
Kies je route



**Trainingsmap voor de deelnemer.
Met aanwijzingen voor de begeleider.
Voor groepen.**

Auteurs: Titia Boers en Anja Valk
Projectleiding en eindredactie Carola van der Voort
cwh.vander.voort@let.vu.nl
020 5986575

Vrije Universiteit Amsterdam
Faculteit der Letteren
Afdeling Nederlands Tweede Taal
De Boelelaan 1105
1081 HV Amsterdam

websites

www.let.vu.nl/nt2

www.kiesjeroute.nl

11 Waaruit bestaat het pakket Kies je route?

- 1** Trainingsmap voor de deelnemer
- 2** Trainingsmap voor de deelnemer met aanwijzingen voor de begeleider – voor gebruik in individuele bijeenkomsten
- 3** Trainingsmap voor de deelnemer met aanwijzingen voor de begeleider – voor gebruik in groepen.
- 4** Materiaal voor een training om te leren werken met Kies je route
- 5** De training om te leren werken met Kies je route met aanwijzingen voor de trainer

Let op: gebruik 1 altijd in combinatie met 2 of 3.

Het materiaal van *Kies je route* is gratis te downloaden van www.kiesjeroute.nl

Inhoud

Informatie voor de begeleider.....	1
Eerste bijeenkomst	2
Tweede bijeenkomst	21
Derde bijeenkomst	29
Vierde bijeenkomst	37
Vijfde bijeenkomst	57
Zesde bijeenkomst	59
Voorbeeld certificaat.....	63
Bijlage 1 Uitleg over het materiaal.....	65
Bijlage 2	67

Informatie voor de begeleider

Wat kunt u met dit materiaal doen?

Dit materiaal is bedoeld om mannen te laten praten en nadenken over wat ze kunnen gaan doen en willen gaan doen in Nederland. Het is bedoeld als een eerste aanzet om actiever te worden. Bij het woord activiteit moet u aan (vrijwilligers)werk denken, maar ook aan sociale activiteiten met familie en vrienden.

Het materiaal is **niet** bedoeld als taalcursus (zie ook 'taalgebruik' en bijlage 1).

Hoe zit het materiaal in elkaar?

Het materiaal is een beetje verhalend van opzet. Het is een mix van opdrachten, foto's en informatie die de deelnemer helpen bij het zoeken naar wat hij wil. De bijeenkomsten worden afgerond met een certificaat (zie ook bijlage 1).

Wat hebt u nodig voor elke bijeenkomst?

U hebt nodig:

- (1) het materiaal voor de deelnemers zelf, (de trainingsmap deelnemer). Dit kunnen de mannen ook mee naar huis nemen, i.v.m. de opdrachten voor thuis.
- (2) hetzelfde materiaal, met aanwijzingen en suggesties voor de begeleider.
- (3) Een schrift voor u zelf waarin u aantekeningen maakt over hoe het werken met de deelnemer gaat.

Lees de aanwijzingen voor de begeleider goed door voordat u gaat beginnen.

Print het materiaal uit op A4-formaat, het liefst op dikker papier. De foto's zijn het mooist op fotopapier. Na het printen kunt u de pagina's in twee mappen doen: 1 voor uzelf en 1 voor de deelnemer.

Hoe werkt u met het materiaal?

U kunt het materiaal flexibel inzetten, afhankelijk van het traject. U kunt opdrachten overslaan als u ze niet zo geschikt vindt of erop variëren. In het begeleidermateriaal staan hiervoor suggesties. Hoe lang u met 'Kies je route' bezig bent, kan dus variëren. Zie verder bijlage 1.

Het taalgebruik

Het taalgebruik is redelijk eenvoudig en concreet. In opdrachten die meer de diepte ingaan, is het taalgebruik noodgedwongen iets minder eenvoudig.

Voor mannen die nauwelijks Nederlands spreken is het taalgebruik te moeilijk. Ze zullen begeleid moeten worden door iemand die hun eigen taal spreekt en die de opdrachten kan vertalen of kan omzetten in een voor de deelnemer geschiktere vorm. Er is bewust gekozen de mannen met 'u' aan te spreken, omdat dit respectvoller klinkt, maar u bent natuurlijk vrij om de 'je' vorm te gebruiken.

In **Bijlage 1** vindt u o.a. meer uitleg over de doelen, de inhoud en opbouw van het materiaal. Ook vindt u een profiel van de begeleider.



In de kaders staan de aanwijzingen voor de begeleider.

Eerste bijeenkomst

In deze bijeenkomst maakt u kennis met de mannen en geeft u hun een indruk van de inhoud en het doel van de cursus. Aan de hand van foto's van allerlei situaties wordt een mening uitgelokt.

Maak aantekeningen voor uzelf van belangrijke informatie. Zowel positieve als negatieve reacties (weerstand) zijn van belang om de mannen te leren kennen en te ontdekken hoe u ze het best kunt stimuleren.

1 Welkom

Heet de mannen welkom en stel uzelf kort voor. Biedt ze iets te drinken en iets lekkers aan en start een gesprekje. Neem daar de tijd voor.

Hartelijk welkom op deze bijeenkomst, fijn dat u hier bent gekomen. Straks hoort u wat we precies gaan doen in de komende weken. Laten we beginnen met kennismaken.

2 De begeleider stelt zichzelf voor

Vertel iets over uzelf, bv. over het gezin waar u uit komt, waar u geboren bent, of u een gezin hebt, etc.

De begeleider vertelt eerst iets over zichzelf.

3 Wie bent u?

Laat de mannen om de beurt informatie geven over zichzelf, zoveel als zij zelf willen. Geef hun ook even de ruimte om te klagen of om te lachen over Hollandse gewoontes. Clichégrapjes over 1 koekje bij de koffie, precies genoeg koken, de agenda's trekken voor een afspraak etc. doen het altijd goed. Laat hen ook nadenken over positieve aspecten van Nederland.

Groepsaanwijzingen:

Waarschijnlijk hebt u nu al een eerste indruk van de taalvaardigheid van uw groep. Als u straks tweetallen gaat vormen, kunt u een taalvaardiger man koppelen aan een minder taalvaardige man. Het kan ook zijn dat u twee mannen met dezelfde moedertaal, maar met uiteenlopende taalvaardigheid, bij elkaar zet i.v.m. het vertalen van een opdracht.

Vertel iets over uzelf. U kunt bijvoorbeeld iets over uw familie vertellen:

Hoeveel broers en zussen heeft u? Waar wonen ze?

Leven uw ouders nog?

Bent u getrouwd? Met wie?

Heeft u kinderen?

Hoe lang woont u al in Nederland?



U kunt ook vertellen wat u van Nederland vindt.

Wat vindt u niet goed in Nederland?

Wat vindt u wel goed in Nederland?

4 Het verhaal van drie mannen

De verhalen van drie mannen met hun grote en kleine dromen zijn bedoeld om de mannen een idee te geven waar de cursus om gaat. Ook om hen via vragen even te laten nadenken over de inspanning die je voor een droom moet leveren.

Groepsaanwijzingen:

Lees de verhalen voor en bespreek de vragen met de groep.

Er hoeft niet diep doorgepraat te worden, er hoeft alleen te worden losgemaakt

Hieronder maakt u kennis met drie mannen. Zij hebben een verhaal dat misschien wel lijkt op uw verhaal of op het verhaal van een vriend. Kijk naar de foto's en lees de verhalen met uw begeleider. Bespreek de vragen.



Dit is Ali, hij woont al 30 jaar in Nederland. Hij spreekt een klein beetje Nederlands. Ali heeft vijf kleinkinderen. Hij houdt erg veel van zijn kleinkinderen, hij is trots op ze.

Vorige week had zijn kleinzoon een kapotte fiets. Ali wilde hem graag helpen, maar hij kan geen fietsen repareren. Dat wil hij leren, dat is zijn plan. Hij heeft gehoord dat er een cursus fietsreparatie in zijn buurt is, maar hij weet niet precies waar. Hij weet ook niet wanneer de cursus begint en wat het kost.

Wat denkt u?

Hoe kan hij informatie over de cursus krijgen?

Denkt u dat zijn plan gaat lukken?





Dit is Abu. Hij heeft twee zoons en een dochter. Abu houdt van grapjes en van veel, lekker eten. Hij houdt niet van fietsen, maar wel van zijn brommer. Hij kijkt graag naar voetbal op tv. Abu droomt 's nachts dat hij met zijn zoons in het park aan het voetballen is. Het is een mooie droom, maar Abu kan niet hardlopen. Hij moet dus eerst afvallen, zeker 25 kilo. Dat zal niet gemakkelijk zijn.

Wat denkt u? Kan iemand die zo dik is, 25 kilo afvallen?

Hoe moet hij dat aanpakken?

Hoeveel tijd heeft hij daarvoor nodig?

Denkt u dat het gaat lukken?





Dit is Adam, hij is 30 jaar. Hij woont al 10 jaar in Nederland. Adam werkte eerst in een fabriek, maar hij wilde graag buschauffeur worden. Dat was zijn grote droom en daar heeft hij lang en hard voor gewerkt. Hij moest eerst heel goed Nederlands leren spreken, zijn Nederlands was niet goed genoeg. Hij heeft twee jaar lang een taalcursus gedaan. Hij slaagde voor het examen en heeft nu een NT2 diploma. Daarna moest hij een speciaal rijbewijs halen, en ook nog twee jaar naar school om buschauffeur te worden. Hij heeft vier jaar gewerkt voor zijn droom. Het is gelukt. Deze baan maakt hem gelukkig.

Kent u mensen die zo lang hebben gewerkt voor hun droom?



5 Wat gaan we doen?

Lees de tekst voor. Geef eventueel een voorbeeld om doel en inhoud van het traject duidelijk te maken: u droomt bijvoorbeeld dat u een eigen winkel hebt. Wat moet u doen om een winkel te krijgen? Welke route moet u nemen? Waar moet u beginnen?

