Krachtwerk

Methodisch werken aan participatie en zelfregie

Judith Wolf

uitgeverij
coutinho

Krachtwerk

‘Gedreven door kennis, bewogen door mensen’

Krachtwerk

Methodisch werken aan participatie en zelfregie

Judith Wolf

Tweede, herziene druk

uitgeverij coutinho

bussum 2023

www.coutinho.nl/krachtwerk
Je kunt aan de slag met het online studiemateriaal bij dit boek. Dit materiaal bestaat uit links, werkbladen en een voorbeeld van een veiligheidsplan.

Eerste druk 2012
Tweede, herziene druk 2016, vijfde oplage 2023

Uitgeverij Coutinho
Postbus 333
1400 AH Bussum
info@coutinho.nl
www.coutinho.nl

Omslag: Jeanne design, Arnhem
Pictogrammen leefgebieden: Deel 2 ontwerpers, Nijmegen

ISBN 978 90 469 0519 7
NUR 752

Voorwoord

Krachtwerk® is een krachtgerichte methodiek voor de maatschappelijke ondersteuning van mensen in achterstandssituaties. De aanleiding voor de ontwikkeling van deze methodiek was de behoefte van opvanginstellingen om een impuls te geven aan het methodisch handelen van begeleiders met als doel de kwaliteit van de begeleiding van deze mensen te verbeteren. Het initiatief lag bij de instellingen van de Academische werkplaats Opvang & Herstel en Impuls, het onderzoekscentrum maatschappelijke zorg van het Radboudumc Nijmegen (www.impuls-onderzoekscentrum.nl). Krachtwerk heeft de eigen krachten en groeimogelijkheden van cliënten als vertrekpunt en focus. Bij de uitwerking van de krachtgerichte benadering door Impuls, in de periode 2008-2011, is intensief samengewerkt met cliënten, begeleiders, beleidsfunctionarissen en bestuurders van opvanginstellingen. Die samenwerking leidde tot diverse boeken en materialen ten behoeve van kwetsbare mensen, onder wie dak- en thuisloze volwassenen en jongeren (Wolf, 2012a, 2012b, 2012c) en vrouwen met geweldservaringen (Wolf & Jansen, 2011; Bos, Reijmers, Scherpenisse, Jonker & Wolf, 2012). Een in 2014 uitgevoerde procesevaluatie biedt meer informatie over de achtergrond en de ontwikkeling van de krachtgerichte methodiek en de keuze om deze onder te brengen onder de noemer Krachtwerk (Wolf, Jonker & Jansen, 2015).

Krachtwerk heeft de afgelopen jaren een grote vlucht genomen. Sinds 2010 hebben meer dan vijftig instellingen, verspreid over heel Nederland, gekozen voor de implementatie van deze methodiek in hun organisatie. Bijna vierduizend begeleiders hebben de basistraining Krachtwerk bij de Impuls academie met goed gevolg afgerond en daarnaast namen beleidsfunctionarissen en managers van de instellingen deel aan trainingsdagen om handvatten te krijgen voor de verankering en borging van de methodiek in hun organisatie. Verzoeken voor het gebruik van Krachtwerk komen inmiddels ook van onder meer gemeenten, die de methodiek willen toepassen in sociale wijkteams, de verslavingszorg, de jeugdzorg en de opvang van vluchtelingen. Vanuit het buitenland is er eveneens belangstelling voor Krachtwerk.

Een belangrijke stap in de ontwikkeling van Krachtwerk is de formele erkenning als 'goed onderbouwd'. Vanwege deze erkenning is Krachtwerk opgenomen in de Databank Effectieve sociale interventies van Movisie (www.movisie.nl/esi/krachtwerk). Maar nog belangrijker is misschien wel de waardering van cliënten voor de herstelondersteunende begeleiding met Krachtwerk. Cliënten geven aan weer moed te hebben, hoop voor de toekomst te koesteren, hun eigen kracht te

ervaren en actief aan de slag te kunnen met hun eigen doelen. Deze signalen geven voeding aan de wens om met Krachtwerk meer cliënten perspectief te kunnen geven op een zingevend leven.

