



COLOFON
 Amsterdam UMC, locatie Vhmc,
 Afdeling Metamedica
 Van der Boerhorststraat 7
 1081 BT Amsterdam
 NEDERLAND

In samenwerking met
 Hogeschool van Amsterdam.

Deze gids is gefinancierd door
 Stichting Hofje Codde en Van Berestejn

De PARgids creëren als:
 Groot, B.C.; Muntinga, M.E.; Dedding, C. & Abma,
 T.A. (2018) Participatief actieonderzoek samen met
 ouderen. Participatief actieonderzoeksteams: Een
 Quick Guide. Amsterdam UMC, Amsterdam Public
 Health Institute, afdeling Metamedica (Vhmc),
 Amsterdam.

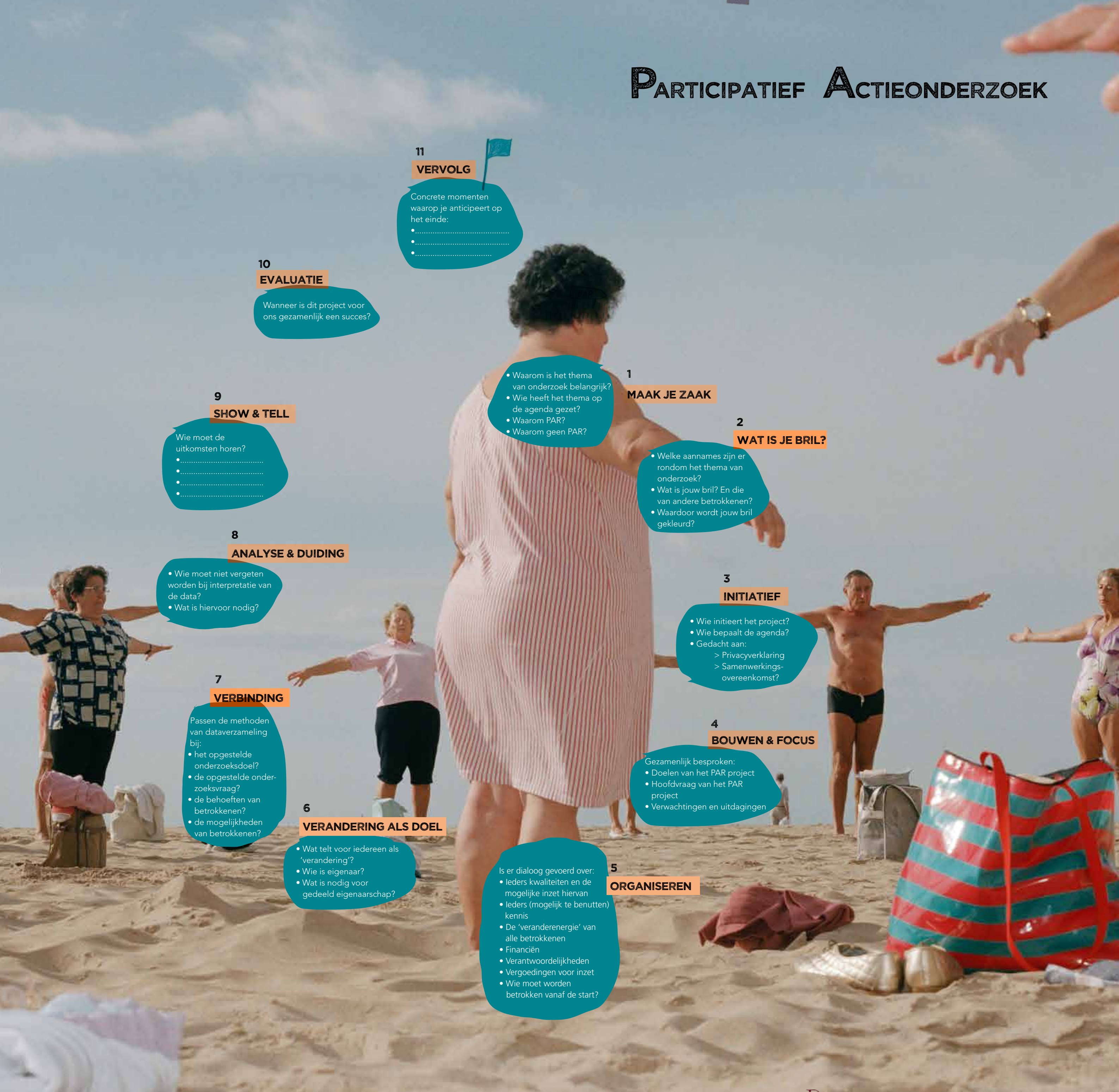


PAR gids

Participatief Actieonderzoek (PAR) is samen onderzoek doen met de mensen waar het om gaat in zorg, welzijn, de wijk of beleid. In deze PARgids vinden onderzoeksteams basisprincipes van PAR, praktische tips en academische literatuursuggesties over de PAR-benadering. De PARgids kan teams helpen bij de start van hun project, maar ook tijdens het proces. Meer lezen? Kijk op:

CENTRUMVOORCLIENTERVARINGEN.COM/PARGIDS

PARTICIPATIEF ACTIEONDERZOEK



11
VERVOLG
 Concrete momenten waarop je anticipeert op het einde:
 •
 •
 •

10
EVALUATIE
 Wanneer is dit project voor ons gezamenlijk een succes?

9
SHOW & TELL
 Wie moet de uitkomsten horen?
 •
 •
 •

8
ANALYSE & DUIDING
 • Wie moet niet vergeten worden bij interpretatie van de data?
 • Wat is hiervoor nodig?

7
VERBINDING
 Passen de methoden van dataverzameling bij:
 • het opgestelde onderzoeksdoel?
 • de opgestelde onderzoeksvraag?
 • de behoeften van betrokkenen?
 • de mogelijkheden van betrokkenen?

6
VERANDERING ALS DOEL
 • Wat telt voor iedereen als 'verandering'?
 • Wie is eigenaar?
 • Wat is nodig voor gedeeld eigenaarschap?

Is er dialoog gevoerd over:
 • Ieders kwaliteiten en de mogelijke inzet hiervan
 • Ieders (mogelijk te benutten) kennis
 • De 'veranderenergie' van alle betrokkenen
 • Financiën
 • Verantwoordelijkheden
 • Vergoedingen voor inzet
 • Wie moet worden betrokken vanaf de start?

1
MAAK JE ZAAK
 • Waarom is het thema van onderzoek belangrijk?
 • Wie heeft het thema op de agenda gezet?
 • Waarom PAR?
 • Waarom geen PAR?

2
WAT IS JE BRIL?
 • Welke aannames zijn er rondom het thema van onderzoek?
 • Wat is jouw bril? En die van andere betrokkenen?
 • Waardoor wordt jouw bril gekleurd?

3
INITIATIEF
 • Wie initieert het project?
 • Wie bepaalt de agenda?
 • Gedacht aan:
 > Privacyverklaring
 > Samenwerkingsovereenkomst?

4
BOUWEN & FOCUS
 Gezamenlijk besproken:
 • Doelen van het PAR project
 • Hoofdvraag van het PAR project
 • Verwachtingen en uitdagingen

5
ORGANISEREN

DE PARGIDS

is gericht op Participatief Actieonderzoek (PAR) met ouderen. Het vloeit voort uit een PAR-project in het kader van Age Friendly City Amsterdam. In 2016 begon in deze stad een participatief actieonderzoeksteam waarin ouderen, academisch onderzoekers en docenten samenwerkten met stakeholders uit de wijk. Zij startten hiermee een beweging die nog steeds voortduurt. Tijdens het PAR proces merkten we dat bij onderzoekers, beleidsmakers, en ook bij ouderen zelf, behoefte was aan een compacte, Nederlandstalige, handreiking.

De foto's in deze gids zijn bewust gekozen als illustratie van de diverse fasen in PAR. Wij dagen lezers en onderzoeksteams uit om gezamenlijk deze foto's te bekijken en elkaars 'bril' hierdoor te verkennen. Wat zie jij? We hebben hiervoor een uitknip-bril toegevoegd om letterlijk, met humor, door elkaars bril te kijken.

