



Dr. Elisabeth Babcock

Effectievere aanpak armoede en schulden dankzij hersenwetenschap

In de VS is een effectieve integrale aanpak ontwikkeld om armoede en schulden aan te pakken. De aanpak Mobility Mentoring is geworteld in de hersenwetenschap. Die leert ons dat chronische stress het gedrag van mensen verandert en er zelfs toe leidt dat de 'bedrading' in onze hersenen anders wordt aangelegd. Het missen van afspraken, onverstandig uitgeven van geld of het niet tot het uiterste proberen om (beter) betaald werk te vinden zijn typische gevolgen van chronische stress. Op 11 november hield dr. Elisabeth Babcock, de grondlegger van Mobility Mentoring, de Atriumlezing (georganiseerd door VNG, Platform31 en Hogeschool Utrecht). Samen met lector Schulden en Incasso aan de Hogeschool Utrecht, Nadja Jungmann, presenteerde ze de aanpak aan vertegenwoordigers van gemeenten en andere organisaties uit het sociaal domein, de Nationale Ombudsman Reinier van Zutphen, wethouder Arjan Vliegthart en Staatssecretaris Jetta Klijnsma. Het resultaat van de ochtend was brede interesse om de beginselen van Mobility Mentoring ook in Nederland in te zetten.

Beth Babcock is een voormalig hoogleraar en tegenwoordig directeur van Empath, een grote sociale werkorganisatie in Boston. Haar organisatie begeleidt mensen met allerlei problemen (werkloosheid, schulden, opvoedvraagstukken etc.). Ze is verbonden aan Harvard en combineert het ontwikkelen van nieuwe aanpakken met wetenschappelijk onderzoek naar de effectiviteit daarvan. Haar in 2014 gepubliceerde wetenschappelijke artikel Rethinking Poverty is in de VS genoemd als één van de meest invloedrijke artikelen van dat jaar. Haar inzichten worden inmiddels ook door de Wereldbank verspreid om programma's gericht op armoedebestrijding te verbeteren.

In de Atriumlezing legde Babcock uit dat de wijze waarop we functioneren zowel afhankelijk is van onze genen als van de omgeving waarin we leven. Dit begint al in onze vroege jeugd. Groei je op in een context waarin het leven voorspelbaar is, dan ervaar je weinig stress en word je goed in het afwegen van opties en het maken van keuzes voor de toekomst. Groei je op in een context waarin je van de ene crisis in de andere rolt, dan leef je in chronische stress en word je juist goed in het oplossen van acute problemen. Je plant dan niet ver vooruit maar leeft in het hier en nu. De hersenwetenschap laat zien dat de mate van stress waarmee je opgroeide bepalend is voor de wijze waarop de 'bedrading' in je hersenen tot stand komt. Grote stress leidt tot andere verbindingen dan rust en regelmaat. De andere verbindingen die door stress tot stand komen, maken dat je aanmerkelijk minder goed bent in cruciale zaken zoals plannen, organiseren en werken aan lange termijn doelen. De andere verbindingen verklaren dat je als professional of vrijwilliger vaak mensen tegenover je hebt waarbij je er oprecht van overtuigd bent dat die ander gemotiveerd is, maar tegelijkertijd constateert dat het gedrag dat de ander vertoont niet bijdraagt aan het oplossen van het problemen.

De hersenwetenschap heeft in dit licht twee inzichten geboden die een doorbraak kunnen vormen in de aanpak van armoede en schulden. Het eerste inzicht is het voornoemde besef dat de wijze waarop onze hersenverbindingen tot stand kwamen, bepalend is voor de mate waarin we in staat zijn om doelgericht te handelen. Dat gedrag dat vaak wordt gelabeld als ongemotiveerd in veel gevallen verklaard kan worden uit een andere hersenstructuur. Het tweede baanbrekende inzicht is dat we ook op oudere leeftijd nog beter kunnen worden in doelgericht handelen. Door de dienstverlening van wijkteams, re-integratie, maatschappelijke opvang, schuldhulpverlening et cetera anders in te richten, kunnen burgers duurzaam beter worden in het bereiken van hun eigen doelen.

Stress op latere leeftijd

Naast de impact van onze jeugd op onze hersenontwikkeling agendeerde Babcock nog een tweede thema. Stress, trauma's en instabiliteit schakelen fysiek het deel van onze hersenen uit waarmee je rationeel en analytisch denkt. Het deel van het brein dat emotioneel reageert, overheerst. Dat verklaart waarom mensen met stress snel aangebrand zijn, agressief en impulsief reageren. Babcock: 'Constant in armoede leven kun je vergelijken met onder vuur liggen in Aleppo.' Je bent continu alert en zelfs als je wel in rust en regelmaat opgroeide leef je bij de dag. Je bent niet meer bezig met doelgericht handelen. In die context is het 'leegtrekken' van een creditcard voor zaken die wellicht ook hadden kunnen wachten opeens heel goed te verklaren.

