

## Colofon

### *Financiering*

Hoofdsponsor:

VSB

Mede gefinancierd door:

Provincie Overijssel, Stichting Radar

Met een bijdrage van:

Provincie Gelderland, P.P.C.F. Gelderland, Vrienden van de Zwolse Poort, de Cliëntenbond, LPR, Anoiksis, Stichting Borderline.

### *Initiatief*

Dominique Doedens

### *Projectleiding*

Hans Kroon

### *Uitvoering*

Jeannette Pols

### *Opmaak en tekstcorrectie*

M. Geurtsen, Taal & Teken, Bilthoven

### *Omslagontwerp*

Ontwerpmaatschap Conefrey/Koedam BNO

### *Productiebegeleiding*

Paul Anzion

### *Productie*

Trimbos-instituut in samenwerking met uitgeverij Bohn Stafleu Van Loghum, Houten

Deze uitgave is te bestellen bij het Trimbos-instituut, via [www.trimbos.nl/](http://www.trimbos.nl/) producten of via de Afdeling bestellingen, Postbus 725, 3500 AS Utrecht, 030-297 11 80; fax: 030-297 11 11; e-mail: [bestel@trimbos.nl](mailto:bestel@trimbos.nl). Onder vermelding van artikelnummer AF0587. U krijgt een factuur voor de betaling.

ISBN 90-5253-4969

©2004 Trimbos-instituut, Utrecht

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

## Inhoud

<b>1</b>	<b>Conclusies</b>	7
1.1	Vakantie voor mensen met een psychiatrische achtergrond	9
1.2	Het belang van vakantie volgens de reisgenoten	9
1.3	Het belang van Radar Reizen volgens de reisgenoten	11
1.4	De rol van de begeleiders op vakantie	11
1.5	Slot	12
<b>2</b>	<b>Vakantie voor mensen met een psychiatrische achtergrond</b>	15
2.1	Vrije tijd en vakantie in vogelvlucht	15
2.2	Radar Reizen: Vakantie met visie	17
2.3	Onderzoeksopzet	19
<b>3</b>	<b>Het belang van vakantie volgens de reisgenoten</b>	21
3.1	Vakantie als terugkeer naar het gewone leven	21
3.2	Sociale contacten	22
3.3	Uit de routine	28
3.4	Slot	34
<b>4</b>	<b>Het belang van Radar Reizen volgens de reisgenoten</b>	35
4.1	Radar of niks	35
4.2	Lotgenoten	36
4.3	Een rustig programma	37
4.4	Begeleiding	39
4.5	Alternatieve manieren om op vakantie te gaan	42
4.6	Slot	43
<b>5</b>	<b>De rol van de begeleiders op vakantie</b>	45
5.1	Niet betuttelen	46
5.2	Niet verwaarlozen	48
5.3	De verpleegkundige als reis leider: balanceren	51
5.4	De reisgenoten als co-zorgers	53
5.5	Problemen voorkomen	55
5.6	Er gaat iets mis – het verhaal van Bettie	57
5.7	Slot: een verzorgde vakantie	60
	<b>Geraadpleegde literatuur</b>	61
	<b>Dank</b>	63



## Voorwoord

In 2004 benaderde Radar Reizen het Trimbos-instituut met de vraag om door een onderzoek een onderbouwing te geven van het belang van de activiteiten van Radar Reizen en de zin daarvan voor haar doelgroep: cliënten van de GGZ. Maken de vakantie-reizen en dagtochten voor deze doelgroep een speciale reisorganisatie nodig? Of sceptisch geformuleerd: ‘Waarom gaan deze cliënten niet met reguliere reisorganisaties mee?’ Dit was het begin van een boeiende verkenning van het fenomeen vakantie voor deze doelgroep. Wat maakt vakantie voor hen belangrijk? Is het vooral een kwestie van rechtvaardigheid om in Nederland in de 21<sup>e</sup> eeuw op vakantie te kunnen gaan? Draagt vakantie bij aan rehabilitatiedoelen als het bevorderen van maatschappelijke participatie? En als we eenmaal overtuigd zijn van het belang van vakantie, hoe kan zo’n vakantie dan het best vorm krijgen? In dit boekje komen deze vragen aan de orde.

Voor wie snel de belangrijkste zaken op een rij wil hebben, beginnen we met de conclusies in hoofdstuk 1.



# 1 Conclusies

## 1.1 *Vakantie voor mensen met een psychiatrische achtergrond*

We onderzochten het fenomeen ‘vakantie’ voor cliënten van de geestelijke gezondheidszorg en specifiek de organisatie Radar Reizen die reizen voor deze doelgroep organiseert en uitvoert. We onderzochten de aard en het belang van de activiteiten van Radar Reizen door literatuurstudie, door mee te gaan op een tweetal vakanties (en daar met reisgenoten en begeleiders over vakantie te spreken), en door reisgenoten (10) en medewerkers (4) buiten de vakantie om te interviewen. Uit het onderzoek kunnen de volgende conclusies getrokken worden en rechtvaardigingen worden gegeven.

- Vakantie buitenshuis doorbrengen behoort tot het normale activiteitenpatroon van Nederlanders (82% viert vakantie buitenshuis). Er is geen rechtvaardiging om bepaalde groepen in de samenleving van deze culturele verworvenheid uit te sluiten. Daarmee zou hen een leven worden onthouden dat volgens algemene overtuigingen een gewoon en maatschappelijk geaccepteerd leven is. Op vakantie gaan moet dus ook mogelijk zijn voor cliënten van de geestelijke gezondheidszorg.
- Op vakantie gaan moet gezien worden als onderdeel van de rehabilitatie van cliënten van de geestelijke gezondheidszorg, doordat vakanties de deelname aan het sociale en maatschappelijke leven bevorderen.

## 1.2 *Het belang van vakantie volgens de reisgenoten*

Behalve naar meer principiële rechtvaardigingen zoals hierboven genoemd, keken we in dit onderzoek naar wat reisgenoten aan vakantie beleven, en op welke manieren vakantie hun deelname aan de samenleving bevordert.

- Op vakantie kunnen is voor de reisgenoten vaak *weer* op vakantie kunnen: men ziet vakantie als een graadmeter voor voortschrijdend herstel en als het hernemen van een gewoon leven.
- Vakanties bevorderen op verschillende manieren de sociale contacten van de reisgenoten. Groepsvakanties bieden een laagdrempelige mogelijkheid voor contact. Reisgenoten waarderen het tijdelijke en niet-verplichtende karakter van dat contact, en ervaren de veiligheid van het opereren in een groep. Het tijdelijke karakter van de contacten op vakantie kan het mogelijk maken om gevoeliger onderwerpen aan de orde te stellen. Voor anderen leverden de vakanties langduriger vriendschappen of standvastiger lief-

des op met mensen binnen of buiten hun eigen woonplaats. Andere deelnemers gaan regelmatig samen op vakantie en zien elkaar vooral dan.

Naast nieuwe contacten biedt vakantie ook de mogelijkheid om te experimenteren met bestaande contacten.

- Relaties met familieleden of vrienden kunnen uit de sfeer van zorgelijkheid komen wanneer men samen op vakantie gaat. Geliefden die niet samenwonen kunnen op een vakantie uitproberen hoe dat is, of vakantie stelt hen in staat er voor die ene week van te genieten.
- Door kaartjes te sturen, cadeautjes te kopen en met nieuwe verhalen thuis te komen, biedt vakantie aan de deelnemers de mogelijkheid om een positieve positie in te nemen in bestaande relaties. Op die manier dragen vakanties bij aan het gevoel van eigenwaarde van de reisgenoten.
- Deze mogelijkheden tot contact moeten gezien worden tegen de achtergrond van een bestaan dat doorgaans als eenzaam ervaren wordt, en waarbinnen relaties sterk beïnvloed zijn door de psychiatrische problematiek en zorg.

Als belangrijk winstpunt van vakantie noemen de reisgenoten het 'doorbreken van de dagelijkse routine'.

- Vakantie maakt het mogelijk om zich het leven op nieuwe manieren voor te stellen, om tijdelijk anders te leven en bepaalde dromen te dromen of waar te maken.
- Voor sommigen is vakantie zelfs een korte onderbreking van hun behandeling en patiënt-zijn, hoewel de meesten hun behandelroutines op vakantie voortzetten.
- Vakantie stimuleert het intellect omdat talenten benut kunnen worden die in het dagelijks leven sluimeren, zoals het spreken van talen, kaart lezen en organiseren.
- 'Genieten van het leven' is een belangrijk element van vakantie.
- Door vrije tijd te combineren met een gestructureerd aanbod aan activiteiten en excursies leidt het loslaten van de dagelijkse routines niet tot problemen en wordt voorkomen dat de vakantie 'verzandt'.
- Het doorbreken van de sleur moet gezien worden tegen de achtergrond van een leven dat sterk bepaald is door structuur, routines en beheersing van psychiatrische problematiek. Voor veel reisgenoten is het leven daarvoor sterk 'naar binnen' gericht (op het eigen huishouden en de eigen zorgen) en kent veel elementen van herhaling. Vakantie verbreedt de horizon en maakt het tevens mogelijk de dagelijkse discipline beter vol te houden.

### 1.3 *Het belang van Radar Reizen volgens de reisgenoten*

Als *voorwaarden* om vakantie mogelijk te maken noemen de reisgenoten verschillende dingen.

- Ze geven aan dat ze zonder Radar Reizen of een vergelijkbare organisatie niet op vakantie zouden durven gaan.
- In reguliere reisorganisaties zijn deze reisgenoten snel de vreemde eend in de bijt. Ze kunnen niet vrijuit over hun leven vertellen en voelen zich op zijn best door de andere toeristen getolereerd.
- Radar Reizen biedt de mogelijkheid om met lotgenoten op vakantie te gaan. De voordelen daarvan zijn de herkenning en vanzelfsprekendheid van een psychiatrische achtergrond. De reisgenoten hoeven die niet te verdoezelen, maar er ook niet over uit te wijden. Hier ligt echter ook een taak voor de begeleiders, omdat soms de gesprekken over de psychiatrie dreigen te gaan overheersen en het deelnemers teveel kan worden.
- De reisgenoten waarderen het rustige en flexibele programma.
- De reisgenoten vinden dat alleen al de aanwezigheid van de begeleiders helpt om problemen te voorkomen.
- Ze waarderen vooral de hulp bij het nemen van initiatieven, het bewaren van het overzicht en de organisatie van uitstapjes (lastig voor mensen met cognitieve problemen, zoals concentratiestoornissen), en de korte gesprekjes met de begeleiders. Ze gebruiken die gesprekjes om in evenwicht te blijven of dat evenwicht te herwinnen.

### 1.4 *De rol van de begeleiders op vakantie*

De taken van de psychiatrisch verpleegkundige op vakantie zijn complex vanwege de specifieke activiteit die vakantie is. Dit maakt de taken van de psychiatrisch verpleegkundige op vakantie anders dan de taken van de psychiatrisch verpleegkundige thuis. De laatste heeft de verantwoordelijkheid voor behandeldoelen van de cliënt. Voor de verpleegkundige op vakantie geldt dat niet; het gaat er veeleer om te zorgen voor een vakantie die prettig verloopt. Dit creëert een spanningsveld waar de psychiatrisch verpleegkundigen mee om moeten gaan.

- Enerzijds is vakantie 'vrije tijd', voor sommigen ook 'tijd die vrij is van zorg en behandeling'. Psychiatrie staat niet op de voorgrond en problemen hoeven niet te worden aangepakt. De passende houding voor de psychiatrisch verpleegkundige is dan 'terughoudendheid' in zorgtaken. Het mogelijke gevaar is 'betutteling'.



- Anderzijds is vakantie voor de reisgenoten alleen mogelijk als er ondersteuning geboden wordt. De bijpassende houding voor de psychiatisch verpleegkundige is dan voorwaardenscheppend en ondersteunend. Het mogelijke gevaar is hier 'verwaarlozing'.
- Een goede verhouding tussen beide stijlen van begeleiden is van belang voor een geslaagde verpleegkundige begeleiding op vakantie waarbij het doel, een prettige vakantie voor cliënten van de GGZ, kan worden gerealiseerd.
- De oplossing om zorg te bieden als mensen daarom vragen is maar een gedeeltelijke oplossing, omdat de reisgenoten niet altijd duidelijk aangeven wat voor zorg ze nodig hebben, en de verpleegkundigen vaak niet wachten op een vraag om zorg, maar door hun handelen die vraag proberen vóór te zijn.
- Naast de zorg op aanvraag organiseren de verpleegkundigen excursies en verzorgen ze zo nodig het huishouden. Daarnaast scheppen ze sfeer en geven ze op creatieve manieren (en niet als behandelaar of autoriteit) aanwijzingen aan de reisgenoten.
- Toenadering zoeken en op afstand blijven, stimuleren en afremmen doen de psychiatisch verpleegkundigen afwisselend, afhankelijk van de persoon of de situatie.
- De reisgenoten vervullen een rol als medezorgers voor elkaar door problemen te signaleren. Dat is ook nodig, omdat 'doorlopende beschikbaarheid' een te grote wissel zou trekken op de verpleegkundigen.
- De interventies van verpleegkundigen zijn voor een groot deel preventief. Problemen worden voorkomen in plaats van opgelost.
- De verpleegkundigen treden op wanneer een reisgenoot in crisis raakt, door te overleggen met de verantwoordelijke behandelaars, eventueel met de geestelijke gezondheidszorg ter plaatse, en ze helpen zo nodig om vroegde terugkeer naar huis te regelen.
- Voor de psychiatisch verpleegkundigen bieden de vakanties van Radar Reizen een nieuwe en voor hen leerzame manier van omgaan met mensen uit deze doelgroep.

### 1.5 Slot

Vakantie biedt naast de mogelijkheid om deel te nemen aan het maatschappelijk leven en de Nederlandse cultuur onvermoede mogelijkheden om nieuwe contacten te leggen of bestaande contacten te verbeteren. Vakantie maakt het mogelijk om te experimenteren met nieuwe rollen en gedrag, en om gebruik te maken van talenten die het intellect stimuleren. Vakantie biedt zowel een

*alternatief voor*, als ook een *ondersteuning van* het dagelijks leven. Het dagelijks leven wordt voor deze doelgroep vaak sterk gekleurd door psychiatrische behandeling en structuur.

Om vakantie mogelijk te maken is professionele ondersteuning van psychiatrisch verpleegkundigen onontbeerlijk. Zij richten zich op het vormgeven van een goede vakantie en prettige omgang, terwijl behandeldoelen de verantwoordelijkheid blijven van de begeleiders 'thuis'. Zo maakt vakantie het de verpleegkundigen mogelijk de reisgenoten te benaderen buiten een medische context van zorg en behandeling waar identiteiten meer vastliggen en aan de cliënt 'gesleuteld' moet worden.

De combinatie van winst voor reisgenoten en winst voor psychiatrisch verpleegkundigen maakt de begeleide vakanties van Radar Reizen een veelbelovende en unieke aanwinst voor het rehabilitatieaanbod in Nederland. Vakantie biedt cliënten van de GGZ nieuwe perspectieven en heeft potentie als scholingsmogelijkheid voor psychiatrisch verpleegkundigen uit de langdurige zorg die over hun houding tegenover hun reisgenoten willen nadenken.



## 2 Vakantie voor mensen met een psychiatrische achtergrond

*Verpleegkundige:* Deze man is midden dertig, hij is een zeer ernstig gestoorde schizofrene man. En hij had al jaren gedacht: ‘Goh, wat zou ik graag een keer naar Spanje willen...’ Maar het is eigenlijk niet verantwoord, die man zorgt niet goed voor zichzelf als er geen begeleiding is. De familie en zijn begeleiders thuis zagen het niet zitten dat hij naar Spanje af zou reizen. En hij gaat nu al drie jaar met ons mee. We krijgen door de contacten met de zus van die man, en met zijn begeleiders een beeld van ‘wat verwacht je van de begeleiding?’ En dat is vooral in de gaten houden dat hij niet al te veel drinkt, en verder weet hij dat hij bij ons terecht kan. En hij vult zijn eigen vakantie in Spanje dan ook verder zelf in.

### 2.1 *Vrije tijd en vakantie in vogelvlucht*

Vakantie is een ‘modern’ fenomeen, dat wil zeggen: vakantie is pas recent in de geschiedenis een activiteit geworden die toegankelijk is voor de bredere lagen van de bevolking. Reizen is lang voorbehouden geweest aan de elite. Mensen met geld en status reisden om nieuwe ervaringen op te doen en om zich te ontwikkelen middels onderwijs bij verre leermeesters en bezoek aan cultuurschatten of bedevaartsoorden elders. In romantische reisliteratuur staan vrije tijd en vooral het ervaren van de natuur voor authentieke gevoelens en ontwikkeling van het individu.

Vakantie is een vorm van vrijetijdsbesteding. Met de industriële revolutie werd vrije tijd een politiek thema. Er ontstonden organisaties van arbeiders (bonden) die in eerste instantie ijverden voor het beperken van de werktijden in de fabrieken tot de achturige werkdag (toen nog zes dagen in de week). Vrije tijd werd vooral gezien als tijd die niet gecontroleerd werd door een werkgever. Ook hier spelen authenticiteit, emancipatie en vrijheid een rol: in hun vrije tijd kunnen mensen doen wat ze willen en kunnen ze eens iets ervaren wat niet met werk of met ‘overleven’ te maken heeft. Een element van ontplooiing en cultuur speelt hier doorheen. De gang naar musea, de toegang tot cultuur en daarmee tot persoonlijke ontwikkeling horen bij de vrije tijd. Activiteiten als het leren spelen van een instrument, het lezen van boeken of het beoefenen van sport vragen om tijd die vrij te besteden is en die niet per uur hoeft te worden afgerekend.

In de verlichte burgerlijke strijd voor de emancipatie van arbeiders lag een sterk accent op het opvoeden (civiliseren) van de arbeiders door ze christelijke waarden en deugden bij te brengen. Vrije tijd diende voor ontplooiing; ledigheid en amusement waren uit den boze. De manier waarop de vrije tijd werd doorgebracht had echter weinig te maken met deze hoge doelen. In

plaats van ontplooiing, cultuur en beschaving, gebruikte de arbeidersklasse hun vrije tijd voor vermaken als kermis, volksfeesten en, de grootste doorn in het burgerlijk oog, alcoholmisbruik. Ook vakanties kwamen in zwang. De ontwikkeling van de spoorwegen vormde vooral in Groot-Brittannië een impuls voor wat toen een typisch Britse arbeidersvakantie ging heten: een uitje naar het strand. Fronsens moest de burgerij echter toezien hoe de reisjes naar de kust niet leidden tot een plechtige, want medicinale, duik maar veel meer tot plezier en vermaak.