We hopen dat de gids participatief onderzoeksteams ondersteunt en een eerste houvast biedt in PAR trajecten. In de praktijk merken we dat door te 'doen' teams ontdekken dat ze behoefte hebben aan verdieping en reflectie. Amsterdam UMC, afdeling Metamedica biedt middels cursussen, workshops en het lerend netwerk van de School of Participation verdieping in PAR. Tevens is op deze afdeling veel ervaring met PAR, dus voel je vrij om eens contact op te nemen om samen te werken of samen te leren!

Het schrijversteam



1. MAAK JE ZAAK

PAR is onderzoek mét (in plaats van óver) mensen! In PAR onderzoeken de mensen om wie het gaat hun eigen leven, wijk en dagelijkse bezigheden. Doel van PAR is het verbeteren van de kwaliteit van leven en het hebben van zeggenschap.

WAT IS PAR?

Een onderzoekbenadering waarin:
> samen **KENNIS** wordt ontwikkeld.
> het doel van kennisontwikkeling **VERANDERING** is.
> **LEREN, REFLECTIE EN ACTIE** elkaar afwisselen.
> **SAMENGEWERKT** wordt met diegene die leven, wonen of werken in de context van het onderzoek, zoals een wijk of een zorginstelling.
> alle betrokkenen **CO-ONDERZOEKERS** zijn.

PRINCIPES PAR

Een aantal onderliggende waarden die in elke fase van een traject nagestreefd worden:

wederzijds respect;
gelijkheid en inclusie;
democratische participatie;
actief leren;
verschil maken;
collectieve actie;
persoonlijke integriteit.

EEN PAAR VOORBEELDEN

Bewoners werken samen met onderzoekers aan een ouderenvriendelijke wijk in Buitenveldert, Amsterdam. Bewoners van een verzorgingshuis bundelen krachten om de keuken te verbeteren in Maastricht. Niet-Nederlandstalig vrouwen ontmoeten elkaar om hun eigen situatie te veranderen in Rotterdam-Zuid.

LITERATUUR

Een Engelstalige basisdocument van participatief actieonderzoek (ICPHR, 2013a).
Hét Engelstalig basisboek over PAR (Abma et al, 2018)
Alles over de Nederlandse benadering van PAR en casussen met ouderen (Groot & Abma, 2018)
Basis over ethiek in PAR en casussen (ICPHR, 2013b; Banks & Brydon-Miller, 2018)

"SOMS IS EEN AANLOOPERPERIODE VAN 2 JAAR NODIG OM IEDEREEN OP EEN LIJN TE KRUIGEN. MAAR UITEINDELIJK HEBBEN OUDEREN DAN WEL EEN ROL IN ALLE STAPPEN VAN HET PROCES"

2. WAT IS JE BRIL?

Iedereen heeft een ander perspectief. De bril waardoor je kijkt, bepaalt wat je ziet. Het onderkennen van, en leren over 'je eigen bril' is essentieel in PAR: hoe kijk jij? En hoe kijken de mensen met wie je samen onderzoek doet?



LEES MEER!

CENTRUMVOORCLIENTERVARINGEN.COM/PARGIDS

"ALS LESBISCHE VROUW ZIE IK DINGEN ANDERS DAN ANDEREN."

NOODZAKELIJKHEDEN BIJ PAR

> Kennis van de uitgangspunten van en ervaring met PAR.
> Voldoende tijd, draagvlak en middelen.
> Flexibele ondersteuning vanuit systemen (organisatie van initiators).
> Uithoudingsvermogen voor emotioneel werk van facilitators.

EEN VOORBEELD UIT NEDERLAND

> De aanloop van het Age Friendly City project in Amsterdam duurde lang, zo'n twee jaar.
> PAR is tijdsintensief voor degene die het initieert.

3. INITIATIEF

PAR kan vanuit verschillende hoeken starten. Draagvlak en vertrouwen is niet altijd gegarandeerd. Zoeken naar wat passend en mogelijk is, is een eerste uitdaging in het onderzoek.

