

# **Mobiliteit voor Vrije Tijd**

Een analyse van problemen bij vervoer en toegankelijkheid bij de  
vrijtijdsbesteding van mensen met functiebeperkingen



# **Mobiliteit voor Vrije Tijd**

Een analyse van problemen bij vervoer en toegankelijkheid bij  
de vrijetijdsbesteding van mensen met functiebeperkingen

Deelrapport 2 - knelpunten analyse

Auteurs:

Karin van Soest

George van Lieshout

In opdracht van: ZonMw

iRv, Kenniscentrum voor Revalidatie en Handicap

Postbus 192

6430 AD Hoensbroek

Tel. 045 523 75 37

Fax 045 523 15 50

[www.irv.nl](http://www.irv.nl)

17-03/070099/24791/augustus05



in samenwerking met:

Landelijk Steunpunt cliëntenRaden (LSR)

Postbus 8224

3503 RE Utrecht

Tel: 030 - 293 76 64

Fax: 030 – 296 33 19

[www.lsr-clientenraden.nl](http://www.lsr-clientenraden.nl)



CG-Raad

Postbus 169

3500 AD Utrecht

Tel: 030 - 291 66 00

Fax: 030 - 297 01 11

[www.cg-raad.nl](http://www.cg-raad.nl)



LPR

Postbus 8197

3503 RD Utrecht

Tel. 030-2933233

Fax. 030-2930244

[www.lpr.nl](http://www.lpr.nl)



In opdracht van:

ZonMw

Postbus 93 245

2509 AE Den Haag

Tel. 070-349 51 11

Fax. 070-349 51 00

[www.zonmw.nl](http://www.zonmw.nl)





# Inhoudsopgave

<b>Deelrapport</b>		<b>1</b>
<b>1</b>	<b>Inleiding</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Doelstelling en vraagstellingen</b>	<b>7</b>
<b>3</b>	<b>Gevolgde werkwijze</b>	<b>9</b>
3.1	Selectie van deelnemers	9
3.2	Diepte-interviews	10
3.3	Themabijeenkomsten	10
3.4	Instrumentarium	11
3.5	Dataverwerking	13
<b>4</b>	<b>Resultaten</b>	<b>15</b>
4.1	Inleiding	15
4.1.1	Medewerking van cliënten uit de drie doelgroepen	15
4.1.2	Samenstelling doelgroepen	16
4.1.3	Kanttekening bij beschrijving van resultaten	16
4.1.4	Diepte-interviews	17
4.1.5	Themabijeenkomsten	17
4.2	Beschrijving algemene gegevens	18
4.3	Attitude t.o.v. vrijetijdsbesteding	22
4.4	Motivatie	24
4.5	Idee- en besluitvorming	26
4.5.1	De vrijetijdsinvulling	26
4.5.2	De achtergronden van het keuzeprocess t.a.v de vrijetijdsvulling	28
4.5.3	Gebruik van informatievoorzieningen rondom vrije tijd	33
4.5.4	Rapportcijfer 'Idee- en besluitvorming'	34
4.6	Reismanagement	35
4.6.1	Beschikbaarheid versus gebruik van vervoersvoorzieningen	35
4.6.2	Behoeftte aan en gebruik van reisinformatie	40
4.6.3	Rapportcijfer 'Reismanagement'	42
4.7	Uitvoering	43
4.7.1	Ervaren problemen tijdens de uitvoering van vrijetijdsactiviteiten	43
4.7.2	Rapportcijfer 'Uitvoering'	46
4.8	Evaluatie	47
4.8.1	Copingstrategieën in probleemsituaties	47
4.8.2	Tevredenheid met de huidige vrijetijdsbesteding	48
4.8.3	Rapportcijfer "Evaluatie"	50
4.8.4	Invloed van negatieve vrijetijdservaringen op de motivatie	51
4.9	Succesfactoren bij vrijetijdsbesteding	51
4.9.1	Wat is succesvol?	51
4.9.2	Dossieronderzoek	52

<b>5</b>	<b>Conclusies en discussie</b>	<b>55</b>
5.1	Selectie deelnemers	55
5.1.1	Diversiteit	55
5.2	Kenmerken van de onderzoeksgroep	56
5.2.1	Ervaren belemmeringen in het dagelijks functioneren	56
5.2.2	De vrijetijdsattitude	56
5.3	De ketenstappen	57
5.3.1	Sterke en zwakke schakels	57
5.3.2	Motivatie	58
5.3.3	Idee- en besluitvorming	59
5.3.4	Reismanagement	61
5.3.5	Uitvoering	62
5.3.6	Evaluatie	62
5.4	Succesfactoren bij vrijetijdsbesteding	64
5.5	Slotconclusie	67
5.5.1	Conclusieoverzicht	67
5.5.2	Slotconclusies	69
<b>6</b>	<b>Aanbevelingen</b>	<b>71</b>
<b>Bijlage 1</b>		<b>73</b>
<b>Bijlage 2</b>		<b>75</b>
<b>Bijlage 3</b>		<b>77</b>
<b>Bijlage 4a</b>		<b>79</b>
<b>Bijlage 4b</b>		<b>83</b>
<b>Bijlage 4c</b>		<b>85</b>
<b>Bijlage 4d</b>		<b>87</b>
<b>Bijlage 5</b>		<b>89</b>



## Deelrapport

Het project “Mobiliteit voor Vrije Tijd: een analyse van problemen bij vervoer en toegankelijkheid voor vrije tijd” (gesubsidieerd door ZonMw) is opgebouwd uit 3 verschillende werkpakketten, resulterend in drie afzonderlijke deelrapporten en een eindverslag.

Deelrapport 1 is reeds verschenen: “Mobiliteit voor Vrije Tijd; een literatuurstudie naar de vervoers- en toegankelijkheidsaspecten bij recreatie en vrijetijdsbesteding door mensen met een functiebeperking” (Van Soest, 2004).

Conform het projectplan behelst werkpakket 2 een probleemanalyse waarbij informatie verzameld is rondom het thema mobiliteit in relatie tot vrijetijdsbesteding van mensen met een functiebeperking. Hiertoe zijn gesprekken gevoerd met mensen uit verschillende cliëntgroepen. Dit rapport doet hier verslag van.

In het nog te verschijnen derde deelrapport tot slot zal uiteen worden gezet welke concrete acties ondernomen zijn om de geformuleerde aanbevelingen in dit rapport om te zetten in concrete implementatievoorstellen. In september van dit jaar vinden hiertoe gesprekken plaats met organisaties in het werkveld. Deelrapport 3 zal in oktober 2005 worden opgeleverd.



# 1 Inleiding

Personen met een functiebeperkingen hebben niet dezelfde mogelijkheden en kansen voor deelname aan vrijetijdsactiviteiten vergeleken met personen zonder functiebeperkingen. Ze kunnen minder spontaan op pad gaan, ze moeten meer regelen als het gaat om vervoer en ondersteuning/begeleiding, ze hebben vaak minder budget om te besteden in de vrije tijd, ze zijn fysiek of mentaal minder belastbaar en er is minder passend vrijetijdsaanbod.

In de huidige revalidatie ligt de focus met name op fysiek en/of mentaal herstel, het toewerken naar ADL-zelfstandigheid, zelfstandig wonen, een zinvolle dagbesteding en deelname aan onderwijs of arbeid. De vraag of het de persoon na ontslag lukt de vrije tijd ook buitenshuis naar wens te besteden, is tijdens de revalidatie dikwijls niet aan de orde. Pas daarna wordt duidelijk dat de wereld ook in de vrije tijd vol hindernissen zit en dat de persoon zelf niet altijd in staat is deze barrières te slechten. Dit heeft gevolgen voor de kwaliteit van en de tevredenheid met de eigen vrijetijdsbesteding en daarmee met de kwaliteit van leven. Vrijetijdsbesteding is namelijk ook een existentieel levensdomein. Nooit eerder zijn de achtergronden van de ervaren problemen op het gebied van vervoer en toegankelijkheid van mensen met beperkingen bij vrijetijdsbesteding gedetailleerd geïnventariseerd en beschreven.

Dit onderzoek gaat over de achtergronden van de knelpunten die mensen met een functiebeperking ervaren op het gebied van mobiliteit (vervoer en toegankelijkheid) bij de actieve vrijetijdsbesteding en de concrete acties die ter verbetering van de huidige situatie kunnen worden ingezet.

Vrije tijd is in dit project als volgt gedefinieerd:

*“Vrije tijd en recreatie is meedoen aan alle vormen van spel, activiteiten in het kader van recreatie of vrijetijdsbesteding, zoals informele of georganiseerde spelen en sport, fitnessprogramma’s, ontspanning, amusement, bioscoop of theater; handenarbeid en hobby’s, voor eigen plezier lezen, muziekinstrumenten bespelen; rondreizen, toeristische uitstapjes maken en uit hobby reizen. Inclusies: Spel, sport, kunst en cultuur, handenarbeid, hobby’s, sociale activiteiten. Exclusies: Rijden op dieren als vervoermiddel, betaald werk, onbetaald werk, religie en spiritualiteit, politiek en burgerschap” (WHO, 2002).*

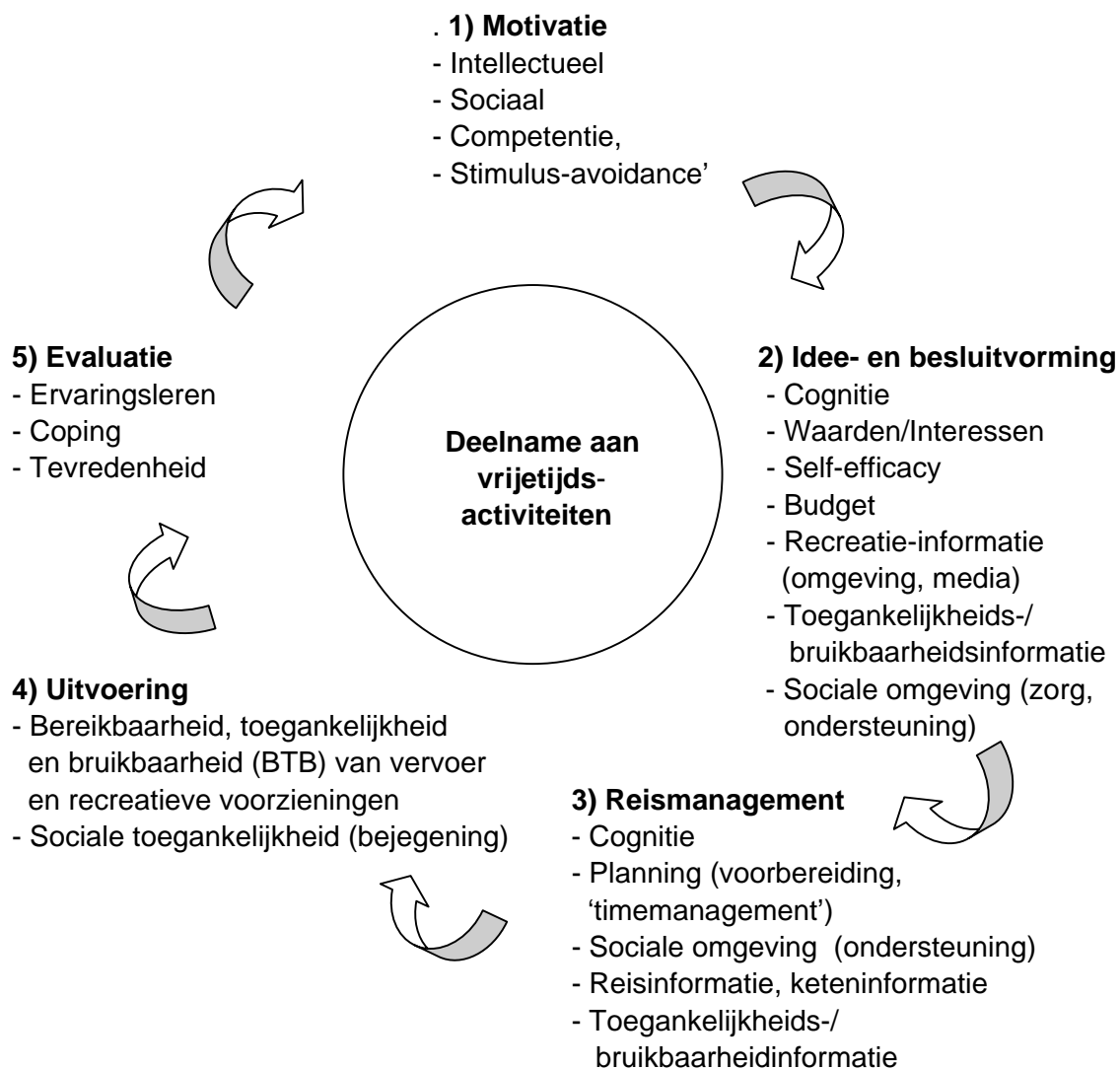
De termen ‘vrije tijd’ en ‘recreatie’ overlappen elkaar gedeeltelijk. Het onderscheid kan op de volgende manier gemaakt worden: Een groter of kleiner deel van iemands vrije tijd kan besteed worden aan recreatieve activiteiten. Dit zijn voornamelijk activiteiten waarbij, dikwijls tegen betaling, gebruik gemaakt kan worden van een bepaalde voorziening, product en/of dienst (speeltuin, pretpark, zwembad, sportclub etc).

Actieve vrijetijdsbesteding veronderstelt dat mobiliteitsaspecten onderdeel uitmaken van de te ondernemen vrijetijdsactiviteiten. Het mobiliteitsaspect is hier immers belangrijk object van onderzoek. Veelal aan huis gebonden activiteiten als lezen, muziek luisteren of handwerken vallen dan ook buiten dit kader. Vanwege het verplichtende karakter geldt dit eveneens voor activiteiten in het kader van dagbesteding en vrijwilligerswerk.

In het eerste deelrapport is het model “Vrije tijd en Mobiliteit” uitgewerkt. Dit model geeft inzicht in de verschillende onderdelen, ketenstappen genoemd, die een rol spelen bij het actief besteden van de vrije tijd door mensen met een functiebeperking (zie figuur 1). Dit model is bepalend voor de manier waarop in dit onderzoek naar actieve vrijetijdsbesteding gekeken wordt. Bij het plannen en uitvoeren van vrijetijdsactiviteiten buitenshuis komen de vijf ketenstappen altijd aan de orde. Door het proces van actieve vrijetijdsbesteding op te splitsen in deze deelstappen, kan op individueel niveau nauwkeurig vastgesteld worden waar zich in de keten specifieke knelpunten voordoen.

Het model is de basis geweest voor het zoeken naar en ontwikkelen van bruikbare instrumenten die het mogelijk maken op ketenstapniveau uitspraken te doen over het functioneren van personen. Per ketenstap kunnen belemmerende en bevorderende factoren voor actieve deelname in de vrije tijd onderscheiden worden. Aan de hand van de ketenbenadering en het daaraan gekoppeld instrumentarium worden uitspraken gedaan over de mate waarin geparticipeerd wordt in de vrije tijd. Het resultaat van het geheel geeft het antwoord op de vraag of personen met een functiebeperking kunnen voldoen aan de mobiliteitsvoorwaarden voor actieve vrijetijdsbesteding en in hoeverre de aanwezige mobiliteit in de vrije tijd ook benut wordt.

*Figuur 1: Tweede versie van het model “Vrije tijd en Mobiliteit” (samengesteld op basis van de resultaten van het literatuuronderzoek). Bron: van Soest, 2004.*



Verondersteld wordt dat iedereen die er in de vrije tijd op uitgaat alle vijf de ketenstappen doorloopt, hetzij expliciet, hetzij impliciet. Zo gaat het denken over hoe je vrije tijd te besteden altijd gepaard met een bepaalde “*Motivatie*”; de eerste ketenstap. Je moet immers iets willen in de vrije tijd. Vanuit deze motivatie kan vervolgens nagedacht worden over concrete activiteiten. Er moeten keuzes gemaakt worden uit het vrijetijdsaanbod. In dit keuzeproces worden persoonlijke afwegingen gemaakt. De argumenten op basis waarvan keuzes tot stand komen zijn zeer divers en per persoon verschillend. Zo spelen de fysieke en/of mentale mogelijkheden een rol, evenals de beschikbaarheid van begeleiding/ondersteuning, het sociaal netwerk, het beschikbare budget en de vervoersmogelijkheden een rol. In de tweede ketenstap “*Idee- en besluitvorming*” wordt dit keuzeproces gedetailleerd bekeken. Wanneer de keuze voor een bepaalde vrijetijdsactiviteit eenmaal gemaakt is, wordt nagedacht over de reisvoorbereiding, het vervoer waar men gebruik van gaat maken en moeten eventuele vervoersafspraken gemaakt worden. Afhankelijk van aard van de beperking en de beschikbare vervoersalternatieven die iemand heeft, vergt dit meer of minder tijd en inspanning. Wanneer deze fase van “*Reismanagement*” is afgesloten kan er daadwerkelijk op uitgegaan worden. In de fase van “*Uitvoering*” wordt de gekozen vrijetijdsactiviteit in de praktijk uitgevoerd en worden concrete ervaringen opgedaan. Ook wordt hier dikwijls duidelijk wat het resultaat is van de geleverde ‘inspanning’ in de voorgaande ketenstappen. Ervaringen in de uitvoeringsfase drukken een belangrijke stempel op de toekomstige vrijetijdsbesteding. Positieve ervaringen zullen de motivatie voor bepaalde activiteiten doen toenemen, terwijl vervelende of teleurstellende ervaringen eerder zullen demotiveren. Het bewust stilstaan bij wat goed en leuk was en wat er eventueel tegenviel, beslaat de vijfde en laatste ketenstap, de “*Evaluatie*”.

Een van de conclusies in deelrapport 1 is dat de thema’s vrije tijd, mobiliteit en toegankelijkheid onafhankelijk van elkaar wél onderwerp in de literatuur zijn, maar onduidelijk blijft wat de impact van elke afzonderlijke stap is op het eindresultaat oftewel de participatie op de vrijetijdsmarkt. Bevinden de grootste knelpunten zich inderdaad op het vlak van reismanagement? Klopt het dat de ontoegankelijkheid van voorzieningen de voornaamste oorzaak is van een lagere participatiegraad door mensen met beperkingen in de vrije tijd? Is men door negatieve praktijkervaringen minder gemotiveerd geworden of is het aanbod waar keuzes uit gemaakt moeten worden ontoereikend? En wat is de bijdrage van het wel of niet maken van weloverwogen keuzes op de uiteindelijke vrijetijdsdeelname? Welke schakels in de keten kunnen als sterk en welke als zwak aangemerkt worden? Zijn er stappen te onderscheiden die frequenter tot problemen leiden? In dit deelrapport wordt onder andere op deze vragen een antwoord gegeven.

De gegevens die in dit deelrapport zijn verzameld zijn afkomstig van personen met een functiebeperking afkomstig uit een drietal afzonderlijke doelgroepen, verdeeld over twee regio’s in Nederland. De regio’s betreffen Zuid Limburg en de Veluwe (Gelderland). De doelgroepen zijn als volgt geformuleerd

1. Personen woonachtig in een woonvorm
2. Jongeren met een functiebeperking
3. Personen met chronisch psychiatrische beperking

In hoofdstuk 2 worden de doelstelling en vraagstelling van het onderzoek uiteengezet. De gehanteerde methode van de gegevensverzameling en het toegepast instrumentarium worden beschreven in hoofdstuk 3.

De resultaten naar aanleiding van de gegevensverzameling worden gepresenteerd in hoofdstuk 4. In hoofdstuk 5 worden de belangrijkste conclusies geformuleerd en worden

deze bediscussieerd. Tot slot wordt in hoofdstuk 6 een aantal aanbevelingen gedaan. Deze aanbevelingen worden meegenomen naar werkpakket 3, waar ze met relevante partijen in het werkveld besproken worden om zo te komen tot concrete verbetervoorstellen. Deze verbetervoorstellen worden vervolgens in samenspraak met het werkveld breed verspreid en geïmplementeerd.

## 2 Doelstelling en vraagstellingen

Het doel van werkpakket 2 is een helder en genuanceerd beeld creëren van de problemen en knelpunten rondom het thema mobiliteit in relatie tot vrijetijdsbesteding bij mensen met functiebeperkingen. Getracht is meer te weten te komen over de achterliggende oorzaken van de doorgaans lagere participatie van mensen met beperkingen als het om actieve vrijetijdsbesteding gaat. Zij nemen immers nog altijd minder deel aan bijvoorbeeld sportieve activiteiten, maken minder dagtripjes, gaan minder op stap en minder vaak met vakantie in vergelijking met mensen zonder beperkingen. Er wordt wel beweerd dat er onvoldoende mogelijkheden zijn voor deze doelgroep, er te weinig passend aanbod is, het vervoer slecht geregeld, de financiën voor deelname ontoereikend etc. Bij de uitvoering van dit werkpakket is gedetailleerd naar de invloed van deze en andere factoren op de vrijetijdsbesteding gekeken en getracht is de waarheid of onwaarheid van dergelijke uitspraken onderbouwd weer te geven. De doelstelling van dit werkpakket is zodoende:

*Het maken van een grondige analyse van de knelpunten ten aanzien van mobiliteit in relatie tot vrijetijdsbesteding en de achterliggende oorzaken ervan met het oog op het aangeven van mogelijke verbeterpunten.*

Hiertoe zijn gesprekken gevoerd met mensen met beperkingen van verschillende aard. De resultaten hiervan moeten leiden tot verbetervoorstellen die in nauw overleg met het werkveld verspreid en geïmplementeerd gaan worden. Het implementatietraject zelf maakt echter géén onderdeel uit van dit onderzoeksproject.

Geredeneerd vanuit de projectdoelstelling staan de volgende 2 vraagstellingen in dit deelrapport centraal:

1. *Welke knelpunten in mobiliteit (vervoer en toegankelijkheid) ten behoeve van de vrijetijdsbesteding van mensen met functiebeperkingen zijn aanwijsbaar en wat zijn de achtergronden van deze knelpunten*
2. *Welke maatregelen ter verbetering van de mobiliteit van mensen met functiebeperkingen zijn mogelijk en hoe zouden deze kunnen worden geïmplementeerd?*





## 3 Gevolgde werkwijze

De analyse van de vraagzijde heeft uiteindelijk in een tweetal fasen geleid tot de resultaten zoals in dit rapport beschreven. In dit hoofdstuk worden deze fasen belicht. Het gaat om de fasen van diepte-interviews met mensen uit de doelgroep en die van groepsbijeenkomsten met mensen uit de verschillende doelgroepen. Achtereenvolgens wordt ingegaan op de selectie van personen voor deelname aan een diepte-interview of groepsbijeenkomst, de opzet van diepte-interviews en groepsbijeenkomsten en het instrumentarium dat bij de gegevensverzameling is ingezet. Tot slot wordt uiteengezet hoe de verzamelde kwalitatieve en kwantitatieve data zijn verwerkt, bewerkt en geïnterpreteerd.