In Nederland was de vrije tijd georganiseerd via de 'zuilen'. Confessionele of socialistische organisaties probeerden de arbeiders aan zich te binden en hen te socialiseren in de voor die zuil geldende cultuur. De tegenstelling tussen deze beschavingsoffensieven en wat gezien werd als de lagere cultuur van feest, ledigheid, drank en plezier, leidde soms tot serieuze oproeren en vechtpartijen, zoals bij het afschaffen van de vrijmarkt en het palingtrekken. De wisselwerking tussen disciplineren van de publieke ruimte en het verzet daartegen speelt een belangrijke rol in de geschiedenis van de vrije tijd. Beckers en Van de Poel beschrijven hoe soms vermakelijke compromissen ontstonden: het instellen van spelregels en eerlijk spel bij sporten maakten zowel een meer gedisciplineerde sportbeoefening mogelijk, als ook het afsluiten van solide weddenschappen over de uitkomst.

Intussen is het moraliseren van cultuur en vrije tijd grotendeels verdwenen en spelen vooral begrippen als *keuzevrijheid* en *toegankelijkheid* een rol.<sup>1</sup> De commercialisering van de vrije tijd maakt de regulering van de vrije tijd ook veel moeilijker. Daarmee is de vrije tijd echter niet alleen te beschouwen als triviaal consumentisme, betogen vrijetijdswetenschappers. Mommaas spreekt over vrije tijd als de tijd en de ruimte waarbinnen 'cultureel burgerschap' ontwikkeld en beoefend wordt.<sup>2</sup> Zelfexpressie en het kunnen beleven van identiteit, smaak en cultuur, stelt hij, zijn van groot belang om inhoud te geven en deel te nemen aan een soort leven dat maatschappelijk geaccepteerd is en gezien wordt als een 'goed leven'.

Wat 'cultuur' inhoudt is intussen minder duidelijk omschreven en daarover bestaan levendige debatten. Postmodernisme, het wegvallen van een nationale identiteit ten gunste van mondiale netwerken, het wegvallen van verschillen tussen 'hoge' en 'lage' cultuur, de multiculturele samenleving en het verdwijnen van de zuilen en andere voorheen vanzelfsprekende verbanden

---

<sup>1</sup> Hoewel het normen en waarden offensief van premier Balkenende gezien kan worden als een hernieuwde poging tot het moraliseren van cultuur.

<sup>2</sup> Mommaas plaatst cultureel burgerschap naast politiek en juridisch burgerschap; misschien moeten we daar nog economisch burgerschap aan toevoegen.

hebben het culturele domein versplinterd. De verbinding tussen vrije tijd en betaalde arbeid is minder vanzelfsprekend geworden. Eerder dan de *inhoud* van culturele activiteiten staat vandaag de dag dan ook de *toegang* tot cultuur centraal.<sup>3</sup> Zo betogen Engbersen en Sprinkhuizen bijvoorbeeld dat het organiseren van bingo een belangrijke culturele activiteit kan zijn. Niet omdat bingo in zichzelf vormend is, maar omdat het een manier kan zijn om mensen bij elkaar te brengen. De bingo stelt hen in de gelegenheid om uit de anonimiteit te treden en manieren te vinden om samen te leven.

In dit licht is ook het fenomeen ‘vakantie’ te beschouwen. Hoe divers de invulling ook is, ‘op vakantie gaan’ is inmiddels een belangrijk onderdeel van onze cultuur geworden. In Nederland is in 2003 ongeveer 82% van de mensen op pad gegaan om hun vakantie buitenshuis te vieren. Economische barrières om op vakantie te gaan zijn grotendeels geslecht. Vakantie is voor iedereen bereikbaar geworden als waardevol onderdeel van een goed leven in Nederland. Althans, zo lijkt het. Voor bepaalde sociale groepen in de samenleving spreekt het niet vanzelf om op vakantie te gaan. Hoewel een organisatie als De Zonnebloem ‘langdurig lichamelijk zieken, lichamelijk gehandicapten en hulpbehoevende ouderen’ in de gelegenheid stelt om op vakantie te gaan, is er voor cliënten van de geestelijke gezondheidszorg tot nu toe nauwelijks ondersteuning om op vakantie te kunnen gaan. In Nederland is er de stichting ‘Het Roer in Handen’ die bootreizen organiseert voor mensen met een psychiatrische achtergrond. En sinds 1996 is er ook Radar Reizen, de organisatie die we in dit verslag onderzoeken.

## 2.2 *Radar Reizen: Vakantie met visie*

Radar Reizen organiseert vakantie-reizen en dagtochten speciaal voor deze doelgroep. Mensen die meegaan hebben een RIO-indicatie (nu: CIZ-indicatie) en betalen voor de reis, de accommodatie en het eten. De reizen worden begeleid door vrijwilligers en psychiatrisch verpleegkundigen. Radar heeft drie psychiatrisch verpleegkundigen in (deeltijd) dienst en 25 vrijwilligers, waaronder tien psychiatrisch verpleegkundigen. In 2002 zijn 249 cliënten mee geweest op een vakantie-reis en hebben 147 cliënten deelgenomen aan een dagtocht. In 2003 waren er respectievelijk 192 en 155 reisgenoten. In 2004 gingen 249 vakantie-gangers en 138 deelnemers aan dagtochten mee. De reisgenoten komen uit de directe regio en nu ook steeds vaker uit de rest van het land. Er zijn activiteiten om de reisorganisatie uit te breiden door ‘reisconsu-

---

<sup>3</sup> In de cultuurnota’s van de afgelopen jaren is participatie dan ook een belangrijk onderwerp, bijvoorbeeld van jongeren en allochtonen.

lenten' op te leiden en te begeleiden in verschillende regio's. Deze reisconsulenten bezoeken GGZ-instellingen en benaderen mogelijke verwijzers om deelnemers te werven voor vakanties en organiseren dagtochten in hun regio. Inmiddels worden in Twente, Drenthe en Rotterdam en omstreken reisconsulenten geworven.

Radar Reizen maakt deel uit van de stichting Radar die zich richt op verschillende vormen van rehabilitatie, zoals arbeid, dagbesteding en leren. Het is vanuit de rehabilitatiegedachte dat Radar Reizen vorm geeft aan de vakanties en dagtochten voor hun cliënten. Rehabilitatie wil de deelname aan het sociaal maatschappelijk leven van deze cliënten ondersteunen (mission statement Radar). De oprichter van Radar Reizen, Ad Korevaar, verwoordt het als volgt:

Dat is eigenlijk de houding: je moet naar buiten met de mensen. Ik denk dat het goed is om de maatschappij te blijven laten zien en te blijven gebruiken. Dat mensen niet vervreemden. Want door de jaren heen, mensen worden opgenomen, meestal in die mooie bossen, in grote paviljoens. Ja, het is rustig, er gaat natuurlijk een gigantische geschiedenis aan vooraf bij de familie voordat mensen opgenomen werden. Maar ik denk dat daardoor de vervreemding van de maatschappij en deze groep mensen begon. Tenminste voor de groep langdurig zorgafhankelijke mensen, waar ik altijd voor gewerkt heb. En ik vond: die mensen hebben er recht op om de maatschappij weer te zien. En ik vind dat de maatschappij eigenlijk ook verplicht is om deze mensen te accepteren.

Hier keert de gedachte terug dat vakantie een cultuurgoed is. Cliënten van de GGZ moeten evenzeer kunnen deelnemen aan de cultuur en de samenleving als andere burgers. Er is geen reden om bepaalde groepen daar van uit te sluiten. Zodoende is Ad Korevaar een jaar of zeven geleden begonnen met het organiseren van vakantiereizen, toen nog vanuit de GGZ-instelling waar hij werkte, en voor cliënten uit de eigen regio. Hij ontdekte dat er veel behoefte was. Cliënten gingen soms wel op vakantie met hun afdelings- of huisgenoten, maar een vakantie zonder hen was niet mogelijk, tenzij ze boekten bij reguliere reisorganisaties. En dat bleek voor velen een brug te ver. In 2002 zag de stichting Radar Reizen het licht waar ook cliënten van buiten de regio terecht kunnen. 'Het moet ook voor deze mensen mogelijk zijn om op vakantie te gaan', was de overtuiging die Radar Reizen inspireerde en nog steeds inspireert.

Medio 2004 startte het Trimbos-instituut het onderzoek waarvan het verslag hier voor u ligt. Omdat er praktisch geen literatuur beschikbaar is over dit specifieke onderwerp, is gekozen voor een brede verkenning. In dit onderzoeksverslag concentreren we ons op drie onderzoeksvragen.

- Wat is het belang van vakantie voor deze doelgroep?
- Waarom willen de reisgenoten nou juist met Radar Reizen op vakantie?
- Wat doen de begeleiders van Radar Reizen om vakantie voor deze doelgroep mogelijk te maken?

Beantwoording van de eerste vraag moet inzicht geven in wat de reisgenoten aan hun vakantie beleven en hoe daarmee rehabilitatie en cultureel burgerschap vorm krijgen. De andere twee vragen gaan vooral over de vraag waarom een specifieke organisatie als Radar Reizen nodig is, met begeleiders met een opleiding in de GGZ. Het biedt zicht op de *voorwaarden* voor het slagen van een vakantie.

### 2.3 *Onderzoeksopzet*

Om de onderzoeksvragen te beantwoorden is gebruik gemaakt van participerende observatie op twee vakantie-reizen: een reis in het binnenland, en een reis in het buitenland. Gezocht is naar twee reizen die zoveel mogelijk verschillen. De eerste reis is te zien als een wat meer beschermde reis binnen Nederland. Deze reis is representatief voor het aanbod van Radar Reizen. Het ging om een achtdaagse reis met een groep van zeventien reisgenoten en twee psychiatrisch verpleegkundigen. De accommodatie bestond uit een groot zomerhuis in een vakantieoord in de bossen. Naast begeleiding van de reisgenoten zorgden de verpleegkundigen ook voor het eten en voor het onderhoud van het zomerhuis. Er verbleven geen andere reisgezelschappen in het huis.

Op de tweede reis kwam het meer aan op de zelfstandigheid van de reisgenoten. Met een pendelbus van een andere reisorganisatie ging het naar de noordoostkust van Spanje. Drie psychiatrisch verpleegkundigen begeleidden de 27 deelnemers en een groep van 5 cliënten had zich aangesloten met een eigen begeleidster. Verblijfplaats was een hotel, dat ook voor de maaltijden zorgde. Bij deze reis waren de Radardeelnemers, meer dan op de Nederlandse reis, onderdeel van het Spaanse massatoerisme. Voor het dagprogramma konden mensen intekenen voor excursies, maar een groot gedeelte van de tijd moesten de deelnemers zelf op zoek naar bezigheden. De communicatie met de begeleiders verliep deels via borden in de hal, waar spreekuren en excursies werden aangekondigd.

Eén van ons (JP), onderzoeker van het Trimbos-instituut, heeft aan beide reizen deelgenomen. Al gauw kon zij invoegen door deel te nemen aan activiteiten, gesprekjes te voeren met de deelnemers en door ‘in te vallen’ als extra begeleider van uitstapjes. Van de vakanties zijn zoveel mogelijk al ter plaatse



verslagen geschreven. De verslagen zijn geanonimiseerd en becommentarieerd door onderzoekers van het Trimbos-instituut.

Als aanvulling op de deelname aan de reizen zijn vier begeleiders (twee vrijwilligers en twee psychiatrisch verpleegkundigen in vaste dienst) en elf reisgenoten geïnterviewd (waarvan acht mensen hadden deelgenomen aan de bovengenoemde twee reizen, en drie 'vaste klanten' zijn van Radar Reizen). De interviews zijn eveneens geanonimiseerd en uitgetypt. In dit verslag citeren we rijkelijk uit het materiaal, dat voor de leesbaarheid van dit verslag zo nodig is bewerkt. Als toetsing op de interpretaties is dit verslag voorgelegd aan en besproken met medewerkers van Radar Reizen en onderzoekers van het Trimbos-instituut. De onderzoekers blijven uiteraard verantwoordelijk voor de uiteindelijke tekst.

### 3 Het belang van vakantie volgens de reisgenoten

*Interviewer:* Wat vind je belangrijk aan vakantie?

*Reisgenoot:* Dat het wat ontspanning geeft, vind ik toch wel het belangrijkste. Dat je echt even weg bent, even vakantie vieren. Lekker eten, tochtjes maken. En dingen doen als zwemmen. En dingen zien vind ik ook heel leuk, naar een andere stad gaan, of de bergen in. Of zoiets als een bootreis maken. Dat je toch wat dingen ziet. Dat je even weg geweest ben. En ja, met contacten leggen ben ik ook niet de vlotste hoor, maar dat vind ik ook wel leuk. Dat je er vrienden aan overhoudt of zo.

We beginnen met het belang van vakantie voor de doelgroep van GGZ-cliënten. Wat maken zij mee op vakantie en wat waarderen zij daaraan? Wat betekent het voor hen om op vakantie te gaan? De beantwoording van deze vragen kan helpen om mooie woorden als ‘cultureel burgerschap’, ‘rehabilitatie’ en ‘participatie’ inhoud te geven. Geven de reisgenoten op vakantie vorm aan participatie, rehabilitatie en burgerschap? Hoe doen ze dat en wat vinden ze daarvan? We bespreken in dit hoofdstuk de manier waarop vakantie iets betekent voor *herstel van het gewone leven*, voor *sociale contacten* en voor de manier waarop vakantie *routines doorbreekt*, en daarmee de *verbeeldingskracht stimuleert* en de mogelijkheid biedt om *talenten te gebruiken* die in een andere context ongebruikt en onopgemerkt blijven. We laten in dit hoofdstuk hoofdzakelijk de reisgenoten aan het woord.

#### 3.1 Vakantie als terugkeer naar het gewone leven

Wat beleven de reisgenoten aan vakantie? De respondent uit het citaat onder de titel noemt ontspanning, uit de dagelijkse sleur zijn, dingen doen die je anders niet doet en lekker eten. Hij noemt ook dingen zien die je anders niet ziet, zowel natuur als cultuur. En hij noemt sociale contacten die je op vakantie kunt leggen en zelfs aan vakantie kan overhouden. Dit geeft een aardig overzicht van wat vakantie en ‘cultuur’ allemaal kan inhouden. Maar er is nog een andere, vóórliggende betekenis die van belang is voor de mensen die met Radar Reizen meegaan. Voor degene die op reis gaat betekent het dat er betere tijden zijn aangebroken en dat ze opgeknapt zijn. Mensen met wie het slecht gaat of die zijn opgenomen, gaan niet op vakantie, althans niet op deze manier. Op vakantie kunnen en willen gaan is een teken van herstel en het weer opnemen van de draad.

*Reisgenoot:* Ik ging elk jaar wel even weg, als het even kon. Maar dat is echt iets van de laatste jaren, dat het ook wat beter met me gaat. En dan wil je ook wel weer dat soort dingen doen.

‘Vakantie’ hoort, net als voor de meeste Nederlanders, voor GGZ-cliënten bij het ‘gewone leven’. Problemen, behandeling of opnames doorkruisten dit gewone leven, en als die problemen zijn verminderd of opgelost, wordt vakantie ook weer een mogelijkheid. Zoals de meeste Nederlanders zijn de reisgenoten er van huis uit aan gewend om op vakantie te gaan.

*Reisgenoot:* Ja, die keer wilde ik ook heel erg graag naar Spanje, toen had ik er alles voor over. Toch een beetje ‘het weer over doen’. Een beetje de sfeer van vroeger, toen ik met mijn ouders ging.

Dit weer kunnen oppakken, het teruggrijpen op wat vroeger bij het dagelijkse leven hoorde, maakt het op vakantie gaan tot een *graadmeter*. Hoe sta ik er voor, wat kan ik weer doen en wat is niet mogelijk? Op vakantie kunnen gaan, laat zien dat men weer deelneemt aan wat men zelf – en anderen – in Nederland beschouwt als ‘een gewoon leven’.

### 3.2 *Sociale contacten*

Het blijkt dat vakantie de mogelijkheid biedt voor vele variaties en intensiteiten van contacten. De reisgenoten geven aan dat het leggen van contacten ze niet gemakkelijk aangaat. Een Radarverpleegkundige noemt dat zelfs als het moeilijkste voor deze doelgroep (zie verderop). Maar vakanties bieden veel mogelijkheden om, ieder op zijn of haar eigen manier, een vorm te vinden. Vakantie met een groep mensen biedt bijvoorbeeld de toegang tot ongecompliceerde gezelligheid.

Op het terras is het heel gezellig, er druppelt zo wat langs en komt erbij zitten. Reisgenoot Trui bestelt een glaasje wijn. Reisgenoot Anneke (die zo achterdochtig was) komt er zowaar ook bijzitten, en bestelt een flesje mineraalwater. Ze vraagt of ik een foto van haar wil maken met haar toestel. De reisgenoten Bert en Gustaaf komen langs. Gustaaf vertelt dat hij in deze vakantie lekker in de zon ligt bij het zwembad en anders in de bar zit. Het is een heerlijk warme avond en in het hotel naast ons denderd de muziek. Reisgenoot Marieke staat te swingen, maar ze blijft op ‘ons’ terras, ze durft niet naar hiernaast. Ze zegt dat ze geen man heeft en dat het dan niet gaat. Geen van de aanwezige mannen wil mee. Dan gaat verpleegkundige Rosa met haar mee, ‘kom op, even swingen!’ Reisgenoot Wilmoet komt terug van zijn mysterieuze afspraakje. Verpleegkundige Franka wil wel weten hoe het was. Met veel gevoel voor theater houdt hij zijn handen omhoog en trekt zijn schouders op. ‘Ik had geen condoom’, zegt hij, tot algehele hilariteit. Als hij weg is vertelt reisgenoot Steven nog een onnavolgbare zelfgemaakte mop, zijn specialiteit. De kunst is om op het juiste moment in de lach te schieten.

De aanwezigheid van de anderen maakt het mogelijk om op allerlei manieren gezelligheid op te snuiven. Door actief deel te nemen aan het gesprek, of door wat passiever erbij te zitten.

*Reisgenoot:* Ja, je bent sociaal op vakantie. M'n neef gaat wel eens alleen met vakantie, in een stacaravan op Ameland. Maar daar zit je dan een week of twee weken, zit je helemaal alleen. Dat is helemaal niks voor mij, ik moet wel wat mensen om me heen hebben, dat ik gezellig kan praten. Of als je 's ochtends opstaat, even gezellig ontbijten met z'n allen. Dat is gewoon gezellig. Ja, het is wat gemoedelijker bij Radar. Dat vind ik toch wel heel belangrijk.

Reisgenoten contrasteren die gezelligheid met de eenzaamheid die het dagelijkse bestaan kan hebben. De ontmoetingen op vakantie doorbreken die eenzaamheid.

De laatste avond is de hitte wat afgenomen. Het is heerlijk om buiten te zitten. Reisgenoot Mark is nog laat op. Hij bouwt steeds nieuwe sigaretten met een apparaatje en een blik tabak. Hij zegt dat hij de aanspraak wel zal missen als morgen iedereen weer naar huis gaat.

Binnen het idee van ontmoetingsmogelijkheden zijn vele variaties mogelijk. Sommigen zien de aanwezigheid van de groep reisgenoten vooral als een manier om binnen een veilig kader op reis te kunnen. Je kan samen dingen organiseren en gaan doen, zodat je niet 'eenzaam over straat slentert'. Maar het gaat ze niet om de contacten.