De directe aanleiding voor de heruitgave van het boek over de krachtgerichte basismethodiek (Wolf, 2012a) werd gevormd door de behoefte van het sociale domein en andere sectoren dan de opvang om Krachtwerk in te zetten en door de verzoeken van hogescholen om Krachtwerk beschikbaar te maken voor de opleiding van studenten.

Aan de ontwikkeling van Krachtwerk en dit methodiekboek hebben vele personen en instellingen waardevolle bijdragen geleverd. De methodiek zou niet zijn wat zij vandaag de dag is zonder de inspiratie en de ondersteuning van de opvanginstellingen in de Academische werkplaats en de betrokkenheid van de Federatie Opvang. Bijzonder is ook de ruimte die Charles Rapp en Rick Goscha ons gaven voor het in Nederland toepassen en uitwerken van hun krachtenmodel (*strengths model*; zie Rapp & Goscha, 2012) in een methodiek voor mensen in achterstandssituaties. Dank gaat ook uit naar Geert van der Laan, Sjef de Vries en Roel Bouwkamp: hun waardevolle bijdragen aan de professionalisering van het methodisch handelen in het sociaal werk in Nederland zijn, zo veel mogelijk herkenbaar, in de methodiek geïntegreerd. Bij de uitwerking van de methodiek is verder geput uit de opgebouwde *body of knowledge* van de herstelbeweging en de rehabilitatiebenaderingen voor mensen met ernstige psychische aandoeningen en verslavingsproblemen, met een specifiek woord van dank aan Dirk den Hollander, Jean Pierre Wilken, Wilma Boevink, Gert de Haan en Jaap van der Stel. Ook is de input van onze Krachtwerk-trainers van grote waarde geweest, in het bijzonder van Eric Albers.

Belangrijke input voor deze heruitgave leverden Carinda Jansen en leden van een klankbordgroep: Yvon Boersma en Rionne van de Laar (hbo-studenten MWD), Marjo Boer, Anja Gouwerok, Corinne Lenting-Eijkman en Inke Schaap (docenten sociaal-agogisch onderwijs), Hans Aalders en Janne Baudoin (trainers Krachtwerk) en Wytze Groen (manager opvanginstelling). Hun feedback op de eerste uitgave van het methodiekboek (Wolf, 2012a) heeft, naast hun voorstellen voor casuïstiek en opdrachten, de aanzet gegeven voor een grondige herziening daarvan. Vanuit de Impuls academie stonden Irene Jonker, Nicoline Jansen en Milou Christians altijd klaar met gevraagd en ongevraagd advies, en zij toetsten het juiste gebruik en de kwaliteitsbeoordeling van de instrumenten van Krachtwerk. Zij leverden daarnaast, zoals ook Manja van Wezep, verdiepende informatie over de centrale thema's van Krachtwerk. Veel dank gaat uit naar Ragna van Kesteren en Nicoline Jansen voor de puntjes op de i in de tekst van het boek.

Judith Wolf
Nijmegen, juni 2016

Inhoud

DEEL II
Krachtgericht begeleidingstraject

Inleiding

Voor mensen in achterstandssituaties die de greep op hun leven kwijt zijn, biedt Krachtwerk een wenkend perspectief. Deze krachtgerichte methodiek ondersteunt het herstelproces van deze mensen in de richting van een door henzelf gewenste kwaliteit van leven, waarbij zij, net als iedere burger, in de samenleving mogen meedoen, erbij horen, ertoe doen en mogen zijn wie ze zijn. De eigen krachten en groeimogelijkheden van cliënten en wat zij het belangrijkst vinden voor hun toekomst, vormen het vertrekpunt en de focus. Aan de hand van zelfgekozen doelen en actieplannen gaan mensen, samen met anderen in hun omgeving, actief aan de slag.

> 'Allemaal soorten methodiek gehad, maar nu voor het eerst niet therapeutisch. Dit is simpel, effectief en goed, is menselijker geworden. Dit wordt je niet opgedragen want het is van jezelf.' (Cliënt)