We laten deze mannen even met rust; later zullen we nog een keer over hun dromen praten. Nu eerst de vraag: waarom bent u hier? Wat gaan we doen?

Als u een reis gaat maken, moet u eerst nadenken over de route die u gaat nemen. Dat is wat we hier gaan doen: een route kiezen voor uw toekomst. We komen elke week bij elkaar en we zullen praten over de route die u al hebt genomen als migrant. Maar we zullen ook praten over de route die u gaat nemen: over uw toekomst. We komen elke week bij elkaar om te praten, bijvoorbeeld over wat u goed kunt, wat u belangrijk vindt, wat u interessant vindt en wat u wilt. Als we dat weten, kunnen we samen een plan maken voor de toekomst.

6 Hoe doen we dat?

In de map die u hebt gekregen, staan veel foto's.

We gaan naar de foto's kijken en over die foto's praten. Ze kunnen ons helpen om te ontdekken wat voor u belangrijk is. We gaan ook praten over waar u vandaan komt, over wat u hebt gedaan en waar u trots op bent. Tenslotte gaan we praten over grote dromen en kleine dromen. Als u een grote droom hebt is de route lang en moeilijk. Als u een kleine droom hebt is de route kort en gemakkelijk. Vandaag is het nog te vroeg om over die route te praten, eerst gaan we naar foto's kijken.

7 Foto's kijken

Deze foto's hebben als doel herkenning op te roepen, maar sommige zijn ook prikkelend bedoeld. Ze zijn soms expres een beetje overdreven, om samen te kunnen lachen. Er zullen voor de mannen ongewone situaties bij zitten en het is goed om te observeren hoe ze daarop reageren. Neem de tijd voor het bespreken van de activiteiten op de foto's. De vragen beginnen voorzichtig, door te vragen naar anderen.

De vraag: 'Op welke foto's staat iets wat jij ook doet?' hoeft niet uitvoerig te worden besproken, het gaat om aanstippen. De focus komt in de volgende bijeenkomst helemaal op de man zelf te liggen.

Groepsaanwijzingen:

Lees de eerste vraag voor en laat hem beantwoorden door de meest taalvaardige man. Laat de vraag vervolgens in tweetallen of kleine groepjes beantwoorden.

Lees daarna de volgende twee vragen voor; laat ze beantwoorden door de meest taalvaardige man.

Laat de vragen daarna in groepjes beantwoorden. Op deze manier houdt u de opdracht overzichtelijk. Bespreek de vragen in de groep.

Als u een beetje wilt prikkelen, kunt u een extra vraag stellen bij een foto, bijvoorbeeld: waarom ligt deze man nog in bed? Wat kan er aan de hand zijn?



Op de volgende foto's ziet u mannen die iets aan het doen zijn.
Kijk naar de foto's en beantwoord de vragen.
Ziet u dingen die uw vrienden doen? Wijs de foto's aan.

Ziet u dingen die uw vrienden niet doen? Wijs de foto's aan.
Waarom doen ze dit niet?

Op welke foto's staat iets wat u ook doet? Wijs de foto's aan.





Slapen



Helpen met aankleden





Chauffeur op een hijskraan



Naar het CWI



Formulieren invullen



Auto rijden





Boodschappen doen



Kijken naar het voetballen van uw zoon



Met uw familie tv kijken



Muziek maken

8 Nieuwe foto's kijken

Bij deze serie is een extra vraag toegevoegd: de man moet een etiket plakken, een mening geven. Het belangrijkste doel van deze opdracht is het oproepen van deze mening, meer niet. Wat vindt de man gewoon, wat veroordeelt hij? Komt hij uit zichzelf met een toelichting? De vraag: 'Op welke foto's staat iets wat jij ook doet?' hoeft weer niet uitvoerig te worden besproken, het gaat om aanstippen.

Groepsaanwijzingen:

Lees steeds 1 of 2 vragen voor; laat ze eerst beantwoorden door de meest taalvaardige man en vervolgens in tweetallen. Knip dus de opdracht weer in stukjes.

Bespreek alleen de interessantste vragen in de groep: Wat vind je van de foto's? Op welke foto's staat iets wat jij ook doet?

Prikkel eventueel bij foto's die afgekeurd worden, bv: Wanneer kan het gebeuren dat een man alleen eet / kookt? Waarom loopt die man achter de kindwagen en niet zijn vrouw? U kunt de situatie op een foto ook veranderen, bijvoorbeeld de vrouw die gymnastiek doet of in de vorige serie foto's: de vrouw die in een mooie auto rijdt. Wat vinden ze daarvan?

Maak aantekeningen voor uzelf bij opvallende positieve of negatieve reacties.

Het is heel belangrijk om te weten waar de mannen enthousiast van worden, maar ook waar hun weerstanden zitten.

Kijk naar de volgende foto's en beantwoord de vragen.

Ziet u dingen die uw vrienden doen? Wijs de foto's aan.

Ziet u dingen die uw vrienden niet doen? Wijs de foto's aan.
Waarom doen ze dit niet?

Wat vindt u van deze foto's? Wat vindt u van de dingen die deze mannen doen?
Zeg bij elke foto wat u ervan vindt: gewoon, goed, interessant, belangrijk, vervelend, gek of ...?

Op welke foto's staat iets wat u ook doet? Wijs de foto's aan.



Koken



Naar de moskee



Eten



Voor iemand zorgen



Werken in de volkstuin



Met vrouw en kinderen naar het park



Sporten



Een spelletje thuis met de familie

9 Wat hebben we gedaan?

Het doel van deze opdracht is het samenvatten van de activiteiten van de eerste bijeenkomst. Door die op een rij te zetten, wordt de opdracht voor thuis voorbereid.

Groepsaanwijzingen:

U kunt deze opdracht in groepjes laten voorbereiden en daarna met de groep doorspreken. U kunt deze opdracht ook meteen met de groep bespreken. Indien nodig, helpt u bij het samenvatten.

We komen aan het einde van deze eerste bijeenkomst. Laten we nog even terugkijken. Straks komt u thuis. Wat gaat u daar vertellen?

Denk thuis ook na. Waar droomt u van? Wat zou u heel graag willen?

10 Opdrachten thuis

Groepsaanwijzingen:

Lees de opdracht voor thuis voor. De vraag naar hun dromen is een voorbereiding op de tweede bijeenkomst (zie opdracht 12). Leg dit uit zodat ze begrijpen waarom de vraag gesteld wordt.

De foto is een belangrijk onderdeel van de tweede bijeenkomst.

- 1 Vertel thuis wat u gedaan hebt. Laat uw vrouw of familie ook de foto's zien.
- 2 Denk na over uw dromen. Welke dromen had u vroeger? Welke dromen hebt u nu?
- 3 Zoek een foto van uzelf om mee te nemen naar de volgende afspraak. Het moet een foto zijn waarop uw gezicht goed te zien is. Uw vrouw of kind kan ook een foto van u maken met een mobiele telefoon. Die foto gaan we gebruiken in de volgende bijeenkomst

11 Afspraak

Als een man niet zo schrijfvaardig is kunt u de afspraak voor hem noteren.

Onze volgende afspraak is op:

Datum:

Dag:

Tijd:

Plaats:

Ik neem een foto van mezelf mee.

Tweede bijeenkomst

In deze bijeenkomst maakt u nader kennis met de man en zijn geschiedenis; hij wordt uitgenodigd om over zijn dromen te praten.

Vorbereiding

Neem een foto mee van uzelf, waarop uw gezicht heel duidelijk te zien is.

Maak aantekeningen voor uzelf van belangrijke informatie, van zowel positieve als negatieve reacties (weerstand).

1 Welkom

Fijn dat u er weer bent. De vorige keer hebt u iets over uzelf verteld en we hebben naar foto's gekeken. Vandaag gaan we verder met kennismaken.

2 Opdrachten thuis

Als er tijd is: start met een korte wandeling om lichaam en geest los te maken. Na wat beweging en small talk kan begonnen worden.

Groepsaanwijzingen:

Laat de mannen in tweetallen over de opdrachten voor thuis spreken: hebben ze thuis met hun vrouw of familie gepraat? Hoe was dat gesprek? Loop rond om te luisteren. Hebt u de indruk dat iedereen de opdrachten thuis heeft gedaan?

Kom eventueel in de groep nog eens terug op het belang van de opdrachten voor thuis.

Vertel iets over de opdrachten. Hoe ging het?

3 Wat is uw verhaal?

Laat de mannen controle houden over wat ze vertellen willen. Misschien hebben ze trauma's.

Groepsaanwijzingen:

Lees steeds 1 of 2 vragen voor; laat die eerst beantwoorden door een wat taalvaardiger, open man en dan in tweetallen of kleine groepjes. Laat daarna de mannen die dat willen hun verhaal in de groep vertellen. Om ervoor te zorgen dat iedereen die dat wil aan de beurt komt, kunt u afspreken dat er maximaal 5 minuten gepraat mag worden. Houd de tijd bij; waarschuw als de man op de helft van zijn tijd zit.

U hebt al iets verteld over uzelf. Nu horen we graag wat meer over uw leven. Wat is uw verhaal? U bent gemigreerd naar Nederland en dat is een grote stap geweest. Daar is moed voor nodig, dat is een enorme prestatie.

Waar is uw verhaal begonnen?

Vertel iets over het land waar u geboren bent.

Welke goede herinneringen hebt u?

Hebt u ook een herinnering die niet zo goed is?

In welk jaar bent u naar Nederland gegaan?
Hoe oud was u toen?

4 Uw leven als een reis

Het doel van deze opdracht is het stilstaan bij de kernmomenten in hun leven. Een gesprek daarover is het belangrijkste, het schrijven is bijzaak.
Neem de tijd voor deze opdracht; er kan heel veel loskomen..