*Reisgenoot:* Ik ga niet op vakantie om mensen te ontmoeten. Ik ben nogal een gesloten type, ik hou het liever voor mezelf. Ik hou het ook niet heel lang vol, dan kan ik het niet verwerken. Dat is moeilijk. Vanwege de ziekte, de schizofrenie.

Het kan juist de tijdelijkheid zijn en het gegeven dat je niet 'iets hoeft' met de reisgenoten die de charme van de contacten op vakantie uitmaken. Het doel is om een goede vakantie te beleven en het gezellig te hebben. Ingewikkelde zaken of diepgaande kwesties komen niet aan de orde. Die komen wel weer in het dagelijks leven.

*Reisgenoot:* Ik vind het ook wel fijn, hoor, dat je mensen niet kent. Lekker anoniem. Gewoon, even een nieuwe omgeving. En een week is lang genoeg. Want als je twee weken gaat, slaat de verveling toe. Dat heb ik wel vaker gehad, tien dagen, dat is toch een beetje lang. Want dan ken je elkaar, je hebt met iedereen even een praatje gemaakt en ja, wat moet je dan nog zeggen.

Het is leuk om mensen te ontmoeten, maar dat komt deels door de vrijblijvendheid van het contact. Juist de oppervlakkigheid van de contacten maakt ze plezierig. Overigens beperkt dit genre van ontmoetingen zich niet tot de groep Radarreisgenoten. Wanneer het gezelschap in een hotel verblijft, ontmoet men ook andere toeristen.

*Reisgenote:* Nou, ik zat heel vaak in de bar, en daar zaten ook vaak Engelse mensen. En toen we weggingen en met alle koffers zaten te wachten, dat was heel leuk, kwamen die Engelse mensen naar mij toe en toen vroegen ze: 'ga je weg?' Ik zeg: 'ja'. Krijg ik drie zoenen en 'leuk dat ik u ontmoet heb' En bye bye, en good trip en zo. Dat was heel leuk.

Tijdelijkheid en luchtigheid van contacten kunnen dus aantrekkelijk zijn. Maar die tijdelijkheid kan ook juist weer ruimte geven om eens zaken aan de orde te stellen die men anders niet zo snel ter sprake zou brengen. Juist door de tijdelijkheid ontstaat ruimte voor intimiteit.

*Reisgenoot:* Ik heb met Johan gewandeld, dat was leuk, dat was gezellig. Die vroeg ook dingen, die zei ook wel dingen. Hij zei niet zo veel. Het is een rustig iemand. Enne, ik heb met Karel op het strand zitten praten, een intiem gesprek. We hadden het toen over relaties. Daar begon hij over. [...] Maar dat was wel leuk. Met Johan wandelen en met Karel op het strand. Die momenten waren wel heel leuk. Ze waren een beetje rustig en ze brachten gezelligheid. Ze namen niet alleen, ze gaven ook nog iets aan mij.

Er zijn ook reisgenoten die duurzame vriendschappen aan hun vakantie overhouden. Men zoekt elkaar op en houdt telefonisch, per e-mail of per brief contact.

*Reisgenoot:* Dit jaar heb ik een vriendin opgedaan op vakantie, Tanja. Die is hier ook een weekend komen logeren, ze woont bij Utrecht in de buurt. Ze zat naast me in de bus en we sliepen samen op een kamer. Nu wil ze een keer vrijdag komen, als de winkels 's avonds open zijn. Gaan we shoppen, dat deed ze op vakantie ook graag. [...] Op vakantie ben ik veel met Tanja op stap geweest, hebben we terrasjes gezocht en ijs gegeten. We waren altijd bij mekaar, altijd samen. Tanja wil volgend jaar weer mee, en ik ook. We willen samen weer naar Spanje. Ik zal haar vandaag of morgen nog eens bellen.

En zo ontstaan ook vakantieliefdes, waarbij tijdelijkheid en intimiteit ook op wisselende manieren verbonden worden.

In het vakantiehuis drinken we eerst wat, en verpleegkundige Anne zegt dat de reisgenoten Mona en Frank net hebben aangekondigd dat ze het eerste verliefde stel van de vakantie zijn. Mona lacht wat, Frank glundert. Mona zegt later dat ze het wel

jammer vindt dat ze zo ver van elkaar vandaan wonen. ‘Maar we gaan eerst kaarten schrijven. Misschien gaan we volgend jaar nog wel eens een keer samen op vakantie, zo, naar Terschelling met Radar.’

Ook al duren vakantieliefdes uit de aard der zaak niet langer dan de vakantie, het kan zo uitkomen dat de geliefden in elkaars buurt wonen en de verkering standhoudt, zo bleek uit de interviews. De oprichter van Radar Reizen waar- schuwt altijd wel voor hooggespannen verwachtingen met betrekking tot rela- ties, en geeft voorbeelden van vakanties die bedorven zijn door niet weder- zijdsse relatieaspiraties. Maar het blijkt ook mee te kunnen zitten.

*Interviewer:* O ja, jij had toch iemand ontmoet op vakantie. Zie je die nog wel ‘s?

*Reisgenote:* Ja! Het is nog aan.

De ontmoetingen op vakantie kunnen nog op een andere manier tot langdu- riger verbintenissen leiden. Het kan zijn dat gelijkgestemde reizigers elkaar vinden en besluiten een keer per jaar samen op reis te gaan.

*Reisgenoot:* Vakantiegevoel? Ja, vrijheid! Een beetje vrijheid. En met de mensen pra- ten, aan een tafeltje zitten op een terras. Of bij het hotel. En allemaal fijne mensen. Niks geen gemopper. We zijn allemaal blij als we mekaar in de zomer weer zien. Ie- dereen vindt het fijn dat we mekaar weer zien! Heel fijn.

De mensen van dit gezelschap die elkaar steeds ontmoeten zijn de vaste klan- ten van Radar Reizen. Voor hen is de bekendheid en vertrouwdheid van de organisatie van groot belang. Hier tonen zich de regionale wortels van Radar Reizen. Daarbij gaat het niet alleen om bekende reisgenoten, maar ook om bekendheid met de begeleiders van de reis. Dezelfde respondent:

Het is makkelijk met instappen. Ik stap hier op de hoek in. En een hoop mensen ken ik. Een hele hoop mensen hier uit de Achterhoek die meegaan, die ken ik allemaal. En de mensen van het huis hiernaast, die ken ik. Eén vrouw gaat nooit mee. Maar de an- deren, Jorg en Maria en Geertje, die gaan heel vaak mee. En van dat grote gebouw daarginds. Daar ken ik er ook veel van. Daar gaan ook vaak een hele hoop mensen van mee. En van Hengelo een paar. En van Zutphen een paar. En van Doetinchem een paar. Radar is mooi kort bij. En een hoop mensen ken ik. De chauffeurs ken ik al- lemaal zowat. En ook die reisleidsters, Sophie en Karla. Ik ken ze allemaal zowat. En Gert en Anne en Bert. Dat zijn heel aardige mensen.

Deze respondent heeft een vaste sociale infrastructuur door zijn vakanties. Zijn burens ziet hij ook nog wel buiten de vakanties, maar de anderen voor- namelijk als ze er weer op uitgaan.

Naast de contacten die mensen opdoen op vakantie, biedt vakantie ook de mogelijkheid om te experimenteren met contacten die er al zijn. Zo was er op de vakantie in Nederland een echtpaar dat de vakantie gebruikte om eens een week samen door te brengen. Samenwonen was voor hen op dat moment geen optie, het samen op vakantie gaan was makkelijker te realiseren.

‘Wij zijn getrouwd’, vertelt Michiel over zichzelf en Jasmijn. ‘Wel voor de kerk, maar niet voor de wet. Dus het betekent niks.’ ‘Het betekent iets voor jezelf’, corrigeert Jasmijn. Michiel zegt dat hij het echt fijn vindt dat hij Jasmijn nu een hele week om zich heen heeft. ‘Thuis zien we elkaar in de weekends en woensdagavond. De begeleiding vindt dat voorlopig wel genoeg. Nu kunnen we een hele week samen zijn!’ Michiel vertelt dat zijn mentor de vakantie heeft geregeld voor ze. ‘Zodat we toch met z’n tweeën op vakantie kunnen. Zij heeft het helemaal geregeld. En zij heeft ook deze vakantie uitgezocht. Ze vond dat we niet zonder begeleiding konden gaan, en toen heeft ze dit [met Radar Reizen] uitgezocht. Ik ben haar heel dankbaar, dat zal ik haar ook vertellen als ik terug ben. Ik vind deze vakantie echt reuze!’

Het cliché wil dat je mensen het best leert kennen op vakantie. Maar het is op deze manier ook mogelijk om de droom van het samenwonen voor een week uit te leven. Als het tegen zou vallen zijn de consequenties te overzien: er zijn geen grote beslissingen genomen. Vakantie biedt de mogelijkheid om iets uit te proberen.

Een andere manier waarop vakantie iets betekent voor sociale contacten, is de versterking van contacten die men al heeft. Vakanties leveren nieuwe gespreksstof en ansichtkaarten worden met passie verstuurd.

*Interviewer:* Vindt u nou dat de vakantie veel invloed heeft op het dagelijks leven?

*Reisgenoot:* Ja.

*Interviewer:* Kunt u dat uitleggen?

*Reisgenoot:* Nou, in het café vragen ze, ‘Margriet wanneer ga je op vakantie?’ En dan stuur je ze een kaart. En de vrouw van de bloemstal krijgt een kaart. Een keer ben ik zo mal geweest, ging ik naar Tsjechië, stuurde ik zestig kaarten. Want het was belachelijk goedkoop, het was een kwartje per kaart. Maar toch wel zestig kwartjes, vijftien gulden. Klaas en Bianca, van de leiding, die hebben meegeholpen met schrijven. Diana heeft ook nog meegeschreven. In het adressenboekje, alle personen die ik kende. Ik ben er toch wel mee bezig om de goedkoopste en toch de leukste kaarten te vinden. Het is zo leuk. Je houdt een beetje contact, je schrijft de mensen allemaal.

Kaarten en cadeautjes kopen horen helemaal bij vakantie. Kaarten werden in beide vakanties over het algemeen al helemaal aan het begin van de vakantie gekocht. De meeste reisgenoten zitten krap bij kas, maar het kopen van kaarten en cadeaus schiet er zelden bij in.

Eenmaal in het dorp spreken we af elkaar om half een bij de viskar weer te treffen, en gaat iedereen er voor zichzelf of in groepjes op uit. Reisgenoot Kobus koopt een blauw vaasje voor zijn begeleidster. Hij laat het mooi inpakken. Reisgenoot Truus koopt cadeautjes voor de kleinkinderen. Een politieautootje met een trailer erachter; een pop en nog veel meer. Veel mensen kopen ansichtkaarten: een ritueel dat maakt dat je je helemaal op vakantie voelt.

Vakantie vormt een gespreksonderwerp met de mensen die je regelmatig ziet. Je hebt eens iets nieuws te vertellen. Zoals de oprichter van Radar Reizen het zegt:

Deze jongen zegt: ‘Het is gewoon leuk, want ik heb weer eens wat te vertellen, als ik in de woonvorm kom.’ Want vroeger gingen ze wel eens met de hele woonvorm uit, maar dan heb je niets meer te vertellen. Je komt thuis, en je hebt allemaal hetzelfde meegemaakt. Nu zegt hij, ‘Ik kom thuis, en dan heb ik foto’s die niemand kent. En nieuwe verhalen.’ En dat geeft een beetje meer eigenwaarde, want je bent wat meer uniek, in die groep, en ook naar de familie. Want je hebt dingen meegemaakt die zij lekker niet gezien hebben. Terwijl, daarvoor was het altijd: de familie ging uit, en zij hadden foto’s, en die willen ze dan niet laten zien, want ‘dat is toch een beetje lullig voor de zoon, want die kan niet op vakantie.’

Op deze manieren betekent op vakantie gaan ook iets voor de contacten aan het thuisfront. De reiziger kan eens een nieuwe bijdrage leveren aan bestaande contacten. Hij of zij hoeft niet ‘ontzien’ te worden als iemand voor wie het allemaal niet is weggelegd en zodoende draagt vakantie bij aan de eigenwaarde van de reisgenoten. Ook kunnen de reisgenoten erkenning van contacten met het thuisfront laten blijken door middel van souvenirs of een kaartje. En een keertje de geluksvogel zijn in plaats van degene die altijd voor problemen zorgt, is ook wel eens leuk:

*Reisgenoot:* Ik had ook elke dag contact met m’n moeder. Ik belde haar op. ‘Hallo, de zon schijnt op m’n rug, hoe is het daar in Nederland?’ ‘Hier giet het met bakken uit de lucht uit, mond houden!’ ‘O, ja? Nou, ‘t is dertig graden hier!’ ‘Mond houden!!’

We noemen nog een manier waarop de Radarvakanties iets kunnen betekenen voor sociale contacten. Familiebanden kunnen weer de plaats innemen van zorgrelaties.

*Verpleegkundige:* ... dat was op een reis naar Lourdes twee jaar geleden, een vrouw. Die zat jaren in de problemen, dan was ze weer opgenomen, dan was ze weer thuis. Dat was ook heel zwaar voor de familie. Haar zus nam al gelijk wat meer afstand van haar, maar die had wel het gevoel van ‘Oh wat vervelend’. Het is toch je zus. Maar op een gegeven moment kan je niet meer. Dus om jezelf te beschermen heb je dan wel eens dat je wat afstand neemt, dat zie je gewoon heel veel. En met die Lourdesreis kan



je met familie mee, en die zus die is toen met die cliënte meegegaan, samen in de groep. En we hebben alle vieringen en van alles meegemaakt daar samen. En die zus heeft daar haar zieke zus op een heel nieuwe manier weer leren kennen, en er is zo'n band ontstaan, dat is *onvoorstelbaar*. Ik zei wel eens: 'Maria kijkt met ons mee over onze schouder, misschien heeft dat wel zo moeten zijn.' Snap je? Maar dan vind ik het heerlijk om die voorwaarden zo te kunnen scheppen dat dat allemaal mogelijk is. En ze hebben tot op de dag van vandaag een heel goed contact. Niet het gevoel dat ze verantwoordelijk is voor de zieke zus, want die zorg nemen wij over. En het ziekenhuis natuurlijk. Ze zijn weer zussen. Ja, dat zijn heel aparte dingen die je meemaakt, dan denk je: dat is toch de waarde van het werk dat je doet. Daar doe je het voor!

Niet alleen kan vakantie betekenen dat de mantelzorg eens een weekje ontzien wordt, ook kan de relatie zelf opknappen door even uit de sfeer van zorg en problemen te worden gehaald.

Vakantie betekent dus op verschillende manieren iets voor de sociale contacten van de deelnemers en daarmee voor hun deelname aan de samenleving. Vakantie biedt veel mogelijkheden om mensen te ontmoeten op een manier die past bij de individuele reisgenoot. We zagen variaties tussen een vanzelfsprekende aanwezigheid van anderen en een wat oppervlakkiger contact, tot vriendschappen en liefdes die zich voortzetten na de vakantie. Daarnaast bieden vakanties de mogelijkheid om eens wat uit te proberen met bestaande relaties, bijvoorbeeld door als geliefden, vrienden of familieleden er samen op uit te trekken. Ten slotte biedt vakantie ook iets voor de relaties met het thuisfront: het levert nieuwe gespreksonderwerpen en prettige mogelijkheden om een bijdrage te leveren aan contacten die men heeft. Ook biedt vakantie een positieve rol om iets in te brengen in relaties. Dat is van grote waarde voor relaties die geplaagd zijn door psychische problematiek. Het geeft de vakantieganger meer gevoel van eigenwaarde. Deze verworvenheden moeten gezien worden in het kader van een dagelijks leven dat veel moeilijkheden kent.

### 3.3 *Uit de routine*

'De sleur doorbreken' is een belangrijk winstpunt van vakantie. Alle reisgenoten brengen dat naar voren. Er ontstaat ruimte voor iets nieuws, iets anders dan anders, iets onverwachts. Er valt te experimenteren met een leven dat anders is dan het dagelijkse leven. Een week lang kun je sportief zwemmer of wandelaar zijn, lanterfant of discobezoeker, natuur- of cultuurgenieter in een ongewone, of zelfs exotische omgeving. Het lijf mag vrij genieten van de zon, de gekraste ledematen hoeven even niet te worden bedekt. Het is natuurlijk ook dit soort fantasieën van vrijheid en avontuur waar de vakantiemarkt op inspeelt. Maar naast de vrijheid blijven ook bepaalde routines in stand en

komen er andere voor in de plaats. Anders zou de vakantie vooral een verwarrende leegte zijn. De kunst is om er 'iets van te maken'. Waaruit bestaat 'de dagelijkse sleur' volgens de reisgenoten, en wat komt daarvoor in de plaats?

### *Structuur en discipline*

De reisgenoten vinden meestal dat hun leven veel structuur heeft. Die structuur is niet onbelangrijk, zeggen ze, want zo houden ze zichzelf op de been. Maar het is fijn om dat gedisciplineerde leven af en toe te kunnen doorbreken.

*Reisgenoot:* Vakantie is ook een beetje vrijheid. Ik heb hier in het dagelijks leven heel veel structuur. Door dat vrijwilligerswerk vier keer in de week heb, leef ik ook met veel structuur. Hier in huis, met alle huishoudelijke taken is er ook veel structuur. Dat allemaal een keertje loslaten, en andere mensen zien. Andere mensen of dingen zien. Uit deze situatie van structuur. Voor de afwisseling, dat je effe je horizon verbreedt, dat er ook nog buiten het huis leuke dingen zijn. Er is zo veel dat je doet als routine.

Deze respondent noemt de verandering en het nieuwe als iets dat je op vakantie tegenkomt. Er bestaan nog leuke dingen buiten je eigen huishouden en beslommeringen. De horizon is breder dan gedacht. Er is een wereld buiten de dagelijkse zorgen. Uit de routine stappen maakt dat men deze dingen gaat zien en dat men de eigen situatie kan relativiseren.

Een andere respondent vertelt dat in haar dagelijks leven de behandeling die ze ondergaat de structuur bepaalt. Vakantie betekent even geen therapie en moeilijke gesprekken. Dan is het niet eens zo belangrijk wat je op vakantie precies uitvoert. Het doorbreken van de routine is doel op zichzelf.

*Reisgenoot:* Zelf heb ik bijna geen excursies gedaan, ik heb alleen maar een beetje daar rondgewandeld. Het was een soort huisje. Er was een kok mee. Die kookte elke avond. Dat was wel goed bevallen. Ik heb niet zo veel gedaan, maar ik vond het alleen al fijn om een week geen therapie te hoeven.

Sommigen nemen letterlijk vrij van hun problemen en regimes:

Reisgenoot Job vertelt dat hij lekker in de zon ligt bij het zwembad en anders in de bar zit. 'Ik ben tien dagen gestopt met de medicijnen. Dan kan ik lekker drinken!' Hij zegt dat hij normaal gesproken een middel gebruikt omdat hij alcoholist was. Het medicijn zorgt ervoor dat hij geen alcohol verdraagt. En hij bestelt nog maar eens een bacardi cola. Vorig jaar heeft hij deze procedure al met succes beproefd.

