

EINDRAPPORT **SAFE HARBOUR**

EEN **SAFE SPACE PROJECT** VOOR MENSEN MET **AFRIKAANSE ROOTS** **FOCUS OP ANTI-RACISME — VERBINDING — VEERKRACHT — HEALING**

Coördinator : Camille Lofongo
Educatief Medewerkers : Virginie Iribagiza & Norbert Ngila

Vanuit het luisteronderzoek Racisme Ontrafeld (Sankaa vzw) werd in 2022 de nood geformuleerd aan een safe space project voor mensen met Afrikaanse roots, onder de noemer Safe Harbour. Dit rapport beschrijft de volledige uitwerking (januari-december 2023), met als doel lezers inkijk te geven en te motiveren hun eigen safe space project op te zetten.

1. **WAT IS SAFE(R)?**

- | | | |
|------------|--|-------|
| 1.1 | ONDERZOEK | – P02 |
| | I. Raciaal trauma | |
| | II. Focus op mensen met Afrikaanse roots | |
| | III. Afwezigheid witte mensen | |
| | IV. Fysieke safe spaces | |
| 1.2 | SPECIFICS | – P04 |
| | I. Basisprincipes | |
| | II. Rol van de facilitator(en) | |
| | III. Veiligheidsafspraken | |
| | IV. Nazorg | |

2. **ACTIES**

FASE 1 : VERBINDING

- | | | |
|------------|---------------------------|-------|
| 2.1 | SAFE SPACE SESSIES | – P08 |
|------------|---------------------------|-------|

FASE 2 : VERDIEPING

- | | | |
|------------|--------------------------------------|-------|
| 2.2 | DEKOLONISERING (AfricaMuseum) | – P10 |
| 2.3 | THERAPIE (Healing Movement) | – P10 |
| 2.4 | WORKSHOPS | – P11 |

3. **EVALUATIE**

- | | | |
|------------|------------------|-------|
| 3.1 | LESSEN | – P13 |
| 3.2 | SUCCESSEN | – P14 |
| 3.3 | DANKWOORD | – P16 |

4. **BRONNEN & BIJLAGEN**

1. WAT IS SAFE(R)?

1.1 ONDERZOEK

Safe Harbour is een research-based project. Een aantal studenten uit de masteropleiding Sociologie aan de UGent voerden voor ons een literatuurstudie uit, in combinatie met enkele gesprekken bij bestaande verenigingen. Onderzoeksvraag: ‘Randvoorwaarden om een veilige haven te realiseren voor mensen met Afrikaanse roots.’

Onderstaande tekst is gebaseerd op dit onderzoeksdocument (Buchanan, Stallaert, Sturtewagen, & De Smet, 2023) in combinatie met onderzoek naar ‘Discriminatie van personen van Afrikaanse origine’ van Unia (Unia, 2022).

I. Raciaal Trauma

In 2022 bracht Sankaa vzw het luisteronderzoek ‘Racisme Ontrafeld’ uit: ‘Een inkijk in hoe personen met Afrikaanse roots in België zich anders behandeld of uitgesloten voelen’. Raciaal trauma lijkt op PTSS. Het is ‘op ras gebaseerde stress’ die zowel individueel als collectief ervaren wordt. Een gebrek aan ‘sense of belonging’.

Deze (collectieve) verwonding is chronisch: (onbedoelde) micro-agressies, openlijk racisme, beeldvorming en online haat, systematische uitsluiting ingebakken in verschillende lagen van de samenleving, zichtbaar op de job- en huizenmarkt, binnen het politieke en maatschappelijke debat, op school en in de rechtbank...) Slachtoffers van raciaal trauma hebben nood aan erkenning, informatie en hulp. (Buchanan et al., 2023, p3)

Vanuit het onderzoek: “Potter (2019) geeft aan dat trauma-geïnformeerde zorg of een slachtoffer-gecentreerde aanpak door middel van empowerment secundair racisme tegen kan gaan. Secundair racisme kan aanschouwd worden als een herhaling van een racistische houding.” (Buchanan et al., 2023, p8)

Geïnternaliseerde racistische ideeën worden bestreden d.m.v. community-building, uitwisseling, erkenning, positieve bevestiging, het oefenen van copingmechanismen en het aanreiken van hulp waar mogelijk. Kortom, empowerment.