PRAKTISCHE TIPS

> Bespreek bij de start: Waarom gaan we samenwerken? Wie moet er betrokken zijn? Wat zijn onze onderzoeksdoelen? > Start niet te ambitieus. Eén groep in een jaar bij elkaar brengen en samen onderzoeken is al heel wat.
> Breng in één van de eerste bijeenkomsten de ethische principes (ICPHR, 2013b) in en maak die bespreekbaar in de groep.

PRAKTISCHE TIPS

> Organiseer meerdere bijeenkomsten om elkaar te leren kennen en ieders bril en achtergrond te begrijpen.
> Reflecteer als participatief onderzoeker ook op je eigen positie en bril.

LITERATUUR

Een hoofdstuk over verschillende brillen m.b.t. PAR (Abma et al, 2018, H.2)

11. VERVOLG

Voortgang van acties die ingezet zijn voor participatief actieonderzoek (PAR) is vaak een uitdaging. Dit is afhankelijk van vele factoren.



PARTNERSCHAP IN PAR
Partnerschap is een basis in het vervolg van PAR. Wat betekent partnerschap eigenlijk?
> Formele en/of informele relaties;
> Gezamenlijke processen;
> Gezamenlijke doelen.

Belangrijk is dat kennis in PAR door relaties tot stand komt. Zonder relaties tussen betrokkenen ontstaat geen kennis en verandering.

LITERATUUR
Meer over vervolg (Abma et al, 2018, H.11)

PARTICIPATIEVE EVALUATIE

> Hoe is jouw denken (en van anderen in jouw context) geraakt of veranderd?
> Hoe is deze verandering in denken vertaald in de praktijk?

UITKOMSTEN

Mogelijke uitkomsten voor succes van PAR zijn de mate van:

'kritisch denkvermogen';
'anders denken';
zelfvertrouwen;
'beter begrip van jezelf'.

LITERATUUR
Meer over evaluatie van het proces van PAR (Abma et al, 2018, H.10)

10. EVALUATIE

Leren en veranderen gaan hand in hand met reflectie in PAR. Wat leren we? Hoe veranderen we? Wat veranderen we?



GEZAMENLIJKE BESLISSINGEN

Bespreek vragen als:
> Wat willen we naar buiten brengen?
> Voor wie?
> Wat presenteren we als 'bewijs'?
> Wat is het medium?

LITERATUUR
Meer over laten zien en vertellen, met allerlei praktijkvoorbeelden (Abma et al, 2018, H.9).
Casus over Age Friendly City en het naar buiten brengen van foto's (Groot & Abma, 2018).

PRAKTISCHE TIPS
> Denk ook aan buurtbijeenkomsten waar foto's in de bibliotheek een tentoonstelling vormen en aanleiding vormt voor dialoog.

"CREATIEVE ANALYSE MAAKT IETS LASTIGS SIMPELER. ECHTER, TIJDSCHRIFTEN SCHEUREN VOOR COLLAGE'S IS NIET IN ELKE GENERATIE GEPAST."

8. ANALYSE & DUIDING

Het analyseren van de data die verzameld is, gebeurt in PAR idealiter samen met diegene wiens leven onderwerp is van de studie. Iedereen brengt zijn eigen perspectief in de duiding.

LESSEN EN UITDAGINGEN IN GEZAMENLIJKE ANALYSE
> Hoe begrijpelijker de analysemethode, hoe meer betekenisvol en geloofwaardig voor alle betrokkenen.
> Analyse is niet alleen weggelegd voor opgeleide onderzoekers.

PRAKTISCHE TIP
> Train teams gezamenlijk over mogelijkheden van data-analyse, zodat het team op basis hiervan keuzes kan maken voor hun benadering. Informeer eens bij Metamedica!

BASISPRINCIPES
> Wees kritisch, bewust van aannames en open voor alle perspectieven.
> Vraag 'kritische' vrienden om mee te kijken naar de analyse.
> Houd een dagboek bij met onderzoekbeslissingen.
> Speel ook advocaat van de duivel bij je eigen analyse.