Voor deze man is de vakantie een manier om zijn verslaving hanteerbaar te maken op een manier die 'werkt'. Zo stelt vakantie mensen in staat eens een weekje een ander leven te leiden.

*Interviewer:* Wat vond u het leukste aan de vakantie?

*Reisgenoot:* Op het terras zitten en wijntjes drinken! Die obers die kenden ons al. Dan riep ik: ober! En dan bracht hij een wijntje en dan zei hij: Asjeblijft! Dankjewel! We hadden wel lol daar. Die ene ober haalde wel geintjes uit, die kwam een keer achter mijn stoel geslopen en die kriebelde me zo in de nek! En van de wijn had ik geen last. Ik zat in de schaduw. Thuis drink ik niet zo veel. Twee wijntjes voor ik ga slapen. Overdag drink ik niet. Alleen op vakantie.

Het hoeft niet zo strak, de teugels kunnen wat lossen. En door af en toe eens anders te leven wordt het dagelijks leven ook makkelijker vol te houden. Want dat dagelijks leven kan zwaar zijn. Alle reisgenoten hebben immers ervaringen met de GGZ.

*Reisgenoot:* En dan ben je weer thuis, dan gebeurt er van alles, weet je wel. Ik was net terug, ik zat net, en toen deden ze de deur dicht. Want er werd iemand naar de separaat gebracht. En ik zeg: 'O, ik ben weer terug hoor, ik ga maar weer!'

Vakantie is niet alleen een time-out, het beïnvloedt ook het dagelijks leven. Het kan een nieuwe kleur geven aan een bestaan dat anders somber en leeg dreigt te worden.

*Reisgenoot:* Ik zit in de dagbehandeling. Ik zit daar met allemaal gehandicapten. En ik maak af en toe een schilderij, en dan is het toch fijn dat je een of twee keer per jaar even op reis kan. Anders is alles zo leeg. Hetzelfde ja. Toch een beetje een onderbreking van de dagelijkse sleur. Meestal merk je aan iemand of hij van vakantie terug is, die is altijd veel vrolijker dan een gewoon persoon. Bij mijn vriendin merk ik het, en mijn andere vriendin zal het wel met mij hebben. Dan heb ik meer zin in de dingen, ik ga meer schoonmaken, ik ga dit even doen, dat even doen.

Vakantie levert deze respondent nieuwe energie en een beter humeur. Ze gaat er een paar keer per jaar op uit en zo houdt ze het leven goed vol. Ze verzandt niet in gevoelens van leegte en somberheid die voorheen nogal eens tot een opname leidden. Voor haar is vakantie een vorm van dagbesteding. Een Radarverpleegkundige zegt over deze respondente:

Het is nou zo'n jaar of vier, vijf dat ze gebruik maakt van Radar Reizen. Ze gaat zo'n twee à drie keer per jaar mee op vakantie. En ze belt ons wekelijks zeker een of twee keer even. En ze is op die manier zo met dat reizen bezig dat het een invulling is voor haar leven. Naast de contacten die ze heeft met andere reisgenoten. En ze is al die jaren niet meer opgenomen [in het psychiatrisch ziekenhuis]. En, dat is toch heel bijzonder. Voor die tijd werd ze minstens één, soms twee keer per jaar opgenomen. Ze was echt zo'n draaideurpatiënt eigenlijk. Dat heb ik van haar tante gehoord. En die is vol lof over ons. Want op die manier heeft zij ook veel minder zorgen om haar nichtje.

De reisgenote uit het citaat houdt zich staande door de vakanties en alles wat daar omheen gebeurt. Even ertussenuit kunnen doorbreekt negatieve gedachten en verveling doordat het ruimte creëert voor verbeeldingskracht. Er is voor even een ander leven te leven en er valt te dromen over mogelijkheden om het allemaal anders te doen. ‘Stel dat ik in dat huis daar zou wonen...’

Reisgenoot Martine vertelt enthousiast dat ze aan de boulevard een huis hadden gezien dat leegstond. Ze willen het kopen en dan elk jaar hier komen. Het is vast mogelijk om een Spaanse Riagg te vinden. En ze kunnen om wat te verdienen een kraampje openen om eten te verkopen op de boulevard.

De droom van een nieuw leven in Spanje zal waarschijnlijk een droom blijven. Ze is van belang als inspiratie voor het denken over een mogelijke toekomst. Andere dromen worden op vakantie gerealiseerd.

Reisgenoot Loes zit te stralen. Ze zegt dat ze altijd gehoopt had dat ze nog eens palmbomen zou zien. En hier staan ze gewoon in de tuin.

Stimuleert vakantie dromen en fantasieën voor sommigen, anderen genieten vooral van de ontspanning die de vakantie biedt. Het kan allemaal even wat losser met de verplichtingen en structuur in de dag. Je kunt eens uitrusten, het leven is wat eenvoudiger. Het is echt ‘vrije tijd’. Niks hoeft.

*Reisgenoot:* En ja, kijk, als je op je werk bent, dan ben ik serieuzer met opstaan dan in het weekend. Dan slaap ik altijd meestal even lekker uit, tot een uur of half twaalf, elf uur. En als ik naar m'n werk ga, dan moet ik om kwart over zeven opstaan. Op vakantie ben je wat makkelijker. Ik heb geen wekker bij me, dus.

‘Genieten van het leven’ is dan het trefwoord. Lekker eten speelt daarbij ook een belangrijke rol.

*Reisgenoot:* En in Spanje die heerlijke buffetten! In Spanje was dat, met de buffetten, dat het zo lekker was. Drie keer per dag. Ik zie het voor me! U denkt in woorden, ik denk in beelden, een heel verschil. Maar dat was echt heel lekker eten.

Op veel Radar Reizen koken de begeleiders zelf. Ze merken ook op dat er zo lekker gegeten wordt op vakantie. Eén van de koks scheidt er eer in en speculeert over het succes van de maaltijden:

Het zijn goede kostgangers, hoor. Als je dat wel 's ziet ... ze vr...eten heel veel, heel veel. Ja, er is genoeg, er is ruim voldoende, en je moet er een beetje op letten dat iedereen genoeg krijgt. Maar het zijn goede kostgangers, hoor. En dan kan ik mezelf wel op de borst slaan, maar het is echt goed eten. Niet alleen maar blikgoed, ook vers. Al-

lemaal goede ingrediënten, dat wordt goed klaargemaakt. Soep vooraf. En vlees krijgen ze altijd, of een bal gehakt. En dan nog een toetje toe. Vla, of ijs. Ja, ze zeggen wel: het is lekker makkelijk, en het smaakt goed. Sommigen koken thuis zelf, maar anderen krijgen natuurlijk een maal uit de magnetron. En het is gezellig, de hele groep is bij elkaar en dan eten. Dat scheelt ook een heel stuk natuurlijk. Ga zelf maar eens in een groepje eten. Met een dineetje of zo. Dan eet je altijd wel meer dan als je alleen eet, of met z'n tweeën. En vaak zitten mensen alleen te eten.

Naast vrijheid, dromen en genieten biedt vakantie een gelegenheid om talenten te benutten die in het dagelijks leven niet of nauwelijks van pas komen. Talen spreken bijvoorbeeld.

In de bus is reisgenoot Marieke met een 'Hoe en wat Spaans' bezig. Ze spreekt een aardig mondje Spaans. Als we ergens lang moeten wachten op nieuwe passagiers zoeken we op: 'waar kunnen wij een klacht indienen?' Behulpzaam leert zij ons vervolgens hoe we 'schoenveter' in het Spaans moeten zeggen.

Helemaal van pas komen de talen wanneer de begeleiding ze niet spreekt.

*Begeleider:* We moesten ergens afslaan, dat stond op papier. Ging het busje vóór ons inhalen en wij konden niet meer zien waar hij afsloeg. Dus wij gingen rechtdoor en hij sloeg af. Nou ja, hoe laat kwamen we aan, een uur of half twaalf 's nachts? En dan praat je geen woord Frans!

*Andere begeleider:* Nou ja, de gasten wel. Ja, die hadden echt een goede achtergrond. Die hadden een aardige opleiding gehad. Verschillenden konden Frans, en zo hebben we ons gered.

Verschillende talenten krijgen op vakantie de ruimte. Naast de talen bleken er goede kaartlezers onder de reisgenoten, en reisgenoten die zich goed geïnformeerd hadden over de natuur in de omgeving. Anderen bezitten organisatorische talenten en in Spanje werden die gebruikt om geld in te zamelen en een afscheidsbijeenkomst te organiseren. Zodoende betekent vakantie ook een intellectuele stimulans.

Toch betekent de vakantie niet alleen een breuk met het alledaagse. Niet alle sores zijn zo makkelijk achter te laten. Hoe ver je ook weggaat, zegt de volgende respondent, jezelf laat je niet achter.

*Reisgenoot:* Als ik hier in huis de vaste dingen doe, dan heb ik wel eens last van mezelf, allemaal negatieve gedachten heb ik dan. Maar als ik zo'n vermoeiende reis naar Spanje onderneem, dan neem ik ook mezelf mee, dan heb ik ook last van mezelf. Ik vind het leuk om hier uit het ritme te zijn. Maar het maakt uiteindelijk niet uit waar ik ben, want ik neem mezelf mee.

Het is niet zo dat de vakantie alleen een luchthartige breuk is met het dagelijks leven. Voor de meesten gaan de dozen met pillen en een aantal typische hebberigheden of kwetsbaarheden gewoon mee. En de dag op vakantie is ook geen leegte die geheel naar eigen verbeelding en creativiteit kan worden ingevuld. De vakantie heeft zijn eigen structuur, vooral door activiteiten en excursies. Het aanbod van uitstapjes stelt de reisgenoten in staat het losse en nieuwe met het vaste en gestructureerde te combineren.

*Reisgenoot:* Ja, je gaat elke dag iets leuks doen, een robbentocht maken, een fietstocht. Naar Hessel. Ja, allemaal van dat soort dingen. Gezellig winkelen. Even op een terrasje een gebakje nemen en een kopje koffie. Dus je bent dan wel lekker bezig.

De excursies en uitstapjes zijn belangrijke oriëntatiepunten voor de reisgenoten. Het lukt niet altijd om dat goed te organiseren, en daarvoor wordt ook het nodige van het eigen initiatief gevraagd.

*Reisgenoot:* Die laatste dag was het moeilijkste. We moesten om tien uur uit de hotelkamer zijn, pas 's avonds om negen uur werden we opgehaald door een bus. Iedereen zat maar een beetje te lanterfanteren, en rond te hangen. Dat was niet echt plezant. Ik zat me echt op te fokken: 'ik moet naar huis, ik moet naar huis'. En dan duurt die dag héél, héél lang. Dan is er ook niemand die daar een rem op zet. De begeleiders hadden het zo druk met degenen die eerder naar huis moesten. Toen dacht ik: laat mij zelf iets proberen. En toen heb ik wat over de markt gesjokt met reisgenoten Nellie en Thea.

Net als bij de sociale contacten, lijkt het geheim voor een succesvol programma te liggen in een dag die niet te leeg en niet te vol is, maar 'druk genoeg' (zie ook het volgende hoofdstuk).

*Reisgenoot:* Dat is juist de moeilijkheid voor mij, je moet jezelf bezig houden. 'Vaste dingen' helpt dan, dan is er dit te doen, dan is er dat te doen. En dan heb je rust. Het kan ook te veel zijn. Heel veel indrukken doe je dan op, je ziet een heleboel, je maakt een heleboel mee, dat is misschien net iets te veel van het goede.

Samengevat biedt vakantie een belangrijke mogelijkheid om de dagelijkse routines te doorbreken. Het dagelijks leven kan getekend zijn door problemen en behandeling, of door vaste patronen die eentonig, leeg en saai ('een sleur') kunnen worden. Het doorbreken van routines biedt ruimte aan dromen en hoopvolle verbeelding van de toekomst en genieten van het hier en nu, maar ook aan experimenten met een (tijdelijk) ander leven. Dat betekent niet dat er helemaal geen structuur is en alles door de reisgenoten eigenhandig moet worden ingevuld. Juist geplande programmaonderdelen zoals excursies, bieden houvast. Zo ontstaat de mogelijkheid het overzichtelijke (structuur, planning) met het onverwachte (wat gaan we zien?) te combineren.

### 3.4 Slot

Draagt vakantie bij aan rehabilitatie, participatie en ‘cultureel burgerschap’? Die vraag was al bevestigend te beantwoorden voordat dit hoofdstuk begonnen was. Op vakantie gaan is gewoonte geworden in de Nederlandse cultuur. Wanneer je daaraan meedoet, participeer je in die cultuur. In dit hoofdstuk werd zichtbaar *op welke manieren* vakantie kan helpen vorm te geven aan participatie en cultureel burgerschap. Op vakantie gaan blijkt te kunnen functioneren als een graadmeter die vertelt hoe het met je gesteld is. Ben je alweer zover hersteld dat vakantie mogelijk is? Op vakantie kunnen is dan inderdaad een teken van terugkeer naar een ‘normaal’ leven. De verschillende manieren waarop vakantie iets kan betekenen voor sociale contacten zijn de revue gepasseerd. Vakanties in een groep bieden zelfs voor de meest eenzellige mensen ongecompliceerde contactmogelijkheden. Maar ook blijvender vriendschappen, vaste reisgezelschappen en romances kwamen aan de orde. Ook voor de band met de thuisblijvers blijkt vakantie heilzaam. Het levert nieuwe gespreksonderwerpen, een goed humeur en een gelegenheid voor het sturen van kaartjes of het kopen van cadeautjes. Dat draagt bij aan het gevoel van eigenwaarde van de reisgenoten die een wat steviger positie kunnen innemen in hun contacten; in plaats van ontzien of verzorgd te moeten worden, hebben ze nieuwe dingen te melden. Experimenten met bestaande contacten zijn ook aan de orde geweest. Als samenwonen bijvoorbeeld niet tot de mogelijkheden behoort, kan vakantie een manier zijn om tijdelijk samen te leven of om te ervaren hoe dat is.

Het doorbreken van de dagelijkse sleur was de tweede manier waarop burgerschap, rehabilitatie en participatie vorm krijgen. Vakantie maakt experimenteren met een ander leven dan het alledaagse leven mogelijk. Een week anders kunnen leven dan anders helpt mensen het dagelijks leven te relativiseren, of vrolijkt dat leven op door nieuwe ervaringen, verhalen en herinneringen. Even niet te strikt hoeven leven biedt een pauze van het soms erg gestructureerde en gedisciplineerde bestaan en soms zelfs een pauze van de eigen problemen en behandeling. Vakantie verbreedt de horizon: men ervaart dat er meer op de wereld is dan het eigen huishouden en de eigen zorgen. Sluimerende (intellectuele) talenten zoals talen spreken, organiseren en kaart lezen kunnen worden afgestoft. En ten slotte: vakantie biedt de mogelijkheid om te genieten. Dat is geen overbodige luxe in een leven waar psychiatrische problematiek zoveel invloed heeft.

## 4 Het belang van Radar Reizen volgens de reisgenoten

*Reisgenoot:* Eerst van tevoren denk ik 'leuk, laat maar komen'. Tot een week van tevoren, dan ga ik me naar maken. 'Allemaal nieuwe mensen, allemaal nieuwe dingen, als dat maar goed uitpakt, wat zullen ze van me vinden, denken ze geen negatieve dingen'. Daar ga ik me dan druk om maken. Het is toch wel spannend.

We hebben nu gezien wat de reisgenoten aan hun vakantie beleven en op welke manieren vakantie kan bijdragen aan hun participatie in de Nederlandse cultuur. In dit hoofdstuk gaan we in op de *voorwaarden* voor een geslaagde vakantie volgens de reisgenoten. Wat is het belang van een vakantie met reisgenoten en begeleiders met ervaring in de geestelijke gezondheidszorg? Waarom gaan de reisgenoten niet met reguliere organisaties mee? Wat vinden ze belangrijk aan de begeleiding en hoe hebben ze die ervaren?

### 4.1 *Radar of niks*

Uit de interviews en de gesprekken komt naar voren dat het voor de reisgenoten vaak geen keus is tussen een reguliere vakantie of een vakantie met Radar Reizen. De optie is eerder: géén vakantie of vakantie met Radar. Ze hebben slechte ervaringen met andere reisorganisaties. Met een reguliere organisatie op stap gaan betekent vaak dat je buiten het reisgezelschap komt te staan.

Reisgenoot Wilma vertelt dat ze met een reguliere organisatie naar Engeland was geweest een paar jaar geleden. Ze was bang dat ze bij Radar mensen zou treffen die alsmaar over hun problemen zouden praten. Dat is haar tot nu toe meegevallen. Ze had in Engeland 'niet echt aansluiting', maar er waren drie vrouwen alleen. Daar mocht ze dan wel bij gaan zitten met het eten.

Zoals Wilma vertelt wordt zij eerder 'getolereerd' dan dat zij aansluiting vindt bij haar reisgenoten. De angst voor stigmatisering weerhoudt mensen ervan zich aan te sluiten. Bij Radar Reizen speelt dat probleem niet. Toch blijft het voor velen een 'grote stap' om op vakantie te gaan, zelfs al boezemt Radar Reizen ze vertrouwen in. Ze twijfelen tot de dag van tevoren of ze wel zullen meegaan.

*Reisgenoot:* Ja, ik ben al maanden van tevoren scenario's aan het bedenken, van hoe het kan gaan en zo. Ik ben er heel lang mee bezig. Het is spannend. Tot de dag van tevoren zit ik te denken: zal ik gaan, of zal ik niet gaan? Meestal ga ik toch. Ik heb het er wel over met mijn persoonlijk begeleider. Of ik bel naar het kantoor.



Veel van de zorgen van de twijfelende reisgenoten worden via de telefoon met de medewerkster van Radar besproken. Telefonische geruststelling werkt over het algemeen goed, maar het is ook mogelijk de geboekte reis daadwerkelijk te annuleren. Radar sluit hiervoor standaard een annuleringsverzekering af.

#### 4.2 Lotgenoten

Binnen Radar Reizen spelen stigmatisering en uitstoting veel minder een rol. Daar tref je lotgenoten en dat kan een voordeel zijn. De reisgenoten verwachten acceptatie, herkenning en uitwisseling.

*Reisgenoot:* Ik ging mee omdat het speciaal voor mensen van de GGZ is. Dan kom je toch met mensen in contact die bepaalde problematiek hebben waar je over kunt praten. Je leert wat mensen kennen. En ook organisatorisch, er komt nogal wat bij kijken om zo'n reis te organiseren, voor jezelf. Dit wordt voor een groot gedeelte door anderen gedaan, dan hoef je nergens aan te denken.

De bekendheid met GGZ betekent een gedeelde achtergrond. Reisgenoten vertellen dat het prettig is dat je niet te veel hoeft uit te leggen over je leven. Je kan gewoon zeggen wat voor werk je doet en niemand kijkt er raar van op als je met een pittige psychiatrische diagnose voor de dag komt. Je hoeft er niet al te veel woorden aan vuil te maken.