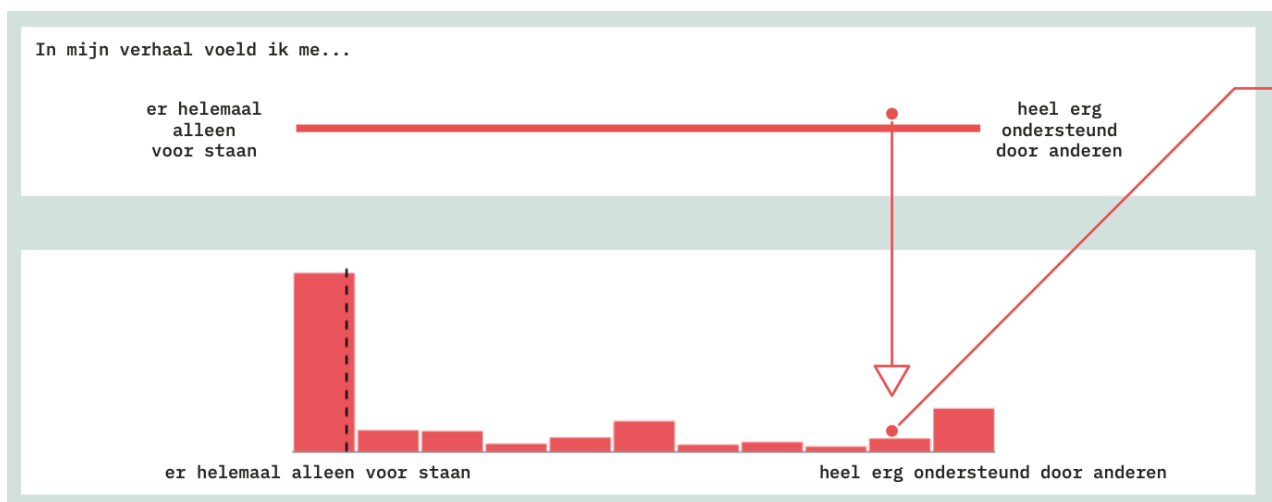
II. Focus op mensen met Afrikaanse roots

Het onderzoek stelt: “Zo blijkt uit een rapport van UNIA vzw (2011) dat het koloniaal verleden van België vandaag een sterke invloed heeft op de perceptie van mensen met een Sub-Saharaanse afkomst.” (Buchanan et al., 2023, p3)

Racisme tegenover mensen met Afrikaanse roots verschilt op sommige vlakken van racisme tegenover andere bevolkingsgroepen, mede omwille van de Belgische koloniale geschiedenis en de specifieke beeldvorming die daarmee gepaard gaat. (Unia, 2022). Sankaa vzw heeft linken met de verschillende Afrikaanse gemeenschappen in Vlaanderen en Brussel. Daarom focust Safe Harbour zich specifiek op deze groep mensen met migratieachtergrond. Tevens wordt het project verwezenlijkt door een team met Afrikaanse migratieroots (eerste- en tweedegeneratie).

III. Afwezigheid witte mensen

Het onderzoek stelt: “De enige constante in de definiëring van veilige ruimtes is dat er een groep wordt gevormd met de personen die zich onderdrukt voelen, in de afwezigheid van de personen die hen onderdrukken.” (Buchanan et al., 2023, p3) Witte mensen in Vlaanderen en Brussel hebben een andere culturele en ‘raciale’ ervaring dan mensen van kleur. Om op een veilige manier racisme-gerelateerd trauma te kunnen delen, zonder dat ervaringen potentieel in vraag gesteld of geminimaliseerd worden, is het nodig dat de groep uitsluitend bestaat uit mensen van kleur. Wanneer witte mensen de ruimte betreden, verandert de ‘safe’ space in een ‘brave’ space en wordt de veiligheid een stuk doorbroken. Merk op: het gaat hier over spaces met racisme als centraal thema. Als er sprake is van andere thematieken, hoeven roots en huidskleur geen rol te spelen binnen het gegeven ‘veiligheid’. Binnen Safe Harbour is dat echter wel het geval.



(Racisme Ontrafeld, 2022, p9)

Conclusie:

Omdat raciaal trauma vaak niet besproken wordt, veel mensen uit de Afrikaanse diaspora het gevoel hebben er helemaal alleen voor te staan (zie bovenstaande grafiek) en om verschillende redenen geen of weinig toegang hebben tot therapeutische spaces, kozen we binnen Safe Harbour in de meerderheid van de gevallen (ook later in het traject) voor een gekleurde groep, zonder witte mensen.

IV. Fysieke safe spaces

Uit onderzoek blijkt een sterke voorkeur voor fysieke safe spaces: 71% na bevraging. (Buchanan et al., 2023, p7) Safe Harbour koos voor een combinatie van meerdere meertalige offline spaces én een Nederlandstalige webpagina (een logboek met foto's, verspreiding inzichten, enkele hulpbronnen...)

➔ Bekijk de Safe Harbour webpagina via deze link [\(Klik om te openen\)](#).