Groepsaanwijzingen:

U kunt deze opdracht als volgt aanpakken:

U knipt de opdracht in tweeën U leest de vragen over belangrijke gebeurtenissen voor en beantwoordt ze eerst zelf. Daarna stelt u ze aan de meest taalvaardige man. Vervolgens worden de vragen in tweetallen beantwoord. U loopt rond om te helpen. Geef positief commentaar op wat ze vertellen; geef in ieder geval een compliment als ze gaan praten over hun migratie, een enorme prestatie. Help de mannen zo nodig om de rode draad in hun leven te vinden.

Vervolgens vult u uw eigen lijstje in (ik ben geboren in ____) en laat dat aan de groep zien. U doet daarna de opdracht voor met een man die kan schrijven. Daarna gaan de tweetallen met het lijstje aan de slag. U loopt rond om te helpen en helpt zo nodig met het opschrijven.

De gebeurtenissen en jaartallen zijn input voor opdracht 5.

U kunt eventueel laten rapporteren en hoe uitgebreid u dat doet hangt af van de groepsgrootte en de sfeer.

Elk mens maakt een reis, van geboorte naar dood. Onderweg, van geboorte naar dood, gebeuren er allerlei dingen. Sommige dingen vergeet je, andere dingen vergeet je nooit meer.

Wat is het allerbelangrijkste dat in uw leven is gebeurd?

En welke gebeurtenissen waren nog meer heel belangrijk?

Neem even de tijd om hierover na te denken.

Weet u nog in welk jaar ze gebeurd zijn?

Kruis hieronder de dingen aan die voor u belangrijk zijn.

Vul ook een jaar in.

- Ik ben geboren in
- Ik ben getrouwd in
- Ik kreeg mijn eerste kind in
- Ik was klaar met mijn opleiding in
- Ik kreeg mijn eerste baan in
- Ik ben geëmigreerd in

U kunt hieronder nog meer invullen:

-
-
-

5 Uw weg

Het doel van deze opdracht is de kernmomenten uit hun levens te visualiseren op een chronologische lijn, daarbij geholpen door een indeling in periodes van 7 jaar, respectievelijk 10 jaar. Dat kan verhelderend werken. Het is wel een vrij abstracte opdracht waarbij u waarschijnlijk zult moeten helpen. Als de tijdlijn te abstract is schiet hij zijn doel voorbij; sla hem dan gewoon over.

Groepsaanwijzingen:

Doe de opdracht voor door uw eigen leven op de tijdlijn te zetten. Doe hem dan voor met een taalvaardige man. Laat hem zelf opschrijven of help hem als dat nodig is. Vervolgens gaan de mannen in tweetallen aan de slag. Loop rond om te helpen. Maak voor uzelf aantekeningen van belangrijke gebeurtenissen.

Hieronder zie u de weg waarop u de reis van uw leven maakt. De weg begint bij uw geboorte en stopt bij vandaag, want we weten niet hoe uw weg, uw route, verdergaat.

Schrijf de belangrijke gebeurtenissen uit uw leven hieronder op.

Dus: wat was voor u de belangrijkste gebeurtenis van 0 tot 7 jaar?

En wat was de belangrijkste van 7 tot 14 jaar? etc.

0 – 7 jaar

.....

7 – 14 jaar

.....

14 - 21 jaar

.....

21 – 28 jaar

.....

28 – 35 jaar

.....

35 – 45 jaar

.....

45 – 55 jaar

.....

55 – 65 jaar

.....

65 – 75 jaar

.....

6 De foto van uw begeleider

De opdrachten 7, 8 en 9 gaan over identiteit en die begint bij het uiterlijk.

Als u de opdracht hebt voorgedaan – liefst met humor en zelfspot – zal de opdracht voor de man minder bedreigend zijn. Geef niet alleen een beschrijving van uw uiterlijk, maar ook van uw gezichtsuitdrukking. Zie ook de vragen bij opdracht 7.

Voor een variatie op opdracht 6 en 7: zie de groepsaanwijzingen bij 7.

We hebben gepraat over wat er gebeurd is in uw leven, nu gaan we praten over hoe u eruit ziet. Eerst zal uw begeleider zichzelf beschrijven. Kijk naar de foto van uw begeleider en luister naar hem. Klopt het wat hij zegt?

7 Uw eigen foto

Groepsaanwijzingen:

U kunt deze opdracht meteen met de hele groep doen. U kunt de opdracht ook nog een keer voordoen met een taalvaardige man en vervolgens in tweetallen. Als nog niet iedereen zich veilig voelt in de groep is dat een betere optie.

Als een man geen foto bij zich heeft, probeer er dan eerst achter te komen waarom dat zo is. Probeer vervolgens in een ontspannen sfeer een foto van hem te maken of laat een ander dat doen.

Loop rond terwijl ze bezig zijn. Laat eventueel beperkt rapporteren.

Variatie op 6 en 7: u kunt samen met de mannen ook zelfportretten maken. U hebt dan spiegels nodig en bijvoorbeeld pastelkrijt. Na het tekenen beschrijft u eerst uw eigen portret en daarna beschrijven de mannen hun eigen portret. Het idee van foto's vervalt dan helemaal.

Beschrijf nu uzelf. Wat ziet u op de foto?

Beschrijf de kleur van uw huid, ogen en haar.

Hebt u grote of kleine oren?

Hoe ziet uw mond eruit?

Hoe lang bent u?

Bent u dik, dun of gewoon?

Hoe kijkt u op de foto (blij, gewoon, moe, boos, verdrietig)?

Geen foto?

Hebt u geen foto bij u? Laat de begeleider een foto van u maken.

8 Wie bent u nog meer?

Deze opdracht is bedoeld om de mannen te laten nadenken waaruit hun identiteit bestaat.

Groepsaanwijzingen:

Doe de opdracht eerst voor met de meest taalvaardige cursist.

Stimuleer hem om zichzelf binnen zijn familie te definiëren: zoon van, broer van, vader van, grootvader van. Laat hem ook nadenken over religieuze identiteit, zijn cultuur, beroep. Probeer

de antwoorden uit de man zelf te laten komen. U kunt wel altijd een voorbeeld van uzelf geven, om hem op weg te helpen.

Laat de opdracht daarna in groepjes doen. Loop rond om te helpen.

Maak aantekeningen van opvallende antwoorden. Eventueel laat u beperkt rapporteren.

Misschien hebt u interessante antwoorden gehoord die voor de groep belangrijk zijn.

U bent meer dan een gezicht of een lichaam, u bent meer dan alleen een naam.

U bent bijvoorbeeld de zoon van uw ouders.

Wie bent u nog meer? Denk aan uw familie, aan uw land, uw religie, uw beroep.

9 Waar wordt u blij van?

Het doel van deze opdracht is het naar boven brengen van positieve gevoelens, het durven uitspreken daarvan. Doe de opdracht met een lach. Spreek zelf spontaan uit wat er bij u naar boven komt.

Groepsaanwijzingen:

Laat de mannen in een kring staan. Stap zelf naar voren en zeg: ik word blij van ...

Daarna stappen de mannen om de beurt naar voren.

Observeer hun gezichten als ze vertellen waar ze blij van worden. Wijs hen daar eventueel op, zodat ze zich er bewust van worden.

Maak aantekeningen.

Wat voor mens bent u ? Wordt u bijvoorbeeld blij van lekker eten of van de zon?

De begeleider zegt eerst: ik word blij van

Dan zegt u: Ik word blij van

Dan zegt de begeleider weer iets en dan u weer. Ga door totdat u niets meer weet.

10 Wat kunt u goed?

Opdracht 10 en 11 gaan over zelfwaardering.

Geef 'kleine' voorbeelden van uw vaardigheden, bijvoorbeeld: ik kan goed grapjes maken. Ze mogen ook prikkelen. U kunt als mannelijke begeleider bv zeggen: ik kan goed stofzuigen. Het kan om sociale vaardigheden gaan, beroepsvaardigheden, sporten, omgang met geld etc.

Groepsaanwijzingen:

Laat de mannen in een kring staan. Stap zelf naar voren en zeg: ik ben goed in ...

Daarna stappen de mannen om de beurt naar voren.

Maak aantekeningen.

Elke man is goed in iets anders. De één kan goed fietsen repareren, de ander is goed in sport. Wat kunt u goed?

Elke man is goed in iets anders. De één kan goed fietsen repareren, de ander is goed in sport. Wat kunt u goed?

De begeleider zegt eerst: ik ben goed in

Dan zegt u: Ik ben goed in

Dan zegt de begeleider weer iets en dan u weer. Ga door totdat u niets meer weet.

11 Waar bent u trots op?

Groepsaanwijzingen:

Beantwoord de vraag eerst zelf; daarna beantwoorden de mannen de vraag om de beurt.

Observeer hun houding als ze vertellen waar ze trots op zijn. Wijs hen op eventuele verandering van houding, zodat ze zich daar bewust van worden.

Maak aantekeningen.

Als u iets heel goed hebt gedaan en heel tevreden bent, dan bent u trots op uzelf. Denk aan uw emigratie. U kunt trots zijn dat u deze stap hebt gemaakt.

U kunt ook trots zijn op iemand anders, op uw kinderen bijvoorbeeld, omdat ze hard werken op school. U kunt ook trots zijn op een ding, bijvoorbeeld op een mooie brommer.

Uw begeleider vertelt eerst waar hij trots op is.

Vertel daarna waar uzelf trots op bent.

12 Welke dromen hebt u?

Deze opdracht haalt dromen naar boven en bespreekbaar. Ze zijn de opmaat naar het maken van een realistisch plan, maar hoeven hier nog niet op hun realiteitswaarde beoordeeld te worden.

Groepsaanwijzingen:

Knip de opdracht minimaal in drie stukken. Lees de eerste vragen voor en beantwoordt die (of een deel daarvan) zelf. U stelt de vragen dan aan een taalvaardige man. Laat de mannen daarna in tweetallen over hun dromen praten.