*Reisgenoot:* Je hoeft niks uit te leggen. Ja, het belangrijkste is toch wel de sfeer. Dat het gezellig is en dat mensen een praatje met je maken, van 'Nou, Paul, waar kom je vandaan, wat doe je voor werk.' En bij een gewone reisorganisatie, moest ik uitleggen waarom ik medicijnen gebruik. Ik zeg: 'Ik heb schizofrenie'. 'Wat is dat dan?' Ik zeg: 'Dan heb ik het idee dat het oorlog is, ik heb wanen'. En dat begrijpen ze dan niet helemaal, wat dat is, dat snappen ze niet. En dat is het voordeel van Radar Reizen, daar hoef je niks uit te leggen, dan zeg je gewoon 'ik heb schizofrenie', 'O, nou, ik heb borderline', of eh 'ja, ik heb manisch depressiviteit'. Dat is veel makkelijker.

In de inleiding kwam aan de orde dat de vrijheid die vakantie biedt ruimte maakt voor authentieke ervaringen. Dat is een romantisch begrip van vrijheid, maar deze respondent verwoordt het wel mooi: je hoeft niets uit te leggen of je anders voor te doen dan je bent. Je kan je psychiatrische diagnose noemen met dezelfde neutraliteit als de kleur van je fiets. Voor deze respondent heeft het ook te maken met eerlijkheid.

*Reisgenoot:* Bij een gewone reisvereniging willen ze wel eens weten waarom je medicijnen neemt. En dan kan ik wel zeggen 'Ja, voor migraine'. Dat heb ik ook nog wel eens gezien, dat iemand dat zegt. Maar daar hou ik niet van, ik vind: je moet wel eerlijk zijn. Je moet er niet omheen draaien. Ik heb dat gewoon liever. En als ze erom la-

chen, of er een beetje gek over willen doen, nou, dan doen ze dat maar. En je kan gewoon vertellen dat je sociaal werk doet, niet dat je daar uitgebreid op in hoeft te gaan, maar je kan het gewoon noemen.

Eerlijk zijn is veel makkelijker als mensen weten waar je het over hebt. Als ze dat niet weten is er veel uitleg nodig en dat leidt soms tot onbegrip of vervelende reacties. Bij Radar Reizen weet iedereen waar je het over hebt.

Maar die bekendheid kan ook weer nadelen hebben. De verwachte openheid kan belastend zijn. Problemen gaan dan te veel ruimte innemen in het contact.

*Reisgenoot:* Ik had eerst een heleboel vooroordelen over Radar Reizen. Dat mensen allemaal zielig gingen doen. Bij elkaar gaan zitten jengelen en klagen, en moeilijk doen, enne... 'ik heb het moeilijk zus, en jij hebt het moeilijk zo.' En er werd wel veel geroddeld onderling op de Radarreis, vond ik, onder elkaar. Er werd echt veel geroddeld, iedereen werd in de gaten gehouden, en iedereen zei tegen elkaar van 'die dit en die dat'. En dan had je een huilbui gehad, en iedereen zag het, iedereen nam het waar. Maar ook het klagen van anderen, nam ik weer waar. Ja, iedereen deed daar zo'n beetje aan mee. Joke had een hele hoop leuke dingen in haar leven, en die ging klagen over dingen die niet leuk waren. Ik dacht: ja, zo ben ik ook af en toe, maar nou is het vakantie, ik wil nou genieten. Ik wil nu geen Joke horen die gaat klagen over dingen die niet zo goed lopen in haar leven, terwijl er zat dingen tegenover staan die wel lopen. Ja, het kost meer energie om daar tussen te zijn, dan dat het me iets oplevert, of dat het leuk gezelschap is of zo.

Dan lopen de contacten daar ook nog wel eens op stuk.

*Reisgenoot:* Die vriendin die wil niet meer met mij op vakantie. Omdat ik het af en toe nogal een beetje over pillen had, of zo. En dat vond zij meer iets om aan de leiding te vertellen. Of over andere problemen of zo, waar zij dan niks mee kan. Dat zei ze naderhand.

Het lotgenotencontact biedt dus zo zijn voor- en nadelen. Maar van de organisatie en de begeleiders ervaren de reisgenoten vooral steun. 'Bij Radar heb je tenminste iemand achter je staan', zegt één van de reisgenoten. 'Je gaat alleen, maar je bent niet alleen', zegt een ander. Ze willen niet met een andere reisorganisatie mee uit vrees dat ze vreemd gevonden worden.

#### 4.3 *Een rustig programma*

Een ander voordeel van Radar Reizen dat de reisgenoten naar voren brengen is het rustige programma. Dat is een verschil met vakanties die georganiseerd zijn door reguliere reisorganisaties.

*Reisgenoot:* Toen wou ik eigenlijk naar een jongerenvakantie, ik wou dat eigenlijk via een reisbureau hier in een stad doen. Ik had al boeken gezocht. Ik wilde wel meedoen met die groep jongeren, maar ik heb niet zo veel uithoudingsvermogen als die jongeren. Die feesten tot half vijf in de morgen. En als ik meega, dan wil ik om twee uur, dan heb ik het mooi gehad, dan wil ik terug, en dan ben ik alleen en dan kan ik niet alleen terug.

Bij Radar Reizen wordt rekening gehouden met reisgenoten die eerder vermoeid raken. Het programma is niet van 's morgens vroeg tot 's avonds laat vol gepland.

*Reisgenoot:* Ik ben met Radar naar Parijs geweest. En het voordeel is, je hebt veel meer rust. Bij een gewone reisvereniging gaan ze 's morgens veel te vroeg weg.

*Interviewer:* Waar zit 'm dat in, die rust?

Nou, om tien uur, half tien ga je pas eten, of zo, tussen half negen en half tien hoef je niet echt iets te doen. En bij een gewone reisvereniging gaan ze om tien uur al weg. Ik ben vorig jaar naar Kreta geweest met een ander reisbureau, ja, dan moet je het allemaal zelf een beetje uitdokteren. En zij zeggen: vandaag gaan we naar het Louvre, dan gaan we om elf uur, twaalf uur weg. En dan niet zo lang, dan gingen we tot vier uur en dan gingen we weer terug. En bij zo'n gewone reisvereniging ga je de hele dag.

De rust in het programma is voor sommigen een van de belangrijkste kenmerken van Radar Reizen, al is het geen expliciete doelstelling.

Reisgenoot Vincent zegt dat er weinig mogelijkheden zijn voor mensen die met de psychiatrie in aanraking zijn geweest om op vakantie te gaan. Hij denkt dat voor veel mensen de drempel te hoog is om naar een gewoon reisbureau te gaan. Waarom hij dat zo vindt? 'Omdat hier toch dingen meer georganiseerd worden. En dat het programma rustig is, er zit veel ruimte in om uit te rusten.'

De tegenkant van een rustig programma is natuurlijk dat het voor sommigen weer ál te rustig is.

*Reisgenoot:* Uitstapjes maken, ja, je wilt dan wel gaan fietsen bij het Kröller-Müller. En dan was er een stel mee, na vijf kilometer waren ze uitgeput. Toen moesten we terug. Er was iemand die echt niet meer meekwam. En die wandelaars waren ook niet beter af, die hebben ook rechtsomkeert gemaakt! [lacht] Maar wat uitstapjes betreft, ja, als je de helft had gedaan van wat je je had voorgenomen, dan was dat al heel wat. Je moet rekening houden met iedereen en de ene is gewoon wat trager dan de andere. Daar waren grote verschillen. Ik denk niet dat dat met leeftijd te maken heeft, maar met wat iemand aankan. Als ik in de dierentuin ben bijvoorbeeld, dan wil ik wel alles zien. Anderen die hebben dan zoiets: ik heb één afdeling gezien, en nu wil ik pauze. Dat is heel verschillend. En je vertrekt altijd drie kwartier later dan dat je van plan was. Voordat iedereen weet waar 'ie naartoe wil en zo. Ja, dat was ook wel weer lachen, hoor, met die mensen. Sommigen die dan direct met de deur in huis vallen: ik ben die en die en ik ben psychiatrisch patiënt. Maar hier werd het tempo aangepast

aan de langzaamste. En bij reguliere reizen wordt het tempo misschien aangepast aan de snelste.

Samengevat is Radar Reizen voor de reisgenoten soms de enige manier waarop ze het aandurven om op vakantie te gaan. Zelfs wanneer ze Radar Reizen als veilig ervaren, moeten ze veel moed verzamelen om daadwerkelijk op reis te gaan. Het ontmoeten van lotgenoten is prettig, en maakt dat je niet om je achtergrond hoeft heen te draaien maar er ook niet over hoeft uit te wijden. Je bent niet de vreemde eend in de bijt. Een nadeel kan zijn dat ‘psychiatrie’ een te dominant gespreksonderwerp wordt, en daar is niet iedereen gelukkig mee. In het vorige hoofdstuk zagen we dat ook: sommigen gebruiken vakantie als een soort pauze van de geestelijke gezondheidszorg. Het rustige en flexibele programma wordt over het algemeen hoog gewaardeerd, al ligt het tempo voor sommigen wel wat laag: de langzaamste is de norm op de reizen, niet de snelste.

#### 4.4 *Begeleiding*

Hoe zien de reisgenoten de rol van de begeleiders? Wanneer wensen ze een beroep op hen te doen? Een eerste idee is dat de aanwezigheid van de begeleiders problemen voorkómt. Als er mensen zijn op wie je kunt terugvallen, schept dat zo veel rust dat een daadwerkelijk beroep op de begeleiding niet nodig is. Dat maakt de aanwezigheid van de begeleiders niet minder belangrijk.

*Reisgenoot:* Het is niet zo dat mensen echt dwars liggen. Er was wel eens iemand die thuis bleef omdat hij bang was. Hij bleef een deel van de vakantie binnen. Maar een probleem is zo voor de bakker. Ze lossen het snel op. Eigenlijk, als begeleiders meegaan, *voorkomen* ze problemen. Je weet: als er iets is, dan kun je bij ze terecht.

Bij de begeleiders kan je terecht als het mis dreigt te gaan. Een tweede aspect dat de reisgenoten noemen is dat de begeleiders het overzicht hebben als de reisgenoten dat zelf kwijt zijn.

*Reisgenoot:* Ze weten ook waar ze zijn moeten. Bijvoorbeeld in Parijs, in de metro. Alleen krijg ik dat niet voor elkaar. Ik ben gemakkelijk afgeleid, dan ga ik de verkeerde kant op. Dan verdwaal ik. En nu ga je vanaf je huis naar het station, naar het beginpunt, en dan met de trein naar de metro in Parijs. En die heeft heel veel stations! Dan moet je wel weten waar je moet zijn. En dat weten zij dan.

De metro in Parijs is exemplarisch voor de angst om het overzicht te verliezen. Het is de levendige illustratie van ‘groot en onoverzichtelijk, zeker voor

mensen met cognitieve problemen. De begeleiders zorgen dan dat niemand verdwaalt.

*Reisgenoot:* Bijvoorbeeld in de Parijse metro, dan moet ik echt bij het groepje blijven, want stel dat ik ze kwijt raak, wat moet ik dan! Dan sta je in zo'n wereldstad als Parijs. En vind dan maar 's de juiste metrolijn weer, en het staat ook allemaal in het Frans. Ik ben niet zo goed in Frans. En dat zijn dingen, daar maak ik mij meer druk over dan vroeger, toen ik nog niet ziek was. 'Oh, ik voel me goed, en we stappen op en we nemen de trein', mwah, op het moment dat ik dan ga, voel ik me goed en dan ga ik. Maar nu ga ik al een maand of drie weken van tevoren al nadenken van: gesteld dit, gesteld dat ...

Naast aanwezigheid en het ondersteunen van uitstapjes in den vreemde, zijn korte gesprekjes veelgevraagde hulpmiddelen. Het kan gaan om zomaar een praatje, maar het is ook mogelijk om zaken aan de orde te stellen waar je op dat moment mee zit. Een kort gesprekje geeft dan houvast om weer verder te kunnen.

*Interviewer:* Maak jij nog gebruik van de begeleiding?

*Reisgenoot:* Nou, je praat gewoon even gezellig 'Nou ik werk in een sociale werkplaats. En ik maak schuttingen.' En dat ik zeg: 'Ja, ik heb een psychose gehad', gewoon heel kort verder. Een praatje, dan kun je even je hart luchten, net zoals bij een psychiater, maar dan heel kort, tien minuten, twaalf minuten, en dan ga ik gewoon weer verder.

Sommigen weten die gesprekjes heel pragmatisch in te zetten. Je bent op vakantie, en dan wil je geen narigheid, maar zo veel mogelijk genieten. Even van je af praten kan dan helpen om weer in een andere sfeer terecht te komen.

*Reisgenoot:* Ik had drie keer in de vakantie in Spanje echt een huilbui. En drie keer waren er mensen voor, begeleiders. Ik dacht drie keer: ik doe mooi beroep op jullie, want het is mijn feestje, maar ik kan het niet alleen draaien. Ik bedoel: ik heb vakantie, ik wil het leuk houden, ik wil de knop zo snel mogelijk omgedraaid hebben. Kan er niet even iemand komen.

Ook voor de korte gesprekjes geldt dat het van belang is dat ze gevoerd *kunnen* worden. Wanneer de vakantie vordert en de sfeer meer ontspannen wordt neemt de behoefte aan een gesprekje af. Het was met name de vakantie in Nederland die zo verliep.

*Reisgenoot:* Je merkt wel dat mensen, als ze merken als ze op vakantie zijn dat ze zich toch wel wat anders gaan gedragen dan ze thuis gewend zijn. Ze worden wat meer ontspannen. Bijvoorbeeld die twee uit A. Die waren in het begin heel hectisch en zo. Later waren ze toch veel meer ontspannen. In het begin wilden sommigen dan echt praten met de begeleiding. En op het laatst hoefde dat eigenlijk ook niet meer.

Maar de vakantie kan zich ook andersom ontwikkelen. Na een rustig begin nemen de spanningen toe naar het einde van de vakantie. Het geld raakt op, de irritaties nemen toe en de reisgenoten raken vermoeid. Dit was meer het patroon op de Spanjevakantie.

Na het eten komen Wil en Sylvia niet opdagen voor hun afspraak om negen uur. Maar verder hebben de verpleegkundigen het druk: Bettie komt voor een gesprekje, Wilma komt voor een gesprekje, Dora komt voor een gesprekje. Begeleidster Sophie krijgt het nog zwaarder als blijkt dat Karel geld heeft afgetrosgeld van Trui: 'Ik vond het zo sneu voor hem', had Trui gezegd. Sophie schudt haar hoofd 'al dat gedoe om geld. Ze hebben maar zo weinig en het leidt tot zo veel narigheid.' Als Sylvia en Wil binnenkomen, gaan Franka en Rosa daar achteraan.

Eén van de verpleegkundigen benoemt de wisselende dynamiek van de vakantie.

*Verpleegkundige:* De dynamiek op die vakanties is altijd enorm. Voor de cliënten, die krijgen een golf van ervaringen en indrukken over zich heen. Maar ook voor de verpleegkundige is het enorm dynamisch. In het begin ken je niemand en moet je uitzoeken hoe iedereen in zijn vel zit. En hoe je mensen moet benaderen. In de loop van de vakantie gaat het dan meer om het oplossen van praktische problemen en dingen in goede banen leiden. Of mensen die op elkaar reageren. Je bent constant bezig en iedere vakantie verloopt weer anders. Je weet nooit van tevoren hoe het zal gaan.

De tevredenheid over de begeleiding is heel groot. Er is één kanttekening die de reisgenoten plaatsen. Zij zien het als noodzakelijk dat je zelf initiatief neemt om hulp te krijgen. Doe je dat niet, dan krijg je ook geen hulp. Eén van de respondenten verwoordt het als volgt:

Er is begeleiding op maat, als je het durft te vragen. Want Jorien ging mee, en die durfde geen hulp te vragen. Niet zo goed in ieder geval. Die heeft nou het gevoel van: ik ging wel mee, maar het was niet leuk. Ze lopen niet iedereen achterna. Ze lieten Jorien ook in bed liggen als Jorien in bed wou liggen. Ik heb dat nog eens nagevraagd. Maar nee, zeiden ze, dat was Joriens eigen verantwoordelijkheid dat ze in bed wou blijven liggen. Dat zeiden de begeleiders.

Het hangt ook van de aard van de reis en de grootte van de groep af in hoeverre gebrek aan initiatief kan worden opgevangen. Een reis als die naar Spanje, met 32 reisgenoten en drie verpleegkundigen in een druk hotel vraagt meer zelfstandigheid en initiatief van de reisgenoten dan een vakantie in Nederland met zestien reisgenoten en twee verpleegkundigen.

*Reisgenoot:* Ik moest zelf initiatieven nemen. Als ik wat wilde dan waren ze daar best wel op ingegaan. Maar als ik niet aangaf dat ik wat wilde, dan lieten ze me ook maar gewoon. Maar als ik zelf initiatief moet nemen, dat is moeilijk.

*Interviewer:* Had je daar liever wat meer ondersteuning bij gehad?

*Reisgenoot:* Misschien wel. Ze stimuleerden me niet zo. Je moet zelf iets willen. Dat merkte ik. Die mensen daar gingen allemaal hun eigen gang. En ik heb daar gewoon moeite mee, met contact maken, en dat vasthouden. [...] Toen heb ik nog met een begeleidster gepraat. Maar daar was ik ook niet zo blij mee. Ze zei dat ik zelf meer initiatief moest nemen. Bijvoorbeeld op iemand afstappen en vragen 'heb je zin om mee te gaan hier of daar naartoe?' En toen zei ik: 'Ze zitten niet op mij te wachten.' En toen zei zij: 'Als je het niet probeert, dan weet je het niet.' Dat vatte ik een beetje als kritiek op. Ik moest maar zorgen dat ik met iemand anders iets ging doen. Ik voelde me eigenlijk een beetje, alsof ik niet m'n best doe, of zo.

Van de begeleiding vinden de reisgenoten het dus belangrijk dat ze 'er zijn'. Hun aanwezigheid voorkomt naar het idee van de reisgenoten problemen, doordat de sfeer goed blijft en zij het overzicht hebben dat de reisgenoten ontberen. Korte gesprekjes zijn gewilde interventies en hebben snel resultaat om mensen even uit de zorgen te halen en escalatie van getob, verdriet of angst te voorkomen. De waardering voor de begeleiding is groot. Een probleem kan zijn dat van de reisgenoten meer initiatief verwacht wordt dan waartoe ze zichzelf in staat achten.

#### 4.5 *Alternatieve manieren om op vakantie te gaan*

Aan het slot van dit hoofdstuk over het belang van een 'begeleide vakantie' bespreken we nog even kort de alternatieven die de reisgenoten noemen om op vakantie te kunnen gaan. De droom van de organisatie van Radar Reizen is dat mensen genoeg zelfvertrouwen krijgen om ook elders een reis te durven boeken. Maar er is ook de kern van vaste vakantiegangers die trouw terugkeert. De reisgenoten hebben soms zelf ook andere oplossingen geprobeerd. Vaak staat of valt het met een reisgenoot die meegaat.

