

Sturen op Zelfsturing vanuit de menselijke maat

Stress-sensitief werken in justitiële inrichtingen

Werken binnen justitiële inrichtingen betekent omgaan met mensen in complexe situaties: agressie, wantrouwen, trauma en psychische problemen. Dat vraagt meer dan handhaven alleen – het vraagt om verbinden, motiveren en beïnvloeden op een manier die recht doet aan de menselijke maat.

Zelfsturing als kompas

Sturen op Zelfsturing (SoZ) helpt medewerkers om vanuit empathie en duidelijkheid gedragsverandering bij gedetineerden te bevorderen. De methodiek houdt rekening met stress, systeemdruk en de psychologische impact van detentie.

Waarom nodig?

Gedetineerden kampen vaak met trauma, schulden, laaggeletterdheid of psychische kwetsbaarheden. Detentie zelf vergroot stress en machteloosheid, waardoor veranderen moeilijker wordt. Medewerkers kunnen pas écht bijdragen aan veiligheid en re-integratie als er verbinding is én gestuurd wordt op eigen regie.

Wat is Sturen op Zelfsturing?

Een stress-sensitieve gespreksmethodiek die:

- probleemoplossend vermogen en motivatie van gedetineerden versterkt;
- escalaties voorkomt via communicatie vanuit gelijkwaardigheid;
- professionals ondersteunt om kalm, duidelijk en empathisch op te treden;
- duurzame gedragsverandering bevordert binnen de kaders van detentie.

De uitdaging

Veel gedetineerden zijn (nog) niet gemotiveerd om te veranderen, maar moeten zich wel aan regels houden. SoZ leert medewerkers weerstand herkennen, empathisch blijven én tegelijk richting geven.

De menselijke maat in context

De menselijke maat betekent oog voor de persoon áchter het gedrag. Binnen een systeem van controle vraagt dat om balans tussen begrenzen en begeleiden:

- **Medewerker:** professioneel, stress-sensitief en motiverend aanwezig.
- **Teamleider:** stimuleert reflectie, intervisie en een gezamenlijke visie.

- **Organisatie:** creëert ruimte, ondersteuning en heldere procedures.

Resultaten

- Meer rust en veiligheid doordat gedetineerden zich gehoord voelen.
- Medewerkers hebben meer invloed op motivatie en gedragsverandering.
- Gesprekken verlopen constructiever, ook bij weerstand.
- Minder escalaties en overbelasting.
- Betere werkrelaties door 'warme zakelijkheid'.

In de praktijk

SoZ is een proces van:

1. **Verkennen** – Wat speelt er? Wat zijn realistische doelen?
2. **Versterken** – Welke kwaliteiten en mogelijkheden zijn aanwezig?
3. **Oplossingsgericht werken** – Obstakels omzetten in actie.
4. **Evalueren** – Wat werkt en wat vraagt bijstelling?

Bouwstenen

- Leefwereld van de gedetineerde centraal.
- Gidsende beroepshouding: oordeelvrij, empathisch en doelgericht.
- Realistische, haalbare gespreksdoelen.
- Effectieve technieken zoals reflectief luisteren, activerende vragen en oplossingsgerichte werkvormen.