Praten over dromen maakt kwetsbaar; het is belangrijk dat de mannen zich veilig blijven voelen. De vragen zijn als inspiratie bedoeld, ze hoeven niet allemaal te worden beantwoord, de mannen kunnen dus kiezen.

Loop rond om te helpen en te luisteren. Sombere mannen dromen misschien niets of willen niets dromen, maar zij hebben vast wel dromen gehad in het verleden. Stimuleer hen om dromen uit het verleden te delen.

Ga dan terug naar de verhalen van de drie mannen op pagina De vragen van deze opdracht bij die verhalen kunt u in de groep laten beantwoorden.

Tot slot leest u de laatste twee vragen voor, dit zijn de **kernvragen** (Wat is uw grote droom? Hebt u ook een kleine droom?). U stelt ze aan de meest taalvaardige man en daarna worden ze in tweetallen beantwoord. Mannen zonder dromen luisteren naar de anderen. Misschien inspireert hen dat.

Mocht u het gevoel hebben dat er mannen zijn die niet durven te vertellen, dan kunt u overwegen met hen apart over deze opdracht te praten, op een ander moment.

Laat alleen deze laatste twee vragen in de groep rapporteren. Maak aantekeningen.

Dromen vertellen ons wat we graag willen, ze zijn belangrijk.

Welke dromen hebt u in uw leven gehad?

Wat droomde u bijvoorbeeld toen u een kind was?

Wat droomde u toen u naar Nederland ging?

Wat droomt u nu?

Welke droom komt er uit uw hart?

Wat zou u heel graag willen doen?

Denk nog eens aan de verhalen van de drie mannen van de eerste bijeenkomst.

Wie heeft de grootste droom?

Wie heeft de kleinste droom?

Wat is uw grote droom? Wat doet u over 5 jaar?

Hebt u ook een kleine droom?

13 Wie heeft zijn dromen waargemaakt?

Deze opdracht zet de mannen aan tot denken over een positief rolmodel.

Groepsaanwijzingen:

U kunt zelf voorbeelden geven, uit uw eigen omgeving of van een beroemd rolmodel. Hier hebt u de mogelijkheid om te vragen en te bespreken wat het 'kost' om een droom waar te maken. Dit is de eerste toetsing aan de harde werkelijkheid.

Maak er een groepsgesprek van. Vraag door als een al te zonnige visie geschilderd wordt.

Maak aantekeningen van rolmodellen die genoemd worden.

Soms worden dromen werkelijkheid.

Ken je een man die zijn droom heeft waargemaakt? Vertel over hem.

Hoe heeft hij zijn droom waargemaakt?

Hoeveel jaar heeft dat geduurd?

14 Wat hebben we gedaan?

Met deze opdracht worden de opdrachten voor thuis voorbereid.

Groepsaanwijzingen:

U kunt deze opdracht in tweetallen of groepjes laten voorbereiden en daarna met de groep doorspreken. U kunt deze opdracht ook meteen met de groep bespreken. Indien nodig, helpt u bij het samenvatten.

We komen aan het eind van deze tweede bijeenkomst. Laten we nog even terugkijken. Straks komt u thuis. Wat gaat u daar vertellen?

15 Opdrachten thuis

Groepsaanwijzingen:

Lees de opdrachten voor thuis voor. Geef eventueel een voorbeeld bij de laatste opdracht: vragen naar de droom van een ander.

- 1 Vertel thuis waar we over gepraat hebben.
- 2 Praat over uw dromen.
- 3 Vraag uw vrouw of iemand anders wat hun dromen zijn.

16 Afspraak

Als een man niet zo schrijfvaardig is kunt u de afspraak noteren.

Aan het eind van deze bijeenkomst zou u ook een afspraak kunnen maken om kennis te maken met echtgenotes of familie.

Onze volgende afspraak is op:

Datum:

Dag:

Tijd:

Plaats:

Derde bijeenkomst

In deze bijeenkomst wordt gefocust op het hier en nu. De mannen vertellen wat hun activiteiten zijn en u vertelt welke activiteiten in uw stad of dorp worden aangeboden. Hun dromen krijgen een eerste revisie.

Vorbereiding:

Haal folders in huis van cursussen en activiteiten of neem uw computer mee om samen sites te bekijken van cursusaanbod in de buurt. Kijk zo nodig naar uw aantekeningen van de eerste bijeenkomst en de tweede. Waar werden de mannen enthousiast of blij van? Op welk terrein zit hun dromen? Kunt u activiteiten vinden die enigszins aansluiten bij hun interesses?

Als u denkt dat een 'officiële' activiteit (nog) niet past bij iemand, dan kunt u ook brainstormen over niet georganiseerde sociale activiteiten, zoals kijken bij kindervoetbal, buurtvaders bezoeken of samen iets actiefs doen. Kijk voor inspiratie naar de foto's van de eerste en vierde bijeenkomst. Bereid ook opdracht 4 en 7 voor.

1 Welkom

Fijn dat u weer gekomen bent. De vorige keer hebben we gepraat over belangrijke gebeurtenissen in uw leven; u hebt verteld hoe u eruit ziet en waar u van droomt. Vandaag gaan we verder met uw dromen en we gaan praten over uw leven hier, in Nederland.

2 Opdrachten thuis

Begin eventueel weer met een korte wandeling.

Groepsaanwijzingen:

Laat de mannen in tweetallen of groepjes over de opdrachten voor thuis spreken: hebben ze thuis met hun vrouw of familie gepraat? Hoe was dat gesprek? Loop rond om te luisteren. Het is interessant als de dromen van man en vrouw heel verschillend zijn. Daar kunt u in een groepsgebesprek naar vragen en bij stil staan. Mannen zijn die niet dromen of die er niet over willen praten, luisteren naar de anderen.

Kom eventueel in de groep nog eens terug op het belang van de opdrachten voor thuis.

Vertel iets over de opdrachten. Hoe ging het?

3 Wie had een te grote droom?

Deze opdracht heeft tot doel na te denken over negatieve rolmodellen.

Groepsaanwijzingen:

Lees de vragen voor en geef zelf eerst een voorbeeld. Misschien hebt u een voorbeeld uit uw eigen omgeving. Deze opdracht leent zich heel goed om met de groep gedaan te worden en geeft u de gelegenheid om door te vragen naar oorzaken voor het mislukken van een groot plan. Maak aantekeningen.

We hebben in de tweede bijeenkomst gepraat over iemand die doet waar hij van droomde. Hij heeft zijn droom heeft waargemaakt.

Je droom waarmaken is het mooiste wat er is. Maar kent u ook een man die een te grote droom had? Die een plan had dat niet is gelukt?

Vertel over hem.

Wat wilde hij worden?

Vertel ook waarom de droom te groot was.

4 Hoe groot zijn uw eigen dromen?

Nu moeten de mannen hun eigen dromen voor het eerst kritisch beoordelen en dan bijstellen. Het bijstellen van hun eigen dromen zal vast niet in 1 keer lukken, maar dit is het begin.

De oefening begint met een verhaaltje dat als doel heeft hen bewust maken van het vaak grote contrast tussen dromen en werkelijkheid

Groepsaanwijzingen:

Lees het verhaaltje voor. Is het verhaal herkenbaar voor hen? Probeer reacties los te krijgen, maar maak het niet te zwaar.

Snijd de opdracht zelf in tweeën. Lees de eerste serie vragen voor en geef een voorbeeld van een droom die uzelf of iemand uit uw omgeving moest bijstellen. Vertel ook hoeveel tijd het deze persoon heeft gekost om de bijgestelde droom te realiseren. Vraag daarna naar de droom van een taalvaardige man. Heeft hij zelf ideeën hoe hij zijn droom kan bijstellen? Kan de groep hem daarbij helpen? Wat is het tijdsfad voor de bijgestelde droom? Wat denkt hij? Laat de man (en de groep) in eerste instantie zelf een schatting doen van dit tijdsfad en het toelichten. Zet daar eventueel uw eigen mening tegenover.

Daarna gaan de mannen in tweetallen of kleine groepjes aan het werk met de opdracht. Mannen zonder dromen luisteren naar de anderen. Loop rond om te luisteren en te helpen. Maak aantekeningen.

Vraag in de groep hoe de opdracht ging zodat er nog vragen los kunnen komen.

Behandel de tweede serie vragen op dezelfde manier.

Kom in het groepsgeprek eventueel nog eens terug op een paar dromen en bespreek samen het tijdsfad.

We hebben in de tweede bijeenkomst ook over uw eigen dromen gepraat, wat u graag zou willen doen. Denk daar nog eens aan en lees dan het volgende verhaal.

Dromen zijn heerlijk, maar wakker worden uit een droom kan heel vervelend zijn.

U bent misschien een appel die steeds weer droomt dat hij een meloen is. Als u wakker wordt, bent u nog steeds een appel, dat is vervelend. Een appel kan wel een beetje groeien, maar hij kan nooit een meloen worden.

U droomt misschien dat u in een heel dure auto rijdt, maar u wordt wakker met alleen een fiets voor de deur. U droomt dat u een beroemde dokter bent, maar u wordt wakker als een man zonder werk. U droomt dat u terug bent in uw eigen land, maar u wordt wakker in het koude Nederland. U weet dat u morgen niet terug kunt gaan naar uw eigen land.

Herkent u dit?

Hebt u zelf misschien een te grote droom, een meloen?
Probeer hem dan wat kleiner te maken. Probeer hem zo klein te maken dat hij bij u past.
Hoe ziet uw droom er nu uit?
Doet u dit over 1 jaar, 2 jaar, 5 jaar?

Hebt u een kleinere droom, een appel?
Past deze appel bij u?
Probeer de appel precies zo groot of klein te maken dat hij bij u past.
Hoe ziet uw droom er nu uit?
Wanneer kunt u dit doen? Over een half jaar, 1 jaar, 2 jaar, 5 jaar?