*Reisgenoot:* Ik ben nog een keer met een vriend samen op vakantie geweest. Dat is iemand die ook psychische klachten heeft, zijn we eens een keer samen naar Texel geweest. In een hotelletje, iets van vijf dagen, en wij moesten onszelf daar vermaken. En de leiding hier in D. konden we telefoneren als er iets was. Dus de leiding was achterban en wij gingen de wereld verkennen. Dat was ook wel te doen. Dan kon je terugvallen op de leiding, en verder hadden we elkaar. Dat moet je niet alleen doen volgens mij.

Anderen geven aan dat een vakantie met huisgenoten ook prettig is, omdat de medereizigers dan bekend zijn. Alternatieven die genoemd zijn, zijn organisaties die bij weer een andere handicap aansluiten. Zo was er een man mee op

vakantie die eerder met de epilepsievereniging op pad was geweest. Hij vond dat zelf te beperkt, omdat ze verwachtten dat men altijd minstens met z'n tweeën samen bleef, voor het geval iemand een aanval kreeg. Deze reisgenoot ging echter graag in zijn eentje wandelen, en dat was met Radar Reizen beter mogelijk.

Een andere organisatie die genoemd werd was de vereniging voor doven waar een van de reisgenoten wel eens mee wilde gaan. Het communiceren met niet-doven was hem zwaar gevallen, evenals de rumoerige omgeving van de Spaanse Costa die in de vorm van trillingen tot hem kwam. Het verergerde de stemmen in zijn hoofd. Een andere reisgenoot had de vereniging voor slechthorenden beproefd.

*Reisgenoot:* Als ik eerder had geweten dat het [Radar Reizen] bestond, was ik eerder gegaan. Ik ben ook naar de vereniging van slechthorenden op vakantie geweest, maar toen mocht ik niet meer mee. Ik had een keer geschreeuwd, ik schreeuw wel eens. Als ik me niet helemaal lekker in mijn vel voel, dan doe ik dat wel eens. En er was een mevrouw, die vond dat maar niets, die schaamde zich. Slechthorenden, die schamen zich een beetje sneller dan gewone mensen. En toen heb ik het lidmaatschap afgezegd. Dat was jammer hoor, want ik kon nooit op vakantie, ik had nooit geld. En nou had ik een beetje geld, en dan kon ik niet meer mee.

Ten slotte suggereerde een van de reisgenoten nog een vakantie met een kerkelijke organisatie. Daarover hebben wij echter geen ervaringen kunnen optekenen. De reisgenoten ervaren Radar Reizen als een prettige mogelijkheid om weer eens wat uit te proberen met vakanties. En zo kan ook een minder geslaagde vakantie iets positiefs opleveren.

*Reisgenoot:* Ik had wel meer willen doen op vakantie. Maar ik heb er wel moed uit geput voor een volgende vakantie. Ik kan het toch wel alleen. Het kan alleen nog maar beter worden.

Deze respondente vindt in haar terugblik dat ze meer had moeten ondernemen op vakantie. Maar ze is zich er ook van bewust dat dat juist moeilijk is voor haar. Voor haar was deze vakantie een eerste hindernis die ze heeft genomen om weer op vakantie te kunnen gaan.

#### 4.6 Slot

Voor veel reisgenoten is op vakantie gaan een grote stap. Radar Reizen verlaagt de drempel om die stap te durven zetten. Voor velen is het ook de enige manier waarop zij het aandurven om op vakantie te gaan. Lotgenotencontact maakt de aansluiting makkelijker, hoewel het niet altijd eenvoudig is te bepa-



len in hoeverre problemen ook thema van gesprek kunnen zijn. Zoals in het vorige hoofdstuk ook al naar voren kwam, stelt niet iedereen prijs op een te grote intimiteit in de vakantiecontacten. De reisgenoten vinden het prettig dat je niets hoeft uit te leggen als je het over psychoses of de sociale werkplaats hebt. Men hoeft geen smoesjes te verzinnen of ingewikkelde zaken uit te leggen en daardoor hoeft er ook niet te veel nadruk op de psychiatrische achtergrond te liggen. Anderen benadrukken juist de mogelijkheid om ervaringen uit te wisselen. De reisgenoten ervaren steun van de organisatie en de begeleiders, en het rustige programma komt tegemoet aan hun wensen.

De begeleiding betekent voor de reisgenoten dat problemen voorkomen kunnen worden en dat er mensen zijn die het overzicht hebben en uitstapjes organiseren. De reisgenoten beleven veel steun aan de korte gesprekjes en hebben de ervaring dat die gesprekjes ze goed 'op de rails' houden of ze daar snel weer op doen terugkeren. Wanneer er toch iets voorvalt, zijn de begeleiders aanwezig om de crisis op te vangen. Hier komen we op terug in het volgende hoofdstuk over de rol van de begeleiders.

## 5 De rol van de begeleiders op vakantie

*Verpleegkundige:* Die vrouw van dat stel was vreselijk angstig, die kwam het bed niet meer uit, en ze had vreselijke paniekaanvallen. En via de hostess van de reisorganisatie hadden ze een dienstdoende arts daar gevonden, en had ze kalmeringspillen gekregen. En dan kom je echt in zo'n spiraal van narigheid. Toen ze met ons mee waren hebben ze ons een paar keer gevraagd: 'Nou, ik word heel angstig'. 'Nou, dan praten we er gewoon even over.' Dan wil ze wat extra medicatie, we hebben ook wel wat reserve medicatie mee, wat rustgevertjes, wat half Nederland slikt, Oxazepam en dat soort spul. En dan overleggen: 'Ben je daar bekend mee? Mag je vanuit de behandeling wat van dit spul extra hebben?' Zo nodig bellen we van daaruit met de woonvorm waar ze woont, en dan kunnen we daar een klein beetje van 'bijvoeren', zeg ik wel eens, van die rustgevers. Dat je weer even dat vertrouwen hebt, dat iemand zichzelf weer in de hand heeft. Nou, dan is het weer goed. En die keren daarvoor waren er geen deskundigen die daar op inspelen. Maar dan kom je meteen bij een dokter, en dan word je platgespoten, en dan is er niets meer aan. Dan ga je je nog angstiger voelen om op vakantie te gaan, en dan kan het niet meer.

De taken van de verschillende soorten begeleiders overlappen, maar er zijn ook verschillen. Zo zijn er de psychiatrisch verpleegkundigen die verantwoordelijk zijn voor de begeleiding van de reisgenoten. Op papier variëren hun taken van het geven van hulp bij persoonlijke verzorging, verpleging, het bieden van ondersteunende begeleiding en activerende begeleiding. Daarnaast zijn ze met de andere vrijwilligers verantwoordelijk voor het bereiden van de maaltijden, ze regelen het vervoer en bestieren het huishouden. Daarnaast begeleiden ze uitstapjes en zorgen voor gezelligheid.

In dit hoofdstuk gaan we vooral in op de taken van de psychiatrisch verpleegkundigen. Wat doen de verpleegkundigen op een vakantie van Radar Reizen? Het blijkt dat er voor de verpleegkundigen een interessant spanningsveld is bij het begeleiden van vakanties. Dat komt door de aard van de activiteit 'op vakantie gaan'. Op vakantie gaan betekent enerzijds vrije tijd voor de reisgenoten. Zoals uit het eerste hoofdstuk naar voren kwam kan dat ook gaan om tijd die 'vrij is van zorg'. Er is even geen regime of goedbedoelende hulpverlener die de structuur van de dag bepaalt. Wanneer verpleegkundigen te veel zouden gaan zorgen in deze vrije tijd en ruimte, is het gevaar dat ze de reisgenoten gaan *betuttelen*. Dat willen ze vermijden om de vakantie die vrije tijd te kunnen laten zijn. De verpleegkundige stelt zich dan idealiter terughoudend op.

Anderzijds hebben de verpleegkundigen een rol om de reisgenoten te ondersteunen om hen in staat te stellen op vakantie te kunnen. Vakantie als cultuurgoed moet toegankelijk gemaakt worden voor deze doelgroep. En dit is ook de reden waarom Radar Reizen er is: mensen die niet op een andere ma-

nier durven gaan, kunnen hier ondersteuning krijgen. Bij deze doelstelling is het gevaar niet betutteling, maar *verwaarlozing*. Wanneer iemand niet de juiste hulp krijgt kan hij of zij niet op vakantie en wordt buitengesloten van het maatschappelijk leven, of de vakantie mislukt. In dit geval is de verpleegkundige veel actiever.

Een weg uit dit spanningsveld is om alleen dan ondersteuning te bieden wanneer de reisgenoten daar om vragen. In dat geval wordt zowel de vrijheid van de reisgenoten als de behoefte aan ondersteuning gehonoreerd, en worden de klippen van betutteling en verwaarlozing omzeild. Dit is echter maar een gedeeltelijke oplossing. Reisgenoten formuleren niet altijd wat voor zorg zij nodig hebben. En wanneer we kijken wat de verpleegkundigen doen, is te zien dat zij veel meer doen dan reageren op een vraag. Het lijkt erop dat het succes van de begeleiding juist ligt in het laten bestaan van de spanning tussen zelfstandigheid aan de ene kant en behoefte aan zorg aan de andere kant, en daarmee tussen een passieve en een actieve verpleegkundige. In dit hoofdstuk kijken we dan ook wat de verpleegkundigen doen en hoe ze met dit spanningsveld omgaan.

### 5.1 *Niet betuttelen*

Het accent op de zelfstandigheid van de reisgenoten en de onwil om te betuttelen komt voort uit het idee dat een leven in de GGZ hospitalisering met zich meebrengt. Vaardigheden die mensen hebben om deel te nemen aan het maatschappelijk leven zijn er nog wel, maar er wordt geen beroep meer op gedaan. Radar wil vanuit haar rehabilitatievisie mensen aanmoedigen de vaardigheden tot deelname aan de samenleving te gebruiken.

*Verpleegkundige:* Er waren mensen die langdurig opgenomen waren, normen en waarden, die vervlakken gewoon. Ook door hun ziek-zijn uiteraard, en door de medicatie. Maar eetgedrag, en het geknoei, sigarettenas, peuken en dergelijke. Je ging gewoon zien als je ze meenam naar een terrasje ergens in de stad of zo, dat ze wel die asbak gingen gebruiken. En ik wil niet zeggen dat ze meteen heel netjes de koffie dronken. Maar op een andere manier bezig waren dat ijsje te eten of die koffie te drinken. En toen dacht ik, 'Ja, het zit er nog altijd in bij de mensen.' Mensen moeten gewoon nieuwe contacten krijgen, waar ze niet bekend zijn met hun ziek-zijn gedrag, of met hun afwijkende gedrag, en dan zie je dat ze zich normaal proberen te gedragen. Tussen haakjes. Want ja, wat is normaal. Maar dan zie je in ieder geval veel minder dat patiëntengedrag.

In deze visie is 'normaal gedrag' iets waar cliënten wel toe in staat zijn, maar waar de (GGZ) omgeving al of niet toe uitnodigt. Mensen zijn hun vaardigheden niet kwijt. Radar Reizen wil niet uitnodigen tot 'patiëntengedrag', maar

juist ander gedrag uitlokken. Daarbij moet ‘ziekte’ zo min mogelijk accent krijgen. Behandeling hoort uitdrukkelijk niet thuis bij de vakanties.

*Verpleegkundige:* We zijn een reisbureau, en geen behandelcentrum. Dat is het verschil. Als er zich tijdens de reis iets voordoet met een cliënt, dan wordt ook de thuissituatie ingeschakeld, wat dat dan ook is, zelfstandig wonen, of een afdeling. We schakelen de begeleiding in en dan gaat iemand gewoon terug.

Als er iets gebeurt, onderhandelen de verpleegkundigen met het thuisfront over de oplossing. Maar voor het zo ver is, is er dan al heel wat gebeurd. De begeleiders proberen problemen voor te zijn of snel op te lossen. Ze willen vooral ‘normaal doen’. ‘Normaal’ betekent hier twee dingen. Ten eerste dat de verpleegkundigen communiceren met de reisgenoten zoals met ‘de buurvrouw’:

*Interviewer:* Wat is dat, ‘zo normaal mogelijk’?

*Verpleegkundige:* Meer een normale benadering. Mensen op hun waarde benaderen. Zoals je met andere mensen ook doet. Niet dat betuttelende. Gewoon normaal doen, ook mensen op hun verantwoordelijkheid kunnen wijzen als dat nodig is. Kijk ik kan tegen de buurvrouw ook wel een keer wat zeggen, maar het ligt anders als ik tegen een cliënt zeg ‘je moet dit of dat’. Dat willen we vermijden. Zoals jij en ik communiceren, wil ik ook met hen communiceren.

Hier gaat het om de reisgenoot als verantwoordelijk mens die doet wat hij of zij wil, niet als patiënt waarover je als deskundige gezag hebt. De tweede betekenis van ‘normaal’ verwijst weer naar zelfstandigheid: mensen moeten de gelegenheid krijgen om zelf aan te geven wat ze wel en niet willen aan zorg.

*Verpleegkundige:* Ik sta wel achter de visie van Radar om mensen zo’n zelfstandig mogelijke vakantie te geven. En als ze zelf aangeven, oké, dan kan je die zorg krijgen. Maar we gaan het niet opdringen.

Wanneer mensen een reis boeken bij Radar kunnen ze overleggen via de telefoon wat voor ondersteuning ze wensen, en ze kunnen dat invullen op formulieren bij de inschrijving. Het initiatief ligt bij de deelnemers. In wisselende mate trekken de verpleegkundigen dit idee van ‘zelf aangeven wat je wilt’ ook door naar de vakantie zelf. Sommige verpleegkundigen vinden dat je een programma moet aanbieden, anderen leggen meer accent op het initiatief van de deelnemers.

De verpleegkundige vertelt dat hij de reizen wel voorbereidt, maar dat hij het belangrijk vindt dat mensen zelf ook initiatief nemen. Hij wil niet alles voorkauwen maar de mensen stimuleren. Begeleiding is er waar het nodig is, niet meer, niet minder. Men-

sen moeten zelf bepalen of ze meewillen ergens naartoe of dat ze willen rondhangen en koffiedrinken.

Het verschil hangt ook wel samen met de aard van de reis en de grootte van de groep (met z'n dertigen is het wat lastig overleggen). Maar ook op deze manier kan de zelfstandigheid van de reisgenoten inhoud krijgen.

## 5.2 Niet verwaarlozen

Wanneer botst de opdracht om de zelfstandigheid te stimuleren met de doelstelling om ondersteuning te bieden?

*Verpleegkundige:* Ja. Nou, nee, maar het gaat er voortdurend over: waar laat je mensen zelfstandig zijn, en waarin ga je tuttelen, of ga je zorgen. Dat is eigenlijk die visie die we hebben. De visie dat men zelfstandig op vakantie gaat, en een beroep doet op begeleiding. En je bent zo veel mogelijk op de achtergrond als begeleider. En op het moment dat jullie iets nodig hebben, dan geef je dat aan. *Althans dat proberen we.* Het is natuurlijk een beetje een grijs gebied.

Je hebt ook mensen die zo vaak meegaan, dat weet je op een gegeven moment, dan zeg ik, 'hup, ik ruik je, onder de douche jij'. (lacht) Terwijl het eigenlijk niet in de visie past, want ze *moeten zelfstandig zijn*. Ik heb ook een keer iemand mee gehad naar Parijs. Op een gegeven moment zeg ik: 'ik denk dat ik jou hier onder de brug achterlaat.' 'Hoezo?' zegt hij. 'Nou, hier liggen alle clochards. Daar pas je precies tussen.' 'Hoezo dan?' zegt hij. 'Nou, je moet even kijken hoe je eruit ziet. Ga je wel eens naar de kapper?' 'Nee, dat doe ik altijd zelf.' Dat was ook wel te zien, zijn haar plukte alle kanten op, het werd ook nooit gekamd. Nagels, zo lang. Vingers, zo ver bruin van het roken. Overall vlekken en toestanden. Ik zei: 'Het liefst zou ik je even onder handen nemen, zou ik je es effe willen knippen, je effe onder de douche willen zetten, je nagels effe schoon. Maar ja, het is jouw lijf en jouw vakantie, dus als jij zegt van mij hoeft het niet, dan doen we het niet.' 'Nou, ik vind dat ik er goed verzorgd uitzie', zegt hij. Oké. Dan houdt het op. Want de visie is eigen verantwoordelijkheid. [cursivering van auteurs]

Uit de woorden van de verpleegkundige 'proberen we' 'grijs gebied' 'moeten zelfstandig zijn' (maar het blijkt het voorbeeld niet zijn) blijkt dat het niet altijd lukt om de reisgenoten als zelfstandige personen te benaderen. We komen verderop nog terug op de manier waarop de verpleegkundige deze specifieke situatie heeft opgelost.

Werd het gevaar van betuttelen bezworen door een beroep op zelfstandigheid, een al te terughoudende opstelling loopt het gevaar dat de moeilijkheden die cliënten van de GGZ ondervinden, worden onderschat. Vermaatschappelijking betekent ook dat er rekening gehouden moet worden met de problemen die mensen hebben, zegt de volgende respondent.

*Verpleegkundige:* Maatschappelijk gedrag is ook dat jij naar een opstappunt moet. Dus we proberen dat aan de begeleiders van die huizen duidelijk te maken: 'Kijk of je vrijwilligers kan mobiliseren die jullie mensen naar het opstappunt brengen.' Maar wat zie je: die mensen boeken niet meer, die vragen niet meer naar de folder, die zie je niet meer op de vakantie, omdat de verpleging stelt, 'dat moeten die mensen zelf regelen'. Maar die mensen hebben een tekort in hun gedrag, die krijgen dan niet die steun, en die mensen gaan niet meer op vakantie. Dus die zitten in een mooi huis aan de rand van het dorp, en vereenzamen of krijgen minder de kans om met dingen mee te doen. Dat staat haaks op het vermaatschappelijken. Je kan mensen wel in een mooi huisje stoppen, maar als je ze daar laat zitten en er gebeurt niks en je biedt geen ondersteuning, dan zijn het luxe isoleers.

In dit voorbeeld zijn er geen goede voorwaarden gecreëerd om op vakantie te kunnen. Dan zit je daar in je 'luxe isoleer', midden in de samenleving, maar toch niet in staat om deel te nemen. Dit probleem komt ook naar voren bij het invullen van de formulieren. Dat doet niet iedereen. In het volgende voorbeeld werd pas aan het eind van de vakantie duidelijk dat twee reisgenoten niet voor zichzelf zorgden.

