

Actiekaart: SOCIALE ROLLEN VERVULLEN



Een fijn en betekenisvol leven bestaat uit het hebben van verschillende sociaal gewaardeerde rollen. Bijvoorbeeld een rol als broer of zus, vriend of vriendin, vrijwilliger, collega, buurman of buurvrouw. Mensen met een beperking hebben vaak maar 1 rol: die van cliënt. Maar ook voor hen is het belangrijk om iets te betekenen voor een ander, want dat geeft een goed gevoel.

Door een gewaardeerde sociale rol in de samenleving groeit het zelfvertrouwen van mensen. Ze doen mee en horen erbij. Het lukt mensen met een verstandelijke beperking vaak niet om hun eigen rol te ontdekken. Maar ook zij willen graag een sociale rol vervullen. We gaan kijken of we sociale rollen kunnen ontdekken voor de bewoners van de Buren!groepen.

1: DENK IN ROLLEN, NIET IN ACTIVITEITEN

Er wordt vaak in activiteiten gedacht: Kees houdt van voetballen, dus we gaan naar voetbal kijken. Je kunt ook denken: misschien kan hij lid worden van de supportersvereniging, of kan hij terreinknecht worden bij een voetbalclub. Uit dat soort rollen komt vaak meer voort dan alleen kijken naar voetbal.

2: SOCIALE ROLLEN KUNNEN LEIDEN TOT

- Sociale contacten, ontmoetingen met andere mensen, vriendschappen en relaties.
- Op verschillende plekken komen en gevoel ergens bij te horen
- Ervaringen, inspiratie, waardering en zelfvertrouwen
- Ontwikkelen persoonlijke vaardigheden en persoonlijke groei

3: VOORBEELDEN VAN SOCIALE ROLLEN

Goede buurman: band plakken, vuilnis wegbrengen, boodschap doen voor burens, straat schoonhouden, tuintje onderhouden.
Dierenvriend: hond uitlaten vrijwilliger bij kinderboerderij of dierenwinkel. Muziekkenner of vrijwilliger.

BRENG INTERESSES EN AMBITIES IN KAART

Wat vindt iemand leuk om te doen? Waar wordt iemand blij van? Wat kan iemand goed? Gebruik het Persoonlijk Toekomst Gesprek om te achterhalen wat iemand zijn interesses zijn.

BRAINSTORM MET ANDEREN

Brainstorm met participatiecoaches en andere vrijwilligers wat bij diegene past en welke rollen iemand met dezelfde interesses en leeftijd zou vervullen. Denk in mogelijkheden. Alles kan!

EXPERIMENTEER MET ROLVERVULLING

Kies 1 rol en experimenteer met verschillende activiteiten die bij deze rol passen. Is iemand muzikliefhebber, ga samen naar een concert, werk mee als vrijwilliger op een festival, in een muziekwinkel of bij een muziekactiviteit in het buurthuis.

OVERIGE TIPS

Ga er samen op uit, de wijk in! Zoek naar plekken middenin de samenleving. Zoek naar dingen die bij de leeftijd van de persoon passen. Zorg dat je er netjes en verzorgd uitziet.