

Samenleven in een woongemeenschap

Peter Bakker

- eind 1971 in eerste woongemeenschap
- in drie woongroepen gewoond
- nu in Centraal Wonen Lismortel in Eindhoven
- hopelijk over twee jaar in de ecologische woongemeenschap Boschgaard in Den Bosch



Onderwerpen die langskomen:

Openheid en eerlijkheid

Emoties mogen

Problemen niet negeren

Afspraken maak je zelf

Verantwoordelijkheid

Elkaar er bij houden



Geen kant en klare oplossingen, wel wat

- .gedachten
- .ideeën
- .open deuren
- .tegeltjeswijsheden



De meeste mensen deugen, maar ...

- .hebben ieder hun eigen frustraties, angsten en hangups
- .zijn ingewikkeld, ook voor zichzelf
- .hebben verschillende behoeftes
- .reageren verschillend op een situatie
- .willen aardig gevonden
- .vinden direct zijn lastig
- .liggen wel eens te woelen in bed



De ultieme relatietest *

	buren	huisgenoten	vrienden	familie
uit het oog, uit het hart	x	x		
spruitjes serveren		x		
geld lenen			x	x
verplichte klusdag		x		
gereserveerde plek bij begrafenis				x

* bron: Tony Weggemans



Openheid en eerlijkheid

- .Waar geen open gesprek is, is ruimte voor machtspelletjes
- .Openheid bevordert begrip voor elkaar en voor elkaars behoeftes
- .Stel vragen, wees nieuwsgierig, verdiep je
- .Laat vragen toe en wees open en eerlijk in je antwoorden



Emoties mogen / mogen niet

- “Als iemand boos wordt en met stemverheffing praat, haak ik af. Ik wil niet blootgesteld worden aan negatieve energie.”
- Haak je bij boosheid af en ben je bij tranen vol medeleven?
- Onmacht wordt op verschillende manieren geuit. Dat het wordt geuit is belangrijker dan hoe.
- Emoties zijn er niet zomaar
- Boosheid is niet hetzelfde als agressie. Vermijd dreigen, schelden en vernederen.



Gesprek over het gesprek

- Probeer er achter te komen wat achterliggende oorzaken zijn van botsingen.
- In plaats van elkaar de botsing te verwijten.
- Niet de toon is belangrijk, wel wat er achter zit.
- We zijn allemaal verschillend, dus we uiten ons verschillend. Er is geen 'juiste' manier.
- Wat had iemand willen zeggen?



Afspraken

- Afspraken maak je samen
- Een ander kan je aanspreken op een afspraak die je niet (goed) nakomt
- Regels in een woongemeenschap zijn de afspraken die je in samen hebt gemaakt. (Dus niet van bovenaf opgelegd)
- Door lid-bewoner te worden verbind je je met de afspraken die er al zijn gemaakt.
- Alle regels/afspraken zijn te wijzigen: doe een voorstel.



Verantwoordelijkheid

- Samen ben je verantwoordelijk voor het geheel
- Iedere bewoner is mede-verantwoordelijk voor het geheel
- Door lid-bewoner worden ga je die verantwoordelijkheid aan
- Durf elkaar hier op aan te spreken



Elkaar erbij houden

•Elkaar aanspreken is makkelijker:

-als je elkaar vaak ziet

-in een kleine woongemeenschap

-in een werkgroep

•Talenten & Taken boekje

-Daarin is te zien wat er te doen is

-Aan iedereen wordt gevraagd: wat ga je komend jaar voor de gemeenschap doen



Voor mij is gemeenschappelijk wonen

- Interessant en leerzaam (ook over mezelf)
- Soms een hele opgave en veroorzaakt het woelen in mijn bed
- Veel leuke en boeiende mensen om me heen
- Toevallige ontmoetingen
- Samen verantwoordelijk zijn en samen beslissen
- Maar ook: moeilijk om iedereen betrokken te houden
- Een broedplaats voor basis-democratie



Verwacht je een warm bad?

- .Als iedereen is positief is en we allemaal normaal doen, kan er toch niets mis gaan?
- .Gewoon vertrouwen in elkaar hebben?
- .Een plek zonder moeilijke mensen?
- .Alleen fijne warme lieve mensen om me heen?
- .Mensen vol liefde en aandacht?
- .Kortom: een warm bad?



De ervaring van veel al langer bestaande woongemeenschappen

- .eenderde van de bewoners is actief
- .eenderde is matig actief
- .eenderde doet niets en zie je vrijwel nooit
- .fricties blijven soms lang bestaan
- .zoeken hier oplossingen voor



We laten dingen lopen, omdat we

- Liever 'lief' voor elkaar zijn
- “degene die zelden komt opdagen zal daar vast goede redenen voor hebben” zeggen
- “laten we vertrouwen hebben”, zeggen
- uitgaan van vrijheid en vrijwilligheid
- hopen dat ‘zo iemand’ zelf afhaakt (= verhuist)
- het eigenlijk nogal eng vinden vragen te stellen



Beter dan 'laten lopen', lijkt me

- problemen niet te laten liggen, maar bespreken
- daarbij proberen open en eerlijk zijn
- daarbij emoties van jezelf en anderen toe laten
- nieuwsgierig zijn en vragen stellen
- je verdiepen in de anderen en het waarom van verlangens, wensen en frustraties
- zelf ook vragen toe laten



Dingen 'laten lopen' veroorzaakt

- een afnemend vertrouwen in elkaar, omdat je er dan niet achter komt waarom die vervelende dingen gebeuren
- gevoel van onveiligheid, want iets vervelends kan zomaar weer gebeuren
- elkaar nauwelijks beter leren kennen
- het zoeken naar zondebokken, telkens weer.