Verpleegkundige Bert heeft reisgenoot Joris geholpen zich klaar te maken voor vertrek. Wat heb je gedaan? vraag ik. En Joris vertelt: 'Eerst heeft Bert me geholpen een beetje de koffer alvast in te pakken, toen hebben we samen de kamer opgeruimd en de was bij elkaar gezocht, toen heb ik me gedoucht en onder het bed geveegd, heeft Bert gedaan. En toen nog scheren.' Achteraf blijkt dat Joris ondanks de hittegolf de hele week niet onder de douche is geweest. Bert vertelt later dat het hele dekbed onder de drop zat, dat hij het nog een beetje zo heeft kunnen plooiën dat Joris nog redelijk schoon kon slapen. Maar het was een zwijnenstal, zegt hij. Hij heeft de vuile spullen van Joris en Evert in een grote plastic zak gestopt, het was te vies om in een tas te pakken. En de handdoeken lagen nog keurig opgevouwen in de koffer. Bert moppert een beetje dat er niet op de formulieren is ingevuld dat Joris hulp nodig heeft met zijn verzorging en ook Evert.

Het idee dat mensen op de formulieren invullen wat voor zorg ze willen past heel goed bij de visie op de reisgenoot die als zelfstandige en zelfbewuste persoon aangeeft wat voor hulp hij of zij wil. Maar wanneer dat niet gebeurt, moeten de verpleegkundigen ter plaatse improviseren en soms veel meer hulp bieden dan verwacht.

*Verpleegkundige:* En dat is gelijk de moeilijkheid bij ons, om in te schatten: hoeveel verpleegkundigen heb je daadwerkelijk nodig? Je kent de mensen alleen qua naam, en je vraagt wel 'geef zelf aan wat je aan begeleiding wil'. Dus dat is een beetje het volwassene, het volwaardige naar de klant. Maar als zij niet zeggen 'ik heb daar hulp bij nodig', dan weet ik niet dat ik hulp moet geven. En dan zit je op dat moment... Bij die vakantie in Nederland hadden heel weinig mensen aangegeven dat ze hulp nodig

hadden bij zelfzorg, met douchen of kleding of weet ik veel wat. Dan zit je wel in de tang. En dan wordt er een zware wissel getrokken op die verpleging.

Hier is het zoeken naar de balans. Niet automatisch komen de begeleiders op de kamers van de reisgenoten. Een van de vrijwilligers trekt een grens bij kwesties van hygiëne.

*Vrijwilliger:* Soms help ik nog wel eens met bed opmaken, dat moet nog wel eens gebeuren. Ze doen het meestal zelf, maar je loopt er toch langs om te zien of dat allemaal een beetje goed gebeurt. Dat heb ik ook wel eens gehad, mensen hadden de lakens nog opgevouwen op het bed liggen aan het eind van de vakantie. Liggen ze zo onder de dekens. Dat kan ook niet, dat hoort niet, dat is niet hygiënisch.

Hiermee is het spanningsveld geschetst. Enerzijds wil de verpleegkundige de vrijheid en de zelfstandigheid van de reisgenoten de ruimte geven. Daarbij past een wat passievere opstelling. Bij voorkeur reageren ze op de vraag van de reisgenoten. De ‘zonde’ hier is betutteling, het meer zorgen voor mensen dan ze nodig hebben. Aan de andere kant willen de verpleegkundigen ook de zorgbehoefte van de reisgenoten honoreren. Dan hebben ze een actievere rol. De ‘zonde’ in dit geval is verwaarlozing, dat wil zeggen: minder zorgen dan de mensen nodig hebben. Beide elementen zijn nodig om ‘vakantie’ tot zijn recht te laten komen. In het balanceren daartussen zit een groot deel van de kracht (of moeten we zeggen: kunst?) van de verpleegkundige begeleiding op vakantie.

De verpleegkundige vertelt dat ze dit niet ziet als werk maar als vakantie. ‘Je leert er wel veel van voor je werk. Je ziet: de mensen redden zich prima. Je hebt zo vaak de neiging om dingen van ze over te nemen. En hier zie je dat ze het allemaal best redden.’ Ze vertelt dat ze een zintuig heeft ontwikkeld om de mensen eruit te pikken die ondersteuning nodig hebben. Anderen vragen er zelf om. Ze zegt dat ze de mensen hier als reisgenoten ziet, niet als cliënten.

Hier komt weer naar voren dat mensen die met Radar op reis gaan zowel zorg nodig hebben als van hun vrijheid moeten kunnen genieten. Ze willen vakantie vieren als ieder ander, maar gaan met Radar Reizen mee omdat ze bij sommige zaken ondersteuning nodig hebben. De verpleegkundige uit het bovenstaande citaat benoemt dat heel duidelijk: zij ziet heel goed wie er ondersteuning nodig heeft. Vanuit haar ervaring als professional voelt ze wel aan waar ze bij moet springen. En anderen vragen erom. Het is dus zaak het spanningsveld levend te houden. Dit lijkt een belangrijke opgave voor de psychiatrisch verpleegkundigen om de vakantie te laten slagen.

Er is wel een verschil met de begeleiding van de reisgenoten door hun officiële begeleiders thuis. De verpleegkundigen op reis hebben geen verantwoordelijkheid om aan bepaalde (behandel)doelen te werken met iemand. De verpleegkundige heeft een tijdelijke rol en hoeft geen hulp te bieden bij het realiseren van structurele veranderingen. In die zin is het geen 'werk', maar 'vakantie'. De verantwoording over de ontwikkeling van cliënten hoort bij de begeleiders thuis, en niet bij de vakantie.

*Verpleegkundige:* Voor mij is dit een wezenlijke bijdrage aan mijn professionele ontwikkeling. Eigenlijk zou iedere psychiatrisch verpleegkundige eens met Radar mee moeten. Het verbreedt je blik. Je gaat op pad met onbekende mensen, niet gehinderd door medische dossiers, zeg maar: vooroordelen. Zonder instellingsregels en behandeldoelen. Je moet nadenken over de vraag hoe je met cliënten om wil gaan, hoe je je vakkennis daarbij kan gebruiken en hoe je je daar verder in kan ontwikkelen.

Juist het omgaan met cliënten als reisgenoten, zonder behandeldoelen en begeleidingsplannen maakt de taak van de verpleegkundigen op vakantie bijzonder. Samen met de reisgenoten proberen ze vorm te geven aan vakantie. Vakantie verandert daarmee niet in 'zorg', maar zorg wordt de reisgenoten ook niet onthouden. het is een paradoxale opgave, maar het levend houden van die paradox is noodzakelijk om vakantie 'vakantie' te laten zijn.

### 5.3 *De verpleegkundige als reisleider: balanceren*

Hoe opereren de verpleegkundigen in het spanningsveld van vrijheid versus zorg, en betutteling versus verwaarlozing? In het voorbeeld van de reisgenoot die vervuilde koos de verpleegkundige voor een creatieve oplossing.

*Verpleegkundige:* Nou kijk, je kan er best mee spelen, hoor. Want die man waar ik net over vertelde, van onder de brug in Parijs. Op een gegeven moment zei hij van 'poef, ik heb het zo warm', 'joh, ga even lekker onder de douche, lekker'. (lacht) 'Wat een goed idee!' weet je wel. Zo kan je er best een beetje mee spelen. Zonder dat je gaat zeggen: ik wil nou dat je onder de douche gaat. Het lukt niet altijd. Het is moeilijk.

De verpleegkundige zet de reisgenoot niet onder druk, maar krijgt op een speelse manier voor elkaar wat hij van belang acht. Zo lost hij de spanning op tussen een niet gerealiseerde zelfstandigheid en een betuttelende zorg. De reisgenoot bedenkt zelf dat hij onder de douche wil, al is het om een andere reden dan die van de verpleegkundige. Dit is te zien als een soort judomaanoeuvre, waarbij de verpleegkundige de gelegenheid aangrijpt om iets voor elkaar te krijgen.



De verpleegkundigen vertellen ook dat het verschil maakt wie er mee is op reis. Sommige reisgenoten moet je juist actief benaderen, bij anderen is het beter om wat op de achtergrond te blijven. ‘Een beetje prikkelen of een beetje afremmen.’

Volgens Thijs lossen veel problemen zich vanzelf op door de dynamiek in de groep. En hij zegt dat je door die dynamiek ook een heleboel wel aan ziet komen, of bij de praatjes over hoe de dag was, of ‘wat gaan we vandaag doen?’. ‘Het is vaak een kwestie van een beetje prikkelen, of juist een beetje afremmen. Je zult het wel zien, na een dag of vier, vijf, worden er een paar mensen moe.’ ‘Wat gebeurt er dan?’ ‘Dan zitten ze wat met zichzelf in de knoop en moet je soms de zaken weer in goede banen leiden.’ Hij zegt dat het erg afhangt van de mensen, dat je soms jonge mensen hebt die het anderen nog wel eens lastig kunnen maken. Ze gaan dan vertellen over hun problemen, of vertellen vreemde verhalen en daar gaan ze maar over door en de ander heeft er geen antwoord op, wordt er misschien zat van. Of er ontstaan wat ruzietjes. Met de oudere mensen, zegt Thijs, is het vaak juist andersom, moet je ze eerder een beetje prikkelen.

Het klinkt eenvoudig en de verpleegkundige doet het klaarblijkelijk vanuit zijn professionele routine. Toch kan het net het verschil uitmaken tussen een groep vakantiegangers waar iedereen de ruimte krijgt en niet een of twee personen de sfeer bepalen. Of het verschil tussen in bed blijven liggen of net dat zetje krijgen om iets te gaan ondernemen. Soms is het voldoende om de eerste duik in het zwembad te nemen. Anderen durven er helemaal niet alleen op uit.

Verpleegkundige Bert observeert dat in vergelijking met andere vakanties deze groep minder eigen initiatieven neemt. En dat ze vaak vragen of je even meeloopt, zoals reisgenoot Kobus, die honderd meter naar de souvenirwinkel moest lopen maar toch vroeg of Bert niet even meeging. Of reisgenoot Lies die wil wandelen, die vraagt dan of iemand van de begeleiding meegaat. Bert zegt dat je als begeleider dan wel een andere rol krijgt. Bij de actieve groepen zeil je een beetje mee op de initiatieven van de mensen. Dat is hier niet, je moet veel meer sturen en in gang zetten. Alleen reisgenoot Klara, die juist nogal overheersend en luidruchtig is, die moet je een beetje afremmen, vindt ook Bert.

De intensiteit van de behoefte aan begeleiding verschilt dus sterk. Die interventies dienen om activiteiten te stimuleren of af te remmen, zodat mensen geen last van elkaar of van zichzelf hebben en de vakantie voor iedereen plezierig is.

Naast dat verschillende mensen een verschillende benadering nodig hebben, kan ook dezelfde persoon op verschillende momenten anders benaderd worden. Het volgende voorbeeld laat een subtiel en doeltreffend spel zien van actief zijn en het initiatief overlaten aan de reisgenoot.

Verpleegkundige Rosa zegt dat het maar kleine dingetjes zijn die je doet om het goed te laten marcheren. ‘Terwijl er mensen met een stevige achtergrond bijzitten, kijk maar naar de gekraste armen en benen. Maar even die kleine dingen. Zoals met Anneke, die zat wat achterdochtig te kijken, dan probeer je een beetje contact te leggen. Even peilen wanneer je beter afstand kan houden en wanneer je een ingang hebt. En zo vertelde ze me gisteren dat ze haar vriend mist. En ze had het nummer niet. Toen heb ik haar aangeboden om naar haar RIBW te bellen voor het nummer. En tegen de middag kwam ze naar me toe, toen wilde ze dat wel. Toen heb ik met de telefoon van Radar gebeld, kon zij ook met die telefoon naar haar vriend bellen. Dat hoort dan bij de begeleiding en dat geeft haar het vertrouwen dat je er bent om haar te helpen. En toen was het goed, en gister zat ze bij ons op het terras. Perfect toch!’

Dit is een mooi voorbeeld van de afwisseling van zorgen en respecteren van zelfstandigheid. Er is geen sprake van de betutteling, maar ook niet van verwaarlozing. Het citaat laat mooi zien dat de verpleegkundige geen hulp opdringt, maar uitprobeert door afwisselend iets aan te bieden, af te wachten en mogelijkheden te scheppen. De verpleegkundige houdt afstand en zoekt nabijheid, ook symbolisch met behulp van de Radartelefoon. Zo wordt het mogelijk om vertrouwen op te bouwen. Niet alleen de persoon, maar ook de situatie kan dus bepalen wat de beste benadering is.

#### 5.4 *De reisgenoten als co-zorgers*

Het zoeken naar een balans tussen zorgen en het respecteren van de zelfstandigheid moet gezien worden tegen de achtergrond van een beperkt aantal verpleegkundigen op een relatief grote groep reisgenoten. De begeleiders hebben de hulp van de reisgenoten nodig. Het is voor de verpleegkundigen onmogelijk om te weten wat er overall speelt. Een gedeelte van de zorg is dan ook zorg voor elkaar. De reisgenoten houden elkaar in de gaten en melden problemen ook als iemand dat zelf niet doet. Dit is ook een effect van het slapen op meerpersoonskamers. Naast dat het moeilijk is om veel eenpersoonskamers tegelijk te boeken, stimuleren gedeelde kamers contacten en kunnen de reisgenoten een oogje in het zeil houden.

*Verpleegkundige:* Ik heb gewoon door de jaren heen gezien dat mensen zich gauw terugtrekken en vereenzamen als ze in een eigen kamertje zitten. Contact leggen en contact aangaan is een van de moeilijkste dingen van onze doelgroep. Dus vanuit die gedachte vind ik het eigenlijk goed dat je op meerpersoonskamers moet liggen, zodat je in ieder geval contacten aanmoet en moet proberen in contact te zijn en ook sociale controle over elkaar te hebben. Ik zie niet alles, maar je hebt wel zorg om elkaar, en dat versterk je door die meerpersoonskamers. Zoals wat ik je vertelde bijvoorbeeld, over die vrouw die psychotisch dreigde te worden. Dan zou zo iemand echt onderuit kunnen gaan zonder dat je het zou weten. En dan had je nu een kamergenote die aan

de bel trok. En dan zie je ook dat mensen wat meer zorg voor elkaar gaan krijgen. Dus daar appelleer je gelijk aan.

En zo zie je het ook gebeuren.

In de loop van de avond dut reisgenoot Trui steeds vaker in. Tanja, haar kamergenote geeft haar een arm brengt haar naar hun kamer. Als Tanja weer terug is zegt verpleegkundige Sophie, tegen haar dat ze het zo leuk vindt zoals Tanja voor Trui zorgt. Tanja haalt haar schouders op: 'Het klikt gewoon goed', zegt ze.

En hoewel sommigen vooral hopen op een 'rustige kamergenoot', ontlenen anderen juist rust aan de aanwezigheid van een ander.

*Reisgenoot:* Nou, ik moet zeggen, het slaapt wel rustiger dan alleen. Dan is er toch iemand in de buurt.

Hier speelt ook weer de gedachte dat onderlinge contacten belangrijk zijn voor de reisgenoten.

*Verpleegkundige:* Want ik ben dadelijk uit beeld, en al die andere deelnemers willen ook graag een contact overhouden aan zo'n reis als dat kan. Dus dan denk ik, laat het daar maar gebeuren. Ik stuur op afstand wel wat bij. Er zijn een aantal mensen die gaan wel bellen na zo'n reis, of die willen contact hebben met iemand uit hun eigen regio, waardoor ze toch een heel klein sociaal circuitje erbij hebben. Die elkaar ook treffen op het dagactiviteitencentrum, omdat ze samen die wintersportreis hebben gedaan. Ze hebben samen iets meegemaakt. En dan denk ik, dat wil ik eigenlijk liever laten gebeuren, dan dat *ik* heel intensief met hen bezig ben. Want ik ben zo uit beeld, dan ben ik weg. Vandaar dat ik het heel goed vind dat daar gewoon heel veel onder elkaar gebeurt.

Het stimuleren van contacten onderling is een belangrijk doel. Zoals uit de interviews met de cliënten al naar voren kwam, zijn er allerlei manieren waarop mensen op vakantie contacten aangaan, en zijn er ook mensen die elkaar na de vakantie blijven zien. Wanneer een verpleegkundige zich in het gezelschap centraal opstelt, verhindert dat het vormen van relaties tussen de reisgenoten. Maar ook hier is weer geen sprake van een algemene regel: tegelijk is de verpleegkundige ook iemand die juist contacten onderling kan bevorderen, door afspraken te regelen, sfeer te creëren of mensen met elkaar aan de praat te brengen.

Een laatste reden waarom de reisgenoten worden aangesproken op hun zelfzorg en zorg voor elkaar, is dat het zo mogelijk wordt om vakanties te organiseren met een beperkt aantal verpleegkundigen.

*Verpleegkundige:* Als jij inderdaad doorlopend ‘beschikbaar’ bent, ook als professional in zo’n groep, dan word je ook wat leeggezogen af en toe. En dat zie je bij een paar collega’s ook die invallen, die zijn hondsmoe en ook helemaal leeg als ze van zo’n reis terugkomen. Je moet uitkijken dat je niet opgegeten of leeggezogen wordt door één iemand, want dan doe je de anderen tekort. Maar dat is soms moeilijk, om dat te reguleren. Vandaar dat het zo prettig is als je je kan terugtrekken met koken, dan voorkom je dat je door één iemand helemaal leeggezogen wordt. En zo hou ik meer mijn eigen energie.

De keuken is traditioneel het domein van de begeleiders. Bij voorkeur hebben ze een afgesloten keuken, waar je even de deur achter je dicht kan doen. Dan is er ook ruimte om eventueel stoom af te blazen en zich even te onttrekken aan de vele vragen die op ze afkomen. Hoewel druk, is het ook een rustpunt in de dag. De reisgenoten moeten zich ook met elkaar bezig kunnen houden. Constante zorg is niet mogelijk, en is op vakantie ook niet de bedoeling.

### 5.5 *Problemen voorkomen*

Interventies van de verpleegkundigen op vakantie hebben ook als doel om problemen te voorkomen. De reisgenoten noemden al dat de *aanwezigheid* van de verpleegkundigen daarin al veel betekent. Maar verpleegkundigen zijn ook actiever op dit gebied. Ze verdelen bijvoorbeeld de taken.

Verpleegkundige Franka meldt de afspraken die ze verpleegkundige Rosa heeft gemaakt. Ze vraagt iedereen reisgenoot Loes naar haar te verwijzen als er problemen zijn. Loes ligt op de kamer met Bettie. Verpleegkundige Rosa krijgt de taak om met Bettie contact te houden. En zo houden ze in de gaten dat de spanning niet te hoog gaat oplopen en dat niet iedereen met iedereens problemen in de weer is. Ze hebben ervaring met Bettie van een vorige vakantie. Die had voor een hoop stampij gezorgd.

Op deze manier zijn de verpleegkundigen eventuele problemen vóór. Ook kan het zijn dat ze kwesties bespreken met de reisgenoten om problemen voor te zijn.

Verpleegkundige Franka komt langs met Loes, ze zijn op weg naar de pinautomaat. Franka is ongerust dat reisgenoot Wil van haar kamergenote geld biefst en gaat er straks met de dames over praten.

De verpleegkundige weet niet of er inderdaad problemen zijn over het geld, maar door een gesprekje hoopt ze te voorkomen dat die problemen ontstaan. Zo houden een oogje in het zeil.