LITERATUUR
Meer detail over organisatie in PAR, zoals struikelblokken in organisatie of duidelijkheid in beslismacht (Abma et al, 2018, H.5).

Meer over analysetechnieken op www.centrumvoorclientervaringen.com/PARGids

"DENK AAN EEN HISTORISCHE WANDELING DOOR HET DORP. DIT ROEPT VERBINDING OP EN VERHALEN. MENSEN DELEN GEMAKKELIJKER NA DEZE WANDELING."

5. ORGANISEREN

Het is een mythe dat PAR niet georganiseerd hoeft te worden. Integendeel. De organisatie is cruciaal voor het slagen van je project.

ONDERZOEKSTEAM

> Ideale grootte: drie tot tien 65+-ers.
> Neem een periode die te overzien is voor iedereen.
> Wees helder over ieders belangen, kennis en kunde.
> Wees open over vergoedingen en reiskosten.

PRAKTISCHE TIPS

Vragen voor eerste bijeenkomsten:
> Welke voordelen moet onderzoek realiseren?
> Wie kan positieve verandering promoten in het onderwerp van onderzoek?
> Wiens stem is niet vaak gehoord?
> Waarom zouden mensen geïnteresseerd zijn in samenwerking in het project?
> Wiens belang is gerepresenteerd in het project en wat zijn deze belangen?
> Wie heeft welke kennis, ervaring, competenties, macht?

ROLLEN EN BESLISSMAGT

> Wees helder wie welke rol heeft, zoals financiers, initiators, co-onderzoekers en andere betrokkenen.
> Niet iedereen hoeft bij alle stappen op gelijke wijze betrokken te worden.

LITERATUUR
Meer detail over organisatie in PAR, zoals struikelblokken in organisatie of duidelijkheid in beslismacht (Abma et al, 2018, H.5)

6. VERANDERING ALS DOEL

AARD VAN VERANDERING
Zichtbaar of onzichtbaar. Tastbaar of ontastbaar. Denk aan een nieuw bankje in de wijk, een verandering in zorgverlening of bejegening... of wederzijds begrip voor elkaar.

Verandering is een belangrijk doel van PAR. Tussen mensen verschilt de opvatting over wat onder 'verandering' verstaan wordt.

LEREN EN ANDERS DENKEN

> Leren verandert de manier waarop we denken. Dus... verandering is ook 'leren' en 'van perspectief wijzigen'.
> Vooraf weet je nooit welke verandering je bewerkstelligt.
> Wat belangrijke verandering is, is voor iedereen anders.

PRAKTISCHE TIPS

Relevante vragen:
> Hoe gaan we de bevindingen delen?
> Hoe gaan we verschil maken?

"ACTIE IS WAT MENSEN BIJ ELKAAR EN IN BEWEGING BRENGT. BIJ DE EEN IS DAT ETEN IN HET ZIEKENHUIS OF VERZORGINGSHUIS, VOOR DE ANDER BANKJES IN DE WIJK."

LITERATUUR
Achtergrondinformatie over 'acties voor verandering' (Abma et al, 2018, H.6).
Ervaringen van ouderen in Age Friendly City PAR project (Buffle, 2018).

7. VERBINDING

Mensen wiens leven of werk onderwerp is in een PAR studie werken idealiter mee aan datageneratie (dataverzameling). Hoe faciliteer je een gezamenlijk proces?



PAR WERKT MET METHODEN DIE NIEMAND UITSLUITEN

Voorbeelden van inclusieve methoden:
> Storytelling (verhalen uitwisselen) over gevoel, sensaties, gemoedstoestanden.
> Photovoice (stem laten horen door fotografie) over beelden die de leefwerelden vertegenwoordigen.
> Samen een collage maken over de ideaalwereld van het onderwerp.

LITERATUUR
Nederlandstalige beschrijving van inclusieve methoden (Disability Studies, 2018; Participatiekompas, 2018)
Engelstalig handboek Participatory Visual Research met voorbeelden over werken met foto's, video, tekenen en een videoverhaal (Mitchell et al, 2016)
Meer over verbindende technieken (Abma et al, 2018, H.7).