### 3.1 Selectie van deelnemers

Gedurende de eerste fase van werkpakket 2 zijn gesprekken gevoerd met personen met een functiebeperking uit een drietal doelgroepen:

1. Personen woonachtig in een woonvorm
2. Jongeren met een functiebeperking
3. Personen met een chronisch psychiatrische beperking

Bij het samenstellen van deze doelgroepen heeft de focus op verschillende factoren gelegen. Zo is in de eerste doelgroep de geïnstitutionaliseerde woonomgeving als inclusiecriteria gekozen en speelt de aard van de functiebeperkingen bij de selectie een ondergeschikte rol. In de tweede doelgroep is leeftijd het belangrijkste inclusiecriteria geweest en in de derde doelgroep was dit de aard van de beperking. De redenen voor het hanteren van deze wisselende inclusiecriteria komen voort uit de behoefte zicht te krijgen op wat de specifieke invloed is van achtereenvolgens een beschermende woonomgeving, een jonge leeftijd en psychiatrische klachten op de actieve vrijetijdsbesteding.

De betrokken participanten in de projectgroep, LSR (Landelijk Steunpunt cliëntenRaden), CG-Raad (Chronisch Zieken en Gehandicapten Raad) en LPR (Belangenorganisatie voor cliënten in de GGZ) hebben de selectie van deelnemers op zich genomen. Elke organisatie zou 20 personen uit de eigen achterban bereid vinden aan een diepte-interview deel te nemen, 10 personen uit de regio Veluwe en 10 personen uit de regio Zuid Limburg. Zestig personen zouden geïnterviewd worden.

Bij het benaderen van mogelijke deelnemers is gebruik gemaakt van de contacten met de eigen achterban, hetzij rechtstreeks of via contactpersonen in de regio's. De gehanteerde inclusiecriteria voor deelname aan een diepte-interview zijn opgenomen in bijlage 1. Bijlage 2 omvat de informatiebrief die gebruikt is bij het informeren van (potentiële) deelnemers over het onderzoek. De bevestigingsbrief die na het maken van een concrete afspraak verstuurd is staat in bijlage 3.

Bij het selecteren van deelnemers voor de groepsbijeenkomsten is in principe uitgegaan van dezelfde doelgroepen. Gezocht is naar deelnemers die bereid waren deel te nemen aan een van de bijeenkomsten. Hierbij zijn tevens een drietal personen met een verstandelijke beperking bereid gevonden mee te doen. Uiteindelijk hebben drie groepsbijeenkomsten plaatsgevonden, achtereenvolgens met:

1. Jongeren/sporters met een functiebeperking
2. Personen met een chronisch psychiatrische beperking
3. Personen/vertegenwoordigers van mensen met een verstandelijke beperking

## 3.2 Diepte-interviews

Na aanlevering van de NAW-gegevens van een deelnemer heeft de onderzoeker telefonisch contact opgenomen met de betreffende deelnemer om afspraken te maken m.b.t. het interview. Bij de planning is zoveel mogelijke rekening gehouden met de wensen en behoeften van de deelnemers (dag, tijdstip, noodzakelijke ondersteuning, evt. fasering van interview). De onderzoeker heeft de deelnemers steeds thuis bezocht, waarbij werd uitgegaan van een minimaal tijdsbestek van 1,5 tot 2 uur per interview, eventueel onderbroken door pauzes. Afhankelijk van de communicatiemogelijkheden van deelnemers en de mate waarin men eigen inbreng had in het gesprek, was meer tijd nodig. Eenmaal is sprake geweest van een duo-interview. Er is op verzoek gelijktijdig gesproken met 2 personen uit dezelfde woonvorm, waarbij een deelnemer tevens optrad als 'tolk'. Door de beperkte communicatiemogelijkheden had de onderzoeker moeite met het verstaan van de deelnemer zélf, terwijl zijn groepsgenoot dat niet (meer) had. Zodoende kon deze herhalen wat door de deelnemer met spraakproblemen werd gezegd. Eén deelnemer die vanwege zijn communicatieproblemen helemaal niet geïnterviewd kon worden heeft de interviewvragen digitaal ingevuld.

## 3.3 Themabijeenkomsten

Halverwege het afnemen van de diepte-interviews bleek dat de tot dan toe verzamelde gegevens reeds zo veel(zijdig) inzicht gaven, dat elk volgend interview inhoudelijk weinig zou toevoegen. De projectgroep heeft toen besloten de tweede helft van de dataverzameling uit voeren aan de hand van een aantal georganiseerde themabijeenkomsten (6-8 deelnemers per bijeenkomst). In deze groepsbijeenkomsten kon het accent gelegd worden op die onderwerpen die vanuit de diepte-interviews als meest relevant/cruciaal naar voren gekomen waren. De groepsbijeenkomsten waren op deze manier meer toetsend dan een explorerend van karakter. De nadruk lag minder op het genereren van nieuwe inzichten en meer op het bevestigen dan wel ontcrachten van veronderstellingen. Naast inhoud speelden ook praktische overwegingen een rol bij deze methodewisseling. De afzonderlijk diepte-interviews namen in verhouding erg veel tijd in beslag. Het reizen naar de Veluwe en de beperkte belastbaarheid van een groot aantal deelnemers hebben veel meer tijd per dossier opgeëist dan vooraf was begroot. Door deelnemers in een groepssetting te bevragen kon in een veel korter tijdsbestek toch aan de gewenste data gekomen worden.

In de groepsbijeenkomsten is aan de hand van dezelfde thema's en vragen als bij de diepte-interviews getracht te komen aan aanzicht t.a.v. de achtergronden van de ervaren knelpunten als het gaat om mobiliteit en vrije tijd. Het ontwikkeld instrumentarium (paragraaf 3.4) is hiervoor wel op een aantal punten aangepast en geschikt gemaakt voor gebruik in groepsverband. Om de spontaniteit en eigen inbreng van deelnemers te stimuleren ruimte te laten voor discussie onderling is er voor gekozen vooraf niet al te veel te structureren.

Naast het hebben van inbreng in het groepsproces, de discussie, noteerde iedere deelnemer voor zichzelf nog kort een reactie op de betreffende stellingen of vragen. Iedereen werd uitgenodigd en gestimuleerd actief mee te praten.

### 3.4 Instrumentarium

Het resultaat van de literatuurstudie in deelrapport 1 heeft de basis gevormd voor de onderwerpen die in de interviews/themabijeenkomsten aan bod zijn gekomen. Omdat inzicht verkregen moest worden in de 5 afzonderlijke ketenstappen uit het model “Vrije tijd en Mobiliteit”, is ervoor gekozen vragen vooraf te structureren aan de hand van deze ketenstappen. In bijlage 4 is het interviewschema in zijn geheel opgenomen. Naast het mondelinge interview zijn er vragenlijsten vooraf opgestuurd en door de geïnterviewden/deelnemers aan de themabijeenkomsten schriftelijk ingevuld. Samengevat gaat het om de volgende (deel)instrumenten (bijlage 4):

- A Meetinstrumenten achtereenvolgens gericht op: “Attitude t.o.v. vrije tijd en vrijetijdsbesteding”, “Motivatie voor vrijetijdsbesteding” en “Tevredenheid met vrijetijdsbesteding” (allen schriftelijk)
- B Interviewschema (mondeling) als volgt opgebouwd (bijlage 5):
- Algemene persoonsgegevens  
(NAW-gegevens, aard van de beperking, woonsituatie, opleiding, dagbesteding, telefoon/internetgebruik, screening t.a.v. vervoer)
  - Ideevorming  
(Activiteitenpatroon in vrije tijd, rol van geld en afhankelijkheid van begeleiding/ondersteuning, gebruik van informatie, tevredenheid met informatievoorziening, rapportcijfer)
  - Reismanagement  
(gebruik van vervoersmiddelen, gebruik reisinformatie, reisvoorbereiding, tevredenheid reisvoorbereiding, rapportcijfer)
  - Uitvoering  
(Beschrijving van praktijkvoorbeelden, rapportcijfer)
  - Evaluatie  
(Ervaringsleren, copingstrategieën, tevredenheid met vrijetijdsbesteding, rapportcijfer)
  - Eindconclusie  
(Algemeen tevredenheidsoordeel)
  - Individuele scorelijst  
(Overzicht van alle persoonlijke scores)

Voor de themabijeenkomsten is het interviewschema (B) bewerkt voor toepassing in een groepssetting. Een aantal vragen is (in aangepast vorm) samen met de onder A genoemde instrumenten voorafgaand aan de bijeenkomst naar de deelnemers toegestuurd. Een ander deel van de interviewvragen is opnieuw geformuleerd en wel zodanig dat de deelnemers aan de bijeenkomst werden uitgenodigd met elkaar over het (sub)thema te discussiëren en evt. met hulp een schriftelijk antwoord te formuleren.

Voor de inhoud van het onder B genoemde interviewschema wordt verwezen naar bijlage 5. In bijlage 4 zijn de instructies en de in het Nederlands vertaalde stellingen van de Amerikaanse meetinstrumenten opgenomen. Op de achtergrond van deze instrumenten wordt hieronder verder ingegaan.

#### **Toelichting meetinstrumenten genoemd onder A:**

De Amerikaanse uitgeverij Idyll Arbor ([www.idyllarbor.com](http://www.idyllarbor.com)), met als een van de professiegebieden “Recreational Therapy”, brengt sinds 1985 producten op de markt o.a. gericht op de werkzaamheden van recreatietherapeuten. Het gaat om boeken, onderzoeksinstrumenten, audiovisuele middelen etc.

Zo zijn er op het gebied van Recreational Therapy een aantal assessment-instrumenten ontwikkeld, waaronder de drie in dit onderzoek gebruikte instrumenten, te weten:

1. Leisure Attitude Measurement (LAM)
2. Leisure Motivation Scale (LMS)
3. Leisure Satisfaction Measure (LSM)

Bovenstaande instrumenten zijn in principe therapeutische instrumenten, die bijvoorbeeld in het kader van revalidatie ingezet kunnen worden bij het formuleren van individuele interventies als het om vrijetijdsbesteding gaat. Ieder afzonderlijk instrument is opgebouwd uit meerdere subschalen die specifieke aspecten van het domein vrijetijdsbesteding en recreatie belichten. De individuele subschaalscores, als resultaat van een ingevulde vragenlijst, verwijzen dan ook naar een mogelijk toe te passen interventies gericht op die afzonderlijke aspecten. Met het oog op het gebruik van de genoemde 3 instrumenten in dit onderzoek zijn de instructies en de betreffende stellingen in het Nederlands vertaald.

In principe werkt het invullen van alle vragenlijsten op dezelfde manier: Aan de hand van stellingen wordt gevraagd of men met de cijfers 1 t/m 5 kan aangeven in hoeverre een stelling op zijn/haar situatie van toepassing is. De cijfers staan achtereenvolgens voor:

- 1 = De stelling is nooit waar
- 2 = De stelling is zelden waar
- 3 = De stelling is soms/enigszins waar
- 4 = De stelling is vaak waar
- 5 = De stelling is altijd waar

Hieronder volgt een korte beschrijving van de inhoud van de drie gebruikte instrumenten:

#### 1. Leisure Attitude Measurement (LAM)

Dit meetinstrument doet uitspraak over iemands attitude ten opzichte van vrijetijdsbesteding op een drietal niveaus: Cognitief, affectief en gedragsmatig. Doorgaans wordt dit instrument ingezet wanneer men zicht wil krijgen op de vrijetijd domeinen die een specifiek persoon ervan weerhouden om hierbinnen actief te participeren. Hoe hoger de score per subschaal, hoe positiever iemands attitude t.o.v. dit aspect van vrije tijd/recreatie. De afzonderlijke componenten (subschalen) houden het volgende in:

- *De cognitieve component van de vrijetijdsattitude:* Verwijst naar de algemene kennis en opvattingen over vrije tijd; opvattingen over de relatie tussen vrije tijd en bv. gezondheid, geluk en werk; opvattingen over kwaliteiten, (karakter)eigenschappen en de voordelen die vrije tijd voor de persoon met zich mee brengt (vriendschap, nieuwe energie, tegemoet komen aan behoeften, zelfverbetering etc.). Het gaat om de basale opvattingen die de respondent heeft over de eigenschappen van vrije tijd.
- *De affectieve component van de vrijetijdsattitude:* Bestaat uit de eigen evaluatie van vrijetijdservaringen en activiteiten en hoe men deze gevoelsmatig beleeft (leuk of niet leuk vinden om te doen).

*De gedragscomponent van de vrijetijdsattitude:* Bestaat uit de gedragsintenties die de respondent heeft bij het maken van vrijetijdskeuzes en activiteiten en het geeft een beeld van de huidige participatie en die in het verleden.

#### 2. Leisure Motivation Scale (LMS)

Met behulp van de Amerikaanse "Leisure Motivation Scale" kan worden uitgezocht *waarom* de persoon in kwestie deelneemt aan activiteiten in zijn vrije tijd. Aan de hand van 48 statements verdeeld over een viertal primaire motivatiefactoren wordt een uitspraak gedaan over de aard van iemands motivatie om vrijetijdsactiviteiten uit te voeren.

Deze motivatiefactoren zijn:

- *De intellectuele component van vrijetijdsmotivatie:* Verwijst naar de mate waarin iemand gemotiveerd is deel te nemen aan vrijetijdsactiviteiten die een beroep doen op mentale activiteiten (leren, ontwikkelen, ontdekken, creëren, verbeelden)
- *De sociale component van vrijetijdsmotivatie:* Verwijst naar de mate waarin iemand vanuit sociale oogpunt gemotiveerd is deel te nemen aan vrijetijdsactiviteiten. Deze component meet twee basale behoeften; de behoefte aan vriendschap en interpersoonlijke relaties en de behoefte gewaardeerd te worden door anderen.
- *De competentie component van vrijetijdsmotivatie:* Meet de mate waarin iemand deelneemt aan vrijetijdsbesteding om hier iets in te bereiken, er goed in te worden uitgedaagd te worden, te winnen. Meestal gaat het hier om fysieke activiteiten.
- *De stimulus-avoidance component van vrijetijdsmotivatie:* Meet iemands behoeften om te ontsnappen aan of weg te komen van overstimulerende levenssituaties. Soms hebben respondenten geen behoefte aan sociaal contact, zoeken naar rustgevende en kalme omstandigheden.

### 3. Leisure Satisfaction Measure (LSM)

Met behulp van de Amerikaanse "Leisure Satisfaction Measure" is bepaald in hoeverre de individuele deelnemers vinden dat in hun algemene "behoefte" tegemoet gekomen wordt middels vrijetijdsbesteding. Er zijn 6 tevredenheid subschalen in dit instrument opgenomen. Gemeten wordt welke vrijetijdsgebieden de cliënt de meeste tevredenheid verschaffen.

- *Psychologisch:* Psychologische voordelen zoals: gevoelens van vrijheid, plezier, betrokkenheid en intellectuele uitdaging
- *Met betrekking tot leren:* Intellectuele stimulatie en het leren over het zelf en zijn/haar omgeving
- *Sociaal:* Waardevolle relaties met anderen
- *Met betrekking tot ontspanning:* Terugdringen van stress en spanningen
- *Fysiologisch:* Bezigheden die helpen de fysieke fitheid te ontwikkelen, gezond te blijven, gewicht onder controle te houden of het welzijn te verbeteren
- *Esthetisch:* Esthetische waarden. Individuen die hoog op deze subschaal scoren ontlenen tevredenheid aan de plaatsen waar zij zich in hun vrije tijd ophouden, omdat ze deze plaatsen plezierig, interessant en over het algemeen mooi van ontwerp vinden.

## 3.5 Dataverwerking

Van elk diepte-interview is na afloop een persoonlijk dossier aangemaakt met daarin opgenomen een aantal algemene gegevens van de deelnemer, het uitgewerkte interviewschema, de 3 ingevulde meetinstrumenten en een door de onderzoeker opgesteld verslag met de belangrijkste bevindingen op het niveau van de ketenstappen en een eindconclusie.

Na afloop van de elke groepsbijeenkomst is een verslag gemaakt met op hoofdlijnen de discussiepunten die aan de orde zijn geweest en wat de verschillende meningen en standpunten waren. Daarnaast is ook op deelnemerniveau een dossier aangemaakt met daarin opgenomen de algemene gegevens van de deelnemer en de 3 ingevulde meetinstrumenten.

De kwantitatieve data die met de interviews en de groepsbijeenkomsten beschikbaar kwamen zijn verwerkt in het statistisch verwerkingsprogramma SPSS (versie 12.0.1). Vanuit frequentietabellen zijn vervolgens de resultaten beschreven.

De kwalitatieve data, waaronder de antwoorden op open vragen maar ook interessante opmerkingen die deelnemers tijdens interviews of gedurende groepsbijeenkomsten maakten, zijn handmatig verwerkt en per onderwerp geclusterd. Vanuit een totaaloverzicht is eerst geïnventariseerd waar de antwoorden en opmerkingen inhoudelijk betrekking op hadden om ze vervolgens in te delen in categorieën. Door te turven kon per categorie aangegeven worden hoe vaak een bepaald antwoord/opmerking was gegeven.

## 4 Resultaten

### 4.1 Inleiding

In dit hoofdstuk worden de resultaten van de knelpuntenanalyse gepresenteerd. Allereerst wordt ingegaan op de ervaringen m.b.t. het selecteren van potentiële kandidaten voor een diepte-interview of deelnemers aan een van de groepsbijeenkomsten. Na een aantal korte kanttekeningen t.a.v. de beschrijving van de resultaten in dit rapport, komen in paragraaf 4.2 de bevindingen van de knelpuntenanalyse aan de orde; welke concrete knelpunten op het gebied van mobiliteit en vrijetijdsbesteding worden door deelnemers ervaren en wat is hier de achterliggende oorzaak van?

#### 4.1.1 Medewerking van cliënten uit de drie doelgroepen

Er is relatief veel energie en daarmee tijd gestoken in het bereid vinden van potentiële deelnemers aan de interviews/themabijeenkomsten. Ondanks de inspanningen van de projectgroep zijn minder personen dan voorheen begroot individueel geïnterviewd. In de beginfase van het project is door de vertegenwoordigers van de belangenorganisaties een overzicht gemaakt met namen en adressen van potentiële deelnemers die voldoen aan de vooraf opgestelde selectiecriteria, dan wel van sleutelfiguren in het werkveld die een bijdrage kunnen leveren aan het bereid vinden van mogelijke deelnemers. Vervolgens zijn contacten gelegd, zijn mensen per brief over het project geïnformeerd en is bij een positieve reactie een concrete afspraak gemaakt voor een interview. Het werven van deelnemers kwam aanvankelijk traag op gang en heeft uiteindelijk 28 diepte-interviews opgeleverd: 10 uit de woonvormgroep, 9 uit de jongerengroep en 9 uit de psychiatriegroep. Eén enkel interview duurde gemiddeld 3 uur en soms zelfs langer, afhankelijk van de ervaringsverhalen van de geïnterviewde en de aard van diens beperkingen. Omdat ook personen met communicatieproblemen hebben deelgenomen, is het ook wel voorgekomen dat het gesprek verdeeld werd over 2 verschillende dagen. Het interviewen met de onderzoeksgroep is nogal arbeidsintensief geweest, maar heeft aan de andere kant ook veel inzicht gegeven. De 28 deelnemers die mondeling geïnterviewd zijn waren redelijk evenredig verdeeld over de drie doelgroepen. Ook werd duidelijk dat een aantal knelpunten niet algemeen van aard, maar juist doelgroepspecifiek is.

Gezien het bereiken van Mede met het oog op de projectplanning is voorgesteld de tweede helft van de dataverzameling op een andere meer efficiënte wijze te organiseren, zonder daarbij op inhoud te hoeven inleveren. Vanuit de ervaring van het iRv met het organiseren en uitvoeren van themaspecifieke groepsbijeenkomsten, meestal met als doel het bereiken van consensus, is besloten de gegevens van de overige deelnemers in een aantal verschillende themabijeenkomsten te verzamelen. Bij het opzetten van deze bijeenkomsten is gericht samengewerkt met reeds bekende contactpersonen van een aantal instellingen en organisaties, waaronder een activiteitencentrum, een instelling voor geestelijke gezondheidszorg, een stichting die dienstverlening biedt aan verstandelijk gehandicapten en Sport Service Noord Brabant (SSNB) en POG, Brabants centrum voor gehandicaptenbeleid. Gebleken is dat, ondanks de omvang van het netwerk waarbinnen potentiële deelnemers gezocht en aangeschreven zijn, er relatief weinig animo is om aan het onderzoek mee te werken. Om een voorbeeld te geven: In het kader van de organisatie van een tweede themabijeenkomst met personen met een verstandelijke beperking, zijn namens de betrokken dienstverlenende stichting 250 informatiebrieven plus aanmeldingsformulieren op

naam verstuurd naar het thuisadres van verstandelijk gehandicapten. De aangeschreven personen woonden allen in bij de ouders. Na twee weken hadden slechts 2 personen plus hun begeleiders zich voor de bijeenkomst aangemeld. Vanwege deze lage opkomst is besloten de bijeenkomst niet door te laten gaan. Ook de betreffende contactpersoon was erg verbaasd over dit lage aantal reacties. Volgens haar zou het ermee te maken kunnen hebben dat de doelgroep er van uitgaat dat onderzoek ingewikkeld is (de “ver-van-mijn-bed-show”) en over het algemeen niet snel leidt tot oplossingen voor de problemen waar men voor staat. Ook wordt terecht opgemerkt dat deze personen, net als ieder ander, de dag gevuld heeft met allerlei activiteiten; een baan, vrijwilligerswerk of men neemt deel aan dagbestedingactiviteiten.