Aansluiting op vraagstukken in het sociale domein

Krachtwerk biedt houvast bij de uitdagingen waarvoor het sociaal werk zich in het huidige sterk veranderende krachtenveld gesteld ziet, gegeven de beleidsfocus op de eigen kracht en zelfredzaamheid en op de maatschappelijke ondersteuning in de wijk. Er wordt een groter appel gedaan op het zelforganiserend vermogen van mensen en hun sociale netwerken, en alleen als deze tekortschieten wordt professionele hulp ingezet. Door bezuinigingen moet met minder geld meer hulp worden gerealiseerd. Ook door de extramuralisering van de zorg (zoals in de ouderenzorg, de gehandicaptenzorg en de geestelijke gezondheidszorg, de ggz) en de aangepaste financiering van de langdurige zorg blijven kwetsbare mensen langer zelfstandig wonen en is in wijken een toename te verwachten van burgers die moeite hebben om zich in de samenleving staande te houden. Krachtwerk geeft principes en methodische handvatten waarmee professionals uit diverse beroepsgroepen in het sociale domein beter zijn toegerust om aan de nieuwe eisen in het werk met uiteenlopende groepen kwetsbare mensen te voldoen. Krachtwerk is ingezet bij grote maatschappelijke vraagstukken, waaronder dakloosheid, huiselijk geweld, verslaving, ontslag uit detentie en vluchtelingenproblematiek.

Krachtwerk:

- legt een gefundeerde bodem onder het professionele methodisch handelen van begeleiders en kan binnen en tussen (wijk)teams en organisaties zorgen

voor meer eenduidigheid in het methodisch werken en in de ontwikkeling van een gemeenschappelijke taal;
- biedt pijlers, principes en beginselen van waaruit begeleiders, vrijwilligers, ervaringsdeskundigen en medewerkers van ondersteunende diensten (receptionisten, slaapwachten, et cetera) cliënten tegemoet treden en ondersteunen, ongeacht de setting en aard en duur van de verleende diensten;
- geeft inzichten en handvatten voor het realiseren van een optimale werkrelatie met cliënten en daardoor een verhoogde kans op een succesvolle begeleiding;
- biedt instrumenten om samen met cliënten hun krachten en hulpbronnen te inventariseren, bijvoorbeeld de krachteninventarisatie (KI);
- geeft inzichten en handvatten voor het samen met cliënten evalueren van hun zelfregulering, specifiek hun manier van omgaan met tegenslagen;
- biedt een instrument voor het samen met cliënten stellen van langetermijndoelen en het uitzetten van acties in de vorm van persoonlijke actieplannen;
- geeft begeleiders aanwijzingen voor het samen met cliënten aanboren van hulpbronnen;
- biedt een instrument (een stappenplan voor teamkrachtbesprekingen) om in multidisciplinair samengestelde teams gezamenlijk te leren van 'wat werkt' bij cliënten en om het krachtgerichte, herstelondersteunende werken van begeleiders te versterken en te borgen.

Oorsprong en doorontwikkeling

Krachtwerk is als methodiek gebaseerd op theoretische concepten en modellen (theoretisch gefundeerd), wetenschappelijke kennis over wat werkt (*evidence-based*) en relevante expertise uit de praktijk (*practice-based*). De basis wordt gevormd door het krachtenmodel dat aan het einde van de jaren negentig van de vorige eeuw aan de universiteit van Kansas in de Verenigde Staten is ontwikkeld door Charles Rapp en Rick Goscha voor mensen met ernstige psychische aandoeningen en dat door Saleebey (2006) toegankelijk is gemaakt voor het sociaal werk. Hierbij is gebruikgemaakt van werkprincipes die al lange tijd bekend zijn in het sociaal werk (Jagt, 2008; Richmond, 1917; Saleebey, 2006; De Vries, 2008). Deze principes, zoals het belang van 'er zijn' en 'beginnen waar de cliënt is', bestaan eigenlijk al zo lang als mensen voor elkaar zorgen (Van der Stel, 2013; Wolf, 2013). Ze zijn uitgewerkt in tal van methodieken, waaronder de presentiebenadering (Baart, 2001), de op empowerment en rehabilitatie gerichte benaderingen (Van Regenmortel, 2002; Korevaar & Dröes, 2016; Wilken & Den Hollander, 2012) en outreach (Van Doorn, 2004), bemoeizorg (Lohuis & Schout, 2000) en Flexible Assertive Community Treatment (FACT; Mulder & Kroon, 2005).