1.2 SPECIFICS

I. Basisprincipes

Bucket list gebaseerd op de 'conclusie' geformuleerd in het onderzoek (Buchanan et al., 2023, p22)

- Transparante communicatie naar deelnemers toe over de specifieke invulling van de 'veilige ruimte' (doelstellingen communiceren, respect definiëren, participanten laten uitspreken, stilte toelaten)
- Rekening houden met spontane noden en verwachtingen deelnemers
- Platform creëren, deelnemers zelf voorop plaatsen
- Laagdrempelige en goed bereikbare locatie
- Personen contacteren via verschillende kanalen (sociale media, e-mail, persoonlijk opbellen, word-of-mouth, website)
- Kunst en symboliek als krachtige tools
- Eten en drinken en een gastvrije omgeving
- Tweewekelijks samenkomen, tussen de zes en de tien personen

Vanuit gesprekken met mensen uit het werkveld, in het bijzonder: Shari Legbedje (SPKR (SPReeKuuR), holistic coach Hyacinth Jones-Maes, Shelsia Da Costa (WeDecolonizeVUB) en Yannick De Strycker (Deep Democracy)

- 100% 'safe' bestaat niet, praten over racisme brengt oude en nieuwe pijn naar boven
- Een Safe Space wordt door iedereen anders ingevuld
- De Safe Space is een doel op zich waar naartoe gewerkt kan worden
- Respect voor het proces, niet alles in één keer willen bereiken
- Probeer, stel scherp, vertrouw op de capaciteiten van de groep
- Transparantie, geen valse beloften
- Opzet en structuur van de sessies zo helder mogelijk communiceren (verbaal en non-verbaal, via powerpoint, op papier...)
- Noden van de groep elke sessie opnieuw bevragen en in kaart brengen, inspraak van deelnemers inbouwen op verschillende punten doorheen de sessies
- Een Safe Space is laagdrempelig: meertalig, gratis, geen inschrijving nodig...
- Belang begrijpbare taal: materiaal vereenvoudigen, tolken...
- Evaluatiemogelijkheid deelnemers via online formulier en mondeling tussendoor
- Nazorgmogelijkheden voorzien (lijst met psychologen van kleur, minder zware activiteiten voorzien, focus op Black Joy...)
- Einddoel: voor iedere deelnemer anders
- Moeilijke emoties: bouw op tijd af, keer op tijd terug

Nota:

Naar haalbaarheid toe (drukke agenda van deelnemers, beperkte capaciteiten team, kosten per sessie...) was een tweewekelijkse sessie per regio (Antwerpen en Brussel) niet mogelijk. Ook het ideale maximumaantal personen per sessie werd meerdere malen overschreden. Safe Harbour ging telkens door op vrijdagavond of zaterdagmiddag.

➔ Voor de eigenlijke uitwerking van de safe space sessies, zie pagina 9 van dit document.

II. Rol van de facilitator(en)

Veiligheid staat centraal binnen een safe space. Een warm onthaal is van levensbelang. De facilitator moet streven naar een niet-autoritaire, open houding. **Geen regels, maar afspraken met openheid voor inspraak van deelnemers (luistervaardigheid).**

Een facilitator heeft vertrouwen in de intelligentie en veerkracht van de gemeenschappen waarmee die werkt. Hij/zij/die moedigt zelfredzaamheid aan. Mensen die afzien weten namelijk het beste wat ze zelf nodig hebben tijdens de sessie. De facilitator communiceert transparant over diens methodieken (geen guru's) en geeft deelnemers op termijn de kans om zelf ook een faciliterende rol op te nemen (rolfluiditeit).

Representativiteit (een facilitator die behoort tot de 'doelgroep', waarin deelnemers zichzelf en hun eigen ervaringen kunnen herkennen) is essentieel binnen een antiracistische safe space. Daarnaast is het aangewezen dat de facilitator **bedreven is in het begeleiden van groepsprocessen en ervaring heeft in het werken met mensen.**

Veiligheid binnen een groep is een fragiel gegeven. De facilitator kan omgaan met onverwachte, mogelijks onaangename gebeurtenissen (**weerstand binnen de groep, mensen die te laat komen of afhaken, emoties die hoog oplaaien...**) **Klinische scholing is daarom een absoluut pluspunt.** De facilitator monitort spanningen en emoties binnen de groep en drukt tijdig op de pauzeknop.

Het is belangrijk om steeds met twee of meer organisatoren aanwezig te zijn: een facilitator en ondersteuner, of meerdere facilitatoren die elkaar afwisselen (het woord nemen) doorheen de sessie. Niet alleen om (organisatorische, emotionele...) lasten te verdelen, maar ook om autoriteit af te bouwen en deelnemers niet de indruk te geven dat één persoon de plak zwaait. **Een veilige ruimte bouw je namelijk samen.** Zorg ervoor dat alle organisatoren goed op elkaar zijn afgestemd. Zorg indien mogelijk ook voor de aanwezigheid van een tolk (laagdrempeligheid, iedereen welkom).

Keywords:

- Representativiteit, lid van de 'doelgroep'
- Laagdrempelig
- Luistervaardigheid
- Inspraak deelnemers, niet autoritair
- Niet betuttelend, vertrouwen in deelnemers
- Geen guru's, transparantie methodieken, zelfredzaamheid aanmoedigen
- Meertalig
- Groepsprocessen kunnen begeleiden
- Kunnen omgaan met moeilijke, onverwachte situaties
- Klinische scholing een pluspunt
- Partner steeds aanwezig, lasten verdelen
- Machtspositie afbouwen (rolfluiditeit)
- Emotionele impact op de groep in de gaten houden

III. Veiligheidsafspraken

Veiligheid is keuzes maken:

- **Doe een voorstel.** Wat betekent de 'safe' in 'safe space', zowel voor jou als facilitator als voor de deelnemers? Stel enkele afspraken voor aan de groep. Geef inspraak, vraag wat iedereen nodig heeft om moeilijke topics te kunnen bespreken binnen de groep. Dit is namelijk iets heel persoonlijks.
- **Geef voldoende uitleg.** Licht je voorstel toe, verbaal en non-verbaal. Het is belangrijk dat deelnemers de afspraken zinvol vinden, dat ze weten waarom. Consent (toestemming) zonder begrip is ongeldig. Neem hiervoor je tijd.
- **Dit zijn afspraken, geen regels.** Het is belangrijk dat deelnemers zelf kunnen aanvullen of aanpassen over de meetings heen. Dit kan je bereiken door regelmatig de afspraken te overlopen en te vragen a) of iedereen zich er nog in kan vinden en b) wat zij wel of niet zouden willen aanpassen.

Embracing discomfort (ongemak omarmen):

- **Iedereen is anders** en heeft verschillende noden en triggers. Moeilijke, pijnlijke situaties zullen vroeg of laat de kop opsteken. Dat is normaal. Zorg ervoor dat de groep goed weet dat deze gevoelens welkom zijn. Communiceer dit op verschillende manieren (verbaal en non-verbaal).
- **Wat bij overmacht?** Voorzie een stappenplan in het geval er iets misloopt en de veiligheid verbroken wordt. Wat doe je dan, als groep? Druk op tijd op de pauzeknop. Betrek deelnemers bij het op punt stellen van dit 'protocol'. Draag deze moeilijke emoties samen, als groep.

➔ **Bijlage 1 (p18): Veiligheidsafspraken Safe Harbour** ([Klik om te downloaden](#)) Dit document is slechts een voorstel, een eerste aanzet. De nadruk ligt op erkenning en healing. Op de eerste pagina staan afspraken, op de tweede pagina staan stappen voor herstel in geval van overmacht.

IV. Nazorg

Wat doe je met de gevoelens die naar boven komen tijdens een meeting? Hoe voorkom je dat mensen onnodig (opnieuw) gekwetst worden? Hoe stuur je hen op een verantwoorde manier terug naar huis?

- **Zelfzorg en coping:** Ga samen met de groep op zoek naar methodes om zichzelf te beschermen en sterker in het leven te staan. Oefen die methodes tijdens de sessies. (Coping cards: Zie volgende pagina).
- **Community-building:** Help mensen in het doorzoeken van hun eigen netwerk. Wie zijn de vrienden en familieleden die goed kunnen luisteren? Die interesse tonen in wie zij zijn en wat zij meemaken? Mensen met wie zij hun pijn kunnen en durven delen, ook al is dat niet vanzelfsprekend.

- **Eén-op-één:** Wees als facilitator een luisterend oor (wanneer je kan). Ga af en toe eens een koffietje drinken, vraag hoe het met de mensen gaat. Bewaak uiteraard je eigen persoonlijke grenzen en blijf professioneel. Zoek op voorhand uit wat dit voor jou betekent.
- **Therapie:** Zoek een therapeut van kleur, een ervaringsdeskundige én expert die betrouwbaar is. Safe Harbour werkte samen met klinisch psychologe Brenda Anyango. Lees meer over deze samenwerking op pagina 10 van dit document, rubriek 2.3, Therapie.

➔ **Safe Harbour, Coping Cards** ([Klik om te downloaden](#)) Een laagdrempelige methodiek om bepaalde gedrags- en denkpatronen te evalueren en (mogelijks) in groep te bespreken.



2. ACTIES

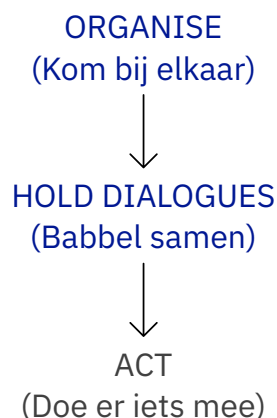
FASE 1 : Verbinding

2.1 SAFE SPACE SESSIES

I. Doelen scherpstellen

Gebaseerd op het overzicht uit het rapport ‘Randvoorwaarden om een veilige haven te realiseren voor mensen met Afrikaanse roots’ – Herwerkte figuur: ‘Affinity Groups, Enclave Deliberation, and Equity, Journal of Public Deliberation. (Abdullah et al., 2016)

➔ Bijlage 2 (p19): Herwerkte figuur



Het doel en de aard van de sessies (bij elkaar komen en samen babbelen) werden op voorhand gecommuniceerd. Op de flyers en online uitnodigingen werd specifiek vermeld: ‘omgaan met racisme’ en ‘voor mensen met Afrikaanse roots’.