Bij het organiseren van een themabijeenkomst voor de doelgroep mensen in een woonvorm is samenwerking gezocht met een activiteitencentrum. Dit omdat bewoners van woonvormen dikwijls een activiteitencentrum bezoeken en dat men wat vervoer betreft geen specifieke zaken meer zou hoeven regelen. Aanvankelijk werd de vraag enthousiast ontvangen door de betreffende locatiemanager met de boodschap dat hij rondvraag zou doen en zou kijken welk dagdeel hier het meest geschikt voor was. Uiteindelijk bleek het lastig te zijn vooraf zicht te krijgen op het aantal bezoekers van het activiteitencentrum per dag of dagdeel; veel bezoekers hebben een parttime overeenkomst met het centrum en komen niet altijd op dezelfde dagen, dit wordt per week bekeken. Dit maakt het plannen van een themabijeenkomst met de zekerheid van voldoende deelnemers lastig. Daarbij komt dat het activiteitencentrum tweemaal per dag 2 uur activiteiten aanbiedt, onderbroken door een middagpauze. Een bijeenkomst daarentegen duurt gemiddeld 3 tot 4 uur en dit heeft consequenties voor het organiseren van de benodigde verzorging van deelnemers etc. Kortom logistiek leidde het verzoek tot problemen van verschillende aard en het zou langere tijd in beslag nemen alles goed te regelen. Gezien de projectplanning kon hier helaas niet op gewacht worden.

Uiteindelijk hebben 3 themabijeenkomsten plaatsgevonden met mensen uit de doelgroepen psychiatrie (6 deelnemers), verstandelijk gehandicapten (3 deelnemers) en de doelgroep jongeren (4 deelnemers). Het is niet gelukt een bijeenkomst met mensen uit een woonvorm van de grond te krijgen. Het totaal aantal deelnemers aan het onderzoek komt hiermee op 41 (28 plus 13).

#### **4.1.2 Samenstelling doelgroepen**

Zoals reeds eerder vermeld heeft er ook een themabijeenkomst plaatsgevonden met mensen met een verstandelijke beperking (Vg-groep). Gezien het lage aantal deelnemers (3 personen) heeft het geen zin de verzamelde gegevens van deze drie deelnemers als aparte doelgroep te presenteren. De vergelijking t.o.v. de andere drie doelgroepen is niet representatief. Omdat de gegevens van deze drie deelnemers wel in het onderzoek betrokken moeten worden is ervoor gekozen deze bij de presentatie van de resultaten samen te voegen met de data van de doelgroep mensen in een woonvorm. De deelnemers in beide groepen zijn immers woonachtig in een beschermde woonomgeving. Zo ontstaan er twee groepen met 13 deelnemers (woonvorm en jongeren) en één groep met 15 deelnemers (psychiatrie). Daar waar het interessant is de resultaten van de Vg-groep afzonderlijk te noemen zal dat ook gedaan worden

#### **4.1.3 Kanttekening bij beschrijving van resultaten**

Het is voorgekomen dat deelnemers op een of meerdere, met name schriftelijke, vragen geen antwoord hebben aangegeven. Meestal gaat het dan om vragen waarbij een antwoord of een stelling aangekruist kan worden. Men kan dit vergeten zijn of men heeft bepaalde vraagstellingen te lastig gevonden of niet de mogelijkheid gezien deze allemaal te



beantwoorden. Het is ook voorgekomen dat deelnemers aangeven dat ze de lijsten met stellingen niet goed wisten in te vullen (kost te veel inspanning en tijd, is te moeilijk etc.). Wanneer er m.b.t. tot een bepaalde (sub)vraag van vier of meer deelnemers geen gegeven bekend is (een zgn. 'missing value'), dan staat dit in het onderschrift van de tabel ook zo beschreven. Wanneer er in de beantwoording van een (sub)vraag drie of minder missing values zijn, dan wordt dit verder niet apart vermeld.

De resultaten van dit onderzoek worden ondersteund door citaten van uitspraken van de deelnemers zelf, hetzij uit een diepte-interview, hetzij uit een groepsbijeenkomst. Achter elk citaat is tussen haakjes aangegeven uit welke doelgroep de deelnemer die de uitspraak deed afkomstig is (Wo=Woonvorm, Jo=Jongeren, Ps=Psychiatrie en Vg=Verstandelijk gehandicapten).

#### **4.1.4 Diepte-interviews**

Opvallend bij het interviewen was dat men aanvankelijk vaak wat nonchalant tegenover het onderwerp stond ("aan mij zul je wel niks hebben", "ik heb geen problemen met mijn vrije tijd"), maar naarmate het gesprek vorderde kwamen toch regelmatig nieuwe inzichten naar voren, vooral voor de persoon in kwestie zelf. Het interviewschema, opgebouwd aan de hand van de vijf ketenstappen uit het model, bood een duidelijke structuur.

Omdat de nadruk van het gesprek niet zo zeer lag op het inventariseren van meer algemene problemen bij mobiliteit en vrijetijdsbesteding maar veel meer op de achtergrond ervan, gaf het de deelnemers ook een gedetailleerde en daardoor vernieuwde kijk op de eigen situatie wat de vrijetijdsbesteding betreft. Men kreeg zicht op de eigen sterke en minder sterke punten wat dit thema betreft en daarmee ook een ingang naar mogelijke verandering/verbetering. Ook werd duidelijk in welke situaties 'anderen' verantwoordelijk zijn voor zaken die in de praktijk minder goed lopen of mis (dreigen te) gaan en wanneer men zelf iets zou kunnen ondernemen om de slagingskans van de activiteit te vergroten. In die zin zijn de gevoerde gesprekken dan ook wel eens als confronterend ervaren ("zit dat zó bij mij?", "ik zou veel meer kunnen als ik wat meer lef en inzet zou hebben").

#### **4.1.5 Themabijeenkomsten**

Het soort gegevens dat uit de groepsbijeenkomsten naar voren kwam bleek inhoudelijk grotendeels overeen te komen met de gegevens die met de diepte-interviews verzameld zijn. In de bijeenkomst met verstandelijk gehandicapten moest men frequenter uitgenodigd worden een reactie te geven dan in andere groepen, maar gezien het kleine aantal deelnemers leidde dit niet tot problemen. De deelnemers vanuit de psychiatrie hadden gemiddeld wat meer tijd nodig om een reactie te geven, met name het schriftelijk reageren vergde de nodige tijd en concentratie. Bij de bijeenkomst met de groep jongeren verliep het groepsproces soepel en werd een aantal pakkende statements geformuleerd.

Een opvallend gegeven dat met name uit de groepsbijeenkomsten naar voren kwam, is dat sommige deelnemers ontevreden zijn over de hoeveelheid aandacht die maatschappij schenkt aan de eigen doelgroep (in de media, in onderzoek etc.). Zo vinden deelnemers uit de jongerengroep dat er wel erg veel aandacht uitgaat naar mensen met een verstandelijk beperking en omgekeerd. Ook deelnemers binnen de groep met een psychiatrische beperkingen geven dit aan.

Het instrumentarium (schriftelijk in te vullen vragen en het interviewschema) is voor toepassing in de groepsbijeenkomsten aangepast. Dit heeft met zich meegebracht dat de structuur op geleide van de ketenstappen minder duidelijk in het interviewschema aanwezig is. De gespreksleider heeft in de inleiding wel uitgebreid de afzonderlijke stappen doorgenomen en gaandeweg het proces steeds aangegeven wanneer werd overgegaan

naar een volgende ketenstap. Op deze manier is geprobeerd de benodigde structuur te behouden.

## **4.2 Beschrijving algemene gegevens**

In deze paragraaf worden een overzicht gegeven van de meer algemene gegevens van de onderzoeksgroep en van de afzonderlijke doelgroepen. Getracht is de data zo veel mogelijk te clusteren op onderwerp. Van elke gepresenteerde tabel wordt kort een toelichting gegeven, eventueel vergezeld van een of meerdere uitspraken die door deelnemers gedaan zijn over het betreffende onderwerp.

In tabel 1 is een aantal algemene kenmerken van de onderzoeksgroep weergegeven, uitgesplitst per doelgroep en voor de totale onderzoeksgroep.

Op het niveau van de totale onderzoeksgroep is sprake van een redelijk evenwichtige spreiding wat betreft de variabelen regio en geslacht. Naast deelnemers uit Zuid-Limburg en de Veluwe is ook een deel afkomstig uit de regio Zuidoost Brabant. Dit heeft te maken met de groepsbijeenkomsten die in samenwerking met Sport Sportservice Noord Brabant (SSNB) en POG, Brabants Centrum voor gehandicaptenbeleid georganiseerd zijn. Het gaat hier om 7 deelnemers (4 uit een woonvorm, 3 personen met een verstandelijke beperking). Er zijn meer mensen geïnterviewd (68%) dan dat er deelgenomen hebben aan een van de groepsbijeenkomsten (32%).

De gemiddelde leeftijd van de betrokken deelnemers is 36 jaar met een spreiding tussen de 20 en bijna 70 jaar. In de psychiatriegroep is de leeftijd gemiddeld het hoogst (45 jaar). De jongerengroep heeft ondanks het gestelde leeftijdscriterium toch een relatief hoge gemiddelde leeftijd. Dat is te verklaren met de deelname van een persoon met een leeftijd van 62 jaar die in deze groep geparticipeerd heeft. Deze persoon voldeed niet aan het gestelde leeftijdscriterium, maar dat bleek pas tijdens de bijeenkomst zelf. Bijna 60% van de onderzoeksgroep woont in een stedelijke omgeving en 40% in een dorp.

Nagenoeg iedereen kan, eventueel met gebruik van aanpassingen of hulpmiddelen, gebruik maken van een telefoon. Bijna 90% van de deelnemers maakt gebruik van het internet of zou hiertoe in staat, terwijl slechts 57% ook zelf over een internetaansluiting beschikt (privé of gedeeld met meerdere bewoners). Niet iedereen maakt dus gebruik van het internet, terwijl dit vanuit het oogpunt van de beperking wel mogelijk zou moeten zijn. 'Internetten' is overigens ook niet voor iedereen een wenselijk. Opvallend is dat binnen de woonvormen iedereen in principe in staat is het internet te gebruiken, maar dat slechts 40% van de betrokken deelnemers ook een internetaansluiting heeft. In de psychiatriegroep is het internetgebruik het laagst; slechts 1 op de 3 mensen heeft een eigen aansluiting.

	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41)
<i>Regio (%)</i>				
Zuid-Limburg	15	54	80	51
Veluwe/anders	85	46	20	49
<i>Methode (%)</i>				
Interview	77	69	60	68
Groepsbijeenkomst	23	31	40	32
<i>Geslacht (%)</i>				
Man	38	62	40	46
Vrouw	62	39	60	54
<i>Leeftijd</i>				
Gemiddeld	28 jr.	34 jr.	45 jr.	36 jr.
Laagste-hoogste	20-37 jr.	22-62 jr.	26-69 jr.	20-69 jr.
<i>Woonplaats (%)</i>				
Stedelijk (>50.000 inw.)	46	62	67	59
Ruraal (<50.000 inw.)	54	39	33	42
<i>Telefoon/internet gebruik (%)</i>				
Gebruik telefoon	92	100	100	98
Gebruik internet	92	100	73	88
Beschikking over internet	40	69	33	57
Kan geschreven informatie begrijpen en interpreteren	69	100	100	90
Kan zich lopend verplaatsen	39	62	87	63

Tabel 1: Gegevens van een aantal algemene kenmerken van de deelnemers, geordend per doelgroep en voor de totale onderzoeksgroep

In tabel 2 is alleen op het niveau van de totale onderzoeksgroep aangegeven wat de herkomst van de deelnemers aan het onderzoek is, de huidige woonsituatie, het hoogst genoten opleidingsniveau en de belangrijkste dagbestedingactiviteiten.

Drie van de 41 deelnemers zijn niet in Nederland geboren. Het grootste deel van de onderzoeksgroep (42%) woont in een woonvorm. Dit was ook een van de selectiecriteria voor een van drie oorspronkelijke subdoelgroepen, maar daarnaast woont een deel van de personen uit de andere 3 subdoelgroepen ook in een beschermende woonomgeving. Een kwart van de deelnemers woont zelfstandig alleen, 22% woont zelfstandig samen met een partner of gezin. Tien procent van de deelnemers woont bij de ouders, voornamelijk vanuit de jongerendoelgroep.

	Totale onderzoeksgroep (n=41)
<i>Land van herkomst(%)</i>	
Nederland	93
Anders	7
<i>Woonsituatie (%)</i>	
Woonvorm	42
Alleenwonend	24
Met partner/gezin	22
Bij ouders	10
Anders	2
Heeft kinderen (%)	32
<i>Opleidingsniveau <sup>1</sup> (%)</i>	
Mbo	35
Vmbo	20
Hbo	18
Mavo	10
Havo	8
Basisonderwijs	3
Universiteit	3
Anders	5
<i>Dagbesteding (%)</i>	
Hobby's / vrijetijdsbesteding	85
Vrijwilligerswerk	63
Huishouden	42
Bezoek activiteitencentrum /centrum voor dagbesteding	34
Betaald werk	20
Zorg voor kinderen	10
Onderwijs	7
Anders	7

Tabel 2: overzicht van gegevens m.b.t. woonsituatie, opleidingsniveau en voornaamste dagbesteding (in procenten van de totale onderzoeksgroep)

<sup>1</sup> Gegevens zijn gebaseerd op het hoogste opleidingsniveau per deelnemer

Ongeveer een derde deel van onderzoeksgroep heeft een opleiding op Mbo niveau gevolgd, 20% op Vmbo-niveau en 21% op Hbo of universitair niveau. De overige deelnemers heeft alleen basisonderwijs genoten of onderwijs op Mavo- of Havo-niveau.

Bij het aangeven van de activiteiten waarmee men doorgaans de dagen vult noemt bijna iedereen (85%) activiteiten op het gebied van vrije tijd (dagbestedingactiviteiten vallen hier niet onder). Tweederde is actief in het vrijwilligerswerk en bijna de helft heeft taken in het huishouden. Eenderde van de deelnemers bezoekt een activiteitencentrum of een ander centrum voor dagbesteding. Slechts 1 op de 5 deelnemers heeft een betaalde baan. Tien procent draagt zorg voor zijn/haar kinderen en 7% volgt een opleiding of cursus.

Genoemde activiteiten komen in verschillende combinaties per deelnemer voor. Drie deelnemers noemen slechts één dagbestedingactiviteit, 15 deelnemers noemen er twee, 15 noemen er drie en 8 deelnemers noemen er zelfs vier. Drie deelnemers hebben nog andere bezigheden dan de genoemde, zoals solliciteren, bezoeken van de dagtherapie en het regelen van zaken n.a.v. een verhuizing.

In tabel 3 is voor elke afzonderlijke doelgroep en voor de totale onderzoeksgroep aangegeven welke beperkingen door de deelnemers ervaren worden en hoe vaak deze genoemd zijn. Men was vrij in het formuleren en tevens konden meerdere beperkingen per deelnemer geformuleerd worden.

Aard van beperkingen <sup>1</sup>	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41)
Mobiliteit	77	90	27	59
Energie	15	54	20	29
Concentratie	0	8	27	12
Arm-handfunctie	23	0	13	12
Wisselend belastbaar	0	23	13	12
ADL-afhankelijkheid	31	0	0	10
Pijn	8	15	7	10
Geen	15	0	0	5
Acceptatie	0	8	13	7
Afhankelijk zijn	15	0	7	7
Communicatie	15	0	7	7
Fobische aanvallen	0	0	20	7
Verstandelijke beperking	23	0	0	7
Bejegening	15	0	0	5
Incontinentie	8	8	0	5
Voedingsgerelateerd	8	0	7	5
(manisch) Depressief	0	0	13	5
Psychische problemen	0	0	13	5
Astma/ademhalingsproblemen	0	0	13	5

Tabel 3: Overzicht van de aard van beperkingen geformuleerd door de deelnemers zelf in procenten van het aantal deelnemers per (doel)groep

<sup>1</sup> Er kunnen per deelnemer meerdere beperkingen aangegeven zijn

Uit de tabel kan worden afgeleid dat bijna 60% van de deelnemers beperkingen ervaart op het gebied van mobiliteit. Dit kan inhouden dat men moeilijk loopt, rolstoelgebonden is, problemen heeft met vervoer etc. De beperkingen die daarna het meest genoemd zijn hebben te maken met het beschikken over een beperkte hoeveelheid energie en het ervaren van pijnklachten. Duidelijk komt naar voren dat deelnemers in de groepen 'woonvormen' en 'jongeren' de mobiliteitsbeperking het meest frequent noemen (resp. 77 en 90%) vergeleken met de deelnemers in de psychiatriegroep (27%). Concentratieproblemen, fobische klachten en stemmingswisselingen komen in deze laatste groep juist frequenter voor.

In de groep verstandelijk gehandicapten is de aard van de beperkingen minder gedetailleerd omschreven; aangeven werd alleen dat men een verstandelijke beperking heeft en één deelnemer ervaart daarnaast een mobiliteitsprobleem.

Binnen de jongerengroep wordt in vergelijking tot andere doelgroepen vaker (23%) genoemd dat men wisselend belastbaar is; de ene dag kan men fysiek meer aan dan andere dagen. Verder valt op dat alleen deelnemers uit de woonvormgroep hinder ondervinden van de manier waarop de omgeving op hen reageert. 15% van de deelnemers in deze groep heeft last van de manier waarop de omgeving hen benadert.

“Ik erger me altijd aan ouders die hun kind de mond snoeren als ze iets over mij of mijn rolstoel zeggen. Kinderen zijn juist eerlijk en puur en ik wil ze dan ook best over mijn rolstoel vertellen en ze er naar laten kijken (Wo)”

“Toen we met ons reisgezelschap in Engeland op een terras gingen zitten rende de ober zowat in paniek naar binnen. Hij kwam later met de mededeling dat het terras gereserveerd was door een andere groep en dat we het terras beter konden verlaten. Hij wist duidelijk niet wat hij met ons aan moest (Wo)”

Ook de afhankelijkheid in het algemeen en ADL-afhankelijkheid in het bijzonder wordt door de groep mensen in een woonvorm als beperkend ervaren. Het gaat dan voornamelijk om het niet zelfstandig kunnen eten, drinken, kleden en/of naar het toilet gaan. Met het oog op de actieve vrijetijdsbesteding heeft vooral dit laatste punt impact op de vrijetijdsbesteding.

“Omdat ik zonder tillift niet naar het toilet kan word ik gedwongen de hele dag in hetzelfde incontinentiemateriaal te blijven zitten wanneer ik een dagje uit ga. De kans dat ik hier decubitus aan overhoud is behoorlijk groot. Wil ik bepaalde activiteiten blijven doen dan zal ik dit moeten accepteren (Wo)”

Twee van de 13 deelnemers in een woonvorm geeft aan überhaupt geen beperkingen te ervaren of kan deze niet onder woorden brengen. Geantwoord werd dat men over die vraag nog nooit zo had nagedacht.

### 4.3 Attitude t.o.v. vrijetijdsbesteding

In tabel 4 staan de gemiddelde attitudescores van de deelnemers vermeld, uitgesplitst naar doelgroep en van de totale onderzoeksgroep. Achter elke score is tussen haakjes de variatie van de betreffende score weergegeven.

	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Subschaal/component				
Cognitief (12 items)	48 (43-52)	45 (37-56)	46 (30-56)	46 (30-56)
Affectief (12 items)	52 (45-59)	48 (40-58)	47 (33-58)	49 (33-59)
Gedragsmatig (12 items)	39 (28-53)	35 (26-48)	38 (22-50)	37 (22-53)

Tabel 4: Overzicht van de scores per (doel)groep gemeten met het instrument “Attitude t.o.v. vrijetijdsbesteding”. Achter elke gemiddelde score is laagste en de hoogste score vermeld.

<sup>1</sup> = 4 missing values

Een score lager dan 30 per subschaal betekent feitelijk dat een (therapeutische) interventie gericht op dit aspect van de attitude zinvol kan zijn. Concreet betekent dit dat iemand met een lage *cognitieve* attitudecomponent wellicht scholing nodig heeft gericht op het bijstellen van de opvattingen die de persoon heeft over de eigenschappen van vrije tijd. Slechts één persoon (psychiatriegroep) heeft een score van 30 op deze subschaal, de overige deelnemers scoren hier ruim boven met een gemiddelde van 46.

Een score van 30 of lager op de  *affectieve* attitudecomponent houdt in dat er behoefte bestaat aan vrijetijdservaringen waar men positief tegenaan kijkt. Uitgezocht kan worden welke activiteiten dit voor de betreffende persoon zijn. Een dergelijk lage score komt hier bij geen enkele deelnemers voor.

Een lage *gedragscores* t.a.v. de attitude zou tot slot betekenen dat er wellicht behoefte bestaat aan scholing over het belang van vrijetijdsbesteding voor de betreffende persoon en hoe dit zijn/haar kwaliteit van leven kan verbeteren.

Tabel 4 laat zien dat binnen alle doelgroepen deelnemers aanwezig zijn die een score van 30 of lager hebben op de gedragsmatige subschaal. In de woonvormgroep gaat het om drie personen (waarvan een deelnemer met een verstandelijke beperking) en in de overige twee doelgroepen betreft dit 2 personen.

De woonvormgroep scoort relatief gezien op alle subschalen het hoogst, maar laat tevens ook de grootste spreiding/variatie in subschaalscores zien (meeste 'uitschieters' zowel naar boven als naar beneden). Gemiddeld wordt op de affectieve subschaal het hoogst gescoord (49 t.o.v. 37 en 46).

Vrije tijd wordt veelal gezien als de tegenhanger van (betaalde of onbetaalde) arbeid. Het leveren van een bijdrage aan de maatschappij, in welke vorm dan ook, wordt belangrijk gevonden. Echter het volgen van onderwijs en/of participeren op de arbeidsmarkt is ook binnen deze onderzoeksgroep geen vanzelfsprekendheid.

"Ik zou best minder vrije tijd willen hebben en daarvoor in de plaats 's morgens naar mijn werk gaan en 's avonds weer thuiskomen; ik mis dat ritme en die productiviteit in mijn leven (Jo)"

"Ik vind het jammer dat ik niet verder ben gaan studeren want in een aangepast tempo had ik best iets kunnen presteren op onderwijsgebied (Wo)"

"Ik word door het GAK ontmoedigd te gaan werken en ik weet zeker dat men eerder een gezond persoon aanneemt dan mij. In deze tijd is het voor niemand gemakkelijk een baan te vinden maar voor mij al helemaal niet (Jo)"

"Ik ben moeten stoppen met mijn opleiding, omdat de vrijwilligers waar ik van afhankelijk was het hebben laten afweten (Wo)"

Uit de interviews en de groepsbijeenkomsten kwam naar voren dat sommige deelnemers moeite hebben met het niet hebben van een baan of het niet hebben gevolgd of afgerond van een opleiding. Zonder werk ook geen 'echte' vrije tijd en te weinig financiële middelen om deze tijd met leuke activiteiten te vullen. De verveling slaat toe wanneer men onvoldoende om handen heeft en alle dagen lijken op elkaar. Van vrije tijd wordt dan niet langer gesproken. Het niet hebben van werk betekent dan ook niet automatisch dat over meer vrije tijd beschikt wordt. Het tijdsaspect wordt dan anders beleefd en krijgt ook een andere betekenis.