5 Dag en nacht

Opdracht 5 en 6 hebben als doel dat de mannen een inventarisatie maken van hun bezigheden. Vervolgens moeten zij hun tijdsindeling van twee dagen visualiseren. Dit kan een confronterende opdracht zijn als het aantal activiteiten gering is. Zorg ervoor dat de sfeer veilig blijft.

Groepsaanwijzingen:

Doe opdracht 5 voor met een taalvaardige man. Stimuleer hem om minimaal vier dingen te noemen (doodgewone activiteiten als boodschappen doen, bidden, theedrinken in een koffiehuis etc.). U kunt eventueel nog een keer met de groep naar de foto's kijken om een idee te krijgen van wat nou precies bedoeld wordt.

Laat de mannen in tweetallen of kleine groepjes over hun activiteiten praten.

Ga vervolgens naar opdracht 6 en lees de tekst voor.

Vertel dan wat uw belangrijkste activiteiten zijn en hoeveel tijd ze ongeveer kosten.

Uw eigen voorbeelden en uitleg kunnen verhelderend zijn. Geef zelf zo'n zes voorbeelden die de mannen aanspreken. Teken ze in het materiaal (werken / sporten / iets doen met het gezin / huishouden en boodschappen / iets doen met familie of vrienden / de krant lezen etc.). Trek nog geen conclusies over het grootste stuk.

Laat de mannen in tweetallen of kleine groepjes over hun activiteiten praten en help waar nodig met het intekenen en opschrijven van hun eigen taartstukken.

Ga vervolgens naar de concluderende vragen (Welk stuk is het grootst? Dus aan welke activiteit geeft u de meeste tijd?) en beantwoord die eerst m.b.v. uw eigen taartstukken. Laat ook de taalvaardige man de vragen beantwoorden. Laat dan in groepjes of tweetallen deze vragen beantwoorden, Loop rond, vraag en help hen daarbij. Maak aantekeningen. Maak eventueel met de groep een lijst van de activiteiten die zijn opgeschreven.

De laatste vraag (Is er een activiteit waar u blij van wordt?) is heel geschikt om met de groep te bespreken. Maak aantekeningen.

Dromen doen we meestal 's nachts. Als we wakker worden gaan we dingen doen. Wat doet u overdag? Noem een paar dingen die u elke dag doet.

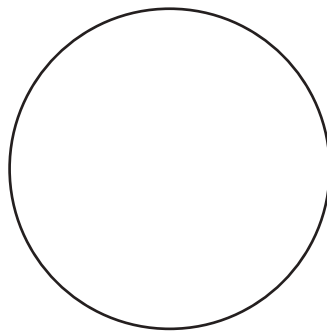
6 Een week is net een taart

We gaan praten over twee dagen in de week: de maandag en de vrijdag.

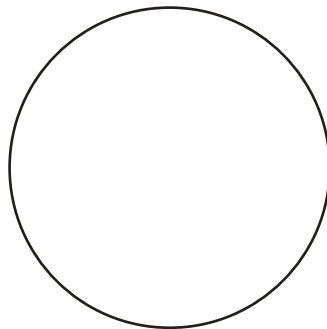
Wat doet u op woensdag en vrijdag? Uw begeleider vertelt wat hij op woensdag en vrijdag doet.

Hieronder ziet u twee taarten. Elke dag is een taart die hij in stukken snijdt. Elk stuk is iets wat hij doet, een activiteit. Hij tekent de stukken in de taart en hij vertelt ook wat het grootste stuk van zijn taart is. Als hij bijvoorbeeld op vrijdag zes uur naar de televisie kijkt, dan is televisie kijken het grootste stuk van de taart.

De woensdag van uw begeleider



De vrijdag van uw begeleider



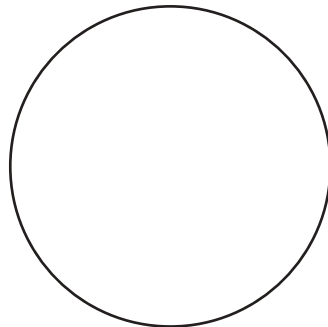
Snijd uw eigen taart in stukken.

Dit kunnen vier stukken zijn, maar het kunnen er ook tien zijn.

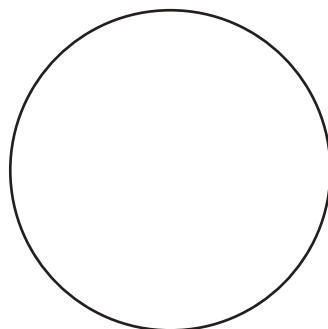
Welk stuk is het grootst? Dus aan welke activiteit geeft u de meeste tijd?

Is er een activiteit bij waar u blij van wordt?

Uw woensdag



Uw vrijdag



7 Hoe smaakt de taart?

In de voorgaande oefeningen zijn droom en werkelijkheid tegenover elkaar gezet. De droom is misschien wat bijgesteld, maar nu komt de expliciete vraag naar de **beoordeling** van de werkelijkheid: is de man tevreden met zijn huidige leven?

Groepsaanwijzingen:

Lees de vragen voor en doe zo nodig de opdracht eerst voor met een taalvaardige man. Laat de mannen er in tweetallen of kleine groepjes over praten. Loop rond om te luisteren. Als de opdracht niet tot reflectie leidt (sociaal wenselijke antwoorden of ontwijkende antwoorden), probeer dan te prikkelen, door (voorzichtig) droom en activiteiten naast elkaar te zetten. Maak aantekeningen van opvallende reacties.

U kunt een samenvatting van wat u hebt gehoord aan de groep presenteren en vragen of ze het daar mee eens zijn.

U hebt uw taarten in stukken verdeeld.
Hoe smaken die stukken?
Zit er suiker in uw taart? Is uw leven zoet genoeg?
Of zijn alleen uw dromen lekker zoet?

Bespreek deze vragen met uw begeleider.

8 Het leven zoeter maken

Deze opdracht heeft als doel de man warm te maken voor het bezoeken van een activiteit. De opdracht gaat uit van het idee dat de mannen zelf de kwaliteit van hun eigen leven kunnen verbeteren door actief te worden.

Groepsaanwijzingen:

Laat de mannen eerst met de groep delen wat ze zelf weten. Neem daar ruim de tijd voor.

Daarna gaat u informatie geven.

Knip de opdracht in tweeën. Begin met de georganiseerde activiteiten. Vertel waar elke activiteit is, hoelang het duurt, voor wie het is etc. Laat de mannen op de informatie reageren. Maak zo mogelijk gebruik van een computer en laat hen zien waar ze informatie zelf kunnen vinden.

Zet zo nodig – als u bv geen folders of computer heeft – wat informatie op het bord.

Laat hen in groepjes even doorpraten over de mogelijkheden. Kunnen ze kiezen? Loop rond om te luisteren en te helpen.

Laat de groep stemmen: welke activiteit krijgt de meeste stemmen?

Het kan zijn dat een deel van de groep nog niet toe is aan georganiseerde activiteiten. Doe dan ook het tweede deel van de opdracht.

Bespreek met de groep de mogelijkheid van **niet** georganiseerde activiteiten: bv. samen naar een kindervoetbalwedstrijd gaan of naar de sportschool; u kunt vrijwilligers opzoeken, buurtcoaches etc. Probeer samen tot een keuze te komen.

Als er mannen in de groep zijn die graag organiseren, kunt u hen een afspraak laten maken. Maak aantekeningen.

We willen allemaal graag een leven dat zoet smaakt.

Maar hoe maken we ons leven zoeter?

We kunnen zelf ons leven een beetje zoeter maken door iets nieuws te leren. Iets nieuws leren of iets nieuws doen, kan ons trots en tevreden maken.

Wat kunt u doen of leren in uw stad of dorp? Wat voor activiteiten zijn daar?

Er zijn speciale activiteiten voor mannen, misschien ook wel vlakbij uw huis.

Wat weet u van activiteiten in uw buurt?

Wat doen ze bijvoorbeeld in uw moskee?

Uw begeleider heeft ook informatie over activiteiten.

Bespreek samen de informatie. Uw begeleider kan u ook laten zien waar u de informatie op internet kunt vinden.

Bij welke cursus of activiteit zou u willen kijken?
Kies een cursus of activiteit.
Uw begeleider zal daar een afspraak maken.

Is er **geen** cursus of activiteit die bij u past?
Waar zou u dan kunnen gaan kijken?
Hebt u bijvoorbeeld een (klein)zoon die voetbalt? Zou u daar willen gaan kijken?
Of zou u iets willen doen met 1 van uw (klein)kinderen?
Bespreek met uw begeleider wat jullie kunnen gaan doen.
Als het nodig is om een afspraak te maken, zal uw begeleider dat doen.

9 Wat hebben we gedaan?

De opdrachten voor thuis worden via deze opdracht voorbereid.

Groepsaanwijzingen:

U kunt deze opdracht in tweetallen of groepjes laten voorbereiden en daarna met de groep doorspreken. Indien nodig, helpt u bij het samenvatten.

We komen aan het eind van deze bijeenkomst. Laten we even terugkijken.
Straks komt u thuis. Wat gaat u daar vertellen?

10 Opdrachten thuis

Lees de vragen van de opdrachten voor thuis voor. Spreek vraag 3 ook door. Deze zet de droom in een ruimer perspectief door te vragen wat vrouw of familie over de mannen dromen. Misschien kunt u mannen zonder dromen (die vraag 2 zullen overslaan) verleiden om vraag 3 wel te doen.

Wie internet heeft kan ook de zoekopdracht (4) doen.

- 1 Vertel thuis aan uw vrouw of familie wat we hebben gedaan.
- 2 Wat vinden zij van uw droom, zoals hij nu is?
- 3 Hebben zij ook een droom over u?
- 4 Zoek op internet naar meer informatie over activiteiten in uw buurt.

11 Afspraak

Als een man niet zo schrijfvaardig is kunt u de afspraak noteren.