Keywords:

- Mensen leren kennen
- Werken aan verbinding en community-building
- Topic racisme op een laagdrempelige manier bespreekbaar maken
- Coping mechanismen oefenen
- Empowerment en zelfredzaamheid bevorderen
- ... (verder in te vullen door deelnemers zelf)

II. Opbouw sessies

Enkele aandachtspunten:

- Bouw de nodige pauzes in om even tot rust te komen en bij te schenken.
- Deelnemers kunnen ook tijdens de sessie drank en snacks nemen (sommige mensen worden nerveus en hebben een excuus nodig om even recht te staan)
- Voorzie een ruimte, binnen of buiten, waar deelnemers zich kunnen terugtrekken als het even teveel wordt. Zorg dat iemand van het team hen kan begeleiden.

1) WARM WELKOM

- Deelnemers komen aan wanneer ze willen en vertrekken wanneer ze willen (openheid en mildheid, geen strenge, gesloten ruimte).
- Iedereen wordt persoonlijk aangesproken door de organisatoren.
- Iedereen krijgt een gratis warme maaltijd en drankjes naar keuze. Mensen die geen honger hebben, kunnen hun maaltijd mee naar huis nemen.

2) GETUIGENIS

- Iedereen neemt plaats in een kring.
- Facilitator of partner start met een persoonlijk getuigenis rond het thema racisme, om het doel van de sessie te onderstrepen en mensen voor te bereiden op wat komt.

3) VEILIGHEIDSAFSPRAKEN

- Afspraken overlopen en uitleggen.
- Aanvullen en aanpassen indien nodig (samen met de groep).

4) CHECK-IN

- Een open vraag voor de hele groep.
- Een check-in dient als kennismaking, om spreekkansen te creëren en het ijs te breken. Zo vang je als facilitator ook meteen een glimp op van wat er leeft.

5) CIRKEL

- Het moment waarop persoonlijke getuigenissen worden gedeeld.
- Houding: luisteren en elkaar (in stilte) aanmoedigen om te spreken.
- Uitwisselen: we zijn niet alleen, we hebben iets aan elkaars verhaal.

6) KLEINE CIRKELS

- Een laagdrempelige denk- of doe-oefening in kleine groep, a.d.h.v. 'coping cards' of om het even welke andere methodiek.
- Laat de groep mee beslissen wat zij zinvol vinden.

7) CHECK-OUT

- Terug in de grote cirkel.
- Opnieuw een open vraag voor de hele groep, of iets anders (het doel van deze oefening is om terug verbinding te zoeken, spanning los te laten, negatieve emoties een plaats te geven, met een vernieuwd hart terug naar huis te gaan...)

8) AFSCHIED

- Dit afscheidsmoment is een niet-te-missende kans om verder in gesprek te gaan, te polsen naar feedback, specifieke signalen te bevragen, telefoonnummers uit te wisselen...

➔ Safe Harbour, Verloop Safe(r) Space Sessie ([Klik om te downloaden](#)) Dit document is slechts een voorstel, een eerste aanzet. De nadruk ligt op verbinding, erkenning en veerkracht.

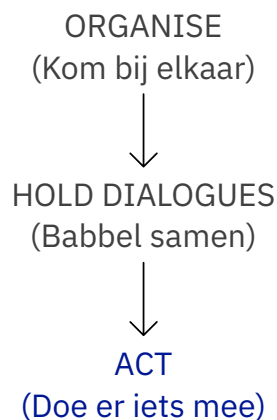
➔ Bekijk foto's en lees een korte samenvatting van alle individuele sessies in het Safe Harbour Logboek ([Klik om te openen](#)).

FASE 2 : Verdieping

2.2 DEKOLONISERING (AfricaMuseum)

Gebaseerd op het overzicht uit het rapport 'Randvoorwaarden om een veilige haven te realiseren voor mensen met Afrikaanse roots' – Herwerkte figuur: 'Affinity Groups, Enclave Deliberation, and Equity, Journal of Public Deliberation. (Abdullah et al., 2016)

➔ Bijlage 2: Herwerkte figuur



Binnen het thema 'dekolonisering' kozen wij ervoor tijdelijk een niet-zo-safe space in te nemen, daar onze veilige hub te creëren en samen te babbelen over wat het museum met ons doet, in de vorm van een rondleiding en bespreking van enkele werken (door mensen met Afrikaanse roots, namelijk Virginie Iribagiza, Norbert Ngila en Camille Lofongo).

➔ Bekijk foto's via deze link ([Klik om te openen](#)).

2.3 THERAPIE (Healing Movement)

Een Safe Space is een therapeutische ruimte. Safe Harbour ging op zoek naar een klinisch psychologe met Afrikaanse roots. Wij kwamen terecht bij Brenda Anyango:

“Brenda Anyango is een trotse Keniaanse vrouw gevestigd in België. Ze behaalde een Master in de Klinisch Psychologie aan de Vrije Universiteit Brussel. Na ervaring te hebben opgedaan in psychodiagnostiek en het therapeutisch begeleiden van personen met een verslaving in het psychiatrisch ziekenhuis Asster in Sint-Truiden en de Psychiatrische kliniek Alexianen in Tienen, alsook gewerkt te hebben als studentenpsycholoog binnen

het Studiebegeleidingscentrum aan de VUB, werkt ze nu fulltime als zelfstandig psychologe binnen de Psychologenpraktijk De Vest in Tienen.