## 4.4 Motivatie

Tabel 5 illustreert hoe de scores op bovengenoemde componenten er voor de afzonderlijke en de totale doelgroep uitzien.

	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Subschaal/component				
Intellectueel (12 items)	36 (26-51)	38 (27-57)	43 (31-50)	39 (26-57)
Sociaal (12 items)	35 (14-50)	34 (24-46)	38 (17-49)	36 (14-50)
Competentie (12 items)	37 (20-51)	35 (25-48)	42 (31-50)	38 (20-51)
Stimulus-avoidance (12 items)	32 (24-48)	31 (19-45)	40 (32-55)	34 (19-55)

Tabel 5: Overzicht van de scores per (doel)groep gemeten met het instrument "Motivatie voor vrijetijdsbesteding". Achter elke gemiddelde score is de laagste en hoogste score vermeld.

<sup>1</sup> = 4 missing values

In bijna alle doelgroepen wordt het hoogst gescoord op de intellectuele component van motivatie. Alleen in de woonvormgroep is dit niet het geval, daar scoort men nét iets hoger op de competentie component. Dit is vrij opvallend omdat dit doorgaans activiteiten betreft die een beroep doen op iemands fysieke capaciteiten.

Het willen leren, ontwikkelen, ontdekken en verbeelden zijn dus belangrijke motivatiefactoren voor de betrokken deelnemers. In mindere mate bestaat de behoefte om weg te komen van overstimulerende levenssituaties, alhoewel de gemiddelde score (40) op deze component in de psychiatriegroep relatief hoog is. Deelnemers in de psychiatriegroep hebben meer dan andere deelnemers behoefte aan rust en kalmte in de vrije tijd. De psychiatriegroep scoort op alle componenten van motivatie het hoogst van alle doelgroepen. Opvallend is ook dat woonvorm- en jongerengroep iets lager scoren op de sociale component van motivatie. Dit kan iets zeggen over de behoefte van deelnemers aan vriendschappen en de behoefte door anderen gewaardeerd te worden.

Hogere scores wijzen op een hogere motivatiekracht voor activiteiten binnen die specifieke subschaal. Het is dan ook belangrijk dat men zorgt voor voldoende mogelijkheden en gelegenheden om in activiteiten met deze motiverende dimensie te participeren. Wanneer dat niet het geval blijkt te zijn dan kan het activiteitenpatroon hier wellicht aan aangepast worden. Lagere scores hangen samen met een lagere motivatiekracht. Activiteiten waarop men laag scoort worden uit de weg gegaan. Het aanbieden van ruimere keuzemogelijkheden of het aanpassing van de huidige activiteiten kan dan een oplossing zijn.

In de groepsbijeenkomsten en tijdens de interviews is ook gevraagd naar concrete motivatiefactoren die het ondernemen van activiteiten in de vrije tijd stimuleren en naar de oorzaken van het ontbreken van die motivatie. Niet elke deelnemer had hier even goed zicht op. In tabel 6 zijn de door deelnemers zelf geuite motiverende en demotiverende factoren op een rij gezet.



Motiverende factoren	Demotiverende Factoren
Thuis weg willen zijn	Budget
Structuur bieden	Schaamte
Plezier willen maken	Niet weten wat er te doen is
Zich niet willen vervelen	Beperkingen/eerst dingen moeten regelen
Geeft betere conditie en gezondheid	Lusteloosheid/medicatie
Het hebben van een maatje of partner	Zich tussen gezonde mensen moeten begeven
Mensen ontmoeten	Het gebrek aan een maatje of partner
Spanningen kwijtraken	Onverschilligheid
Het gevoel vooruit te kunnen komen	Denken dat bepaalde dingen niet kunnen
Positief denken/dat wat je kunt ook echt willen	
Genoten opvoeding	

Tabel 6: Overzicht van door respondenten geformuleerde motiverende en demotiverende factoren in relatie tot actieve vrijetijdsbesteding

Uit deze tabel blijkt dat het “er uit” willen zijn en de behoefte aan plezier maken belangrijke motiefactoren zijn voor de actieve vrijetijdsbesteding. Iets heel graag willen lijkt een belangrijkere voorwaarde te zijn dan iets kunnen, zoals een van de deelnemers verwoordt: Sommigen zijn zelfs bereid hiervoor bepaalde risico's te nemen en als het tegenzit er een 'prijs' voor te betalen:

“Vrijheid is willen wat je kunt (Jo)”.

“Ik wil er zo graag uit dat ik sommige vervelende bijkomstigheden op de koop toe neem; ik draag bijvoorbeeld de hele dag hetzelfde incontinentie materiaal omdat ik zonder tillift geen gebruik kan maken van een toilet (Wo)”

“Als ik iets wil dan gebeurt het ook, al moet ik kruipen (Jo)”

Mensen die niet of minder tot activiteiten komen wijten dit zelf ook aan een gebrekkige wilsc component:

“Als ik echt vanuit mijn tenen ergens naar toe zou willen, dan zou het me ook wel lukken... (Ps)”

Ook het feit dat men van thuis uit gewend is er op uit te gaan en bezig te zijn wordt een aantal keren genoemd. Vanuit een stuk opvoeding werd in het verleden van deelnemers verwacht dat ze zich zelf konden vermaken en daar heeft men nu blijkbaar profijt van:

“Ik heb altijd moeten helpen thuis en was altijd bezig; nu is dat nog steeds zo (Wo/Vg)”

Dat vrijetijdsactiviteiten ook structuur aan de dag geven is wordt door deelnemers vanuit de psychiatrie als positief naar voren gebracht. Waarschijnlijk wordt hier gerefereerd aan dagbestedingactiviteiten die binnen dit onderzoek in principe niet worden gezien als onderdeel van de vrijetijdsbesteding. Bijwerkingen van medicatie, lusteloosheid, onverschilligheid, de ervaren fysieke beperkingen en het niet hebben van geld zorgen er juist voor dat de motivatie voor vrijetijdsactiviteiten afneemt.

“Mensen die verslaafd zijn aan medicijnen zijn als zombies; hun initiatief en motivatie is tot het nulpunt gedaald (Ps)”

“Het komt je niet aanwaaien; je zult er zelf energie in moeten steken om erbij te horen. Ik weet ook niet waarom veel gehandicapten niet achter de geraniums uitkomen. Gaat het om assertiviteit? Kost alles te veel moeite? Wordt men onvoldoende geprikkeld? (Jo)”

“Het is wel eens vervelend dat ik zelden spontaan en onbevangen ergens aan mee kan doen (Jo)”

“Ik zou meer kunnen doen in mijn vrije tijd maar dat komt er niet van en dat ligt aan mezelf (Wo)”

Tot slot viel op dat het hebben van een partner of een maatje wordt ervaren als een stimulans om dingen te ondernemen. Deelnemers zonder partner denken zelf ook dat hun motivatie en activiteitenpatroon hierdoor lager zijn.

“Sinds mijn relatie verbroken is is mijn activiteitenpatroon veranderd; ik onderneem nu veel meer standaard dingen en maak minder uitstapjes verder van huis (Ps)”

“Als ik een partner zou hebben dan zou ik veel actiever zijn op vrijetijdsgebied; de stimulans die daar van uit kan gaan mis ik nu (Jo)”

## 4.5 Idee- en besluitvorming

### 4.5.1 De vrijetijdsinvulling

Door te inventariseren welke concrete vrijetijdsactiviteiten door deelnemers ondernomen worden en met welke frequentie, kan een uitspraak gedaan worden over de mate waarin deelnemers op het gebied van vrije tijd en recreatie participeren. Tabel 7 verwijst hiernaar.

Categorie	Percentage deelnemers dat minimaal één activiteit binnen de betreffende categorie uitvoert	Gemiddeld aantal activiteiten dat door deelnemers ondernomen wordt *	Gemiddelde uitvoeringsfrequentie** en de standaarddeviatie van uitgevoerde vrijetijdsactiviteiten
Sportief	63	1,9	6,9 (4,9)
Cultureel	78	2,3	0,7 (0,8)
Sociaal	100	2,8	3,4 (3,4)
Recreatief	98	2,3	5,7 (7,8)
Educatief	43	1,2	7,1 (9,1)
Creatief	65	1,6	13,6 (10,4)
Spiritueel	35	1,3	11,0 (10,8)
Vakantie	83	1,4	0,1 (0,1)
Totaal	100	10,7	/

Tabel 7: Deelname aan vrijetijdsactiviteiten door de totale onderzoeksgroep (N=41)

\* Betreft groep die minimaal één activiteit in betreffende categorie uitvoert.

\*\* In aantal keren per maand

Binnen elke categorie van vrijetijdsbesteding konden maximaal 4 activiteiten genoemd worden die men onderneemt, waarbij de uitvoeringsfrequentie moest worden aangegeven in

aantal malen per maand. De categorieën waren allemaal voorzien van een aantal voorbeeldactiviteiten, opdat voor de deelnemers helder is om wat voor activiteiten het zoal kan gaan.

In eerste instantie is gekeken naar de resultaten van de gehele onderzoeksgroep. Daarna is tevens kort gekeken naar opvallende verschillen tussen de drie doelgroepen.

De meeste deelnemers ondernemen 1 of meer activiteiten op achtereenvolgens sociaal, recreatief, vakantie en cultureel vlak. Op sociaal gebied participeert iedereen. In mindere mate wordt deelgenomen aan spirituele, educatieve en creatieve en sportieve activiteiten. Het gemiddeld aantal activiteiten dat per categorie door het actieve deel van de onderzoeksgroep wordt opgepakt, is het hoogst voor de categorieën sociaal, cultureel, recreatief en sportief. Voorbeeld: De deelnemers die in de vrije tijd aan sport doen, nemen per persoon gemiddeld aan 2 verschillende sportieve activiteiten deel.

De frequenties waarin activiteiten worden uitgevoerd lopen sterk uiteen. Gemiddeld liggen deze het hoogst binnen de creatieve/artistieke en spirituele categorie (resp. 13,6 en 11 keer maand). Op zich is dit niet vreemd daar deze activiteiten vaak onderdeel uitmaken van een stuk dagbesteding en/of op eigen initiatief kunnen worden opgepakt (handwerken, schilderen, mediteren, bidden). Daarna wordt gemiddeld het meest frequent gedaan aan sportieve en recreatieve activiteiten (resp. 6 en 7 keer per maand). Het minst frequent worden activiteiten ondernomen op het gebied van vakantie en cultuur (gemiddeld resp. 0,1 en 0,7 keer per maand).

Uitgaande van de huidige vrijetijdsinvulling is de deelnemers gevraagd of er nog activiteiten zijn die momenteel in het overzicht ontbreken, maar die men wel graag zou willen uitvoeren. Tevens is gevraagd naar de reden waarom dit niet opgepakt is of kan worden. Vijf van de 41 deelnemers vindt de vrijetijdsinvulling goed zoals deze nu is, de overige 36 deelnemers (88%) heeft wel nog bepaalde wensen of behoeften: Zo geven 15 deelnemers aan (meer) activiteiten te willen ontplooien op sportief gebied, 13 deelnemers willen (vaker) met vakantie, 11 deelnemers hebben behoefte aan (meer) educatieve activiteiten, 9 deelnemers aan (meer) recreatieve activiteiten, 7 deelnemers aan (meer) sociale activiteiten, 6 deelnemers aan (meer) culturele activiteiten, 4 deelnemers aan (meer) creatieve activiteiten en 2 deelnemers aan (meer) spirituele activiteiten. De redenen waarom volgens de deelnemers niet aan deze wensen en behoeften is of kan worden voldaan hebben veelal te maken met gebrek aan financiële middelen; men kan het lidmaatschap/contributie, het vervoer en evt. benodigd materiaal niet betalen. Andere genoemde redenen zijn: onvoldoende belastbaarheid, geen tijd hebben, denken het niet te kunnen, niemand hebben om iets samen mee te doen, geen begeleiding hebben, geen aansluiting kunnen vinden en activiteiten niet geregeld krijgen.

Kijkend naar de resultaten binnen de afzonderlijke doelgroepen zijn er, ondanks het relatief klein aantal deelnemers per groep, een aantal tendensen te zien:

Binnen de woonvormgroep nemen verhoudingsgewijs de meeste personen deel aan een of meerdere sportieve activiteiten (9 van de 13). Deze deelname is het laagst in de psychiatriegroep (8 van de 14). Ook gaan in de woonvorm de meeste mensen op vakantie (12 van de 13 t.o.v. 10 van de 13 (Jo) en 11 van de 14 (Ps)). De woonvormgroep doet relatief het minst aan culturele activiteiten (9 van de 13). In de jongeren- en psychiatrie is dit resp. 11 van de 13 en 11 van de 14). Aan spirituele activiteiten doet de woonvormgroep het minst; slechts één van de 13 deelnemers onderneemt hier specifieke activiteiten. Bij de andere twee groepen zijn dat resp. 6 (Jo) en 5 (Ps) personen.

De psychiatriegroep is het creatiefst van allemaal; 11 van de 14 deelnemers onderneemt iets creatiefs in de vrije tijd. In de andere twee groepen doen resp. 6 (Wo) en 7 (Jo) deelnemers

dit. Op educatief gebied zijn zij het minst actief; 3 van de 14 doet een cursus of opleiding vergeleken met 8 van de 13 deelnemers in de woonvormgroep en 6 van de 13 in de jongerengroep.

#### **4.5.2 De achtergronden van het keuzeprocess t.a.v de vrijetijdsvulling**

De deelnemers is de vraag voorgelegd in hoeverre geld en de afhankelijkheid en beschikbaarheid van vrijwilligers/begeleiders beperkende factoren zijn bij het maken van keuzes in de vrije tijd. Aangegeven kon worden of men het met bepaalde stellingen wel of niet eens was. Het gaat dan om het wel of niet kunnen deelnemen aan die activiteiten die, op grond van de fysieke en/of psychische beperkingen, redelijkerwijs van de deelnemers verwacht kunnen en mogen worden. Uitgegaan is van die vrijetijdsactiviteiten waarvan het in onze samenleving algemeen geaccepteerd is dat hier met enige regelmaat aan deelgenomen wordt. Uit de gegevensverzameling blijkt dat veel meer factoren dan alleen het budget en de afhankelijkheid en beschikbaarheid van begeleiding, bepalend zijn voor de uiteindelijke keuzes in de vrije tijd. De rol van informatievoorziening en vervoersaspecten komen elders in dit rapport apart aan de orde; overige relevante factoren zijn in deze paragraaf opgenomen.

#### Budget

Voor de helft van alle deelnemers is de stelling van toepassing dat bepaalde gewenste activiteiten in de vrije tijd niet ondernomen kunnen worden, daar het beschikbare budget dat niet toelaat. Het budget staat het maken van redelijke keuzes dus in de weg. Eén van de 3 deelnemers waarvoor deze stelling waarheid is, beweert zelfs dat het budget méér beperkt bij het maken van keuzes in de vrije tijd dan de ervaren fysieke en/of psychische belemmeringen.

Bijna 40% procent van de deelnemers onderneemt in de vrije tijd leuke dingen, ook wanneer men krap bij kas zit, immers niet alles hoeft geld te kosten. Slechts twee van de 41 deelnemers (5%) geeft aan het beschikbare budget niet als beperkend te ervaren. Uitgaand van het beschikbare budget doen zij wat ze wensen te doen in de vrije tijd.

“Reis- en toegangskosten zijn voor mij belangrijk om tot keuzes te komen (Ps)”

“Reizen en vervoer zijn voor mij grote kostenposten en daardoor moet ik dingen laten schieten (Wo)”

“Ik ben vanuit kosten oogpunt bij mijn ouders blijven wonen; ik houd nu geld over en kan me een auto permitteren (Jo)”

“Ik zorg wel dat ik het leuk heb ook al heb ik geen geld (Jo)”

“Ik kan alleen aan activiteiten meedoen die gratis zijn (Ps)”

“Als je meer vrije tijd hebt is niet gezegd dat je ook meer leuke dingen kunt doen (Wo)”

“Als ik ergens niet aan mee kan doen vanwege de kosten dan wordt wel eens geroepen dat ik maar moet gaan werken, maar zo eenvoudig ligt het niet (Ps)”

Budgetproblemen zijn het vaakst geuit door deelnemers in de psychiatriegroep. De helft van hen heeft activiteiten aangegeven die men zou willen oppakken maar omdat de kosten hiervan te zeer op het budget drukken, lukt dit nu niet.

## Begeleiding

Bijna 60% van het totaal aantal deelnemers is voor het uitvoeren van bepaalde vrijetijdsactiviteiten afhankelijk van een begeleider of vrijwilliger; 5% is hier zelfs bij alle activiteiten buitenshuis volledig afhankelijk van. Het kan hier zowel de voorbereiding, het (regelen van) vervoer als de uitvoering van de activiteit zelf betreffen. Eenderde van de deelnemers kan geheel zelfstandig en zonder begeleider op pad gaan. Van de deelnemers die wel afhankelijk van begeleiding zijn (60%) kost het 38% geen enkele moeite iemand te vinden die de noodzakelijke hulp en ondersteuning kan bieden, voor 38% kost dit redelijk wat moeite, 19% zegt dat dit veel moeite kost en voor één deelnemer lukt het zelfs helemaal niet een begeleider te vinden.

“Er zijn genoeg dingen die ik kan doen in de vrije tijd, maar wie kan ik vragen dingen voor me te regelen (Ps)?”

“Ik studeerde psychologie aan de universiteit en was daarbij afhankelijk van een aantal vrijwilligers. Toen zij het lieten afweten ben ik jammer genoeg met deze studie moeten stoppen (Wo)”

Deelnemers die over een goed sociaal netwerk beschikken, hebben duidelijk minder moeite met het kunnen voorzien in de benodigde ondersteuning en/of begeleiding; de afhankelijkheid van anderen staat in deze veel minder op de voorgrond vergeleken met deelnemers die een veel minder uitgebreid sociaal netwerk in de directe omgeving. De partner, andere gezins- en familieleden en vrienden spelen vaak (vrij ongemerkt) de rol van begeleider, terwijl iemand zonder of met een beperkt sociaal netwerk hier veel minder op terug kan vallen en vaak noodgedwongen een beroep moet doen op vrijwilligers van een instelling of van een vrijwilligerscentrale. Wanneer de persoon in kwestie dit laatste niet geregeld krijgt of er is gewoonweg geen vrijwilligersaanbod in de betreffende regio, dan heeft dit grote consequenties voor recreatieve deelname. De ‘wereld’ wordt op deze manier erg klein, zeker wanneer de directe omgeving geen of weinig alternatieven biedt. Een woonvorm biedt in die zin wel bescherming omdat van daaruit vaak verschillende activiteiten worden aangeboden en georganiseerd. Woont men echter zelfstandig dan is de kans groter in een sociaal isolement te raken. Voor mensen met een verstandelijke beperking is dit aspect minstens zo belangrijk, daar zij doorgaans een beperkt sociaal netwerk hebben. Vrijwilligers kunnen een belangrijke rol vervullen bij het vergroten hiervan. Het vrijwilligersbeleid is in deze sector dan ook vaak beter georganiseerd dan in andere sectoren. Dat geldt ook voor de stichting waarbinnen de verstandelijk gehandicapte deelnemers in dit onderzoek wonen. De afdeling die zich binnen de stichting inzet voor het vrijwilligerswerk beschikt inmiddels over een bestand van bijna 200 vrijwilligers, die op vraag van de cliënt worden ingezet. Ook het activiteiten aanbod gericht op vrijetijdsbesteding is binnen de VG-sector het grootst en het meest gevarieerd.

De coördinator vrijwilligerswerk, die bij een van de groepsbijeenkomsten als begeleider aanwezig was, meldde dat het activiteiten aanbod ook wel eens té groot kan zijn. Bewoners worden op deze manier niet meer geprikkeld om daarbuiten nog nieuwe of andere activiteiten te ontplooiën.

“Verstandelijk gehandicapten hebben doorgaans een beperkt sociaal netwerk; vrijwilligers kunnen dit wat vergroten. Het hebben van één vaste vrijwilliger per persoon is belangrijk voor verstandelijk gehandicapten. Het creëren van structuur en continuïteit, kortom een georganiseerd front achter de activiteiten, is daar zeer behulpzaam bij (Vg)”.

“In een dorp is het absoluut makkelijker een sociaal netwerk op te bouwen omdat je veel makkelijker contacten legt (Wo)”

“Inmiddels zit ik er niet meer mee dat ik geen vrienden buiten de woonvorm heb waar ik samen dingen mee kan doen (Wo)”

“Ik mis een sociaal netwerk in mijn omgeving; gezien mijn beperkingen onderhoud ik mijn contacten vooral digitaal via de computer (Jo)”

“Met het oog op mijn vrijetijdsbesteding mag ik maar 3 keer per jaar een beroep doen op een begeleider vanuit de woonvorm. De stichting waar de instelling onder valt is namelijk bang dat er een te nauwe band ontstaat tussen een bewoner en een begeleider. Ik vind dit een belachelijke regel; mensen mogen toch zeker zelf bepalen wat ze buiten werktijd doen! (Wo)”.

“Ik ga alleen op pad met iemand die ik helemaal vertrouw (Ps)”

### Inschatting eigen mogelijkheden

Eén op de 5 deelnemers benoemt activiteiten die men in de vrije tijd graag zou willen uitvoeren, echter de te grote fysieke of mentale beperkingen verhinderen dat momenteel. De betreffende activiteiten kosten te veel energie, zijn te belastend of vragen een bepaalde hoeveelheid aandacht of concentratie waar men naar eigen zeggen niet over beschikt. Eén van de deelnemer kan het bijvoorbeeld niet aan langer dan een dagdeel (ochtend of middag) van huis weg te zijn. Dit beperkt zijn actieradius in de vrije tijd aanzienlijk. Aan activiteiten die verder dan een x aantal kilometer van huis plaatsvinden, kan per definitie niet worden deelgenomen, ook niet als er een begeleider meereist.

Deels lijken de inschattingen die mensen hebben ten aanzien van het eigen functioneren reëel. Ook worden subjectieve belevingen en onzekerheden over de eigen fysieke of mentale capaciteiten geuit, die niet hard kunnen worden gemaakt. Zo wordt bijvoorbeeld aangenomen dat bepaalde activiteiten gewoon niet ondernomen kunnen worden, terwijl men niet kan benoemen waarom niet. Het onterecht te laag inschatten van de eigen mogelijkheden, heeft tot gevolg dat afgezien wordt van bepaalde gewenste activiteiten in de vrije tijd of dat deze op de lange baan geschoven worden (“dat komt nog wel een keer, als ik .....”).

