stel, hoe ik betrokken ben.

Als ik daar zicht op heb, helpt mij dat om in mijn rol te blijven.

Om **verantwoordelijkheid te laten waar die hoort**.

En om **mijn eigen verhaal te gebruiken als kracht**, in plaats van als valkuil.

Ik gebruik vaak **de metafoor van twee rivieren**.



Aan de ene kant heb je de rivier van het gezin, gevormd door hun geschiedenis, hun relaties, hun ervaringen.

Aan de andere kant stroomt mijn eigen rivier.

En in een gesprek komen die twee samen.

Soms helder.

Soms ook wat troebel.

Met zijrivieren, onderstromen, generaties die meespelen.

En mijn taak is eigenlijk om te blijven zien: wat hoort bij hun stroom, en wat bij de mijne?

Als hulpverlener sta ik een beetje aan de oever. Ik kijk mee, ik volg, ik probeer te begrijpen. Maar ik blijf mij bewust van waar ik zelf vandaan kom.

En **in die ontmoeting ontstaat er iets nieuws**. Een derde ruimte, waarin we samen zoeken.

Wat ik telkens opnieuw merk, is dat **mensen en hun omgeving vaak zelf de sleutel in handen hebben**. Ook al zien wij die niet meteen.

Ik vergelijk het wel eens **met een deur die op slot lijkt**. Wij komen met allerlei sleutels... maar niets past. Terwijl zij weten: de deur zit niet op slot, ze klemt gewoon. En vraagt een andere manier om ze open te krijgen.

Zij kennen hun systeem.
Zij weten wat werkt.

Daarom is verbinden zo belangrijk. Niet alleen met het individu, maar met het netwerk errond.

Vertragen.
Luisteren.
Ruimte geven.

En vertrouwen hebben in kleine stappen.
Stappen die zij zelf zetten, samen met de mensen rondom hen en die daardoor ook blijven duren.

En dan kan ik weer loslaten.
In vertrouwen.

Want uiteindelijk... zit niemand hier alleen.
We dragen allemaal een netwerk met ons mee.

En het is precies in **het erkennen en versterken van dat netwerk , binnen én buiten het gezin , dat echte verandering kan ontstaan.**

Deze tekst werd opgemaakt door Sofie Demeyer , Procescoach DOP WVL- ELZ Brugge voor het netwerkmoment 'Jong en verbonden' van Brugge(n)voorJongeren.