Doe het er mee, met ieder die er woont

- Je hebt samen voor elkaar en voor nieuwere bewoners gekozen
- Ook als iemand je niet meer bevalt: die ander gaat niet weg
- Iemand tot zondebok aanmerken en hopen dat deze weggaat kan een lange weg zijn
- Los het op, verdiep je, leer die ander beter kennen (begrip maakt je meestal zachter)
- Houdt die ander erbij en stoot niet af



In gesprek gaan als iets je niet bevalt

- Stap er op af
- Stel vragen en wees oprecht benieuwd
- Zeg wat je (er van) vindt
- Zeg waar je last van hebt of graag zou willen
- Neem mede-verantwoording voor verbetering
- Kijk ook naar/in jezelf



Het gezag van de groep

- In een werksituatie is er meestal een 'baas'
- In een gezin zijn er ouders, minimaal één.
- In een woongemeenschap is er doorgaans geen 'gezagsdrager'.
- De groep als geheel is 'het gezag'
- Als je het er niet over hebt als iets aan de hand is, ontstaat er uiteindelijk, net als bij vriendschap en een relatie, al meer afstand en al minder vertrouwen.
- Doe dus wat, ga naar de ander toe. Durf! Zeg niet: "dat ligt mij niet, een ander kan dat vast beter", of: "dit is voor het bestuur".
- Moedig zijn is: het eng vinden en toch doen.



Tenslotte (tegeltjeswijsheden)

.Wees niet te 'lief' voor elkaar. Ontzie jezelf en de ander niet als er iets speelt.

.Vraag jezelf af of je niet gewoon bang bent, bang om niet aardig gevonden te worden. Of niet 'lief' bent, maar vooral een beetje laf.

.Groepsleven is een werkwoord

.Met iemand praten over iemand anders is niet 'slecht': het kan ontlading geven en kan tot begrip leiden.

.Echter als het daarbij blijft en je nooit naar degene waar je over praat toegaat, is dat wel jammer.

.Laatst las ik dat mensen die eerlijk zijn vaak onaardiger gevonden worden dan dan mensen dat minder zijn. Bedenk wat is het beste voor de woongemeenschap is. Eerlijkheid en proberen daarbij aardig te zijn. Maar eerlijkheid voorop.

.Vergissingen erkennen, daar verantwoording voor nemen maakt je niet kwetsbaar maar sterk en onafhankelijk.

.Heb je een collega waar je altijd gedoe mee hebt. Verwacht je zoiets in je woongemeenschap niet tegen te komen?

.Helaas is mijn ervaring dat in je eentje een aanvang nemen met het verbeteren van de cultuur, uiterst moeilijk is. Als een paar mensen er tegen zijn om dieper in gesprek te gaan en anderen het buiten het overleg zeggen het met je eens te zijn maar in het overleg hun mond houden, kom je – of ik althans – niet verder.

.Ben er bij als er overlegd wordt. Als je niet prettig voelt bij het overleg doe dan voorstellen hoe het anders zou kunnen en kijk naar je eigen drempels.

.Vraag niet wat de woongemeenschap voor jou doet, maar wat jij voor de woongemeenschap kunt doen.

.Samenleven in een woongemeenschap is net zo makkelijk en moeilijk als het goed houden van vriendschappen en relaties



Voordelen van gemeenschappelijk wonen

- Je leert veel van jezelf
- Je leert allerlei soorten mensen goed kennen. Bij beter leren kennen blijkt ieder mens interessant.
- Je leert beter omgaan met andere mensen
- Je leert beter onderscheid maken tussen wat iemand doet en de persoon
- Je leert omgaan met kritiek
- Je leert er mee omgaan dat niet iedereen je even aardig vindt
- Je leert er mee omgaan dat er soms over je wordt gepraat
- Verdiep / nieuwsgierig in de ander, behoeftes e.d.
- Heb vertrouwen in de goede bedoelingen van de anderen



Bevalt iemand je niet?

- .Vraag je af waarom het je niet bevalt
- .Leer die ander beter kennen
- .Wees nieuwsgierig
- .Begrip doet veel
- .Verdiep je dus zowel in jezelf als die ander



Bevalt iemands gedrag je niet?

- .Onderzoek wat het je doet
- .Vertel wat het je doet
- .Vraag naar het waarom van het gedrag
- .Zoek samen naar oplossingen



Wat ik heb willen zeggen is in het kort:

- .Wees open en eerlijk naar elkaar en jezelf
- .Verdiep je in elkaar, wees nieuwsgiering
- .Wees niet bang voor emoties
- .Ieder is mede-verantwoordelijk
- .Laat elkaar niet lopen, houd elkaar er bij
- .Blijf met elkaar in contact