“Gehandicapten denken te snel dat ze iets niet kunnen (Wo)”

Zeker wanneer er geen positieve stimulans van de omgeving uitgaat, wordt soms niet eens meer op het idee gekomen in de vrij tijd iets te ondernemen. Het gevolg is dat men daardoor ‘vervalt’ in een activiteitenpatroon dat weinig uitschieters in zich heeft en er wekelijks bijna hetzelfde uitziet.

Het niet (meer) durven nemen van bepaalde risico's, de angst voor het onbekende, onzekerheid over of men het wel zal kunnen of opzien tegen het ‘regelwerk’ vooraf, maken dat geen nieuwe activiteiten of uitdagingen meer worden aangegaan. De persoon zelf hoeft zich hier niet eens bewust van te zijn, gaat er van uit dat het zo hoort en ziet dan ook geen noodzaak iets te veranderen, men berust in de situatie. Een geïnstitutionaliseerde woonomgeving kan dit proces in negatieve zin versterken. Een woonvorm wordt door een deel van de bewoners ervaren als een aparte kleine wereld. Alles is er zo geregeld dat je in principe het terrein niet af zou hoeven. Een van de deelnemers uit een woonvorm vertelt dat alle bewoners die geen (vrijwilligers)werk hebben verplicht het nabijgelegen activiteitencentrum moeten bezoeken. Deze persoon vermoedt dat de instelling zo op

zorgkosten wil besparen. Een andere deelnemer uit dezelfde woonvorm vertelt over hoe bepaalde activiteiten binnen het activiteitencentrum georganiseerd zijn en aangeboden worden:

“Ik heb op het AC altijd zelf mijn aangepaste kleding kunnen maken, omdat ik in geen enkele ‘gewone’ kledingwinkel kan slagen. Sinds ik in een andere groep ben geplaatst staat deze activiteit niet meer op het programma en kan ik mijn eigen kleding niet meer maken. Praktisch gezien zou het allemaal wel kunnen want ik heb het altijd gedaan, maar ik zit nu eenmaal in deze groep en daarbinnen is geen begeleider beschikbaar die mij kan helpen (Wo)”

De manier waarop deelnemers kijken naar de kwaliteit en inzetbaarheid van de eigen mogelijkheden lijkt ook af te hangen van de fase in het leven waarop men voor het eerst met beperkingen werd geconfronteerd en de mate waarin men deze beperkingen geaccepteerd heeft. Iemand die met zijn beperkingen is opgegroeid omdat hij/zij er mee geboren is of op jonge leeftijd verworven heeft, redeneert steeds vanuit hetzelfde referentiekader. De afweging die gemaakt wordt tussen het ‘willen’ en het ‘kunnen’ kan redelijk consequent gemaakt worden, omdat steeds uitgegaan kan worden van een min of meer gelijke uitgangssituatie (waarschijnlijk grotendeels vergelijkbaar met het afwegingsproces van mensen zonder beperkingen). “Wat je nooit hebt gehad, raak je ook niet kwijt” is hier de gedachte. Wel speelt de invloed van de opvoeding en de manier waarop iemand in de gezinssituatie is grootgebracht een grotere rol bij aangeboren beperkingen; had men vroeger een bijzondere plaats in het gezin of werden dezelfde eisen gesteld als aan andere gezinsleden? De activiteiten van deelnemers die later in het leven met hun beperkingen te maken krijgen, worden eerder afgezet tegen het activiteitenpatroon dat men voorheen had. Zeker in de beginfase is dit het geval. Het accepteren van de nieuwe situatie, gekenmerkt door andere fysieke, verstandelijke of mentale capaciteiten is vaak een lang en moeilijk proces. Een enkeling accepteert de nieuwe situatie zelfs nooit. Bepaalde karaktereigenschappen van de persoon zelf en de mate van support vanuit de omgeving zijn hier waarschijnlijk doorslaggevend.

Kortom, keuzes maken en handelen vanuit een reëel zelfbeeld in een omgeving die hier ook voldoende ruimte voor laat, vergroot de kans op succesvolle vrijetijdsbesteding. Uit blijven gaan van het oude referentiekader werkt negatieve gedachten, teleurstelling en frustratie in de hand en kan resulteren in een vicieuze cirkel met mogelijk passiviteit tot gevolg. Wanneer je denkt dat je iets niet meer kunt of wanneer je iets niet meer kunt doen op de manier waarop je dat gewend bent, ervaar je ook geen positieve indrukken meer die je vervolgens prikkelen de volgende keer opnieuw iets te ondernemen.

“Ik denk altijd dat ik mijn tijd niet zinvol besteed of te weinig doe. Dit klopt ook als ik het vergelijk met de tijd voor mijn ziekte, maar als ik naar mijn huidige fysieke toestand kijk dan weet ik dat ik eigenlijk best tevreden kan zijn (Jo)”

“Als ik kijk naar de dingen die ik een aantal jaren geleden nog deed in mijn vrije tijd, dan ben ik ontevreden met mijn huidige vrijetijdsbesteding. Maar als ik ga van de mogelijkheden die ik gezien mijn beperkingen nog heb dan ben ik nu dik tevreden (Jo)”

“Ik slaag in mijn vrije tijd omdat ik weet wat ik kan en beter niet meer kan doen. Ik houd daar bij de planning ook echt rekening mee (Jo)”

“Om door te kunnen in het leven heb ik moeten accepteren dat de situatie is zoals hij is (Ps)”

### Woonomgeving

Kritische deelnemers ervaren de manier waarop de leiding binnen een woonvorm zich naar bewoners toe opstelt wel eens als te bemoeizuchtig. Er wordt (te) veel op je gelet en er is altijd wel iemand die een mening heeft over wat je wel en niet doet. Vooral zij die van huis uit gestimuleerd en daardoor gewend zijn de dingen vooral zelf uit te zoeken hebben hier de meeste last van. Wanneer je altijd al wat meer beschermd bent, de dingen veelal vóór je gedaan werden en weinig op eigen houtje hebt moeten aanpakken, dan heb je waarschijnlijk minder last van de benadering zoals deze in een intramurale setting kan voorkomen. Soms is het ook gewoon een keuze of een kwestie van gemak om geen nieuwe activiteiten of andere bestemmingen uit te kiezen in de vrije tijd.

“Als je weet hoe het ergens is, waarom dan nog verder zoeken? (Jo, Ps)”

“Gehandicapten worden te veel betutteld en mensen gaan uiteindelijk in die betutteling geloven; ze denken dat ze niks kunnen omdat ze met die gedachte zijn grootgebracht (Jo)”

“Op mijn bek gaan heeft me gebracht waar ik nu ben. Ik weet nu wat ik waard ben (Jo)”

“Als ik me een keer prettig zit te vervelen, wordt hier door de leiding van de woonvorm altijd een negatieve opmerking over gemaakt. Ik begrijp dat niet want ik werk toch ook gewoon 5 dagen per week, ook al is het vrijwillig (Wo)”

“Je opvoeding en leefsituatie bepalen voor een groot deel hoe je als mens in het leven staat; mensen in een instelling manifesteren zich op een of andere manier minder dan anderen. Vooroordelen en angsten worden hier in stand gehouden (Jo)”

### Recreatief aanbod

Kritiek wordt geuit op het bestaande recreatieve aanbod. Ongeveer 30% van de deelnemers vindt dat er te weinig voorzieningen zijn waarin de vrije tijd gebruik van gemaakt kan worden. Wat het reguliere vrijetijdsaanbod betreft, ervaart vooral de groep mensen die rolstoelgebonden is problemen én een aantal deelnemers vanuit de psychiatrie. De eerste groep heeft problemen met het niet toegankelijk dan wel bruikbaar zijn van bepaalde voorzieningen. Vooral de jongerengroep is erg gebrand op deelname aan reguliere clubs en activiteiten en heeft een aversie tegen alle apart georganiseerde activiteiten speciaal voor gehandicapten. Hun motto luidt: “Normaal wat kan en aangepast waar nodig”. Een aantal deelnemers vraagt zich af of gehandicapten wel genoeg vragen, assertief genoeg zijn. Want zolang nergens bekend is dat er behoefte bestaat aan bepaalde activiteiten en wat de omvang van die behoefte is, zal er ook nooit voldoende aanbod gerealiseerd worden. Nadenken over deelname door gehandicapten is niet iets dat standaard door reguliere clubs en verenigingen wordt gedaan. Het is voor een club alleen maar lastig om voor een of twee personen speciale voorzieningen te treffen, maar als het om een wat grotere groep gaat kan het misschien wel de moeite zijn (ze brengen immers ook geld op bij deelname). Door de psychiatriegroep is aangegeven dat het moeilijk is te integreren in reguliere clubs en verenigingen. Dikwijls moet men na verloop van tijd toch afhaken, alle inspanningen en hoge verwachtingen ten spijt. Men zit met het volgende dilemma: “Maak ik in het begin wel of niet melding van het feit dat ik een psychiatrische achtergrond heb en waar zich dit in zou kunnen uiten?” Doe je dit wel dan creëer je weliswaar vooraf begrip bij je clubgenoten, maar bestaat het risico onnodig gestigmatiseerd te worden. Meld je het niet dan kom je blanco binnen maar kan het zijn dat mensen je gedrag op sommige momenten wat vreemd vinden, je gaan bekijken of juist negeren, zodat je uiteindelijk alsnog moet afhaken. Het heersende beeld van



onbekendheid en onbegrip in de samenleving over mensen in de psychiatrie wordt door het gros van de deelnemers bevestigd.

“Er is onvoldoende activiteitsaanbod voor mensen in een rolstoel en als er dan al aanbod is dan zijn de tijdstippen meestal afgestemd op mensen die niet werken; men gaat er onterecht van uit dat een gehandicapte niet werkt en dus altijd tijd heeft (Jo)”.

“Gebruik maken van het reguliere aanbod kan niet altijd omdat bepaalde voorzieningen gewoonweg ontbreken, bv. een zwembadlift (Jo)”

“Als ik iets wil in mijn vrije tijd dan is die activiteit in aangepast vorm vaak niet te vinden (Jo)”

“Aan zwemmen voor gehandicapten doe ik bij voorbaat al niet mee; ik trek liever baantjes op mezelf (Jo)”

“Met lotgenoten iets doen staat me tegen! Ik wil niet alleen met andere blinden praten, maar met iedereen en over alledaagse dingen (Jo)”

“Ik heb vroeger veel gesport in het ‘gehandicaptenwereldje’, maar wil nu op mezelf sporten. Ik loop daarbij tegen veel problemen aan. Fitnessen vanuit de rolstoel is bijna niet mogelijk in een ‘gewone’ sportschool. Nu kan ik zelf wel een apparaat aanschaffen zodat ik thuis kan sporten, maar dan hoef ik daar de deur niet meer voor uit, kom niet met andere mensen in contact en daar was het mij nou net om te doen (Jo)!”.

“Ik zou best politiek actief willen zijn, maar vanwege de noodzakelijke voorzieningen (o.a. laptop) krijg ik dit niet geregeld (Jo)”

### Tijd en tijdsbeleving

Een beperkt aantal deelnemers heeft onvoldoende tijd om aan alle wensen in de vrijetijdsbesteding toe te komen. Een van de deelnemers uit de jongerengroep doet vanwege de veelheid aan activiteiten in het vrijwilligerswerk nauwelijks iets andere meer in de vrije tijd. Niet ‘nee’ durven zeggen heeft er toe geleid dat deze persoon meer dan fulltime actief is binnen allerlei verenigingen en nauwelijks aan ontspannen toe komt. Dit levert naar eigen zeggen ‘tijdstress’ op. Het niet meer hebben van betaalde arbeid is hier volgens de deelnemer zelf ook debet aan; het willen blijven voldoen aan de eisen die de arbeidsmarkt voorheen stelde, een zinvolle maatschappelijke bijdrage willen leveren, productief willen zijn. Het vrijwilligerswerk compenseert dit gemis enigszins. Van een succesvolle en bevredigende vrijetijdsbesteding is echter weinig sprake. In het keuzeprocess worden in dit geval geen reële afwegingen gemaakt.

Vrije tijd wordt niet door iedereen als ‘vrij’ beleefd. Deelnemers die geen opleiding doen, niet werken maar bijvoorbeeld parttime vrijwilligerswerk doen of een activiteitencentrum bezoeken, zien de tijd die ze daardoor meer thuis zijn niet als ‘vrije’ tijd. Grotendeels blijkt deze tijd niet ingevuld te worden en verveelt men zich.

### **4.5.3 Gebruik van informatievoorzieningen rondom vrije tijd**

Op de vraag hoe deelnemers over het algemeen op ideeën komen wanneer ze in de vrije tijd iets willen ondernemen antwoordt 92% van de deelnemers dat deze zelf bedacht worden, 74% gaat ook af op informatie van mensen in de omgeving, 61% komt op ideeën via media als kranten, huis aan huis bladen, tijdschriften, VVV-brochures, de Tv en radio, 37% raadpleegt hiervoor het internet. 13% van de deelnemers zoekt niet actief naar vrijetijdsactiviteiten en neemt vooral deel aan georganiseerde activiteiten, bijvoorbeeld binnen de eigen woonvorm. Er kunnen meerdere mogelijkheden per persoon mogelijk zijn.

Wat het internetgebruik betreft is nagegaan of deelnemers bekend zijn met bepaalde websites waarop informatie te vinden over recreatie en vrije tijd in het algemeen. Gevraagd is bijvoorbeeld of men de website van de gezamenlijke VVV's ([www.holland.com](http://www.holland.com)) of die van de ANWB ([www.anwb.nl](http://www.anwb.nl)) kent. Daarnaast is ook geïnventariseerd of de onderzoeksgroep bekend is met websites van organisaties of instanties die dit soort informatie verschaffen, maar dan specifiek gericht op mensen met een functiebeperking. Denk aan de website van de Nederlandse Bond voor Aangepast Sporten ([www.Nebasnsg.nl](http://www.Nebasnsg.nl)) of de site van en voor mensen met een handicap of chronische ziekte ([www.leefwijzer.nl](http://www.leefwijzer.nl)). Hier komt uit naar voren dat relatief weinig gebruik gemaakt wordt van 'online' informatie als het gaat om vrije tijd en recreatie, zowel wat betreft de algemene informatie de informatie specifiek voor mensen met beperkingen.

Voor mensen met beperkingen kan het van belang zijn om, vóór men op pad gaat, te weten of bepaalde gelegenheden (cafés, restaurants, hotels, bioscopen, restaurants, pretparken, schouwburgen, musea etc.) toegankelijk zijn en/of beschikken over bepaalde voorzieningen. Aan alle deelnemers is gevraagd of dit soort gegevens relevant zijn, zo ja, hoe men hier achter probeert te komen en of de ondernomen acties doorgaans ook betrouwbare informatie opleveren. Bijna 60a% van de deelnemers vraagt vooraf wel eens naar specifieke toegankelijkheidsaspecten van bepaalde voorzieningen of gelegenheden, 27% raadpleegt met het oog hierop speciale gidsen, brochures of het internet. Ruim de helft van de deelnemers dat vooraf actief zoekt naar toegankelijkheidsinformatie van vrijetijdsvoorzieningen is tevreden over deze informatie. Slechts een beperkt aantal deelnemers echter is bekend met of maakt gebruik van beschikbare toegankelijkheidsinformatie op het internet. Zo is slechts een enkele deelnemer bekend met de website van het Landelijk Bureau Toegankelijkheid ([www.lbt.nl](http://www.lbt.nl)) of met die van de Stichting Nationale Informatiebank Toegankelijkheid ([www.toegankelijknederland.nl](http://www.toegankelijknederland.nl)). Door een aantal deelnemers dat niet (meer) op zoek gaat naar toegankelijkheidsinformatie vooraf, wordt gemeld dat de beschikbare en verstrekte informatie niet altijd betrouwbaar is. Alsnog voor 'verrassingen' komen te staan heeft er toe geleid dat deelnemers afwachten wat men in de praktijk tegenkomt en in geval van problemen wordt geprobeerd deze terplekke zo goed mogelijk op te lossen. Met de juiste instelling en medewerking van anderen lukt dit vaak heel goed.

8% van de deelnemers maakt enkel gebruik van die gelegenheden of voorzieningen in de vrije tijd waarvan men zeker weet dat ze bereikbaar, toegankelijk en bruikbaar zijn.

"Toiletten waar je op kunt zitten zijn voor mij belangrijk (Ps)"

"Ik wil ter plekke niet voor verrassingen komen te staan (Ps)"

"Er is genoeg waaraan ik deel kan nemen, maar over de toegankelijkheid ben ik vaak onzeker (Wo)"

"Als blijkt dat ik ergens niet naar binnen kom (bv. café of restaurant), dan ga ik gewoon verder naar een volgende gelegenheid in de buurt waar dat wel lukt (Wo)"

#### **4.5.4 Rapportcijfer 'Idee- en besluitvorming'**

Alle deelnemers hebben zichzelf een rapportcijfer tussen de 0 en de 10 mogen geven voor de manier waarop men, uitgaand van de eigen situatie, in staat is keuzes te maken uit het vrijetijdsaanbod. Alle mogelijke positieve dan wel negatieve factoren die aan het keuzeproces een bijdrage leveren dienen in dit oordeel meegenomen te worden. In tabel 8

staan de gemiddelde rapportcijfers op het niveau van de totale onderzoeksgroep en de gemiddelde rapportcijfers per doelgroep vermeld.

	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Gemiddeld rapportcijfer "Idee- en besluitvorming"	7,2	7,5	6,3	7,0
Laagste - hoogste cijfer	5 - 9	5 - 9	2 - 8	2 - 9

Tabel 8: Overzicht van gemiddelde rapportcijfers die de deelnemers zich zelf geven voor hun mogelijkheden en 'prestaties' binnen de ketenstap "Idee- en besluitvorming"

<sup>1</sup> = 4 missing values

Het eigen oordeel van de fase van idee- en besluitvorming is gemiddeld genomen het laagst binnen de psychiatriegroep en het hoogst bij de jongeren. Gemiddeld scoort elke afzonderlijke doelgroep wel een voldoende op dit punt, maar de bijbehorende spreiding van varieert aanzienlijk namelijk tussen 2 en 9.

## 4.6 Reismanagement

Reismanagement is in dit onderzoek gedefinieerd als "het geheel van vervoersmaatregelen dat op individueel niveau getroffen wordt ter voorbereiding op deelname aan (openbaar) vervoer van deur tot deur".

In deze derde ketenstap is eerst gedetailleerd in kaart gebracht wat de beschikbare reis- en vervoersmogelijkheden zijn van de betrokken deelnemers in de vrije tijd. Vervolgens is geïnventariseerd welke voorbereidingsacties t.a.v. het vervoer voorafgaand aan een uitje ondernomen dienen te worden. Denk aan het plannen van het vervoer, het inwinnen en interpreteren van beschikbare reisinformatie, het maken van afspraken ten aanzien van hulp of begeleiding etc.

### 4.6.1 Beschikbaarheid versus gebruik van vervoersvoorzieningen

Om zicht te kunnen krijgen op de potentiële vervoersmogelijkheden van de deelnemers en het feitelijke gebruik ervan, is enerzijds de vraag voorgelegd of men in staat is van bepaalde vervoersvoorzieningen gebruik te maken (potentiële vervoersmogelijkheden) en anderzijds of men dit in de praktijk ook doet (feitelijk gebruik). De gegevens die hier uit naar voren zijn gekomen staan geordend in onderstaande tabel (tabel 9).

De tweede kolom (feitelijk gebruik) is uitgedrukt als percentage van het aantal deelnemers dat ook over de betreffende voorziening beschikt. Omdat de gegevens van een tweetal deelnemers ontbreken, gaat het hier om 39 deelnemers in totaal.

	Totale onderzoeksgroep (n=41)	
Vervoersvoorziening	% deelnemers dat over deze voorziening beschikt of er gebruik van zou kunnen maken	% deelnemers dat deze voorziening ook daadwerkelijk in de vrije tijd gebruikt <sup>1</sup>
Eigen auto	44	76 (zelf rijden) 100 (ook als bijrijder)
Auto van een ander	77	100
Trein	85	82
Stads/streekbus	49	84
Wvg-vervoer	49	100
Valys	36	100
Anderszins georganiseerd vervoer (bv. instellingsgebonden, groepsreizen)	77	67
Vliegtuig	85	58
Fiets (evt. aangepast)	56	77
Scotmobiel	10	75
Rolstoel (handbewogen, elektrisch)	49	100

Tabel 9: Overzicht van de potentiële vervoersmogelijkheden van de totale onderzoeksgroep en het feitelijk gebruik van vervoersvoorzieningen in de vrije tijd

<sup>1</sup> Uitgaande van de deelnemers die ook over de betreffende voorziening beschikt

### Eigen vervoer (auto)

Beschikken over een eigen auto wordt door de betreffende deelnemers als zeer waardevol ervaren. Zonder dit vervoermiddel zouden ze in de vrije tijd niet kunnen doen wat ze nu wel doen. Voor sommigen is het zelfs zo belangrijk dat ze ervoor gekozen hebben bij de ouders te blijven wonen. Van het geld dat zo 'gespaard' wordt heeft men zich een auto kunnen permitteren.

Uit de tabel blijkt dat minder dan de helft van de deelnemers over een eigen auto beschikt. Van de 44% van de deelnemers die wel over een auto beschikken kan een kwart er zelf geen gebruik van maken. Wel kunnen zij zich als bijrijder in de eigen auto verplaatsen, meestal bestuurt de partner de auto dan. Negen deelnemers kunnen überhaupt geen gebruik maken van de auto als vervoermiddel; ook niet als bijrijder. Voor hun vervoer zijn zij vooral aangewezen op het regionaal collectief aanvullend vervoer in het kader van Wvg en van het bovenregionaal vervoerssysteem Valys. Het betreft hier personen die volledig afhankelijk zijn van een (elektrische) rolstoel en die niet in staat zijn zelfstandig een transfer uit te voeren.

"Ik heb een eigen auto en kom zo overal (Jo)"

"Als ik niet over een eigen auto zou beschikken dan zou ik een probleem hebben in mijn vrije tijd. Mede door de auto kan ik nu de dingen doen die ik en mijn gezin leuk vinden het geeft ons een hele hoop vrijheid (Jo)"

### Openbaar vervoer

Van het openbaar vervoer (trein en bus) wordt wisselend gebruik gemaakt. De helft van alle deelnemers kan gebruik maken van de stads- en streekbus en 84% hiervan doet dit ook in de praktijk. Waarschijnlijk maakt dat deel van de onderzoeksgroep dat gebruik maakt van de eigen auto of mee kan rijden in de auto van een ander, geen gebruik van het busvervoer in de regio.