Nieuwe aanpak leidt tot betere resultaten

Empath heeft in nauwe samenwerking met Harvard een heel nieuwe werkwijze ontwikkeld die is geworteld in de hierboven beschreven inzichten. Onafhankelijke onderzoeken laten zien dat die aanpak aanmerkelijk effectiever is dan de reguliere aanpak. Babcock noemt deze nieuwe aanpak 'brain science informed coaching'. Door in te zetten op het reduceren van stress in het leven van de klant, gaat die (weer) rationele afwegingen te maken. Dit helpt de klant om doelen op een langere termijn te stellen en gedrag te vertonen dat hem of haar in staat stelt om die doelen ook daadwerkelijk te bereiken. Daarnaast bieden de medewerkers van Babcock de klanten een context waarin ze doelgericht gedrag kunnen oefenen. Onze hersenen zijn plastisch. Dit wil zeggen dat we ook op latere leeftijd nog nieuwe dingen kunnen aanleren. We leren weliswaar het snelst tot het begin van onze twintiger jaren maar de resultaten van Empath laten zien dat hun klanten ook op latere leeftijd beter gaan functioneren.

Vereenvoudigen dienstverlening en verbeteren executieve functies

Empath zet de nieuwe aanpak in op tal van domeinen. Ze hebben eigen shelters (dak- en thuislozen opvang), programma's voor tienermoeders, bieden re-integratie en schuldhulpverlening maar ondersteunen ook bij opvoedproblemen. De gemeenschappelijke deler in alle domeinen is dat de dienstverlening wordt vormgegeven langs twee principes: vereenvoudigen van de dienstverlening en versterken executieve functies (doelgericht handelen). Het vereenvoudigen van de dienstverlening creëert Empath onder meer doordat ze klanten ondersteuning biedt om de eigen doelen te formuleren, mensen actief voorziet van door hen zelf uitgewerkte to-do lijstjes en reminders. Empath hanteert heldere regels en verwachtingen en biedt een omgeving die stress reduceert. Tegelijkertijd werken de mobility mentors in de dienstverlening continu aan de versterking van de executieve

functies. In dat kader ontwikkelde Empath diverse tools zoals de 'brug naar zelfredzaamheid' en doel-actieplannen. De brug is een instrument dat mensen in staat stelt om de samenhang tussen de verschillende levensdomeinen beter in te zien. De brug stelt klanten in staat om afwegingen te maken die zij –geblokkeerd door stress – niet meer zelfstandig kunnen maken.

Babcock benadrukt dat het bij de inzet van de instrumenten van belang is dat mensen eerst werken aan het geloof in eigen kunnen en daarna pas aan het nemen van beslissingen, het oplossen van problemen en het stellen van doelen.



Implementatie in Nederland

Nadja Jungmann, lector schulden en incasso aan de Hogeschool Utrecht, ging in Boston op werkbezoek. 'Mobility Mentoring is een generalistische aanpak die dankzij haar fundament in de hersenwetenschap ook de Nederlandse dienstverlening een stap verder kan brengen. Zowel de dienstverlening die in de wijk plaats vindt als de specialistische zorg zoals dak- en thuislozenopvang, re-integratie en schuldhulpverlening'. De andere manier van werken hoeft niet meer te kosten dan de huidige dienstverlening. Wel vraagt het een totaal andere omgang met de klant. 'Als we in Nederland ook verder willen komen in de aanpak van armoede en schulden, dan vraagt dat van ons dat we een aantal zaken echt anders gaan doen'.

Het vraagt bijvoorbeeld van ons dat wij niet meer aan de hand van de zelfredzaamheidsmatrix een analyse maken van de klant, maar de klant aan de hand van een instrument zoals de Brug naar zelfredzaamheid ondersteunen om een eigen analyse van de eigen situatie te maken. Het vraagt ook van ons dat we ondersteuning zoals sms'jes of to-do lijstjes niet meer zien als betutteling maar als hulp aan de ander om zijn of haar eigen doelen te bereiken. Bij re-integratie wordt ook op een andere manier gewerkt. Net als hier is de uitstroom naar betaald werk de focus. Maar de aanpak in Boston leert ons dat het loont om veel meer aandacht te besteden aan de vraag wat het minimale inkomen is dat de klant moet verdienen om zonder geldstress voor zichzelf en eventuele huisgenoten te zorgen. 'In Nederland luidt de eerste vraag die we stellen aan een burger die een uitkering aanvraagt: wat voor werk zou je graag willen doen? In de Boston luidt de eerste vraag: welk inkomen heb je minimaal nodig om zonder geldstress voor je gezin te zorgen?' Deze fundamenteel andere opening van het contact bij het verstrekken van een uitkering, brengt een heel andere en vruchtbaarder dynamiek in het re-integratietraject.