De heruitgave van dit methodiekboek is aangegrepen voor een verbreding en verdieping van Krachtwerk. De methodiek is nu nadrukkelijker geënt op de concepten van zelfregulatie en zelfdeterminatie. In de methodiek zijn inzichten geïn-

tegreerd uit wetenschappelijk onderzoek naar zelfregulering en zelfdeterminatie, naar contexten waarin mensen geluk ervaren en tot bloei komen, en naar persoonlijke kwaliteiten en vaardigheden die bijdragen aan bloei (ofwel de positieve psychologie; Bohlmeijer, Trompetter, Schotanus-Dijkstra & Drossaert, 2015). Daarmee is een verbinding gelegd met een breed gezondheidsbegrip – positieve gezondheid – en met wat bekend is over wat werkt bij gezondheidsbevordering en zelfmanagement.

Krachtenmodel bewezen effectief

Internationaal uitgevoerde studies onder diverse doelgroepen wijzen op positieve effecten van de toepassing van het strengths model en vergelijkbare op empowerment gerichte interventies (zie Wolf et al., 2015). De meeste onderzoeken richten zich op kwetsbare mensen met een chronische psychische aandoening die problemen ervaren op meerdere leefgebieden, waaronder het verkrijgen en behouden van huisvesting, werk en sociale relaties. Deze studies vonden positieve resultaten bij (psychische) gezondheid en hospitalisatie (Björkman, Hansson & Sandland, 2002; Macias, Kinney, Farley, Jackson & Vos, 1994; Macias, Farley, Jackson & Kinney, 1997; Modrcin, Rapp & Poertner, 1988), vaardigheden voor zelfstandig wonen en dagelijkse activiteiten (Macias et al., 1994; Modrcin et al., 1988), arbeidstraining en inkomen (Macias et al., 1997; Modrcin et al., 1988; Stanard, 1999), sociale steun en gedrag (Macias et al., 1997; Modrcin et al., 1988), vrijetijdsbesteding (Modrcin et al., 1988), kwaliteit van leven (Stanard, 1999) en tevredenheid met de hulp (Björkman et al., 2002). Ook andere doelgroepen – mensen met verslavingsproblemen, vrouwen met geweldservaringen, en dak- en thuisloze jongeren – lijken echter baat te hebben bij een krachtgerichte interventie (Rapp et al., 2008; Saewyc & Edinburgh, 2010; Song & Shih, 2010).

Deze uitgave

De behoefte van het sociale domein en andere sectoren dan de opvang om Krachtwerk in te zetten en de verzoeken van hogescholen om Krachtwerk beschikbaar te maken voor de opleiding van studenten zijn de aanleiding geweest voor een grondige herziening van het methodiekboek over de krachtgerichte basismethodiek voor kwetsbare mensen (Wolf, 2012a). Feitelijk is elk hoofdstuk opnieuw geschreven en zijn nieuwe inzichten verwerkt. De belangrijkste vernieuwingen zijn, naast de consequente verwerking van de concepten van zelfregulering en zelfdeterminatie:

- de drie pijlers van Krachtwerk: hoop, zelfregulering en burgerschap;
- een verdieping van het herstelconcept, in het bijzonder het persoonlijk herstel, en het belang van veerkracht en zelfcompassie;
- de vormen van herstel – persoonlijk, sociaal, functioneel en maatschappelijk – die ook uitgangspunt zijn van het ondersteunen van cliënten in hun eigen herstelproces;

- de versterking van de systemische benadering van Krachtwerk door integratie van de contextuele benadering;
- praktische tips voor begeleiders bij de uitvoering van de basistaken van een krachtgericht begeleidingstraject;
- de condities van participatie en zelfregie in de samenleving: sociale empowerment, sociale cohesie, sociaaleconomische zekerheid en sociale inclusie;
- de beschrijving van de indicatoren en de kwaliteitseisen van de modelgetrouwheid van Krachtwerk.