De trein zou in principe door 85% van de deelnemers gebruikt kunnen worden en 82% van deze groep reist in de praktijk ook met de trein. De reden waarom 18% van de deelnemers die in principe wel met de trein zouden kunnen reizen dit niet doet, heeft verschillende oorzaken; enerzijds het gebrek aan ervaring met het treinreizen, anderzijds met negatieve ervaringen die mensen hebben meegemaakt. Onder het kopje “aangepast vervoer” zal hier nader op ingegaan worden (Valysregeling).

Het grootste deel van de deelnemers dat met de trein kán reizen doet dit ook in de vrije tijd. Vooral zij die gewend zijn regelmatig met de trein te reizen zijn hier over het algemeen vrij positief over. De impact van vertragingen en andere gebeurtenissen die het reizen verstoren, is hier veel kleiner vergeleken met hen die geen of weinig routine hebben met treinreizen. Het is ook een kwestie van attitude, kunnen relativeren en om kunnen gaan met de wetenschap dat dingen anders kunnen lopen dan gepland. Niet iedereen heeft deze vaardigheden, zo is uit de gesprekken gebleken. Zeker voor iemand die gezien zijn/haar beperkingen afhankelijk is van een bepaalde regelmaat en structuur (voeding of medicijngebruik bijvoorbeeld) en moeilijk om kan gaan met onverwachte gebeurtenissen (dit speelt vooral in de psychiatrie en VG-sector), hebben verstoringen van het reisschema een grote impact op het functioneren. In alle doelgroepen zijn deelnemers aanwezig voor wie dit een grote rol speelt. In de resultaten van de laatste ketenstap “evaluatie” (paragraaf 2.3.8) wordt op de invloed van deze eigenschappen en vaardigheden teruggekomen

“Ik stel me er gewoon op in dat ik gemiddeld langer onderweg ben met het OV dan een ander (Wo)”

“Over het OV wordt soms ook teveel gemekkerd (Jo)”

“Ik ben avontuurlijk aangelegd en vind het vaak ook wel leuk om te zien waar ik ergens uitkom tijdens het reizen (Jo)”

### Aangepast vervoer

De helft van alle deelnemers heeft een indicatie voor aangepast regionaal vervoer in het kader van de Wvg en 36% van de deelnemers beschikt over een Valyspas met het oog op bovenregionaal vervoer van deur tot deur. In dat kader kan gecombineerd met de taxi en de trein gereisd worden (ketenvervoer), waarbij de trein het hoofdvervoermiddel is. Iedereen die beschikt over Wvg-vervoer (49%) en iedereen die beschikt over een Valyspas (36%) maakt hier ook gebruik van. Het actuele gebruik van deze voorzieningen is dus 100%. Met uitzondering van de rolstoel en de eigen auto is dit bij geen enkele andere vervoersvoorziening het geval. Opvallend is dat deelnemers binnen de psychiatriegroep die problemen aangeven met het gebruik van het openbaar vervoer, géén gebruik maken van aangepast vervoer in de regio. De ervaren problemen hebben veelal te maken met het niet in staat zijn te wachten op de bus of de kans in paniek te raken wanneer de busreis op een of andere manier verstoord wordt. Persoonlijke begeleiding tijdens het reizen is dikwijls noodzakelijk.

Soms kent men de Wvg-regeling niet eens maar het komt ook voor dat er óf geen indicatie gegeven wordt of juist een contra-indicatie voor het gebruik van dit type vervoer. Het gevolg

hiervan is dat het mobiliteitsprobleem blijft bestaan en dit draagt negatief bij aan de actieve vrijetijdsinvulling van de betreffende deelnemers.

“Met het OV reizen kan ik niet, auto rijden mag ik niet dus ik heb maar weinig mogelijkheden (Ps)”

36% van de deelnemers beschikt over de Valypas, die sinds de invoering van het bovenregionaal vervoerssysteem Valys (mei 2004) verstrekt wordt aan mensen die geïndiceerd zijn voor bepaalde vervoersvoorzieningen in het kader van de Wvg. Alle deelnemers die over deze pas beschikken gebruiken deze ook bij het regionaal vervoer. Over het algemeen gaat het dan ook om vervoer in de vrije tijd, denk aan het onderhouden van sociale contacten, een dagje of weekend weg of aan sportieve activiteiten in clubverband. Opvallend bij het gebruik van Valys is dat een aantal deelnemers probeert, zolang er alternatieven zijn, het gebruik van de trein als hoofdtransportmiddel zo lang mogelijk uit te stellen. Ten tijde van de TraXX-regeling, de voorganger van Valys, kon nog onbeperkt met de taxi bovenregionaal van deur tot deur gereisd worden tegen een gereduceerd tarief (OV-tarief). Het huidige systeem daarentegen werkt met een jaarlijks kilometerbudget voor het vervoer per taxi. Middels dit beperkt aantal goedkope taxikilometers probeert men het gebruik van de trein als hoofdtransportmiddel te stimuleren en zo de kosten van het systeem in de hand te houden. Het toegewezen aantal goedkope taxikilometers is feitelijk bedoeld voor het voor- en natransport aansluitend op het treinvervoer. Uit de gesprekken is gebleken dat het kilometerbudget voor de taxi, vooral door de mensen met forsere beperkingen op mobiliteitsgebied, wordt ingezet om het volledige reistraject (voor-, hoofd- én natransport) te financieren. Het vervoer per trein wordt dus overgeslagen en de consequentie hiervan is dat het budget snel op is. Soms was dit na een maand al het geval; na een of twee keer op bezoek geweest te zijn bij de ouders elders in het land. In sommige regio's was het ook dán nog mogelijk bovenregionaal van deur tot deur te reizen tegen een goedkoper tarief dan dat van de reguliere taxi. Voor een vaste prijs brengt de taxi je daar waar je zijn moet. Qua kosten is men dan weliswaar duurder uit dan indertijd met TraXX, maar het is goedkoper en makkelijker dan wanneer de trein het hoofdtransportmiddel zou zijn. Vermeld moet worden dat de gegevensverzameling in dit project heeft plaatsgevonden in de periode vóór de invoering van de verhoogde kilometerlimiet (eind 2004) van 450 naar 750 kilometer op jaarbasis.

“Bovenregionaal reizen met de regiotaxi (middels bijbetalen) is weliswaar veel duurder dan het reizen voorheen met TraXX, maar het is wel nog steeds de helft van de kosten die ik met Valys kwijt zou zijn (Wo)”

“Bij het reizen zijn momenteel teveel poppetjes betrokken; de kans dat het misgaat wordt hierdoor alleen maar groter (Wo)”

Het merendeel van de onervaren treinreizigers ziet zich echter genoodzaakt op termijn toch gebruik te maken van de trein. Opvallend is dat deelnemers die lang geleden voor het laatst met de trein gereisd hebben hier nogal tegen op zien. Er is zelfs sprake van een bepaalde onzekerheid (“zou ik dat nog wel kunnen?”). Zelfstandig reizen gebruikmakend van de trein vraagt toch meer en andere vaardigheden vergeleken met het reizen per taxi. Ook al zijn er allerlei maatregelen op het gebied van dienstverlening en services getroffen, de trein is niet bij iedereen favoriet, zeker niet als onderdeel van een georganiseerde keten. Reizen met de trein wordt gezien als een vrij belastende onderneming waaraan risico's kleven die men vooraf niet kan overzien (negatief imago). Dit is geen prettig uitgangspunt wanneer je van plan bent leuk een dagje weg te gaan. Negatieve ervaringen bijvoorbeeld met de reisassistentie bij het in-, uit- of overstappen of door vertraging versterken deze gedachte.

“Ik reis niet met het openbaar vervoer omdat ik het ook niet gewend ben (hoefde met TraXX niet); als treinreizen mijn enige mogelijkheid wordt dan zal ik me hier helemaal in moeten verdiepen (Wo)”

“Als ik binnenkort door mijn kilometerbudget heen ben zal ik wel met de trein móeten reizen, wil ik in de toekomst nog ergens kunnen komen (Wo)”.

“Ik ben niet te beroerd om met de trein te reizen, maar in sommige gevallen is het gewoon niet mogelijk hier gebruik van te maken omdat de stations of treinen niet toegankelijk zijn (Wo)”

Een ander punt van belang bij het reizen met de trein is de afhankelijkheid van begeleiding. Daar waar het reizen van deur tot deur met de taxi zelfstandig zou kunnen, acht men zich over het algemeen bij het treinreizen veel minder in staat dit zelfstandig te doen. Soms willen mensen met een functiebeperking alleen ergens heen en is een begeleider niet wenselijk. Het grootste probleem met het ketenvervoer zoals dit nu met Valys is opgezet, is dat er op dit moment onvoldoende vangnet bestaat wanneer het ergens in de vervoersketen misgaat. Dit is mede te wijten aan het feit dat Valys en de NS in principe onafhankelijk van elkaar opereren. Niet iedereen acht zichzelf in staat om te gaan met de gevolgen van een verkeerde of te late overstap, vertraging of andere zaken die mis kunnen lopen. De ervaren beperkingen maken ook dan men minder snel kan handelen bij wijziging van het reisschema, ofwel door beperkte fysieke mogelijkheden ofwel doordat bepaalde informatie ontbreekt, niet adequaat verstrekt wordt of de persoon in kwestie niet bereikt. De flexibiliteit die nodig is om je aan te passen aan een nieuwe reissituatie na een storing, is er niet altijd. Het inschakelen van de benodigde hulp en begeleiding is weer een vaardigheid op zich en niet iedereen krijgt dit goed voor elkaar. Het reizen met Valys vraagt ook een hele andere planning en organisatie vergeleken met het reizen via het vroegere TraXX. Via Valys regel je immers alleen het voor- en natransport per taxi en de eventuele noodzakelijke assistentie op het station. Voor het reisschema per trein en het treinkaartje moet zelf gezorgd worden. Het beschikken over duidelijke en betrouwbare reisinformatie is hiermee nog belangrijker geworden (zie paragraaf 4.6.2).

“Het alleen durven laten reizen van je verstandelijk gehandicapt kind is ook een gewenningsproces waar je zelf als ouder doorheen moet, want stel er gebeurt iets onderweg? Daarom kies je ervoor om in bepaalde situaties niet zelfstandig te laten reizen, ook al kan er feitelijk niets gebeuren wanneer de trein rechtstreeks van A naar B rijdt (Wo/VG)”

“De begeleiding van gehandicapten in het OV is rampzalig (Ps)”

“Ik kan alleen bekende routes met de bus of trein zelfstandig reizen. Wanneer ik voor het eerst ergens heen ga met het OV dan neem ik altijd een bekende of vrijwilliger mee (Wo)”

### Overige vervoersvoorzieningen

Ruim de helft van de deelnemers zou gebruik kunnen maken van de fiets als vervoermiddel. Driekwart fietst ook daadwerkelijk in de vrije tijd en een kwart niet, waarschijnlijk omdat het niet altijd noodzakelijk is te fietsen. Lopen, de auto en de bus zijn mogelijke alternatieven. Vier deelnemers beschikken over een scootmobiel en 3 deelnemers maken hier bij het verplaatsen buitenshuis ook gebruik van. Het actuele gebruik van mensen die beschikken over een handbewogen of elektrische rolstoel is 100%. Iedereen die over een rolstoel beschikt (49%) gebruikt deze ook.

Omdat op vakantie gaan en reizen ook vrijetijdsactiviteiten zijn, is gevraagd of de deelnemers met het vliegtuig kunnen reizen en/of gebruik kunnen maken van andersoortig vervoer in georganiseerd verband. 85% van de deelnemers zou in principe met het vliegtuig kunnen, maar 58% van hen doet dit ook in de vrije tijd. De reden waarom men niet vliegt is in bijna alle gevallen terug te voeren op de financiën; men kan een vliegreis gewoonweg niet betalen. Eén deelnemer uit een woonvorm heeft in het verleden wel een aantal reizen gemaakt buiten Europa en zou graag nog eens naar Amerika gaan. Hij krijgt dit echter niet voor elkaar omdat geen enkele verzekeringsmaatschappij hem wil verzekeren voor deze reis. Het feit dat hij de rolstoel met zijn voet bestuurt brengt, gezien de claimcultuur aldaar, te veel risico's met zich mee.

Reizen in georganiseerd verband zou driekwart van de deelnemers kunnen en 67% van hen doet dit in de vrije tijd ook wel eens. Het gaat dan meestal om busvervoer tijdens uitstapjes georganiseerd door de instelling waar men woont of andere vakantiereizen waarbij het busvervoer inbegrepen is.

#### 4.6.2 Behoeftte aan en gebruik van reisinformatie

Zoals al eerder vermeld kan het bij de voorbereidingen van een reis in de vrije tijd relevant zijn te beschikken over bepaalde reisinformatie. Deze informatie is in het geval van eigen vervoer per auto anders dan wanneer gebruik gemaakt gaat worden van bijvoorbeeld het openbaar vervoer. Bij het bepalen van het reisschema kan reisinformatie afkomstig van verschillende bronnen worden ingewonnen. De deelnemers aan dit onderzoek is gevraagd van welke reisinformatiebron(nen) zij raadplegen in het kader van hun vrije tijd. Tabel 10 laat hier het overzicht van zien.

Informatiebron	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13) <sup>1</sup>	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15) <sup>2</sup>	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Route planner (cd-rom, internet)	25	62	25	38
Busboekje	0	8	17	8
Spoorboekje	8	8	17	11
File-informatie (radio)	0	31	8	14
OV-Reisinformatie (telefonisch, internet)	33	39	25	32
NS-reisplanner (telefonisch, internet)	33	69	58	54
Valys (telefonisch, internet)	58	39	0	31

Tabel 10: Overzicht van het percentage deelnemers per doelgroep en binnen de totale onderzoeksgroep dat reisinformatiebronnen raadpleegt bij het voorbereiden van het vervoer bij vrijetijdsactiviteiten

<sup>1</sup> =4 missing values

In dit onderzoek is niet specifiek gevraagd naar de behoefte en het gebruik van reisinformatie rondom Wvg-vervoer. In dit kader hoeft immers alleen het vertrek- of aankomsttijdstip doorgegeven te worden en evt. hoeveel personen en/of hulpmiddelen meereizen.

Er wordt hier feitelijk geen informatie ingewonnen, er wordt een individuele reisafpraak gemaakt. Reizen met het algemeen openbaar vervoer en met Valys verschilt hier in die zin



van dat men zijn planning zal moeten afstemmen op de actuele dienstregeling van de trein. Met Valys dienen zelfs 3 verschillende vervoerstrajecten aan elkaar gekoppeld te worden en dit vraagt om wezenlijk andere informatie en ook andere vaardigheden. Zoals uit bovenstaande tabel blijkt, maakt niet iedereen gebruik van reisinformatie voorafgaand aan een vrijetijdsactiviteit buitenshuis. Van degenen die hier wel naar op zoek gaan bestaat de meeste behoefte aan reisinformatie met het oog op reizen per trein, 54% van alle deelnemers zoekt hier actief naar. Daarna wordt informatie over autoroutes en het algemeen openbaar vervoer via OV Reisinformatie het meest geraadpleegd (resp. 38% en 32% van de deelnemers). Het 'ouderwetse' bus- en spoorboekje worden het minst gebruikt (resp. 8% en 11%).

Als gekeken wordt naar de afzonderlijke doelgroepen dan valt een aantal onderlinge verschillen op. Zo wordt de routeplanner het meest gebruikt door de jongerengroep evenals de actuele file-informatie. Vergeleken met de andere groepen hebben zij dan ook het vaakst de beschikking over een eigen auto. Ook de informatiebehoefte rondom treinvervoer en openbaar vervoer is onder de jongeren het hoogst. Bij de deelnemers uit een woonvorm springt het contact met Valys er uit (58%). Binnen de psychiatriegroep maakt niemand gebruik van het Valys. Als men behoefte heeft aan reisinformatie vooraf dan wordt deze vooral via OV Reisinformatie en Reisplanner van de NS achterhaald. Er van uitgaande dat iedereen op enigerlei wijze in de vrije tijd reist, kan de mate waarin gebruik gemaakt wordt van beschikbare reisinformatie als vrij gering bestempeld worden.

"Het regelen van het vervoer wordt bijna altijd door een ander gedaan (Vg)"

"Als ik alleen reis dan moet ik van tevoren wel het een en ander uitzoeken ja (Jo)"

"Ik gebruik in het kader van Valys alleen de taxi; de trein erbij is meteen zo'n geregeld en daar heb ik geen zin in (Wo)"

61% van de deelnemers heeft aangegeven afhankelijk te zijn van betrouwbare reisinformatie voorafgaand aan het op pad gaan. De redenen hiervoor zijn zeer uiteenlopend. Dingen die naar voren kwamen zijn: Men wordt op stations opgehaald of gebracht door iemand anders, men wil weten of het benodigde vervoer en de bijbehorende faciliteiten voldoende toegankelijk zijn (toilet, zitplaatsen, ruimte voor rolstoel neer te zetten etc.), men wil zicht hebben op het tijdsverloop gedurende de reis, men wil weten wanneer en waar overgestapt moet worden en hoeveel tijd daarvoor beschikbaar is (anticiperen), men wil zeker weten dat de goede trein of bus genomen wordt (controle), men wil een goede aansluiting tussen voor-, hoofd- en natransport, men wil niet voor verrassingen komen te staan, men wil met een gerust hart op pad, men wil niet te laat komen etc. In feite is deze informatie voor elke reiziger, met of zonder functiebeperking, van belang. Het verschil zit vooral in de tijd die nodig is bij het verplaatsen (mensen met beperkingen hebben vaak meer tijd nodig, bijvoorbeeld om een bushalte of een perron op een station te bereiken) en in de flexibiliteit bij verstoringen van het oorspronkelijke reisschema (mensen met beperkingen hebben over het algemeen minder reisalternatieven tot hun beschikking en hebben meer tijd nodig om de reis weer te kunnen vervolgen).

Bijna 40% hecht blijkbaar veel minder aan reisinformatie en gaat ook op pad zonder hierover te beschikken. Niet alle verplaatsingen in het kader van de vrijetijdsbesteding vereisen overigens dat je beschikt over reisinformatie. Voor activiteiten die regelmatig terugkeren hoeft niet steeds opnieuw reisinformatie te worden opgevraagd.

Als je eenmaal weet hoe en wanneer een bepaald trein- of bustraject loopt is het overbodig opnieuw te gaan zoeken. Ook voor activiteiten in de buurt die lopend, fietsend, met de

scootmobiel of rolstoel bezocht kunnen worden, is het beschikken over actuele reisinformatie niet noodzakelijk. Wil je zelfstandig je reis vanuit thuis kunnen regelen dan moet je de beschikking hebben en gebruik kunnen maken van een telefoon of van het internet. Niet iedereen beschikt over deze middelen of over de vaardigheden die nodig zijn bij het boven tafel krijgen en ordenen van de gewenste informatie. In een dergelijke situatie kan dit door iemand anders gedaan worden. De redenen waarom deelnemers minder afhankelijk van reisinformatie denken te zijn hebben betrekking op: reisinformatie heeft geen invloed op het voorgenomen reisdoel, met de auto kom je toch wel waar je zijn moet, wanneer het merendeel van de reizen is georganiseerd verband wordt gemaakt hoeft de benodigde informatie niet zelf te worden uitgezocht. Ondanks dat men er niet afhankelijk van is geeft de meerderheid aan dat reisinformatie wel handig is.

Van de deelnemers die zelf het vervoer van thuis uit voorbereiden is 61% tevreden over de manier waarop men dit kan doen. 39% is hier soms wel en soms niet tevreden mee. Ontevredenheid komt vooral voort uit het langdurig moeten telefoneren met reisinformatiediensten en de kosten die hieraan verbonden zijn.

“Bij sommige informatiediensten duurt het zo lang voordat je weet wat je moet weten en ze zijn over het algemeen ook duur (Wo)”

#### 4.6.3 Rapportcijfer ‘Reismanagement’

Alle deelnemers hebben een rapportcijfer tussen de 0 en de 10 mogen geven voor de manier waarop men, uitgaand van de eigen situatie, in staat is voorafgaand aan een vrijetijdsactiviteit passend vervoer te plannen en evt. ondersteuning te regelen voor onderweg. Alle mogelijke positieve dan wel negatieve factoren die aan dit proces een bijdrage leveren dienen in dit oordeel meegenomen te worden. In tabel 11 zijn de gemiddelde rapportcijfers van de totale onderzoeksgroep en die van de afzonderlijke doelgroepen opgenomen.

	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Gemiddeld rapportcijfer “Reismanagement”	7,3	7,7	7,5	7,4
Laagste - hoogste cijfer	5 - 8,5	6 - 10	3 - 9	3 - 10

Tabel 11: Overzicht van gemiddelde rapportcijfers en de bijbehorende spreiding die de deelnemers zich zelf geven voor hun mogelijkheden en ‘prestaties’ binnen de ketenstap “Reismanagement”

<sup>1</sup> = 6 missing values

(2 deelnemers ondernemen überhaupt geen activiteiten op het gebied van reismanagement)

Tabel 11 laat zien dat het gemiddelde rapportcijfer dat de deelnemers zich zelf hebben toegekend een 7,4 is. Het laagste cijfer is een 3 en het hoogste een 10. De jongeren scoren wat dit betreft het hoogst met een 7,7. De spreiding in toegekende rapportcijfers is in de psychiatriegroep het hoogst, het cijfer varieert tussen de 3 en de 9.

## 4.7 Uitvoering

Na al het 'denk- en regelwerk' vooraf, waarin iemand zich heeft verdiept in het *waarom, wat, wanneer, met wie* en *hoe* van een vrijetijdsactiviteit, wordt in de fase van de uitvoering op pad gegaan.

Ondanks het belang van de voorgaande ketenstappen binnen het model "Vrije tijd en Mobiliteit", is de fase van de uitvoering een hele cruciale. Tijdens de daadwerkelijke deelname aan vrijetijdsactiviteiten (incl. het vervoer) worden immers concrete ervaringen opgedaan en wordt men geconfronteerd met de resultaten van de getroffen voorbereidingsacties. Het is ook de ketenstap waarin dingen kunnen gebeuren die men zelf niet of nauwelijks kan beïnvloeden. Zo is het lastig je voor te bereiden op een kapotte bovenleiding, een ontoegankelijk toilet of een ober die in paniek raakt wanneer je op 'zijn' terras plaats wilt nemen; het overkomt je op een bepaald moment. Hoogstens kan rekening gehouden worden met het feit dat dit allemaal *kán* gebeuren.