Successen zichtbaar maken is een andere les die Nederland kan leren uit de VS. In de daklozenopvang in Boston zag Jungmann foto's van cliënten, die vertelden wat zij binnen de muren hadden bereikt, met behulp van welke medewerkers. 'De woorden van mensen die in dezelfde situatie zaten als jij, motiveren gemiddeld meer dan de woorden van professionals. Ook van dat principe maken we nog veel te weinig gebruik in Nederland.'

De reacties van Reinier van Zutphen, Arjan Vliegthart en Jetta Klijsma op 'Mobility Mentoring'

Beste mensen in wijkteams

Reinier van Zutphen, de Nationale Ombudsman die zich onder meer inzet voor mensen met schulden, vindt het een inspirerend verhaal. Zijn advies aan gemeenten luidt: 'Zet je allerbeste mensen in de frontlinie, in de wijkteams. En verplaats je in de burger.' Hij stipt aan dat het inkomen van een alleenstaande bijstandsmoeder uit vijftien componenten bestaat. 'Vijftien componenten om iets meer dan 1.000 euro te krijgen! Dat toont de complexiteit aan.' Dat de overheid weinig klachten krijgt van deze groep mensen, betekent volgens de ombudsman niet automatisch dat deze mensen tevreden zijn. 'Door continue stress zijn ze vaak niet in staat om te klagen.'

Ook wijst Van Zutphen erop dat de overheid de grootste schuldeiser is. 'En dan niet één overheid, mensen hebben te maken met wel achttien vorderaars. Daar moet iets aan gebeuren.' Door actief in te zetten op stressreductie zoals Mobility Mentoring doet, kunnen mensen weer de lead in hun eigen leven nemen.

Hobbels wegnemen

Arjan Vliegthart, wethouder in Amsterdam en voorzitter van de VNG-commissie Werk & Inkomen, ziet raakvlakken met de aanpak in zijn stad en gaat verkennen wat hij uit de gepresenteerde aanpak kan overnemen. 'Ook wij richten ons erop om mensen zelf de regie te laten voeren over hun leven. Mensen stap voor stap leren vissen en ervoor zorgen dat ze een degelijke hengel hebben, zodat ze na verloop van tijd zelf hun vis kunnen vangen.' De wethouder ziet in zijn stad echter te veel mensen voor wie de visvijver te ingewikkeld is geworden. '15 procent van de Nederlanders is laagbegaafd. De toeslagensystematiek, een plots opdoemend eigen risico en het verbod op het automatisch toekennen van inkomensondersteuning zijn onoverkomelijk hoge hobbels geworden in hun pad naar een fatsoenlijk leven. En ja, we kunnen mensen bij de hand nemen om ze over die hobbels te slepen. Maar we kunnen ook wat hobbels wegnemen.' Vliegthart zou graag zien dat de ingewikkelde toeslagensystematiek verandert. 'Tot die tijd pak ik de handvatten van deze aanpak vast. Ik zie nog veel ruimte om ons werk te verbeteren. Door dichter tegen mensen aan te kruipen, ze secuurder bij de hand te nemen en steviger vast te houden. Door minder snel los te laten. Sommige mensen hebben nu eenmaal langdurig begeleiding nodig.'

Op landelijk niveau veranderen

Ook staatssecretaris Jetta Klijnsma is positief over de nieuwe aanpak. 'Gemeenten, pak die handschoen op en leer van de pilot in Alphen aan den Rijn en de resultaten in Boston. Ik ben druk doende om op landelijk niveau zaken te veranderen, zoals de vereenvoudiging van de beslagvrije voet, toegang van overheidsinstanties op het beslagregister en een concretisering van de rijksincassovisie.' Een effectievere manier van werken sluit daar goed op aan.

Pilot in Alphen aan den Rijn

De gemeente Alphen aan den Rijn start in januari 2017 een pilot waarin ze de principes van Mobility Mentoring gaan toepassen. Er is bij ZonMw subsidie aangevraagd om de effecten van de pilot te meten. In de loopt van 2017 wordt bekend of die wordt toegekend.