Overdracht: houding, kennis en inzichten

Dit methodiekboek is geschreven voor onderwijs, training en bijscholing. Het helpt studenten en begeleiders om zich een houding eigen te maken en de competenties te verwerven die nodig zijn om krachtgericht met cliënten te werken, en biedt hun concrete handvatten om methodisch te werken aan hun participatie en zelfregie. Je maakt je de stof verder eigen door te oefenen in de praktijk (op je werk of bij je stageplaats) en de fundamenten van Krachtwerk daarbij te verbinden met de dagelijkse realiteit van het begeleiden. De hoofdstukken geven inzichten in de praktijk (citaten van cliënten en begeleiders, casuïstiek, verwijzing naar filmfragmenten) en elk hoofdstuk eindigt met enkele opdrachten om de aangeboden kennis en inzichten te verwerken. Krachtwerk beschouwt begeleiders als vakmensen; alleen door te oefenen en te leren van het werken met cliënten krijg je het krachtgerichte werken echt 'in de vingers'. Door het lezen, actief verwerken en toepassen van de kennis in dit methodiekboek:

- leer je de pijlers en principes van Krachtwerk kennen;
- weet je welke factoren samenhangen met de kwaliteit van leven van cliënten;
- begrijp je de betekenis van herstel en ken je de vormen van en fasen in herstel;
- weet je waarom een goede, respectvolle werkrelatie nodig is en hoe je die kunt opbouwen;
- kun je mensen helpen om hun krachten en mogelijkheden te herkennen;
- kun je mensen zicht geven op hun manier om met uitdagingen in het leven om te gaan, met hun eigen reguleringsproces;
- heb je een KI en een actieplan gemaakt en weet je hoe je die in de praktijk samen met cliënten kunt gebruiken bij het realiseren van zelfgekozen doelen;
- weet je hoe je vanuit jouw functie het herstelproces van cliënten kunt ondersteunen;
- weet je wat de voorwaarden zijn om Krachtwerk succesvol te implementeren en te borgen.

De hoop is dat Krachtwerk een kwaliteitsimpuls zal geven aan het professionele handelen van begeleiders en dat het mensen in achterstandssituaties zal ondersteunen en versterken in hun zoektocht naar een zingevend bestaan.

Opzet van dit boek

Dit boek over Krachtwerk bestaat uit elf hoofdstukken in drie delen over respectievelijk de fundamenten van Krachtwerk, een krachtgericht begeleidingstraject en de voorwaarden voor de implementatie en borging van de methodiek. Achterin zijn een literatuuroverzicht en een register opgenomen, en tevens vier bijlagen. Bijlage 1 geeft een toelichting op de tien leefgebieden die bij Krachtwerk centraal staan, met voor elk leefgebied een aantal voorbeeldvragen. Bijlage 2 geeft een overzicht van de krachtgerichte competenties van begeleiders. Bijlage 3 biedt een overzicht van de indicatoren en kwaliteitseisen van de modelgetrouwheid van Krachtwerk, en bijlage 4 vermeldt de missie en alle participanten van de Academische werkplaats Opvang & Herstel. Bij dit boek hoort een website – **www.coutinho.nl/krachtwerk** – waarop aanvullende informatie is te vinden.

Deel I start met een typering van Krachtwerk en de doelgroep van de methodiek: mensen in achterstandssituaties (hoofdstuk 1). Hoofdstuk 2 geeft een overzicht van de pijlers van Krachtwerk, gaat in op het concept van herstel en op de relatie met het zelf en de eigen identiteit, beschrijft de vier vormen van herstel en het herstelproces, en behandelt herstel in relatie tot anderen, waarbij ook de voorwaarden voor herstel in de samenleving aan de orde komen. Dit eerste deel besluit met hoofdstuk 3, waarin de werkrelatie, als fundament van het werken met cliënten, centraal staat.

Deel II geeft een uitgebreide beschrijving van het krachtgerichte begeleidingstraject. In de opeenvolgende hoofdstukken komen de zeven basistaken van dit traject aan bod: ontmoeten en aansluiten (hoofdstuk 4), krachten inventariseren (hoofdstuk 5), zelfregulering evalueren (hoofdstuk 6), doelen stellen en een actieplan maken (hoofdstuk 7), herstel ondersteunen (hoofdstuk 8), evalueren en afronden (hoofdstuk 9). In deze hoofdstukken komen steeds het belang van de basistaak, een verdieping op voor de basistaak belangrijke onderwerpen, en methodische handvatten en hulpmiddelen aan de orde, en ten slotte tips en voorbeeldvragen bij de uitvoering van de basistaak door begeleiders.