Verpleegkundige Rosa praat nog even met reisgenoot Charlie, die ze alleen maar een beetje in het voorbijgaan gezien hadden. Even horen hoe het gaat. Het blijkt dat Charlie het geweldig naar zijn zin heeft. Hij is op stap geweest gister tot laat, en heeft een Hollands café ontdekt waar hij nu al stamgast is. Ook heeft hij een beetje bij het zwembad gelegen. 'Ik maakte me al zorgen om je', had Rosa gezegd. 'Nou, dat is nergens voor nodig!' had Charlie gezegd. 'Ik kan het niet helpen', zegt Rosa.

De meeste interventies zijn dus subtiel en onnadrukkelijk. Een enkele keer trekt de verpleegkundige ook een duidelijke grens.

Verpleegkundige Anne vertelt over twee jongens met een borderline stoornis die meewaren naar Parijs. Ze wilden 's avonds samen de stad in en hadden een fles whisky bij zich. Toen heeft Anne ingegrepen en gezegd dat hij dat geen goed idee vond. Hij legde dat uit door te zeggen dat het een begeleide reis is. Het staat de jongens vrij om een andere reis te boeken, maar dit vond hij niet goed: de Parijse nacht in met een fles drank. Ze waren het met hem eens.

Op verschillende manieren zorgen de verpleegkundigen er dus voor dat de vakantie in goede banen wordt geleid. Dat betekent niet dat de verpleegkundigen met adelaarsblik het veld afspeuren naar mogelijke ellende. Opvallend is juist de positieve houding van de verpleegkundigen in het reageren op wat zich voordoet ('Het is vakantie!'). En soms is het vooral ook erg gezellig.

Rosa en Franka hebben hun spreekuur in de hal, maar het is vooral een gezellige benede met een hoop gekakel. Iedereen vertelt over zijn of haar dag, laat aankopen zien en smeedt plannen voor de dag van morgen. Karel komt vertellen dat hij Barcelona niet gehaald heeft. 'Ik ben uit de trein gestapt na zes, zeven haltes. Ik vond het toch te eng. Een beetje claustrofobisch. Ik heb ook al tien jaar niet in de trein gezeten.' Wilmoet zegt dat hij een afspraakje heeft met een Spaanse schone en dat hij verliefd op haar is. Martine laat de nieuwe wenkbrauwpiërcing ring zien: maar 4 euro!

Deze gezelligheid is een belangrijk element van de vakantie. De vrijwilligers die geen verpleegkundige achtergrond hebben noemen dit ook expliciet als hun taak. Aandacht besteden aan de reisgenoten is een van de extra's die ze de reisgenoten kunnen bieden op de Radarvakantie.

*Vrijwilliger:* Er zijn ook mensen die anders de hele dag maar binnen voor het raam zitten. Dan is zo'n vakantie echt een uitje, hoor. Het doet ze goed. In het begin moeten ze even wennen, tasten ze alles af. Maar dan halverwege, of aan het einde van de rit, dan kennen ze elkaar goed. Dat is echt fijn. Even uit de dagelijkse sleur, ja, het is een sleur natuurlijk, ze zitten maar binnen. Ik vind het voor de mensen zeer belangrijk. Ze krijgen ook niet alle aandacht in zo'n huis. Gebrek aan personeel, gebrek aan tijd. Op vakantie krijgen ze alle aandacht, er wordt gesproken, ook wel eens in de groep. Er wordt lekker gekeuveld, als het eten op is, spelletjes worden gedaan 's avonds, televisie wordt er gekeken als er televisie is. En sommigen gaan lezen, die

hebben een boek bij zich. Of ze hebben zo'n flipperding. En dan zijn er mensen, die gaan in een hoekje zitten en dan is het wel goed. Die zijn tevreden, kopje koffie, glaasje fris erbij.

Voor de niet-GGZ-begeleiders geldt het beroep dat er op ze gedaan wordt waarschijnlijk ook op een andere manier. Er is niet de verwachting dat de vrijwilliger antwoord weet op vragen op het gebied van de GGZ of de eigen problematiek. Dat maakt een gesprek van mens tot mens wel weer mogelijk.

*Vrijwilliger:* Ja, als je met de mensen op stap gaat hoor je soms hele verhalen, over de familieomstandigheden en alles, dat hoor je dan allemaal. Dat vertellen ze niet in de groep, alleen onder elkaar. Of dat je achteraan loopt, dan hoor je toch wel het een en ander, hoe het gezin is, en hoe het allemaal gekomen is. Dan kunnen ze hun hart wel eens luchten.

Zodoende geven de verpleegkundigen en de andere vrijwilligers vorm aan de begeleiding van vakanties. Ze voorkomen problemen, of bieden ze een steuntje in de rug waar nodig. En ook hun bijdrage aan een gezellige sfeer moet niet worden onderschat. Wanneer er daadwerkelijk iets misgaat zijn zij er om de problemen op te vangen. We besluiten dit hoofdstuk met een voorbeeld van hoe het kan lopen als er iets misgaat.

#### 5.6 *Er gaat iets mis – het verhaal van Bettie*

Op de reis naar Spanje ging het met twee van de reisgenoten niet goed. We beschrijven die situatie vanuit het perspectief van een van de betrokkenen en kijken ook hoe de reisgenoten die situatie hebben ervaren. Wat was er aan de hand?

De dag begint met een huilende reisgenoot Bettie in de gang. Ze had weer ruzie gemaakt met haar kamergenoot Loes en ze zegt dat ze nu naar huis wil. 'Het is elke nacht raak en ik doe geen oog dicht', zegt Bettie. En ze heeft last van haar maag, zegt ze. 'Dit kan zo niet langer.'

Bij het ontbijt zit ik bij kamergenoten Wil en Sylvia. Sylvia praat snel. Ze vertelt dat ze psychotisch aan het worden is, dat ze in de war raakt en stemmen gaat horen. 'Ik zal maar niet zeggen wat die zeggen. Maar ik merk het altijd als ik psychotisch word. Dan raak ik in de war en dan vergeet ik alles. En ik zie ook zo op tegen de busreis. Kan ik niet met het vliegtuig gaan? Ik ga liever met het vliegtuig. Het gebeurt als altijd als er grote veranderingen zijn, dat ik psychotisch word. Denk je dat ik met het vliegtuig kan? Als ik het geld er voor heb?' Zelfs Wil is rustig onder Sylvia's verwarring. Na het ontbijt zoeken we de verpleegkundigen op. Sylvia is helemaal de kluts kwijt en weet niet meer op welke verdieping ze moet zijn.

Het kan gebeuren dat er reisgenoten eerder naar huis moeten, of met intensieve begeleiding. Alle reisgenoten van Radar Reizen zijn voor dit soort gevallen verzekerd. In het bovenstaande geval werden zowel Bettie als Sylvia via de organisatie 'Interhelp' gerepatrieerd, begeleid door twee verpleegkundigen die voor dat doel uit Nederland waren overgekomen. Een psychiater stelt vast of mensen met het gewone vervoer mee terug kunnen of dat dat een te groot risico oplevert. Van Bettie hoorden we later hoe zij dit ervaren heeft.

*Bettie:* Ik wou 's maandags naar huis. Ik wou halsoverkop naar huis, het was me teveel. Ik had bijna drie nachten niet geslapen. Dus ik had contact met m'n eigen begeleiders en die heeft de begeleidster op vakantie nog gesproken. Ik vind dat ze dat heel goed op hebben gepikt. Ja. Het is een crisissituatie, d'r waren er twee in een crisis en ik vond dat ze dat ontzettend fijn opgevangen hebben. Heel fijn. Wij werden naar onze kamers gebracht. En ik moest ook op mijn kamer blijven om even wat tot rust te komen. En toen kwamen ze tussen de middag bij ons. Enne ... Ja, toen zijn we per taxi naar Barcelona gegaan, naar de psychiater. Zouden we een gesprek krijgen. Nou, dat liep allemaal uit natuurlijk. Maar je kreeg koffie, en water. Alles was voorzien. Heel fijn.

Bettie was heel tevreden over de manier waarop de crisissituatie is opgevangen. De verpleegkundigen en Bettie waren het in belangrijke mate eens over de noodzaak van de vervroegde terugkeer, net als de psychiater. Het belangrijkste nadeel van de onverhoedse terugkeer uit den vreemde was dat de Spaanse psychiater Bettie een zeer hoge dosering medicatie had voorgeschreven.

Nou, we gingen een gesprek voeren met die psychiater in Barcelona en die nam de medicijnen door, wat je slikte. En dat vond ik wel vervelend, dat als je in het buitenland bent, dat je meer medicijnen krijgt dan werkelijk nodig is. Die psychiater schreef echt een overdosis voor. Ik kwam helemaal dronken terug. Maar omdat we ook met het vliegtuig moesten hadden ze gedacht: dan is ze ook rustig. Nou, ik was inderdaad ook rustig. Het ging helemaal langs me heen. [Het gesprek wordt onderbroken door een mevrouw van de instelling waar we zitten te praten. Ze komt vertellen dat Bettie zwaar overgedoseerd en helemaal gedrogeerd weer thuis was gekomen. Ze moest drie weken afkicken en afbouwen, vertelt ze, het was haar zeer aan het hart gegaan.]

Toch heeft Bettie goede herinneringen aan de vakantie. Het incident heeft niet haar hele vakantie bedorven. 'Thuis kan het ook fout gaan', zegt ze. Wel was ze bang dat ze niet meer mee zou mogen met een Radarvakantie. Dat bleek mee te vallen.

Ik heb ze toen gebeld bij Radar. Hij [verpleegkundige van Radar Reizen] zegt: dit moet jij niet meer doen, zo ver. Dat is niet goed voor jou dat je zo ver weggaat, zo lang. Dan kun je beter de volgende keer in Nederland blijven. Want als je dan terug

moet, dan kan je eerder terug. Dus ik was ontzettend blij dat hij dat zei: ja, je mag nog wel mee, maar niet meer zo heel ver.

De organisatie is dus wel ruimhartig. Op zichzelf is 'moeilijk gedrag' van reisgenoten geen reden om iemand van deelname uit te sluiten. Maar daar zijn ook grenzen aan. In de tijd van het onderzoek werd één vrouw daadwerkelijk uitgesloten van deelname aan Radar Reizen. Ze was wel goed gezelschap en droeg in belangrijke mate bij aan de goede sfeer op vakantie. Maar zij bieste zo veel geld van zwakkere reisgenoten dat de schade voor die anderen te groot werd. Er is geen zicht op dat dat zal veranderen, en daarom is voor haar het doek gevallen. Maar daarmee vormt ze wel een uitzondering. Afwijkend gedrag is immers uit de aard van de zaak geen contra-indicatie om deel te nemen aan een vakantie van Radar Reizen.

Hoe hebben andere reisgenoten de crisis rond Bettie en Sylvia ervaren? De reacties verschilden van 'beetje onrust' tot 'grote schrik'. Maar over het algemeen keek men er niet zo van op. De reisgenoten zijn wel wat gewend.

*Interviewer:* Want had je dat nog gemerkt, dat Bettie en Sylvia teruggingen?

*Reisgenoot:* Ja natuurlijk. Het kwam iets onrustiger over. Met Sylvia trok ik wel op. Dat vond ik toch wel jammer, dat zij iets eerder naar huis moest. Het gaf een beetje onrust. Niet echt veel, want bijvoorbeeld Jolinda werd er helemaal anders van, die werd helemaal bibberig 'oei oei!'. Die vond het erg. Ja, ik had meer zoiets van: het kan gebeuren. Ja, zo denk ik dan. Volgende keer ben ik het die iets meemaakt, bij wijze van spreken dan. Ik maak me geen zorgen, zeker niet omdat het allemaal psychiatrie mensen waren.

Wel is bij zo'n gebeurtenis de bezetting van verpleegkundigen gelijk heel erg laag.

*Reisgenoot:* Ik vind drie begeleiding voor 32 mensen toch wel weinig. Als er twee mee moeten naar de psychiater en er blijft er een achter, en die moet de helft alleen laten, dan is dat heel veel. Toen zij naar de psychiater waren kon ik geen verpleging vinden, want ik wou ook een gesprekje. Dat had ik ook wel aangevraagd, maar ja, er was geen verpleging. En toen heb ik gewoon de verpleging in Nederland gebeld, en hier m'n verhaal gedaan. Dat was ook goed natuurlijk. Maar ik vond het heel fijne begeleiding, heel aardig ook.

Bij het plannen van het aantal verpleegkundigen dat meegaat op een reis zijn dit soort incidenten wel ingecalculerd, maar zetten de situatie toch onder druk. Gelukkig gaat het meestal goed, en kunnen ook dit soort situaties worden afgehandeld zonder dat er ongelukken gebeuren.

Samengevat: Als er daadwerkelijk iets gebeurt dat niet binnen het kader van de reis kan worden opgelost, mobiliseren de verpleegkundigen de geeste-



lijke gezondheidszorg ter plaatse. Ze organiseren de terugkeer naar huis, houden contact met het thuisfront van de betrokkenen en regelen de overdracht van de zorg aan de ‘noodverpleegkundigen.’ Voor de reisgenoten die het betreft is de situatie vervelend, maar minder dramatisch dan je misschien zou verwachten: ‘het had thuis ook kunnen gebeuren, en je wordt goed opgevangen’. Voor de reisgenoten die het zien gebeuren is het over het algemeen een ingecalculeerd risico. Ze zijn wel wat gewend. Voor de wegvallende begeleiding verzinnen ze wel weer een oplossing.

### 5.7 *Slot: een verzorgde vakantie*

De rol van de verpleegkundige op vakantie is een speciale. Die rol wordt gekenmerkt door het spanningsveld om vakantie enerzijds vrije tijd te laten zijn, tijd die vrij is van hulpverleners en therapeutische regimes. Vanuit dat idee stellen de verpleegkundigen zich terughoudend op, en geven ze de reisgenoten zoveel mogelijk ruimte om hun vakantie in te vullen op een manier die hen goeddunkt. Zo willen ze vermijden dat ze te veel bedenken voor de reisgenoten en hen betuttelen. Aan de andere kant zijn de verpleegkundigen er juist om ondersteuning te bieden en vakantie mogelijk te maken. Dat is ook de reden waarom er een speciale reisorganisatie nodig is. In dit geval zijn de verpleegkundigen actiever. Wat hier vermeden moet worden is dat de reisgenoten te weinig zorg krijgen.

Een mogelijke manier om met dit spanningsveld om te gaan is om zorg op aanvraag te bieden. Dit is echter maar één manier, en een manier die niet altijd lukt omdat er niet altijd een duidelijke vraag is, en de verpleegkundigen ook veel werk verzetten om te voorkómen dat er een vraag komt. Duidelijk werd dat er een heel scala aan grijstinten bestaat tussen een actieve en een passieve verpleegkundige, een actieve en een passieve reisgenoot. Wat de verpleegkundigen doen in een specifieke situatie, hangt af van de mensen die ze voor zich hebben, maar kan ook in de omgang met een van de reisgenoten wisselen. Ook proberen ze de andere reisgenoten te betrekken bij de zorg voor elkaar. Belangrijk is ook hier weer de gezelligheid en de positieve sfeer die verpleegkundigen (en de andere vrijwilligers) weten te organiseren. Het eigen van vakantie is immers dat het geen zorg- en behandelsetting is. Het aantal verpleegkundigen is echter beperkt. Daarom moeten ze ook zichzelf beschermen. Op deze manier vinden ze de balans tussen ondersteunen, zonder te betuttelen, en tussen het respecteren van vrijheid zonder te verwaarlozen. Zo creëren ze de voorwaarden voor een vakantie die niet gesmoord wordt in zorg en bescherming, maar die ook niet strandt in onverschilligheid.

## Geraadpleegde literatuur

Beckers, T. (2004) De hyperactieve samenleving. Op zoek naar de verloren tijd. Afscheidsrede Tilburg: Universiteit van Tilburg.

Beckers, T. & Van der Poel, H. (1990) *Vrije tijd tussen vorming en vermaak. Een inleiding tot de studie van de vrije tijd.* Leiden, Antwerpen: Stenfert Kroese Uitgevers.

Jaarverslagen en folders van Radar Reizen 2003, 2004, 2005.

Kerncijfers Toerisme en Recreatie Holland, editie 2004.

Mommaas, H. (1994) De legitimatiecrisis van de vrijetijdsbegeleiding (1). Tussen ontvoogde tijd en vernieuwd moralisme. *AS Tijdschrift voor de activiteitensector*, 15 (5) p. 6-10.

Mommaas, H. (1994) De legitimatiecrisis van de vrijetijdsbegeleiding (2). Tussen ontvoogde tijd en vernieuwd moralisme. *AS Tijdschrift voor de activiteitensector*, 15 (6), p 18-22.

Mommaas, H. (2002) Vrije tijd, cultuur en burgerschap. Naar een nieuwe publieke bemoeienis met vrije tijd. In: Hortulanus, R.P. & Machielse, J.E.M. *Ontmoeting, ontspanning en ontplooiing. Het sociaal debat. Deel 8.* Den Haag: Elsevier Overheid.

Sprinkhuizen, A. & Engbersen, R. (2002) Binnen op de bingo. De ondraaglijke lichtheid van het sociaal-cultureel werk in stad en platteland. In: Hortulanus, R.P. & Machielse, J.E.M. *Ontmoeting, ontspanning en ontplooiing. Het sociaal debat. Deel 8.* Den Haag: Elsevier Overheid.

Stichting het roer in handen. *Vaarvakanties voor mensen met een psychiatrisch heden of verleden. Journaal 1997-2002* een uitgave van Stichting het roer in handen.

Urry, J. (1990). *The Tourist Gaze.* Sage Publication: Bristol, London.

Urry, J. (2003) Globalizing the tourist gaze. Published by the department of Sociology of Lancaster University, LA1 4YN Lancaster UK at:  
<http://www.comp.lancs.ac.uk/sociology/papers/urry-globalising-the-tourist-gaze.pdf>



## **Dank**

Dit onderzoek is mede mogelijk gemaakt door de medewerkers en vrijwilligers van Radar Reizen. Hiervoor zijn wij hen zeer erkentelijk: Erik van Beek, Emmie Braam, Theo Broekman, Dominique Doedens, Gera Ernst, Nico de Gunst, Koos en Cisca van Houte, Ans Konijnenberg, Ad Korevaar, Jennie Peters, Erika Timmer en Wouter Weistra. Ook zijn wij veel dank verschuldigd aan de reisgenoten die zich wilden laten interviewen en de reisgenoten op de vakanties waaraan Jeannette Pols heeft deelgenomen. Onze collega's van het Trimbos-instituut, Marja Depla en Ingrid Baart, waren onmisbaar door hun commentaar en suggesties op eerdere versies van de verslagen.

Ten slotte bedanken wij de subsidiegevers die het onderzoek financieel mogelijk hebben gemaakt: VSB-fonds, Provincie Overijssel, Stichting Radar, Provincie Gelderland, P.P.C.F. Gelderland, Vrienden van de Zwolse Poort, de Cliëntenbond, LPR, Anoiksis, Stichting Borderline.

Jeannette Pols en Hans Kroon