Onze volgende afspraak is op:

Datum:

Dag:

Tijd:

Plaats:

Vierde bijeenkomst

In deze bijeenkomst geven de mannen hun mening n.a.v. foto's van sociale activiteiten, cursussen en werk. Er wordt gepraat over het realiseren van zijn droom.

1 Welkom

Fijn dat u er weer bent. De vorige keer hebben we gepraat over wat u doet, over wat u droomt en over activiteiten bij u in de buurt. Vandaag gaan we naar nieuwe foto's kijken. Misschien brengen ze u nieuwe ideeën.

2 Opdrachten thuis

Begin weer met een wandeling als dat mogelijk is.

Groepsaanwijzingen:

Laat de mannen in tweetallen of kleine groepjes over de opdrachten voor thuis spreken: hebben ze thuis met hun vrouw of familie gepraat? Hoe was de reactie daar op hun bijgestelde droom? Heeft de vrouw of familie een droom over de man? Loop rond om te luisteren en om te helpen. Waar hebben de mannen die niet dromen over gepraat thuis?

Als u interessante informatie hoort kunt u die in de groep bespreken, bijvoorbeeld hun reactie op de droom van familie of vrouw. (Hoe staan de mannen tegenover het perspectief van een ander?) Heeft iemand op internet gezocht en wil hij daarover praten?

Kom eventueel nog eens terug op het belang van de opdrachten voor thuis.

Vertel iets over de opdrachten. Hoe ging het?

3 Foto's kijken

Dit zijn foto's van sociale activiteiten die deels herkenbaar zullen zijn of gewenste situaties zullen voorstellen. Sommige foto's kunnen een negatieve reactie uitlokken.

Het doel is om de mannen te laten nadenken over hun rol als ouder en echtgenoot, om hun blik breder te maken. Ook worden ze uitgenodigd om zich uit te spreken over prioriteiten m.b.t. de besteding van hun geld. De laatste twee vragen betreffen zelf sporten en zelf praten op school met de docent van een kind.

Belangrijk is dat de foto's een stevig gesprek op gang brengen, waarbij de vragen als inspiratie zijn bedoeld; ze hoeven niet stuk voor stuk te worden beantwoord.

Groepsaanwijzingen:

Deze opdracht leent zich goed voor bespreking in de groep. Knip de opdracht in vier stukken en begin met de eerste serie vragen. Lok reacties uit, vraag door als dat nodig lijkt. U kunt bijvoorbeeld prikkelen door de situatie op een foto te veranderen: als nou die vrouw een lamp zou indraaien en de man staat ernaast, wat vinden jullie dan van de foto? Waarom? Behandel de tweede serie net zo.

Laat hen vervolgens praten over wat een goede vader is en probeer hen ook te laten denken vanuit het perspectief van de partner en kinderen. Probeer een discussie uit te lokken, prikkel

hen eventueel als dat nodig is met uw eigen mening. Bespreek tot slot de laatste serie vragen die begint met geld: waar willen ze geld aan uitgeven? Wat zijn hun prioriteiten? Als ze geen geld willen uitgeven aan sport kunt u het gesprek op gezondheid brengen, etc.

De mannen op de volgende foto's doen allerlei activiteiten: met familie, vrienden of in hun eentje. Kijk naar de volgende foto's en beantwoord de vragen.

Wat vindt u van deze activiteiten?

Welke activiteiten vindt u belangrijk?

Waarom vindt u dat?

Voor wie zijn ze belangrijk?

Welke vindt u niet belangrijk?

Waarom vindt u dat?

Wat vindt u van de vaders op deze foto's?

Zijn dit goede vaders voor hun kinderen?

Zijn dit goede mannen voor hun vrouwen?

Welke foto vindt u niet goed?

Waarom vindt u die niet goed?

Wat moet een goede vader doen volgens u?

En wat moet hij niet doen?

En wat denken uw vrouw en kinderen? Hoe kijken zij naar u?

Wanneer vinden zij u een goede man en vader? Wat denkt u?

Zou u geld willen betalen om te zwemmen met je gezin? Waarom wel of niet?

Zou u geld willen betalen voor de judoles van uw kinderen? Waarom wel of niet?

Zou u zelf met de docent van uw kind willen praten? Waarom wel of niet?

Zou u zelf naar de sportschool willen of willen voetballen? Waarom wel of niet?



Uw kinderen naar Arabische les brengen



Zwemmen



Kijken naar judo



Voorlezen



Naar de kinderboerderij



Met uw vrouw naar de markt

Thuis een klusje doen



Strijken



Praten op school over uw kinderen



Voetballen met vrienden



Krachtraining in de sportschool



Sleutelen aan de brommer met uw zoon



Kijken op internet met uw dochter

4 Nieuwe foto's kijken

Dit zijn foto's van cursussen en werk. De mannen wordt gevraagd aan te geven wat zij niet en wel willen. Ook moeten zij nadenken over wat hun vrouw of familie zou willen.

Groepsaanwijzingen:

Knip de opdracht in tweeën, zodat de mannen eerst nadenken over hun eigen voorkeuren, voordat ze zich verplaatsen in het perspectief van een ander. Stel de eerste vragen aan een taalvaardige man. Laat hen daarna in tweetallen of kleine groepjes praten wat ze wel willen en niet willen beantwoorden. Loop rond, luister en help. Bespreek de voor- en afkeuren met de groep; stimuleer hen om uit te spreken waarom ze iets niet willen. Laat de mannen om de beurt aan het woord. Het kan zijn dat er bij sommige mannen geen voorkeur uitkomt. U zou dan kunnen vragen of ze mensen kennen die activiteit x of y doen en wat hun ervaringen zijn. Ook kunt u eventueel vragen of er iets anders is dat ze wel zouden willen doen (een ongeorganiseerde activiteit). Bespreek daarna met de groep de vraag: en wat zou jullie vrouw of familie graag willen dat jullie doen? Wat denken jullie? Maak aantekeningen.

U kunt op veel manieren actief zijn. Iets doen met vrienden of familie is een activiteit, sporten is een activiteit, een klus doen, werken; een cursus doen is ook een activiteit. De mannen op de volgende foto's zijn aan het werk of doen een cursus.

Kijk naar de foto's en beantwoord de vragen.

Wat vindt u van deze activiteiten? Geef bij elke foto uw mening.

Wat wilt u zeker **niet** doen?

Waarom wilt u dat niet?

Wat zou u **wel** willen doen?

En wat zou uw vrouw of familie graag willen dat u doet?

Is er een activiteit bij die echt bij u past?



Werken in uw eigen zaak



Werken op de markt



Buurtcoach



Helpen met oversteken



Helpen op school



Werken in het buurthuis



Buschauffeur



Cursus kleren maken



Cursus omgaan met geld



Taalcursus



Computercursus



Cursus fietsen repareren

5 Respect

Deze opdracht kan de mannen ervan bewust maken dat er veel manieren zijn om respect te krijgen en op die manier zich gezien te voelen. Zet eventueel uw eigen mening tegenover die van de mannen.

Groepsaanwijzingen;

Deze opdracht kun u met de hele groep doen, om discussie uit te lokken. U kunt hem ook eerst in tweetallen of kleine groepjes laten doen, nadat u bij 1 foto de vragen hebt besproken met een taalvaardig cursist.

Maak aantekeningen van wat u hoort.

Elke man wil respect krijgen: van zijn familie, vrienden maar ook van mensen die hij niet kent of niet zo goed kent.

U kunt bijvoorbeeld respect krijgen met wat u doet, met uw activiteiten.

Kijk nog eens naar de foto's van vandaag.

Welke activiteiten geven respect?

Respect van wie?

6 Wat vindt u van ...?

In deze oefening staan een aantal belangrijke (emancipatorische) kwesties in de vorm van stellingen op een rij. Hierover moet de mannen zich uitspreken.

Groepsaanwijzingen:

De stellingen lenen zich uitstekend voor een groepsdiscussie.

Maak een selectie als u bijvoorbeeld al genoeg hebt gepraat over man - vrouw verhoudingen of over de rol als vader. Laat in ieder geval de uitspraak over vrijwilligerswerk aan bod komen en de uitspraak over taalles.

Als de discussie een beetje verzandt, prikkel hen dan, vraag door, daag hen uit om te reflecteren op hun eigen meningen.

Maak aantekeningen als u verandering van opinie opmerkt in vergelijking met eerdere bijeenkomsten.

We hebben veel foto's gezien en over veel vragen gesproken.

Hebt u nieuwe ideeën gekregen?

Wat vindt u van de volgende uitspraken? Geef uw mening.

- 1 Een goede vader helpt zijn kinderen, bijvoorbeeld door ze voor te lezen of door ze aan te kleden.
- 2 Een man helpt niet in het huishouden. Koken en strijken is voor vrouwen.
- 3 Een vader kan iets leren van zijn kinderen, bijvoorbeeld over de computer.
- 4 Vrijwilligerswerk - bijvoorbeeld helpen op school - is niet voor mannen. Mannen krijgen geld voor hun werk.
- 5 Een man en zijn vrouw moeten de Nederlandse taal goed leren spreken. Zij moeten naar een taalcursus gaan.

Kies de opdracht die het best bij u past: 7 of 8

7 Wat doen we met uw dromen?

Omdat niet iedere man een droom heeft die kan uitmonden in een concreet (korte termijn) plan, is er hier een keuzemogelijkheid ingebouwd.

Opdracht 7 laat de man verder nadenken over het concretiseren van de droom.

Idealiter is de droom in de afgelopen sessies wat hanteerbaarder geworden. Maar misschien ook niet

Opdracht 8 laat het verband tussen droom en plan los..

Laat de mannen waar mogelijk uiteindelijk bepalen wat hun eerste cursus / activiteit zal zijn. De vragen hoeven niet stuk voor stuk te worden beantwoord. Kies de vragen die u zinvol vindt.