Deel III behandelt de voorwaarden voor een succesvolle implementatie en duurzame borging van Krachtwerk. Hoofdstuk 10 licht het belang en de stappen toe van de teamkrachtbespreking (een vorm van intervisie voor de begeleiders). Hoofdstuk 11 gaat in op het belang van implementeren en borgen en geeft een typering van een omvattender veranderingsproces dat nodig is voor de verankering van Krachtwerk in een team of organisatie. Daarnaast wordt besproken wat van belang is voor een goede verbinding tussen Krachtwerk en vier niveaus van zorg (vakmanschap van begeleiders, verbindingen met de omgeving voor het uitvoerend werk met cliënten, werkprocessen in een team of organisatie, en management en beleid). Tot slot volgt een schets van een lerende organisatie, omdat zo'n organisatie goede condities biedt voor de verankering van Krachtwerk.

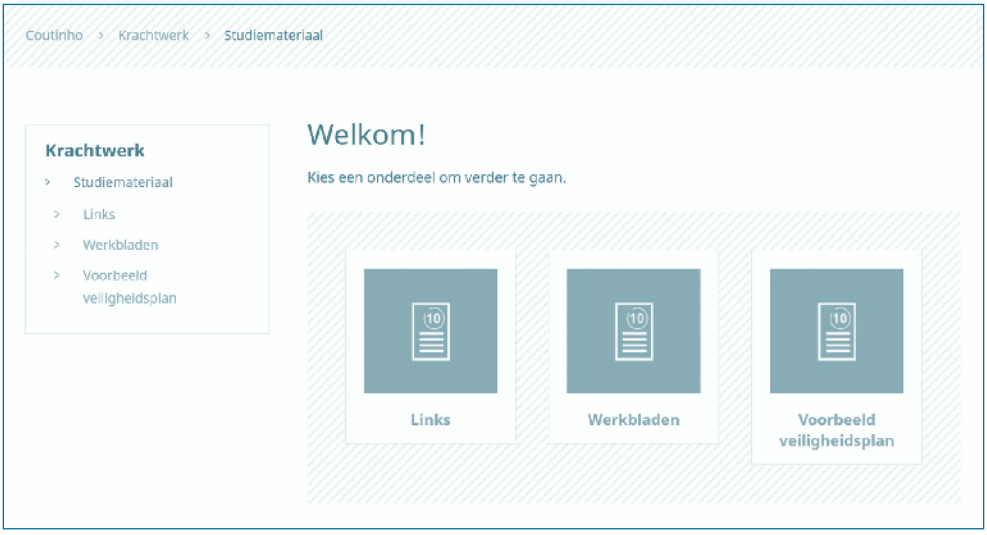
Online studiemateriaal

Op **www.coutinho.nl/krachtwerk** vind je het online studiemateriaal bij dit boek. Dit materiaal bestaat uit:

- links
- werkbladen, zoals van een krachteninventarisatie en van een actieplan
- voorbeeld van een veiligheidsplan

In dit boek wordt naar de onderdelen van de website verwezen door middel van dit icoon: //.

Zie **www.impuls-onderzoekscentrum.nl** voor meer achtergrondinformatie en verdieping.



DEEL I

Fundamenten van Krachtwerk

1 Krachtwerk

Krachtwerk biedt principes en methodische handvatten voor de maatschappelijke ondersteuning van mensen in achterstandssituaties. Dit hoofdstuk start met een typering van Krachtwerk. Daarna wordt beschreven hoe mensen achteropraken en welke factoren daarbij een rol spelen – dat biedt aanknopingspunten voor de herstelondersteuning van cliënten. We bespreken een krachtgericht begeleidingstraject met een overzicht van de krachtprincipes, de actoren in het traject en de basistaken en leefgebieden van Krachtwerk. Ook de voorwaarden voor het werken aan herstelondersteuning en de verschillen tussen herstelondersteunende en niet-herstelondersteunende praktijken komen aan de orde. Het hoofdstuk sluit af met het belang van een modelgetrouwe uitvoering van Krachtwerk.

1.1 Hoop en perspectief in achterstandssituaties

Krachtwerk is ontwikkeld om mensen die maatschappelijk achterop zijn geraakt weer hoop te geven en perspectief op een positieve levensinvulling. Die belangrijke pijler van Krachtwerk komt terug in de missie van deze herstelondersteunende methodiek:

> Het ondersteunen van mensen in achterstandssituaties in hun herstelproces tot een volwaardig burger van de samenleving en in het verkrijgen van een door henzelf gewenste kwaliteit van leven.