"Deze ketenstap heb je zelf het minst in de hand en daarom is hij het lastigst; meestal kan ik er zelf niets aan doen als het misgaat; deze stap zit vol struikelblokken (Wo)"

"Deze stap is het meest bedreigend (Ps)"

"Ondanks goede voorbereiding kom ik toch regelmatig voor verrassingen te staan (Wo)"

"Ik stel me er gewoon op in dat ik gemiddeld langer onderweg ben dan een ander (Wo)"

"Als het niet kan zoals het moet dan moet het maar zoals het kan (Jo)"

### 4.7.1 Ervaren problemen tijdens de uitvoering van vrijetijdsactiviteiten

Om er achter te komen tegen welke problemen deelnemers zoal lopen tijdens de deelname aan activiteiten in de vrije tijd is hen gevraagd een tweetal voorbeelden uit de praktijk te geven van situaties waarin men tegen een of meerder problemen is aangelopen. De problemen kunnen betrekking hebben op het vervoer, op de vrijetijdsactiviteit, op andere omgevingsaspecten of op het functioneren van de persoon zelf. Vervolgens is gevraagd naar de manier waarop getracht is het betreffende probleem op te lossen; welke concrete acties zijn ondernomen, kon überhaupt iets ondernomen worden en wat is uiteindelijk het effect hiervan geweest op het uitje of de activiteit zelf; was het alsnog geslaagd of niet? Tot slot is gevraagd of men kon inschatten of de betreffende probleemsituatie voorkomen had kunnen worden en zo ja, wat er dan had moeten gebeuren. Tabel 12 geeft een overzicht van de door deelnemers genoemde problemen tijdens de uitvoering.

Aard van ervaren probleem tijdens de uitvoering	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Kan geen probleem benoemen	-	-	4	4
Assistentieverlening NS te laat of niet komen opdagen	5	2	1	8
Wvg-vervoer te laat, te vroeg of niet gekomen	7	3	-	10
Onjuist bejegend	4	2	-	6
TraXX-vervoer te laat	2	-	-	2
Onveilig gedrag chauffeur Wvg	1	-	-	1
Geen passend busvervoer	1	-	-	1
Ontoegankelijkheid	1	3	1	5
Door derden te laat opgehaald van de trein	1	-	-	1
Geen (zit)plaats in de trein	-	3	-	3
Vertraging/uitval trein	1	1	1	3
Voorzieningen in accommodatie niet toereikend	-	1	-	1
Verdwaald	-	1	-	1
Onregelmatig eten	-	1	-	1
Rolstoel tijdens tussenstop op perron gezet	-	-	1	1
Door drukte niet uit de trein kunnen stappen	-	1	1	2
Geen oriëntatie door fobische aanval	-	-	1	1
Harde muziek in de bus	-	-	1	1
Totaal aantal genoemde problemen	23	18	7	48

Tabel 12: Overzicht van de aard van problemen die deelnemer tijdens de uitvoering van vrijetijdsactiviteiten zijn tegengekomen.

<sup>1</sup> = 9 missing values

De oorzaak van de meerderheid van de genoemde problemen ligt op het gebied van vervoer en mobiliteit. Bij 31 van de 48 genoemde problemen (65%) is dit het geval. De overige problemen hebben betrekking op de persoon zelf (aard van de beperking), op personen in de omgeving (onjuiste bejegening, onveilig gedrag) of andere aspecten uit de omgeving (ontoegankelijkheid, onbruikbaarheid van voorzieningen).

“De bustrip naar een pretpark Duitsland was een tegenvaller vanwege de slechte toegankelijkheid (vooraf geen informatie opgevraagd omdat het een georganiseerde reis was), het was een te lange en vermoeiende onderneming, weinig mensen waren bereid de rolstoel duwen, ik was te afhankelijk (Ps)”

“Ik ervaar problemen met het vinden van aansluiting bij reguliere clubs; ik kan er het tempo gewoon niet bijhouden (Ps)”

“Je ziet over het algemeen maar weinig gehandicapten als je ergens bent; ze komen niet, ook niet als het ergens wel toegankelijk is (Jo)”

“Ik ervaar hier zelden problemen omdat ik goed weet waar mijn grenzen liggen (Jo)”

Op de vraag wat de deelnemers zelf ondernomen hebben om de situatie waarin ze terechtgekomen zijn op te lossen zijn de volgende antwoorden gegeven  
In het geval dat het Wvg-vervoer of bovenregionaal vervoer te laat was, is gebeld met de betreffende vervoerder en nagegaan wat het gevolg van de vertraging is voor eventuele andere gemaakte (vervoers)afspraken. Achteraf werden ook wel klachten ingediend bij vervoerders, maar de ervaring hiermee is dat dit weinig oplevert. De klacht wordt voor waarheid aangenomen en er worden excuses gemaakt of men hoort er helemaal niks meer van. Relatief veel deelnemers hebben meermaals meegemaakt dat het Wvg-vervoer niet op tijd komt en houden bij het boeken van een rit al rekening met een bepaalde vertragingstijd. Er wordt gewoonweg eerder afgesproken dan feitelijk zou hoeven. Eén deelnemer heeft een eigen strategie bedacht waarmee hij beweert meer succes te hebben bij het Wvg-vervoer. Ritafspraken maakt hij onder een andere naam (“ik ben de begeleider van.....”) of hij laat iemand anders bellen om voor hem een rit te regelen. Zijn ervaring is dat wanneer je iemand anders de afspraak laat maken je serieuzer genomen wordt dan wanneer je als cliënt zelf belt.

Wat het vervoer per trein betreft, ook hier is men vaak overgeleverd aan de situatie zoals die zich op dat moment voordoet en kan hoogstens melding gemaakt worden van het probleem. Wanneer de reisassistentie bijvoorbeeld te laat of niet komt opdagen en de trein rijdt verder naar het volgende station, dan wordt de conducteur hiervan op de hoogte gesteld en zorgt deze voor assistentie op het eerstvolgende station en aansluiting op de eerste trein terug. Het is ook meerdere keren voorgekomen dat de trein na de laatste stop op een station doorreed naar het rangeerterrein in de veronderstelling dat het treinstel leeg is. Gebruik maken van de noodrem, mobiele telefoon en/of het maken van lawaai zijn dan de mogelijkheden die iemand heeft. Over de behulpzaamheid van het NS-personeel zijn de meeste deelnemers die met dit soort situaties ervaring hebben wel positief te spreken. Alles wordt in het werk gezet om de persoon in kwestie zo snel mogelijk zijn reis te laten voortzetten. Uiteindelijk worden bijna alle genoemde probleemsituaties snel of minder snel opgelost. Situaties waarin deelnemers last hebben van de manier waarop mensen in de omgeving met hen omgaan, worden lang niet altijd aangepakt. Tegen ongewenst gedrag van anderen wordt doorgaans weinig bezwaar gemaakt, terwijl deelnemers hier wel boos en ontevreden over zijn. Ze willen hier ook wel verandering in aanbrengen, maar vinden dit lastig en ook weinig zin hebben. Een voorbeeld van een situatie waarin het gedrag van derden niet zomaar geaccepteerd is, komt van een deelnemer uit een woonvorm die met een reisgezelschap in Engeland op vakantie was. Toen ze ergens op een terrasje wilde gaan zitten werd snel duidelijk dat het bedienend personeel niet wist hoe met de situatie om te gaan. Het gezelschap kreeg dan ook de boodschap dat het terras al gereserveerd was door een andere groep en of men weer wilde vertrekken. Als reactie hierop is men gewoon blijven zitten, zijn de drankjes door de begeleiders zelf gehaald en uitgeserveerd en is bij vertrek wat geld op de tafel achtergelaten.

“Ik vind het niet prettig dat ik ten overstaan van anderen soms positief gediscrimineerd word (Wo)”

“Ik voel me als gehandicapte niet altijd overal welkom, maar dat boeit me inmiddels niet meer zo (Wo)”

“Waren de openbare voorzieningen in Nederland maar net zo goed geregeld als de sociale voorzieningen (Wo)”

“Ik stel me altijd zo correct mogelijk op naar anderen (bv. als ze me hulp aanbieden die ik op dat moment niet wil of niet nodig heb); je bent toch een beetje een ambassadeur voor de gehele groep gehandicapten (Jo)”

Hoewel er voor bijna elke probleemsituatie een oplossing komt, zit er nogal wat verschil in de consequenties ervan op het verdere verloop van de dag. Dit hangt af van de eigenschappen van de betreffende persoon en van wat hij/zij die dag van plan was te gaan

Moet iemand bijvoorbeeld ergens op tijd aanwezig zijn, gaat men alleen iets doen of in groepsverband, is de activiteit aan een bepaalde tijd gebonden, welke invloed heeft het incident op de persoon, hoe kan met de gevolgen ervan omgegaan worden etc.?

Ondanks het relativerend vermogen (“er kan altijd wel een keer iets fout gaan”) wordt bij 1 op de 6 genoemde voorvallen (17%) toch gesproken van een mislukt dan wel minder geslaagd dagje uit. Bij 50% van de genoemde probleemsituaties wordt door de deelnemer aangegeven dat het betreffende probleem op een of andere manier voorkomen had kunnen worden, hetzij door anderen, hetzij door de persoon in kwestie zelf. Een betere communicatie en afstemming tussen de verschillende vervoerders in de vervoersketen, een logischere planning door de afzonderlijke vervoerders, het scheppen van meer duidelijkheid door een goede informatievoorziening bij de NS, het inzetten van meer toegankelijke bussen en treinstellen, het inwilligen van een aantal basale toegankelijkheidseisen door horeca- en andere ondernemers op recreatiegebied en openstaan voor ontvangst van mensen met een functiebeperking, kunnen volgens de deelnemers veel ellende besparen. Zelfkritiek komt ook ter sprake, zo wordt door een aantal deelnemers aangegeven dat ze zichzelf beter moeten voorbereiden, moeten leren hulp te vragen wanneer dat nodig is en in bepaalde situaties meer durf en lef moet tonen. Ook wordt aangehaald dat indien men over een begeleider had kunnen beschikken bepaalde dingen niet hadden hoeven te gebeuren.

“Als je in een rolstoel zit word je letterlijk in een hoekje geduwd en als je er iets van zegt dan ben je zo uitgepraat (Jo)”

“Als ik in de trein zit voel ik me vaker een tweederangsburger (Jo)”

“Ik ervaar hier weinig problemen zolang ik mij houd aan de dingen die voor mij belangrijk zijn (Ps)”

#### 4.7.2 Rapportcijfer ‘Uitvoering’

Alle deelnemers hebben zichzelf een rapportcijfer tussen de 0 en de 10 mogen geven voor de manier waarop men in staat is deel te nemen aan vrijetijdsactiviteiten en het daarbij behorend vervoer. Alle mogelijke positieve dan wel negatieve factoren die aan deze deelname een bijdrage leveren dienen in dit oordeel meegenomen te worden. In tabel 11 zijn de gemiddelde rapportcijfers van de totale onderzoeksgroep en die van de afzonderlijke doelgroepen opgenomen.

	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Gemiddeld rapportcijfer “Uitvoering”	7,0	7,8	7,3	7,1
Laagste - hoogste cijfer	4 - 9	6 - 9	4,5 - 9	4 - 9

Tabel 13: Overzicht van gemiddelde rapportcijfers en de bijbehorende spreiding die de deelnemers zich zelf geven voor hun mogelijkheden en ‘prestaties’ binnen de ketenstap “Uitvoering”

<sup>1</sup> = 5 missing values

Tabel 13 laat zien dat het gemiddelde rapportcijfer dat de deelnemers zich zelf hebben toegekend een 7,1 is met een spreiding tussen de 4 en de 9. In de woonvormgroep ligt het gemiddelde rapportcijfer van 7,0 het laagst in vergelijking met de andere twee groepen. De jongerengroep scoort het hoogst met een gemiddeld een 7,8. Ook de spreiding is in deze groep het kleinst; geen enkele deelnemer uit deze groep geeft zich voor de ketenstap een onvoldoende.

## 4.8 Evaluatie

Of deelnemers leren van de opgedane ervaringen uit eerste 4 fasen van het Model “Vrije tijd en Mobiliteit” en zo ja, op welke wijze dit dan gebeurt, is in deze vijfde en laatste ketenstap geïnterpreteerd. Om er achter te komen hoe de deelnemers handelen en omgaan met probleemsituaties in de vrije tijd, is hen in stellingvorm een aantal copingstrategieën voorgelegd. Neemt men bijvoorbeeld afstand, wordt steun in de omgeving gezocht of probeert men het probleem zelf planmatig op te lossen? De deelnemers werd gevraagd zelf aan te geven hoe men zichzelf in een dergelijke situatie typeert. Middels de inzet van de “Leisure Satisfaction Measure” (LSM) is getracht een uitspraak te doen over de mate waarin de deelnemers gevoelens van tevredenheid halen uit verschillende aspecten van de vrijetijdsbesteding (o.a. het psychologisch, sociaal en fysiologische vlak). Ook is gevraagd wat de consequentie van een vervelende vrijetijdservaring is op het ondernemen van activiteiten op vrijetijdsgebied in de toekomst. Tot slot mocht elke deelnemer zichzelf weer een rapportcijfer geven voor de manier waarop men vindt dat van vrijetijdssituaties geleerd wordt.

### 4.8.1 Copingstrategieën in probleemsituaties

De deelnemers is gevraagd aan te geven hoe zij reageren wanneer zich tijdens de uitvoering van een vrijetijdsactiviteit een probleemsituatie voordoet. Hiertoe zijn achtereenvolgens acht zgn. copingstrategieën voorgelegd waarbij de deelnemers hebben aangegeven of deze voor hem/haar wel of niet van toepassing zijn. Tabel 14 laat zien hoe de deelnemers zichzelf wat dit betreft inschatten.

Copingstrategie*	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Afstand nemen	25	50	25	33
Sociale steun zoeken	75	42	50	56
Verantwoordelijkheid nemen	25	25	25	25
Vluchten, situatie vermijden	8	17	50	25
Probleem planmatig oplossen	50	83	58	64
Situatie positief herwaarderden	67	75	58	67
Zichzelf onder controle houden	33	25	50	36
De confrontatie aangaan	58	58	25	47

Tabel 14: Percentage deelnemers per doelgroep en van de totale onderzoeksgroep dat heeft aangegeven te kiezen voor bepaalde copingstrategie in een probleemsituatie.

\* Er konden per deelnemer meerdere copingstrategieën gekozen worden

<sup>1</sup> = 5 missing values

Uit bovenstaande tabel blijkt dat de meeste deelnemers een vervelende situatie positief herwaarden, hetgeen wil zeggen dat ze denken van de situatie geleerd te hebben, ze zijn een ervaring rijker zijn. In de jongerengroep zitten de meeste deelnemers die kiezen voor deze strategie.

De op een na populairste copingstrategie is proberen het probleem waar men mee te maken krijgt planmatig op te lossen. Ook wat deze strategie betreft zitten in de jongerengroep de meeste aanhangers. Het zoeken van sociale steun (je hart luchten, vragen naar de mening van een ander) is de derde copingstrategie waar deelnemers voor kiezen. In de woonvormgroep is dit zelfs de populairste strategie. Het aangaan van de confrontatie, duidelijk maken wat je van de situatie vindt, wordt in de woonvormgroep en bij de jongeren ook relatief vaak gekozen.

Zowel de deelnemers in een woonvorm als de jongeren kiezen het minst vaak voor het vluchten of vermijden van de situatie (situatie zo snel mogelijk proberen te vergeten/je voorhouden dat alles weer goed komt) en het nemen van afstand (situatie van je afzetten/je er bij neerleggen).

In de psychiatriegroep komt niet een copingstrategie naar voren die gemiddeld vaker dan andere strategieën wordt gekozen. Het vaakst wordt genoemd dat het probleem planmatig wordt opgelost (58%) en dat de situatie positief herwaardeerd wordt (58%), gevolgd door het zoeken van sociale steun (50%), vluchten (50%) en de situatie positief herwaarden (50%). Het minst vaak kiezen zij voor het nemen van afstand (25%), verantwoordelijkheid nemen (25%) en het aangaan van de confrontatie (25%).

“Als iets fout gaat blijf ik rustig en dan komt het wel goed (Jo)”

“Fouten maken is menselijk, rustig blijven is het belangrijkste. Ik ga er positief mee om want boos worden heeft geen zin (Jo)”

#### **4.8.2 Tevredenheid met de huidige vrijetijdsbesteding**

In tabel 15 staan de gemiddelde tevredenheidsscores van de deelnemers vermeld, gemeten met de “Leisure Satisfaction Measure” (LSM). Er zijn 6 tevredenheidssubschalen in dit instrument opgenomen die meten welke aspecten van vrije tijd de cliënt de meeste tevredenheid verschaffen.



Subschaal/component	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Psychologisch (4 items)	15 (12-20)	14 (10-17)	16 (9-20)	15 (9-20)
Met betrekking tot leren (4 items)	13 (9-16)	13 (10-17)	14 (9-17)	13 (9-17)
Sociaal (4 items)	15 (12-20)	15 (9-20)	13 (8-18)	14 (8-20)
Met betrekking tot ontspanning (4 items)	16 (14-20)	14 (11-17)	15 (11-18)	15 (11-20)
Fysiologisch (4 items)	11 (4-19)	10 (5-16)	13 (7-20)	12 (4-20)
Esthetisch (4 items)	13 (9-17)	11 (8-16)	13 (7-19)	13 (7-19)

Tabel 15: Overzicht van de gemiddelde scores per (doel)groep en van de totale onderzoeksgroep gemeten met het instrument gericht op de "Tevredenheid met de vrijetijdsbesteding. Achter elke gemiddelde score is de laagste en hoogste score vermeld.

<sup>1</sup> = 4 missing values

In de handleiding van de LSM staat hoe de scores op de verschillende subschalen geïnterpreteerd kunnen worden. Bij een gemiddelde individuele score van 4 of hoger per subschaal is sprake van een hoge tevredenheid. Wanneer iemand hoog scoort binnen een bepaalde subschaal dan is het van belang dat die persoon participeert in activiteiten op dat gebied. Bij een gemiddelde individuele score van precies 2 kan middels scholing/training het tevredenheidsniveau op de betreffende subschaal naar een hoger niveau getild worden. Individuele scores van precies 2 geven niet direct aanleiding tot een concrete interventie; de resultaten van de LAM ("Leisure Attitude Measure"), LIM ("Leisure Interest Measurement") en/of de LMS ("Leisure Motivation Scale") kunnen bij het bepalen van de juiste interventierichting gebruikt worden. Is de individuele score echter lager dan 2 dan is sprake van een lage tevredenheid. Nagegaan moet worden of een lage score ook een negatieve impact heeft op de iemands mogelijkheden om vorderingen te maken binnen gestelde behandeldoelen.

Uit tabel 15 kan afgeleid worden dat men op groepsniveau gemiddeld tevreden is binnen alle te onderscheiden subschalen van het instrument. Gemiddeld wordt de meeste tevredenheid of voldoening van deelnemers gehaald uit de psychologische en ontspanningsgerelateerde aspecten van de vrijetijdsbesteding, gevolgd door het sociale aspect. Esthetische, legerelateerde en fysiologische aspecten van vrijetijdsbesteding dragen minder bij aan tevredenheid. Wanneer naar de laagste en hoogste tevredenheidscores gekeken wordt dan blijkt dat er in elke afzonderlijke doelgroep individuele deelnemers zijn die gemiddeld wél een 2 of lager scoren op bepaalde subschalen. Dit geldt vooral voor de fysiologische en esthetische subschaal. In de psychiatriegroep zitten een of meerdere deelnemers die op het sociale aspect van de vrijetijdsbesteding een 2 scoren. Dit wil zeggen dat zij weinig waardevolle relaties met anderen opbouwen in de vrije tijd. De subschalen waarop gemiddeld de hoogste scores gehaald worden verschillen per doelgroep. Door de deelnemers in een woonvorm wordt de meeste tevredenheid ontleend aan de

ontspanningsgerelateerde aspecten van vrijetijdsbesteding, voor de jongeren is dit het sociale aspect en in de psychiatriegroep is dit het psychologische aspect.

“Ik ben niet tevreden over mijn vrijetijdsbesteding; te veel uren zijn niet of niet naar tevredenheid ingevuld (Ps)”

“Ik heb geleerd dat wanneer je echt iets wilt het je ook lukt (Wo)”

“Ik ben tevreden omdat ik de keuzes die ik maak geaccepteerd heb (Jo)”

“Het is de kunst jezelf nooit beperkingen op te leggen en de route die je in het leven kiest op keuzes te baseren (Jo)”

#### 4.8.3 Rapportcijfer “Evaluatie”

Alle deelnemers hebben zichzelf een rapportcijfer tussen de 0 en de 10 mogen geven voor de manier waarop men in leert van situaties in de vrije tijd. Alle mogelijke positieve dan wel negatieve factoren die aan dit evaluatie- en leerproces een bijdrage leveren dienen in dit oordeel meegenomen te worden. In tabel 16 zijn de gemiddelde rapportcijfers van de totale onderzoeksgroep en die van de afzonderlijke doelgroepen vermeld.

	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41) <sup>1</sup>
Gemiddeld rapportcijfer “Evaluatie”	7,2	7,0	7,4	7,2
Spreiding	3 - 9	4 - 8	6 - 10	3 - 10

Tabel 16: Overzicht van gemiddelde rapportcijfers (en de bijbehorende spreiding) die de deelnemers zich zelf geven voor hun mogelijkheden en ‘prestaties’ binnen de ketenstap “Evaluatie”

<sup>1</sup> = 7 missing values

Tabel 16 laat zien dat het gemiddelde rapportcijfer dat de deelnemers zich zelf hebben toegekend een 7,2 is met een vrij grote spreiding tussen de 3 en de 10. In de jongerengroep ligt het gemiddelde rapportcijfer van 7,0 het laagst in vergelijking met de andere twee groepen. De psychiatriegroep scoort het hoogst met gemiddeld een 7,4. Ook de spreiding is in deze groep het kleinst; geen enkele deelnemer binnen deze groep geeft zich een onvoldoende voor deze ketenstap, waarbij wel moet worden opgemerkt dat van 4 deelnemers dit rapportcijfer als gegeven ontbreekt. Op een groep van 15 deelnemers is dit bijna een kwart.

“Ik doe niks met de dingen waar ik ontevreden over ben; ik weet niet hoe en wat ik moet veranderen (Jo)”

“Mijn leermomenten heb ik in het verleden wel gehad; inmiddels weet ik hoe het moet (Jo)”

“Het is bij mij al een aantal keren fout gegaan in de vrije tijd en dat heeft zeker bepaald hoe mijn huidig activiteitenpatroon er uitziet (Ps)”

#### **4.8.4 Invloed van negatieve vrijetijdservaringen op de motivatie**

Op de vraag welk effect een negatieve of vervelende ervaring tijdens de vrijetijdsbesteding heeft op het ondernemen van vrijetijdsactiviteit in de toekomst, konden verschillende antwoordmogelijkheden gegeven worden variërend van “deze ervaring heeft helemaal geen invloed op de toekomstige vrijetijdsbesteding” tot “door deze vervelende ervaring ga ik er in de toekomst minder snel op uit”. Van 36 deelnemers is het antwoord op deze vraag in kaart gebracht en van vijf deelnemers ontbreekt dit.