Groepsaanwijzingen:

Splits de groep in tweeën: laat de mensen kiezen tussen 7 en 8. Help eerst de mensen op weg die 7 kiezen en als die lekker op gang zijn, help dan de mensen die 8 hebben gekozen.

Opdracht 7:

Knip de opdracht in twee stukken. Begin met het eerste stukje: hoe ziet uw droom er nu uit?

Vraag een taalvaardige man hoe zijn droom er nu uitziet. Is zijn droom nog steeds hetzelfde of is hij veranderd? U kunt zo nodig proberen erachter te komen hoe diep zijn wens is, hoelang hij deze droom al koestert.

Vervolgens praten de mannen in tweetallen of kleine groepjes over hun droom. U loopt rond, luistert en vraag eventueel door. Is dit wat ze echt willen of hebben ze nog een alternatief? Het is niet de bedoeling om iemand een diep gekoesterde wens af te pakken. Wel zal hier een begin gemaakt moeten worden met een eerste stap naar de realisatie van de droom.

Opdracht 8:

Help de mensen die 8 hebben gekozen op weg met de eerste vraag van hun opdracht (Is er iets wat u in Nederland graag zou willen leren of doen?) Laat hen in een klein groepje verder praten over deze vraag.

Terug naar opdracht 7:

Lees het tweede stukje tekst voor waarin de droom wordt vergeleken met een reis. U kiest vervolgens een aantal vragen onder dit stukje tekst uit en stelt ze aan één van de mannen.

Waar moet hij beginnen? Wat moet zijn eerste stap zijn? Is hij sterk genoeg? etc. Laat de groep reageren en meedenken.

Laat vervolgens de vragen die u het belangrijkste vindt, in tweetallen of kleine groepjes beantwoorden. Loop rond om te luisteren, te helpen en om door te vragen. Maak aantekeningen van de verschillende dromen en de eerste stap.

Opdracht 8:

Help ondertussen de mensen die 8 hebben gekozen op weg met de tweede vraag: U wilt iets leren /doen. Wat hebt u daarvoor nodig? (Kunt u daar zo mee beginnen? Of moet u misschien eerst iets anders leren?).

Loop rond om te luisteren, te helpen en om door te vragen. Maak aantekeningen.

Geef daarna eventueel een samenvatting aan de groep van wat u hebt gehoord of bespreek knelpunten die u hebt opgemerkt. U kunt ook één droom en eerste stap voorleggen aan de groep en vragen: past deze eerste stap bij de droom?

Bespreek in ieder geval de laatste vraag (naar motivatie en doorzettingsvermogen) in de groep: Wat moet er bij jullie veranderen om de reis te kunnen maken? Deze vraag kan ook beantwoord worden door de mensen die opdracht 8 hebben gedaan.

We gaan terug naar uw dromen, daar gaan we iets mee doen.

Hoe ziet uw droom er nu uit?

Is hij hetzelfde gebleven, groter, kleiner of anders geworden? Vertel erover.

Uw droom is een reis naar een plaats waar u nog nooit bent geweest. Het kan een lange, zware reis worden. U kunt wel vragen naar de weg, maar u moet de reis zelf maken, alleen.

Wat moet u doen voor uw droom?

Waar begint de route? Wat is uw eerste stap op weg naar uw droom? Met welke cursus of activiteit gaat u beginnen?

Hoe lang gaat de reis duren?

U moet op een reis regelmatig stoppen om te tanken.

Cursussen en activiteiten zijn benzine: brandstof waarop u verder kunt gaan, naar uw droomplaats.

Hebt u veel of weinig brandstof nodig? Wat denkt u?

Wat hebt u verder voor de reis nodig?

Van een reizen wordt u moe. Bent u sterk genoeg?

Aan wie gaat u hulp vragen om de reis te plannen?

Praat samen met uw begeleider over de route die u gaat nemen. Bespreek samen waar uw route begint, wat u het eerst gaat doen.

Wat moet er bij u veranderen om de reis te kunnen maken?

8 Hebt u geen dromen of hebt u dromen buiten Nederland?

Misschien hebt u geen echte dromen of wilt u over 10 jaar terug naar uw eigen land.

Is er dan wel iets wat u in Nederland graag zou willen leren of doen? Wat hebt u daarvoor nodig? Bespreek dit met uw begeleider.

9 Wat hebben we gedaan?

Groepsaanwijzingen:

U kunt deze opdracht in tweetallen of kleine groepjes laten voorbereiden en daarna met de groep doorspreken. U kunt deze opdracht ook meteen met de groep bespreken. Indien nodig, helpt u bij het samenvatten.

Misschien hebt u geen echte dromen of wilt u over 10 jaar terug naar uw eigen land. Is er dan wel iets wat u in Nederland graag zou willen leren of doen? Wat hebt u daarvoor nodig? Bespreek dit met uw begeleider.

10 Opdrachten thuis

Lees de vragen van de opdrachten voor thuis voor. Geef zo nodig uitleg.

- 1 Praat thuis over de foto's. Wat vinden uw vrouw of familie van de foto's?
- 2 Praat over uw droom of over wat u wilt leren of doen. Wat denken ze thuis: met welke activiteit moet u beginnen?

11 Afspraak

Als de mannen nog niet toe zijn om naar een activiteit te gaan kijken, kunt ook afspreken om samen met hen te kijken in het zwembad, in de bibliotheek etc. Samen iets sportiefs doen is ook een mogelijkheid.

Als een man niet zo schrijfvaardig is kunt u de afspraak noteren.

Uw begeleider heeft een afspraak gemaakt bij een cursus of activiteit.

We gaan naar:

De datum is:

De dag is:

Het begint om:

Het adres is:

Ik ga foto's maken van de activiteit.

Vijfde bijeenkomst

Deze bijeenkomst is bijna in zijn geheel gewijd aan het bezoeken of doen van een activiteit. Zo'n bezoek is belangrijk, omdat het de man over een drempel heen kan helpen.

Als een bezoek of activiteit moeilijk te organiseren is, kunt u de bijeenkomst helemaal overslaan.

1 Welkom

Fijn dat u er weer bent. De vorige keer hebben we naar foto's gekeken en we hebben gepraat over de route naar uw droomplaats. Vandaag gaan we samen naar een activiteit. Maar voordat we weggaan, praten we nog over het opdrachten van de vorige keer, maken we een afspraak voor de volgende keer en krijgt nieuwe opdrachten voor thuis. Vergeet straks niet om foto's te maken!

2 Opdrachten thuis

Groepsaanwijzingen:

Bespreek de opdrachten voor thuis in de groep: welke activiteit vinden vrouw of familie geschikt om mee te beginnen? Wat is de reactie van de mannen daarop? Stimuleer de groep om te reageren op elkaar.

Vertel iets over het opdrachten.. Hoe ging het?

3 Afspraak

Maak alvast een afspraak voor de volgende keer, voordat u op stap gaat.

Groepsaanwijzingen:

De zesde bijeenkomst is gewijd aan het maken van een persoonlijk plan voor elke man. Maak met elke man een afspraak op een ander tijdstip. Maak met de groep een tweede afspraak om samen de cursus af te ronden met een diploma-uitreiking.

We maken alvast een afspraak voor de volgende keer.

Onze volgende afspraak is op:

Datum:

Dag:

Tijd:

Plaats:

Opdracht 4 komt na het bezoek

Na het bezoek:

4 Wat hebben we gedaan?

Misschien is het goed om even ergens te gaan zitten na het bezoek of de activiteit, om rustig te praten over deze ervaring. Wat waren hun indrukken? Wat voor foto's hebben ze gemaakt? Met dit gesprek bereidt u de opdrachten voor thuis voor.

Vertel uw begeleider wat u ervan vond. Laat ook uw foto's zien.

5 Opdrachten thuis

Groepsaanwijzingen:
Vat zo nodig met de groep samen wat ze hebben gezien.

Dit is uw opdracht

Praat thuis met uw vrouw of familie over de activiteit die u hebt gezien. Laat uw foto's zien.

Zesde bijeenkomst

In deze bijeenkomst wordt het begin van het toekomstplan vastgelegd.
Deze sessie bestaat uit individuele afspraken met elke man.
Van de diploma-uitreiking kan een feestelijke bijeenkomst worden gemaakt met de groep (en familieleden)

1 Welkom

2 Opdrachten thuis

Vertel iets over de opdrachten. Hoe ging het?

3 Een plan

Nu is het tijd om iets vast te leggen en om afspraken te gaan maken.
De man heeft nu zoveel input gehad dat hij moet kiezen, een realistische, eerste stap moet maken. Dit kan een 'officiële' activiteit zijn (zie opdracht 5), maar als dat niet aansluit, kan het ook om een gewone, niet georganiseerde sociale activiteit gaan (zie opdracht 6). U kunt hierbij denken aan: voetbalwedstrijden van een zoon bijwonen, elke woensdagmiddag iets doen met de kinderen, meehelpen op school, een buurman helpen die slecht ter been is, zwemmen met vrienden etc.

We hebben in de vierde bijeenkomst gepraat over wat u wilt leren of doen. Nu gaan we een echt plan maken. Waar wilt u mee beginnen? Wat gaat u doen?
Het kan een cursus of activiteit zijn waarvoor u zich moet inschrijven.
Het kan ook een activiteit zijn met familie, vrienden of andere mannen.
En weet u al wat u uw volgende stappen zijn?
Bespreek het plan met uw begeleider.

4 Het begin van uw route

Hier volgt een keuze tussen een georganiseerde activiteit en een niet georganiseerde activiteit

Begint u met een activiteit waarvoor u zich moet inschrijven?
Ga dan verder met opdracht 5.
Is het een activiteit waarvoor u zich **niet** hoeft in te schrijven?
Ga dan verder met opdracht 6.

5 Hoe gaat u dat regelen?

Het is belangrijk dat de man zich daadwerkelijk inschrijft voor een activiteit, dat hij zich bindt aan een verplichting. Als hij dit niet zelf kan, zal uw hulp daarbij nodig zijn.