Naast praattherapie biedt ze ook bewegingstherapie aan in de vorm van dans. Verder heeft ze een bijzondere interesse in diversiteits- en cultuursensitieve zorg en ze zet zich in voor het beteren van mentaal welzijn binnen de Afrikaanse Diaspora. Ze hoopt op die manier stigmatisering en taboe rond mentale gezondheid binnen deze doelgroep te doorbreken.” – Brenda Anyango, bio op de website van Safe Harbour (2023)

Keywords:

- Ervaringsdeskundige (vrouw van kleur) met klinische scholing
- Combinatie praat- en bewegingstherapie (trauma opgeslagen in het lichaam, niet alleen in het hoofd)
- Creatieve expressie (tekenen en dans)
- Steeds vrije keuze om wel of niet aan oefeningen deel te nemen
- Extra aandacht voor moeilijke emoties en nazorg

➔ [Bekijk foto's en lees een korte samenvatting van de Healing Movement sessies via deze link \(Klik om te openen\).](#)

2.4 WORKSHOPS

Vanuit het luisteronderzoek Racisme Ontrafeld werden twee externe coaches aanbevolen voor a) een sessie Deep Democracy en b) een sessie Mindfulness and Race.

- **Deep Democracy:** Voor deze sessie werd gewerkt met een witte coach. Hierop kwam negatieve feedback van deelnemers. Binnen een antiracistische safe space, specifiek gericht op mensen van kleur (dus geen White Affinity Group), is het essentieel om op zoek te gaan naar een facilitator van kleur.
Deep Democracy is handig als gespreksvorm en biedt een zeer nuttig framework voor het uitwisselen van getuigenissen en het oogsten van ‘graantjes wijsheid’. Transparantie naar deelnemers toe (over de gespreksmethodes) is een must. Anders spreek je ‘vanuit de hoogte’.
- **Mindfulness & Race:** Bewust ruimte maken voor voelen, ervaren, uitdrukken... deze workshop was praten in combinatie met stemwerk en meditatie. Hoewel dit soort groepsprocessen een meerwaarde zijn, knapten sommige deelnemers af op het spirituele karakter van sommige oefeningen.

Vanuit het logboek:

“Spiritualiteit is gecompliceerd. Voor sommige mensen is meditatie een spirituele daad, zoals een gebed. Voor anderen is het gewoon een ontspannende oefening. Wantrouwen wekt weerstand op. Zo zagen we ook veel weerstand tijdens bepaalde delen van de workshop. Binnen een safe space geef je mensen de keuze. Willen ze deelnemen of niet? Waarom wel en waarom niet? Zijn er verborgen spanningen? Is het oké om je even af te zonderen? Waar kan je dat doen? Wanneer kom je terug? Als je deze vragen blijft stellen doorheen de sessie, krijgen mensen de kans om hun mening te delen. Hun stem is van

cruciaal belang. Zo bouw je een safe(r) space waarin je toch ook moeilijke(re) oefeningen kan doen, en waarin mensen zich vrij genoeg voelen om “Neen!” te zeggen.” – Safe Harbour Logboek (juli tot december 2023)



3. EVALUATIE

3.1 LESSEN

I. Weerstand

(Anti-)racisme is een gevoelig thema. Zowel van binnenuit als van buitenaf doken tegenstemmen op. Als team kwamen we in aanraking met (online) haat. Dit had een impact op onze mentale gezondheid. (Kif Kif Beweging vzw, 2023) Bovendien wierp deze negativiteit een zwaarte over het project.

We ondernamen we volgende stappen:

- Prioriteren van de eigen mentale gezondheid
- Onderling overleg en het uitbouwen van een nieuwe strategie
- Het afbouwen van ongezonde en niet-productieve partnerschappen
- Negatieve impact aankaarten bij de organisatie

➔ Zwijgen en in stilte lijden is geen optie binnen een safe space project. Via deze link vind je enkele hulplijnen [\(Klik om te openen\)](#).

II. Partnerschappen

Naar veiligheid toe is keuze van partners doorslaggevend voor een project als Safe Harbour. Als je een extern expert inschakelt, geef je de veiligheid van de groep uit handen. Zorg er dus voor dat je absoluut op deze persoon kan rekenen.

Enkele belangrijke tips:

- Zorg dat potentiële partners iets kunnen voorleggen (niet enkel mooie woorden)
- Doelen op voorhand scherpstellen en indien mogelijk laten ondertekenen. Het gehele team moet aan hetzelfde zeel trekken
- Kies binnen een antiracismeproject voor ervaringsdeskundige experts (mensen van kleur)
- Mik indien mogelijk op iemand met een klinische achtergrond
- Veiligheid en laagdrempeligheid staan centraal. Kies voor iemand waar deelnemers uit alle socio-economische lagen van de samenleving zich goed (genoeg) bij kunnen voelen
- Vermijd guru's en ego-projecten