Krachtwerk neemt de eigen krachten en groeimogelijkheden van cliënten als vertrekpunt en focus van de begeleiding. Uitgangspunt is dat cliënten ook bij tegenspoed en beperkingen in het functioneren het vermogen hebben om te herstellen, hun leven weer op te pakken en te veranderen. De uiterste grenzen van de mogelijkheden voor groei en verandering liggen niet al bij voorbaat vast. De opdracht van iedere begeleider in het sociaal werk is cliënten te ondersteunen bij het verkrijgen van inzicht in hun eigen situatie en hun waarden, bij het ontwikkelen en realiseren van doelen met het oog op een zingevend bestaan en bij het verbeteren van hun zelfregulering en veerkracht. Ingezet wordt op een maximale benutting en versterking van de competenties van cliënten en op de opbouw van

een sociale steunstructuur voor informele steun, met zo weinig mogelijk gebruik van professionele hulp (Siegel et al., 1995). Over deze en andere krachtprincipes is meer te lezen in het kader in paragraaf 1.5.5.

> 'Mijn leven is niet altijd even gemakkelijk geweest en ik heb te maken gehad met behoorlijk vervelende situaties. Ik had een negatief zelfbeeld. Op den duur ga je geloven wat ze allemaal over je zeggen. Nu is dat anders. Ik word benaderd vanuit mijn krachten en mogelijkheden. Ik heb ontdekt dat ik goed voor mezelf kan opkomen en heel sociaal ben ingesteld. Ik weet nu dat ik zelf keuzes kan maken en dingen kan bereiken. Ik stel zelf vragen over wat ik met mijn toekomst wil en hoe ik daarvoor kan zorgen. Krachtgericht werken is bedoeld om vanuit je eigen kracht je leven weer op te pakken.' (Cliënt)

1.1.1 Participatie en zelfregie

Wat het leven voor mensen in achterstandssituaties zin en kracht geeft, zijn onder meer de zekerheid van bestaansvoorwaarden (wonen, inkomen, activiteiten, veiligheid, et cetera), de mogelijkheid om eigen keuzes te maken en eigen doelen te bereiken, de acceptatie van hun situatie maar ook zich geaccepteerd weten door anderen, betekenisvolle en wederkerige relaties, betekenisvolle ervaringen en activiteiten, en plezier en ontspanning (Plantinga, Oliemeulen, Vleems, Jansen & Wolf, 2011; Al Shamma, Wewerinke, Boersma, Beijersbergen & Wolf, 2012). Krachtwerk sluit aan bij deze behoeften en wil die helpen vervullen, vooral door het versterken van de participatie en zelfregie van cliënten.

Participatie is het samen met anderen activiteiten uitvoeren met het oog op het bereiken van doelen, en staat voor het meedoen aan het maatschappelijke verkeer, in al zijn facetten. Het gaat om meedoen, erbij horen en ertoe doen. Dat houdt verband met volwaardig burgerschap – ook een belangrijke pijler van Krachtwerk. Participatie geeft structuur en zin aan het leven, biedt gelegenheid om competenties aan te leren of te versterken en bronnen te verwerven (inkomen, woonruimte, steun, et cetera), maakt betekenisvolle verbindingen met anderen mogelijk, versterkt gevoelens van eigenwaarde en is essentieel voor het ontwikkelen van een positieve identiteit. Bovendien krijgen mensen via participatie kritische feedback van anderen en daardoor de gelegenheid zichzelf en hun gedrag beter te reguleren (Wolf, 2015). Meedoen en erbij horen vereisen wederkerigheid in relaties, het actief tegengaan van (zelf)stigma en het (durven) loslaten van de winst en de voordelen die verbonden zijn aan ziekte en handicaps (Wolf, 2015).

Zelfregie staat voor de principiële waarde van respect (Sennett, 2003, in: Donkers, 2015) en betreft het invloed willen hebben en krijgen op de kwaliteit van je leven en de kwaliteit van zorg en ook het jezelf zo veel mogelijk willen weren in het licht van emotionele, fysieke, sociale en materiële uitdagingen van het leven. De inzet is minder afhankelijkheid, meer autonomie en meer (positieve)