Wanneer gaat u beginnen met deze activiteit?
Hoe vaak gaat u dit doen?
Is de activiteit op een bepaalde tijd?
Is de activiteit op een bepaald adres?

Activiteit:
Datum:
Tijd:
Adres:
Kosten:

6 Gaat u iets doen met familie, vrienden of met andere vaders?

Ook bij een niet georganiseerde sociale activiteit moeten afspraken worden gemaakt; de man moet een verplichting aangaan.

Wanneer gaat u beginnen met deze activiteit?

Hoe vaak gaat u dit doen?

Is de activiteit op een bepaalde tijd?

Is de activiteit op een bepaald adres?

Activiteit:
Ik begin op:(dag en datum)
Ik doe het: elke week/1 keer per 2 weken/1 keer per 3 weken /elke maand
Tijd: (alleen invullen als de tijd belangrijk is)
Adres: (alleen invullen als het adres belangrijk is)

7 Wat gaat u na deze cursus of activiteit doen?

Kijk samen verder dan de eerste stap en kies zo mogelijk al een tweede cursus uit.

Het is belangrijk om al een groter stuk van je route te plannen. Bespreek met uw begeleider wat uw volgende stap kan zijn.

8 Afspraken

Volg de man op zijn route. Maak afspraken om te informeren hoe het gaat, en om hem verder te helpen met zijn planning. Zorg voor een 'warme' overdracht.

Maak met uw begeleider regelmatig een afspraak. Dan kunt u hem vertellen hoe het met uw cursus gaat en dan kunt u hem ook vragen stellen.

Eerste afspraak

Onze volgende afspraak is op:

Datum:
Dag:
Tijd:
Plaats:



9 Uw certificaat

Het is belangrijk dat de man een tastbaar bewijs meekrijgt van zijn inspanningen. Maak van het tekenen een plechtig moment. U vindt het certificaat op de volgende pagina. Vul het in en print het uit op dik papier.

U krijgt van uw begeleider een diploma. Daarop staat dat u deze training met succes hebt afgemaakt.

Dit kan mooi gemaakt worden met een logo van de instelling/organisatie waar de man aan Kies je route heeft meegedaan.

Certificaat van

Hij heeft met succes de training 'Kies je route' afgemaakt.



Plaats en datum

Handtekening begeleider

.....

Handtekening deelnemer

.....

Bijlage 1 Uitleg over het materiaal

Doelen en doelgroep

Dit materiaal is gemaakt voor allochtone mannen van alle leeftijden. Het gaat om mannen die niet zo actief zijn in de Nederlandse maatschappij en die meestal geen werk hebben. Het eerste doel van het materiaal is de mannen aan te zetten tot zelfreflectie: wie ben ik, waar ben ik goed in en wat wil ik? Het einddoel is dat de deelnemer zelf een cursus of activiteit gaat doen. Om die doelen te bereiken wordt de man uitgenodigd om te praten over:

zijn geschiedenis, zijn verhaal

zijn dagelijkse bezigheden

zijn identiteit en zelfbeeld

zijn denkbeelden, wensen en dromen

mogelijke cursussen, activiteiten of werk

Hij wordt gestimuleerd om zelf de eerste stap te zetten met een concrete inschrijving voor een cursus of activiteit.

Opbouw en inhoud

Er zijn in totaal zes bijeenkomsten die uitlopen op een concreet plan.

Het materiaal begint voorzichtig en verkennend (bijeenkomst 1 en 2) en dringt daarna wat verder door in de leef- en denkwereld van de man (bijeenkomst 3). Reflectie op eigen denkbeelden (bijeenkomst 4), in combinatie met concrete informatie over activiteiten en cursussen (bijeenkomst 3 en 4), faciliteren de keuze voor een eerste activiteit (bijeenkomst 5 en 6). Tijdens het korte traject worden partners of familie d.m.v. opdrachten voor thuis betrokken bij de inhoud en voortgang. Een certificaat vormt de afsluiting van de bijeenkomsten; daarop staat vermeld dat het traject met succes is afgerond,

Kort overzicht van de inhoud:

Bijeenkomst 1	Kennismaken met de man en voorzichtig verkennen van zijn leefwereld via foto's.
Bijeenkomst 2	In kaart brengen van zijn geschiedenis, zijn identiteit en dromen.
Bijeenkomst 3	Dromen laten bijstellen. Actuele tijdsbesteding van de man in kaart brengen; mogelijke tijdsbesteding laten zien.
Bijeenkomst 4	Uitspraken ontlocken m.b.t. sociale activiteiten, cursussen en werk via foto's. Droom laten omzetten in eerste stap.
Bijeenkomst 5	Het bezoeken van een cursus of activiteit
Bijeenkomst 6	Het vastleggen van het begin van een toekomstplan

Fotomateriaal

Het fotomateriaal is zorgvuldig samengesteld. Op elke foto is één, goed herkenbare handeling afgebeeld, tegen een zo rustig mogelijke achtergrond. De mannen op de foto's zijn van verschillende etnische achtergronden, zodat de identificatiemogelijkheden maximaal zijn.

Totale tijdsduur en tijdsduur per bijeenkomst

De opdrachten zijn verdeeld over 6 bijeenkomsten. U kunt de zes bijeenkomsten in zes weken doen, maar u kunt ook kiezen voor meer of minder dan zes bijeenkomsten. Wel raden we aan om niet meer dan een week tussen de bijeenkomsten te laten zitten, omdat anders alles wegzakt.

Hoelang elke bijeenkomst duurt is moeilijk te voorspellen. We kunnen daar geen precieze uitspraken over doen. We schatten tussen drie kwartier en anderhalf uur.

Individueel of groep

Het materiaal wordt bij voorkeur in kleine groepjes behandeld. In een groep gebeurt meer: er is meer kans op uitwisseling van denkbeelden en ervaringen. Mannen kunnen met elkaar in discussie gaan en elkaar stimuleren. Ook kunnen taalvaardiger mannen een steun zijn voor minder taalvaardige mannen.

De begeleider:

Het succes van de bijeenkomsten zal voor een deel afhankelijk zijn van uw kwaliteiten als begeleider. Er staan weliswaar aanwijzingen voor de begeleiding in het begeleidersmateriaal, maar dit zijn globale richtlijnen. Het precieze verloop van de bijeenkomsten, de reacties bv. van de deelnemers op het materiaal, kan niet worden voorspeld.

Welke kwaliteiten worden van u verwacht?

U moet in staat zijn om het vertrouwen van de man te winnen; u moet veiligheid kunnen bieden en de man positief benaderen, liefst ook met een beetje humor. Tegelijkertijd moet u de man kunnen prikkelen, door kunnen vragen en door kunnen dringen tot de man. U moet om kunnen gaan met weerstanden; kunnen verleiden en meningen ontlokken. U houdt door het geven van voorbeelden de man alleen een spiegel voor, zodat deze zelf conclusies kan trekken. U legt echter geen oordelen op, u bent niet dominant. U gaat uit van de autonomie van de man. U moet goed kunnen luisteren en observeren (en die observaties noteren) en beschikken over kennis van verschillende culturen. U bent geduldig: iemand die al jaren vastzit in een patroon, laat zich daar niet in zes bijeenkomsten opeens uithalen. U moet dus tevreden zijn met een kleine stap. Tot slot: u moet uw eigen grenzen kennen, u bent geen psycholoog. Als u grote problemen vermoedt, verwijst u door naar een professionele hulpverlener, het liefst in de eigen taal.



Bijlage 2

De volgende personen en instanties willen we bedanken voor hun expertise. Hun ideeën of commentaar zijn bij het maken van deze training van zeer grote waarde geweest.

- 1 Perihan Utlu van stichting Vizyon, Amsterdam
- 2 Anita Schwab van Vadercentrum Adam, Den Haag
- 3 Wil Verschoor van Movisie, Utrecht
- 4 Chaib Lajlufi van advies- en trainingsbureau Divers, Haarlem
- 8 Nienke Witkamp van Stichting Cumulus, Utrecht
- 7 Petra Mast van Vluchtelingenwerk Zuid Holland, Leidschendam-Voorburg
- 8 Rachid Adaudi, docent inburgering/NT2 AlexanderCalder/Capabeltaal
- 9 Coos de Jong, taalcoach, Den Haag
- 10 Ibrahim Cilik en Andre Abdallah va Steunpunt Steunmannen, Amsterdam
- 11 Niels Mulders, sociaal cultureel werker Vadercentrum Adam, Den Haag
- 12 Erkan Yiğit, socioloog, Amsterdam
- 13 Achmed Baâdoud, wethouder stadsdeel Osdorp, Amsterdam.

Geraadpleegde literatuur:

- 1 Bidden en boodschappen doen. Rapportage over de emancipatie van laagopgeleide allochtone mannen in Amsterdam. BMO, Amsterdam juni 2006.
- 2 Verslag van de Studiemiddag over de emancipatie van allochtone mannen BMO, juli 2006.
- 3 De onmisbare Schakel. Verslag van de conferentie van het Netwerk Vertrouwenspersonen Amsterdam West, februari 2009.
- 4 P. Utlu en W. Verschoor. Trainershandboek 'Man Actief', Uitgever Movisie.
- 5 Steunpunt Steunmannen stadsdeel Bos en Lommer. Projectplan 2008-2011 Impuls, Amsterdam
- 6 Een beter leven. Documentaire van Karin Junger over de 1e generatie allochtone mannen en hun kinderen (zonen).
- 7 Dossier emancipatie en zwarte, migranten- en vluchtelingenmannen. Website E-Quality, kenniscentrum voor emancipatie, gezin en diversiteit. Juli 2008.
- 8 'Onder Marokkanen'. Bijlage van de Volkskrant van 10 december 2008.
- 9 Houtkoop H. Veenman J. (red.), Interviewen in de multiculturele samenleving, 2002.