III. Kosten

1) Mentale belasting

Chronisch (racisme-gerelateerd) trauma sluimert op de achtergrond. Kleine, nietszeggende triggers kunnen een explosie veroorzaken. Shock trauma is een harde klap, een gewelddadig incident, iets wat je overvalt. Visceraal trauma wordt onrechtstreeks beleefd. Je bent getuige van racisme tegenover iemand anders, of je hoort iemands verhaal. Toch kan de impact even hard inslaan als bij shock trauma. Je lichaam en geest herkennen de pijn die een ander beleeft en apen die symptomen na. Je voelt je

lamgeslagen, woedend, of intens verdrietig, ook al gebeurde het (deze keer) niet met jou.
(Geldof et al., 2022)

Onderschat de (emotionele) workload van een safe space sessie niet. Voorzie voldoende tijd en ruimte, zowel op voorhand als achteraf, om opnieuw tot rust te komen. Bestudeer je eigen copingmechanismen. Ga in gesprek met partners, vrienden en familie, creëer je eigen therapeutische ruimte en doe aan zelfzorg. Denk ook na over welke delen van de sessie je kan uitbesteden aan een partner, ervaren deelnemer, extern expert, etc..

2) Monetair

- Warme maaltijden
- Drank per sessie
- (Gezonde) snacks per sessie
- Transportkosten
- Externe experts
- Vrijwilligersvergoeding
- Ticketkosten (voor een activiteit op locatie)
- ...

3) Andere kosten:

- Koken en afwassen
- Sleuren met flessen drank
- Contact met deelnemers (op voorhand opbellen, over bepaalde zaken inlichten, nazorgluik...)
- ...

3.2 SUCCESSEN

I. Implementering onderzoek

Safe Harbour is een research-based project. Dankzij het vooronderzoek van de masterstudenten Sociologie konden wij van bij de start een verantwoorde safe space methodiek uitbouwen. Doorheen het project kond deze methodiek verder worden bijgeschaafd. Deze blijft open voor verbetering. Door het flexibele karakter van de sessies kan iedere nieuwe facilitator aanpassen waar nodig. De aard van de sessie hangt immers af van de sterktes van de facilitator(en) en de accenten die hij/zij/die wil(len) leggen.

II. Opkomst

Op de eerste Safe Harbour sessie in Gent was slechts één persoon aanwezig. Dankzij de hulp van het team (Virginie Iribagiza en Norbert Ngila) en hun sterke banden met sleutelfiguren, waren de daaropvolgende sessies in Brussel en Antwerpen een succes. Hoe meer deelnemers vertrouwd geraakten met het project en hoe meer aansluiting zij vonden bij de thematiek, hoe groter de opkomst.

“De grote opkomst tijdens elke bijeenkomst en vooral in de regio Antwerpen gaf ons de indicatie dat racisme en discriminatie een groot probleem zijn binnen de Afrikaanse gemeenschap [...] Het hele project was een uitdaging voor alle betrokkenen, vooral in

termen van: mobilisatie van de achterban voor deelname aan de activiteiten; het begrip van de essentie van het project zelf; soms onenigheid tussen de deelnemers en de externe deskundigen over de opvatting van het racisme; de gevoeligheid van het thema (sommige mensen durfden hun ervaring niet te vertellen). Uiteindelijk hebben we deze diverse uitdagingen overwonnen.” – Virginie en Norbert, educatieve medewerkers Safe Harbour (2023)

Keywords:

- Vertrouwen in de keuzes die deelnemers maken. Mensen sluiten aan naargelang hun noden. Als een sessie laagdrempelig genoeg is en beantwoordt aan een bepaalde nood, zullen deelnemers opdagen. Zo niet, dan is het gebrek aan opkomst een uitnodiging om de gehanteerde strategie bij te sturen.
- Belang van sleutelfiguren in het enthousiasmeren van deelnemers (mensen komen omdat hun vrienden, familie, kennissen, leiders, etc. komen)
- Belang van authentiek contact en relaties opbouwen doorheen het project. Zo word jij als facilitator ook een sleutelfiguur (iemand waar mensen op rekenen en dus ook voor komen opdagen).

III. Iedereen expert

Deelnemers hebben hun eigen genezingsproces in handen:

- **Transparantie:** Safe Harbour streeft ernaar kennis en methodieken op verschillende manieren te verspreiden (doorheen de sessies, online, op papier, in verschillende talen...)
- **Empowerment:** laagdrempeligheid van de methodieken nodigt deelnemers ertoe uit ook zelf een faciliterende rol op te nemen.
- **Agency en inspraak:** Feedback van deelnemers wordt ernstig genomen en indien mogelijk geïmplementeerd, soms tijdens de sessie zelf.

