



# Het bespreken van armoede

*Het signaleren van armoede is één,  
maar het bespreekbaar maken ervan is een tweede*

Oké wellicht maak je je zorgen, en heeft de test of de signalenkaart je erop gewezen dat het goed is om in gesprek te gaan over armoede.

Maar je voelt je er erg ongemakkelijk bij. Wat zeg je dan en hoe zorg je er nu voor dat je niet bemoeizuchtig overkomt...alsof jij de wijsheid in pacht hebt.

Eén ding is dan ook uiterst belangrijk: Ga het gesprek niet aan wanneer jij denkt dat je het beter weet of dat jij wel even aan de persoon zal kunnen vertellen wat hij allemaal fout doet en hoe hij zijn probleem kan oplossen.

## Hoe dan wel?

Het bespreekbaar maken van armoede kan ongemakkelijk zijn. We vinden het lastig om over moeilijke onderwerpen te praten met andere mensen. Zeker wanneer die ander daar ook nog eens zelf mee worstelt.

Mensen schamen zich vaak en willen het er liever niet over hebben. Toch is het enorm belangrijk dat je het wel bespreekbaar maakt. De ander komt alleen verder als iemand een keer over dat ongemak heenstapt!

Om je op weg te helpen hebben we een aantal belangrijke tips voor je verzameld.

De twee allerbelangrijkste punten zijn:

- Praat vanuit je eigen perspectief. 'Ik maak me zorgen' bijvoorbeeld. Of 'Ik zie dat het niet zo goed met je gaat'.  
Mensen voelen zich graag gezien, en op deze manier toon je dit.
- Praat zonder enige veroordeling. Mensen schamen zich voor hun situatie. Waarom? Omdat wij mensen zo snel klaar staan met ons oordeel. Ga je het gesprek met iemand? Probeer dan te allen tijde te voorkomen dat de ander denkt dat je een oordeel zou kunnen hebben.
- Wat je kunt doen is dat je feitjes benoemt in plaats van dat je zegt wat je denkt. Wat je vindt hou je voor jezelf en wat je ziet kun je delen. Uiteraard wel netjes en gepast. Een aantal voorbeelden: 'Ik zie dat je brievenbus behoorlijk vol begint te raken' in plaats van 'zo hey, zou je je post niet eens openmaken?' 'Ik zie dat je geen cadeautje bij je hebt' in plaats van 'Wat gek dat je geen cadeau hebt meegenomen'. Maar ook: 'je ruikt niet zo fris' in plaats van 'ik vind dat je er niet zo schoon uitziet'. Het is dus belangrijk dat je jouw neutrale waarneming verteld en niet je mening of je oordeel daarover geeft.

Het expliciet benoemen van wat je waarneemt kan best pijnlijk zijn en alsnog een reden zijn voor de ander om zich af te sluiten. Ook in dat geval is jouw waarneming belangrijk: 'Ik zie dat je dit lastig vindt. Dat vind ik ook.' 'Ik merk dat je het er liever niet over hebt. Wanneer het nodig is, wil ik je graag helpen.'