“Als educatief medewerker vind ik dat we nog veel te doen hebben voor de Afrikaanse gemeenschap bij interne en externe [sic] van onze maatschappij. De boodschap is dat we samen moeten werken en opkomen voor elkaar. Alleen gaan we sneller, maar samen komen we verder.” – Virginie en Norbert, educatieve medewerkers Safe Harbour (2023)

3.3 DANKWOORD

Bijzondere dank aan Virginie Iribagiza en Norbert Bampunga Ngila voor hun constructieve input en onwankelbare steun. Zonder hun sterke banden met sleutelfiguren en scherpe inzichten in de noden van deelnemers was Safe Harbour nooit geslaagd. Bedankt aan Norbert om mensen steeds krachtig en authentiek toe te spreken en aan Virginie voor het warme onthaal bij elke sessie; een cruciale schakel in het veiligheidsproces.

Dank aan onze uitmuntende partners (zonder hen geen Safe Harbour!):

Klinisch psychologe Brenda Anyango, Shelsia Da Costa (WeDecolonizeVUB), Shari Legbedje (SPRKR (SPReeKuuR), logistiek vrijwilliger Tidiane Z. en holistic coach Hyacinth Jones-Maes.

Last but not least, dank aan alle deelnemers om zich te willen openstellen voor nieuwe manieren van samenkomst en healing. Dank om hun lasten te willen delen en verdelen onder de groep. Uit de grond van mijn hart, dankjewel.

Eindrapport : Camille Lofongo
Website : <https://sankaa.be/sh/>



Met de steun van FOD Justitie – Cel Gelijke Kansen



4. BRONNEN & BIJLAGEN

- Buchanan, B., Stallaert, M., Sturtewagen, N., & De Smet, S. (2023). *Safe Harbour, Randvoorwaarden om een veilige haven te organiseren voor personen met Afrikaanse roots in België*. Faculteit Politieke en Sociale Wetenschappen UGent.
- Eddo-Lodge, R. (2017, 30 mei). *Why I'm no longer talking to white people about race*. *Guardian News & Media Limited*. Geraadpleegd van <https://www.theguardian.com/world/2017/may/30/why-im-no-longer-talking-to-white-people-about-race>
- Geldof, D., & van Acker, K. (2022). *Gezinnen na migratie. Hulpverlening en gezinsbeleid in een superdiverse samenleving* (2de editie). Garant.
- Joosen, G. (2022, 21 maart). *Mensen van Afrikaanse afkomst ondervinden volgens Unia nog vaak racisme in onze maatschappij*. *VRT NWS*. Geraadpleegd van <https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2022/03/21/mensen-van-afrikaanse-afkomst-ondervinden-volgens-rapport-unia-n/>
- Kif Kif Beweging vzw. (2023, 30 november). *Online haat*. Kif Kif. Geraadpleegd op dag 11 januari 2024, van <https://kifkif.be/dossier/269>
- Sankaa vzw. (2022). *Racisme Ontrafeld: Een inkijk in hoe personen met Afrikaanse roots in België zich anders behandeld of uitgesloten voelen*. Sankaa vzw. Geraadpleegd van <https://sankaa.be/projecten/racisme-ontrafeld-eindrapport/>
- Sankaa vzw. (2023). *Safe Harbour 2023 (Een Safe Space Project (voor en door mensen met Afrikaanse roots))*. Sankaa vzw. Geraadpleegd van <https://sankaa.be/sh/>
- Unia. (2022). *Discriminatie van personen van Afrikaanse origine*. Unia. Geraadpleegd van <https://www.unia.be/nl/publicaties-statistieken/publicaties/discriminatie-van-personen-van-afrikaanse-origine-2022>
- VINTAGE EVERYDAY. (2022). *The Hacked Hands of the Belgian Congo: Horrifying Photos of Mutilated Congolese People in the Congo Free State* [Foto]. VINTAGE EVERYDAY. <https://www.vintag.es/2022/11/congolese-hands.html>

Veiligheidsafspraken Safe Harbour (voorkant/achterkant)



DIT IS EEN SAFE(R) SPACE

Waar jouw stem luid mag klinken

Waar niemand de hele waarheid heeft

Waar we blijven zoeken naar verbinding

Waar pijnlijke en complexe gevoelens welkom zijn

AFSPRAKEN VOOR MEER VEILIGHEID

1 Spreken in de ik-vorm & in je eigen taal
(als je dat wil)

2 Niet onderbreken of reageren
(ieder verhaal is voldoende op zich)

3 Agree to disagree
(want we zijn allemaal anders)

Ga je hiermee akkoord?
Zijn er (nog) andere afspraken nodig?



www.sankaa.be/sh

Een Safe Space voor mensen met Afrikaanse roots

COMFORT ➔ LEARNING ➔ OVERWHELM



WAT ALS JE IN DE OVERWHELM-ZONE KOMT?

1 PIJN ERKENNEN

Neutraal benoemen
(Er is... er zijn...)

2 VERBINDING ZOEKEN

We zijn gekwetste mensen
(Want we zijn gevormd door de maatschappij)

Wat is er nodig?
(Om terug in verbinding te gaan met elkaar)

3 HULP ZOEKEN

Bij elkaar of bij een expert van Sankaa
(Want niemand kan alle pijn alleen verwerken)

www.sankaa.be/sh

Een Safe Space voor mensen met Afrikaanse roots





BIJLAGE 4

Logo Safe Harbour (door Bart Haegeman)