De helft van de deelnemers geeft aan dat een vervelende ervaring in de vrije tijd geen effect heeft op de toekomstige vrijetijdsbesteding; de activiteit zal in de toekomst op precies dezelfde manier worden uitgevoerd. Wanneer de deelnemer invloed uit kan oefenen op wat er mis gegaan is, beweert 61% van hen de betreffende activiteit in de toekomst nooit meer op dezelfde wijze te ondernemen; men heeft in dat geval van de situatie geleerd. Voor een viertal deelnemers zijn deze twee antwoordmogelijkheden overigens in combinatie geantwoord. Vijf deelnemers (14%) gaan er na een negatieve ervaring in de toekomst minder snel op uit in de vrije tijd, terwijl vier deelnemers (11%) deze specifieke vrijetijdsactiviteit in de toekomst niet meer zullen ondernemen.

### **4.9 Succesfactoren bij vrijetijdsbesteding**

Om uitspraken te kunnen doen over de factoren die in positieve dan wel negatieve zin bijdragen aan de kwaliteit van de vrijetijdsbesteding, is binnen de huidige gegevensverzameling gezocht naar zogenaamde succes- en faalfactoren van vrijetijdsbesteding. Getracht is de vraag te beantwoorden welke kenmerken (vanuit de persoon en/of diens omgeving) samenhangen met succes in de vrije tijd. Maar wanneer is iemand nu succesvol en wanneer niet? Wat zijn indicatoren voor succes in de vrije tijd? Is dit de deelname aan veel verschillende activiteiten, de eigen tevredenheid? In de volgende paragraaf wordt uiteengezet hoe in dit project naar ‘succes’ gekeken is.

#### **4.9.1 Wat is succesvol?**

Vanwege het cliëntperspectief dat in dit onderzoek centraal staat, is in eerste instantie het eigen tevredenheidsoordeel m.b.t. de vrijetijdsbesteding als uitgangspunt genomen om zo relevante succes- en faalfactoren op het spoor te kunnen komen. Aanvankelijk werd van de veronderstelling uitgegaan dat tevredenheid en succes samen gaan. Onderscheid is gemaakt tussen deelnemers die over de huidige vrijetijdsbesteding wel en niet tevreden zijn (persoonlijk oordeel). Negen van de 41 deelnemers zeggen over de eigen vrijetijdsbesteding ontevreden te zijn, 28 deelnemers zijn wel tevreden en van 4 deelnemers ontbreekt dit gegeven. De veronderstelling was dat tevreden deelnemers deelnemen aan veel en verschillende vrijetijdsactiviteiten, m.a.w. een relatief hoge participatiegraad hebben vergeleken met de ontevreden deelnemers. Van de ontevreden deelnemers is de verwachting dan zij een minder uitgebreid activiteitenpatroon hebben. Echter, deze veronderstellingen blijkt onjuist. Uit de gegevensverzameling blijkt namelijk dat de tevreden en ontevreden deelnemers, wat het gemiddeld aantal ondernomen vrijetijdsactiviteiten betreft, een vergelijkbaar activiteitenpatroon hebben. De tevreden deelnemers nemen deel aan gemiddeld 11 verschillende activiteiten in de vrije tijd en bij de ontevreden deelnemers zijn dat er gemiddeld 10,8.

Vervolgens zijn de tevreden en ontevreden deelnemers op nog een aantal kenmerken vergeleken o.a.s vervoer, afhankelijkheid van derden bij het ondernemen van activiteiten, motivatie, evaluatie etc. Het enige dat opviel is dat het merendeel van de ontevreden deelnemers hoger bovengemiddeld scoort op de “Leisure Motivation Scale”.

Geconcludeerd moet worden dat het eigen tevredenheidsoordeel over de vrijetijdsbesteding onvoldoende aanknopingspunten biedt om te komen tot uitspraken omtrent succes- en faalfactoren bij vrijetijdsbesteding.

Getracht is op een andere manier naar het verzamelde materiaal te kijken om de succesfactoren te bepalen. Met de afgenomen diepte-interviews zijn 28 casuïstieken beschreven die op individueel niveau schetsen of de mogelijkheden waarover iemand beschikt in de vrije tijd ook daadwerkelijk benut worden. 'Succesvol' kan dan omschreven worden als 'het benutten van de mogelijkheden die je hebt'. Deze mogelijkheden zijn niet voor iedereen hetzelfde, zowel op persoonsniveau als op het gebied van de omgeving spelen andere factoren een rol. Deelnemers beschikken niet allemaal over gelijke ambities en vaardigheden, noch over een zelfde potentieel om deze ook in praktijk te brengen (ander vrijetijdsaanbod, ander budget, verschillende behoeften aan persoonlijke ondersteuning, andere vervoersvoorzieningen etc.). Dit is een zeer belangrijk punt. De mate waarin iemand succesvol is staat niet op zich, maar hangt samen met persoonlijke vaardigheden, ambities en de mate waarin de omgeving hem/haar hierbij van dienst is of kan zijn.

#### **4.9.2 Dossieronderzoek**

Vanuit de dossiers waarin 28 mondelinge interviews zijn uitgewerkt, zijn per doelgroep twee succesvolle en twee minder succesvolle deelnemers geselecteerd wat hun vrijetijdsbesteding betreft, waarbij succesvol gedefinieerd is als "het benutten van de mogelijkheden". De 12 geselecteerde dossiers, 6 van tevreden deelnemers en 6 van ontevreden deelnemers zijn beoordeeld door dezelfde onderzoeker. Door het voeren van de gesprekken met deelnemers was zij ook op de hoogte van de omstandigheden van de deelnemers.

Per geselecteerd dossier is in kaart gebracht welke factoren ten aanzien van de actieve vrijetijdsbesteding, bevorderend dan wel belemmerend, aanwezig zijn. Deze inventarisatie is zo breed mogelijk gemaakt. Succesvolle deelnemers kunnen immers net zo goed belemmeringen tegen komen, maar ondervinden hier minder hinder van, hebben de vaardigheid hier mee om te gaan of hiervoor te compenseren. Andersom komen bij de deelnemers die minder goed slagen in hun vrije tijd ook bevorderende factoren voor, echter het effect hiervan blijft beperkt omdat ze overschaduw worden door de aanwezige belemmerende factoren. In tabel 17 zijn de relevante succesfactoren op een rijtje gezet. Hierbij is meteen het onderscheid gemaakt tussen factoren gekoppeld aan de persoon en factoren gekoppeld aan de omgeving. Vanzelfsprekend geldt dat de afwezigheid van elke succesfactor een belemmerende factor kan zijn. Duidelijk mag zijn dat iemand niet over alle succesfactoren hoeft te beschikken om succesvol te kunnen zijn. Het gaat om de juiste balans, het compromis tussen de aanwezigheid van persoons- en omgevingsgebonden factoren.

Het merendeel van de genoemde succesfactoren heeft betrekking op de persoon zelf en zijn te formuleren op het niveau van vaardigheden (cognitief, praktisch), persoonlijkheidskenmerken en karaktereigenschappen.

Binnen de omgevingsgerelateerde succesfactoren kan onderscheid gemaakt worden tussen factoren in ruime zin en factoren in engere zin. Omgevingsgerelateerde succesfactoren in ruime zin verwijzen naar meer algemene factoren die voorkomen in onze samenleving, terwijl de omgevingsgebonden factoren in engere zin betrekking hebben op de directe woon- en leefomgeving van de persoon.

Sommige deelnemers zijn in staat op basis van attitude, karakter/persoonlijkheid en/of eigen vaardigheden bepaalde problemen die zich in de omgeving voordoen aan te pakken en met

succes te overkomen. Problemen op het gebied van fysieke toegankelijkheid bijvoorbeeld worden op deze wijze opgeheven. Om een voorbeeld te geven: Een trap of hoge drempel voor een horecagelegenheid is een goed voorbeeld van ontoegankelijkheid voor iemand in een rolstoel. Wanneer de persoon in kwestie tóch naar binnen wil en bij machte is de benodigde hulp hiervoor te organiseren (bv. door zich naar binnen te laten tillen), dan wordt het toegankelijkheidsprobleem op dat moment opgelost. De ontoegankelijkheid kan in dat geval als *relatief* worden aangemerkt. Voor personen die een dergelijke oplossing zelf niet kunnen of niet willen doorvoeren blijft het café of restaurant op dat moment ontoegankelijk. Het is niet zo dat alle ontoegankelijkheidsbarrières in de praktijk op te heffen zijn. Gesproken wordt van zogenaamde *absolute* ontoegankelijkheid wanneer het op generlei wijze mogelijk is ontoegankelijkheid te overkomen. Gedacht kan worden aan een gebouw met meerdere verdiepingen zonder lift of een te smalle (toegangs)deur voor iemand in een elektrische rolstoel, het ontbreken van een ringleiding in het theater etc. Allemaal voorbeelden van ontoegankelijkheid die ook met de nodige creativiteit en inzet van mensen en/of middelen ter plekke niet kan worden opgeheven.

<b>Succesfactoren</b>	
<b>Persoonsgebonden</b>	<b>Omgevingsgebonden</b>
	<i>In ruime zin</i>
Acceptatie van beperkingen	Effectief (boven)regionaal vervoer
Weten wat je waard bent, een reëel beeld hebben van je zelf en je mogelijkheden. Sterke en zwakke punten kennen, accepteren en hier rekening mee houden bij de keuze van vrijetijdsactiviteiten	Recreatief aanbod dat ook openstaat voor deelname door mensen met beperkingen (acceptatie, participatie en integratie)
Gemotiveerd zijn, willen investeren in de vrije tijd (er iets voor over hebben)	Een samenleving met mensen waar je een beroep op kunt doen, maar die ook een beroep op jou kunnen doen en eisen aan jou stellen (emancipatie)
Weten wat je wilt	Aandacht voor signaleren van problemen t.a.v. vrije tijd en recreatie en de mogelijkheid te 'leren recreëren' (revalidatie, activiteitencentrum, woonvorm etc.)
Een positieve levensinstelling hebben	<i>In engere zin</i>
Initiatief tonen	Beschikbaarheid van eigen vervoer
Een beroep durven doen op de omgeving, assertief zijn	Vrijtijdsbudget (geld voor vervoer en voor concrete vrijetijdsactiviteiten)

Een bevredigende dagbesteding hebben (werk, vrijwilligers werk, activiteitencentrum etc.) als tegenhanger van vrije tijd	Een woonomgeving waar stimulans van uitgaat om leuke dingen te doen en uitdagingen aan te gaan
Beseffen en accepteren dat dingen anders kunnen lopen dan gepland	Sociaal netwerk om leuke dingen mee te doen
Goed voorbereid zijn (vooruit denken)	
Uitdagingen durven aangaan, het vertrouwen hebben dat iets gaat lukken	
De vaardigheid om de dingen naar je hand te zetten	
Flexibel ingesteld zijn; je door een negatieve ervaring niet uit het veld laten slaan.	
Beschikken over probleemoplossend en lerend vermogen	
Weten hoe ideeën in concrete plannen om te zetten	

Tabel 17: Overzicht van persoons- en omgevingsgebonden succesfactoren bij vrijetijdsbesteding (in willekeurige volgorde) na dossieronderzoek

## 5 Conclusies en discussie

Vanwege de vele inhoudelijk verschillende aspecten van vrije tijd die in dit onderzoek belicht zijn, is ervoor gekozen de conclusie en discussie te ordenen aan de hand van paragrafen en subparagrafen. Aan het eind van dit hoofdstuk zijn de belangrijkste conclusies en discussiepunten op een rij gezet.

### 5.1 Selectie deelnemers

Het proces van gegevensverzameling in dit project is niet zonder slag of stoot verlopen. Het gegeven dat, ondanks de inspanningen van de projectparticipanten en contactpersonen in het werkveld, het niet gelukt is 60 personen bereid te vinden deel te nemen aan een diepte-interview over het onderwerp vrije tijd in relatie tot mobiliteit, moet onder de aandacht gebracht worden. Het is een duidelijk signaal dat afgegeven wordt en waar conclusies aan verbonden moeten worden. Met het oog op toekomstig onderzoek zou het alleen al leerzaam zijn zicht te krijgen op de redenen waarom mensen niet willen deelnemen. Van een aantal personen is dit wel bekend, bijvoorbeeld vanwege de te forse beperking en te lage belastbaarheid, maar voor het grootste deel blijft het bij suggereren. Desondanks is met 41 deelnemers toch gekomen tot een interessante dataset, op basis waarvan de projectvraagstellingen goed beantwoord kunnen worden. De themabijeenkomsten als alternatieve methode voor individuele interviews levert, na aanpassing van het instrument en de juiste voorbereidingen, inhoudelijk vergelijkbare en gelijkwaardige gegevens op.

#### 5.1.1 Diversiteit

Conform het advies dat TransAct (Landelijk expertisecentrum seksespecifieke zorg en seksueel geweld) gaf, heeft de projectgroep zich ingezet om voldoende diversiteit binnen de onderzoekspopulatie te garanderen (opleiding, afkomst, geslacht, leeftijd, etc.). De contactpersonen in het werkveld is gevraagd bij het selecteren van mogelijke deelnemers rekening te houden met deze diversiteits-eis. Op papier zijn algemene en meer specifieke selectiecriteria uitgewerkt die bij de selectie gehanteerd zijn; zorgen voor voldoende variatie wat een aantal (persoons)kenmerken betreft, is hier een voorbeeld van (zie bijlage 2). Het trage en moeizame verloop van het selectieproces heeft de projectgroep er echter toe gedwongen minder streng te zijn als het om behoud van spreiding en variatie van deelnemers- en omgevingskenmerken gaat. Elke nieuwe deelnemer die voldeed aan het doelgroepcriterium en voldoende belastbaar was om deel te nemen aan een interview van gemiddeld 1,5 tot 2 uur werd geïnccludeerd.

De 41 deelnemers zijn gelijkmatig verdeeld over de 2 regio's, ook wonen ongeveer evenveel deelnemers in een dorp als in een stad en betreft het ongeveer evenveel mannen als vrouwen. Het aantal deelnemers van allochtone afkomst is lager dan de bedoeling was; slechts 3 van de 41 deelnemers is allochtoon. De leeftijdsvariatie is goed, zowel over het totaal gezien als per afzonderlijke doelgroep. Qua opleidingsniveau is ook sprake van variatie, echter het aantal deelnemers met een opleiding op Mbo- of vMbo-niveau is groter dan het aantal met een Hbo- of universitaire achtergrond.

## 5.2 Kenmerken van de onderzoeksgroep

### 5.2.1 Ervaren belemmeringen in het dagelijks functioneren

Er bestaan duidelijke verschillen tussen de onderscheiden doelgroepen wat de aard van ervaren beperkingen betreft. Meer dan de helft van alle deelnemers ervaart problemen op het gebied van mobiliteit, in de jongerengroep is dit zelfs bij 90% van de deelnemers het geval. De psychiatriegroep heeft hier in verhouding minder last van en ervaart weer meer problemen op het gebied van concentratie, stemmingswisselingen, omgaan met angsten en de acceptatie van de eigen beperkingen. De jongeren hebben het meest last van gebrek aan energie en een wisselende belastbaarheid. Hoe forser de aandoening hoe meer deelnemers in het dagelijks leven belemmeringen ervaren. Zoals verwacht is de woonvormgroep de groep met de meest forse beperkingen (slechts 2 van de 5 deelnemers in een woonvorm kan zich lopend verplaatsen); zij ervaren in verhouding dan ook de meeste belemmeringen in het dagelijks functioneren. Alleen deelnemers uit de woonvormgroep hebben last van de manier waarop men door derden bejegend wordt. Dit heeft waarschijnlijk ook te maken met het feit dat de beperkingen in deze groep forser en daardoor het meest zichtbaar zijn.

Op een enkele uitzondering na maken alle deelnemers gebruik van een telefoon en zou 90% van hen vanuit fysiek oogpunt kunnen internetten. Het daadwerkelijke internetgebruik ligt echter lager, in de woonvormgroep is dit 40% en in de psychiatrie maar 33%. Gebrek aan financiële middelen is hier veelal de oorzaak van; het is een van de kostenposten waarvan men aangeeft dat er op bezuinigd wordt.

### 5.2.2 De vrijetijdsattitude

Opvallend is dat de woonvormgroep, bestaande uit deelnemers met fysiek gezien de grootste beperkingen, op alle attitude-aspecten in relatie tot vrijetijdsbesteding het hoogst scoort. De jongerengroep scoort wat dit betreft het laagst. Op basis van de resultaten van de totale onderzoeksgroep kan, uitgesplitst naar de drie componenten van de vrijetijdsattitude, het volgende geconcludeerd worden:

Op de affectieve component van de vrijetijdsattitude wordt gemiddeld door alle groepen het hoogst gescoord. Dit betekent dat de deelnemers voldoende positieve vrijetijdservaringen opdoen. Met andere woorden, de activiteiten waaraan in de vrije tijd wordt deelgenomen worden als positief beleefd, wat men doet wordt leuk gevonden.

Op de gedragsmatige component van de vrijetijdsattitude wordt gemiddeld het laagst gescoord. Hoewel de score niet alarmerend laag is, zegt het toch iets over de rol van gedragsintenties van deelnemers bij het maken van vrijetijdskeuzes en de mate waarin vrijetijdsactiviteiten van belang worden geacht voor de eigen kwaliteit van leven. De eigen gedragsintenties spelen een vrije beperkte rol bij het maken van vrijetijdskeuzes. Dat vooral vanuit een affectief perspectief naar vrijetijdsbesteding gekeken wordt, wil zeggen dat de eigen vrijetijdservaringen grotendeels bepalen welke activiteiten wel of niet leuk gevonden worden.

Op de cognitief component van de vrijetijdsattitude wordt niet hoog en niet laag gescoord. Hier bepalen meer algemene kennis en veronderstellingen rondom vrije tijd aan welke vrijetijdsactiviteiten deelgenomen wordt.

Deelnemers die bewust en weloverwogen *eigen* keuzes maken in de vrije tijd, gaan ook anders om met eventuele negatieve gevolgen die uit deze keuzes kunnen voortvloeien. Tegenvallende of teleurstellende ervaringen worden eerder geaccepteerd dan in het geval van impliciet gemaakte of door anderen ingegeven keuzes. Waarschijnlijk is de kans dat het in de uitvoering mis gaat ook minder groot in het geval van eigen keuzes, omdat de persoon het welslagen van de activiteit van groot belang acht en hier ook naar zal handelen. De



persoon heeft op dat moment een actievere rol in het geheel, is meer gecommitteerd en neemt eerder de regie in handen.

Bij het bepalen van de betekenis die vrije tijd voor iemand heeft, is het van belang dat onderscheid gemaakt wordt tussen vrije tijd en tijd met een verplicht karakter. Wanneer mensen het gevoel hebben niet echt over vrije tijd te beschikken of juist het idee hebben over te veel 'vrije' (lees: niet ingevulde) tijd te beschikken, dan draagt dit negatief z'n bij aan de vrijetijdsattitude. Er is dan weinig basis voor een succesvolle vrijetijdsbesteding.

Geconcludeerd kan worden dat er deelnemers zijn die hun keuzes in de vrije tijd niet altijd maken op basis van eigen persoonlijke argumenten, maar waarschijnlijk eerder uit gewoontes (bv. omdat dingen in de omgeving eenmaal zo georganiseerd zijn), per toeval (bv. omdat anderen je meevragen of omdat de mensen in de omgeving het ook doen), of omdat het in onze maatschappij 'normaal' gevonden wordt dat je in de vrije tijd bepaalde dingen doet (bv. winkelen op zaterdag, familiebezoek op zondag). Onvoldoende duidelijk is dan wat de ratio achter vrijetijdskeuzes is, waarom ergens wel of niet voor gekozen wordt en wat bepaalde keuzes voor iemand kunnen betekenen.

## 5.3 De ketenstappen

### 5.3.1 Sterke en zwakke schakels

Om een snelle indruk te krijgen van welke ketenstapen in het model "Mobiliteit en vrije tijd" als makkelijker en welke als moeilijker aangemerkt kunnen worden, zijn de gemiddelde rapportcijfers die de deelnemers zichzelf gaven voor hun prestaties binnen elke afzonderlijke ketenstapen op een rijtje gezet.

Ketenstap	Doelgroep			
	Woonvorm (n=13)	Jongeren (n=13)	Psychiatrie (n=15)	Totaal (n=41)
Idee- en besluitvorming	7,2	7,5	6,3	<b>7,0</b>
Reismanagement	7,3	7,7	7,5	<b>7,4</b>
Uitvoering	7,0	7,8	7,3	<b>7,1</b>
Evaluatie	7,2	7,0	7,4	<b>7,2</b>
<b>Gemiddelde per (doel)groep</b>	<b>7,2</b>	<b>7,5</b>	<b>7,1</b>	<b>7,2</b>

De gemiddelde rapportcijfers doen vermoeden dat de deelnemers weinig problemen ervaren met de activiteiten binnen de verschillende ketenstapen. Nu moet ook gezegd worden dat de deelnemers het over het algemeen lastig vonden een cijfer te geven voor de eigen prestaties. De meeste deelnemers wilde zich niet overschatten, noch onderschatten. De onderzoeker had de indruk dat in veel gevallen 'veilig' gescoord werd, rondom de 7. De gemiddelde rapportcijfers zijn allemaal voldoende en verschillen slechts weinig van elkaar, hooguit 0,4 punt. Gemiddeld worden de hoogste rapportcijfers gegeven in de jongerengroep. De twee andere doelgroep verschillen nauwelijks wat de rapportcijfers betreft. Het proces van idee- en besluitvorming wordt gemiddeld genomen met het minst hoge cijfer beoordeeld. Dit duidt er op dat deze stap gezien wordt als de minst makkelijke stap in de keten.

Het gaat hier om het vinden van de juiste match tussen de vrijetijds mogelijkheden, behoeften en wensen van de persoon enerzijds en het aanbod van recreatieve en vrijetijdsactiviteiten in de omgeving anderzijds. Kortom, het met succes afstemmen van vraag en aanbod.

De fase van uitvoering, het daadwerkelijk op pad zijn in de vrije tijd, wordt met het een na laagste rapportcijfer beoordeeld. De prestaties t.a.v. het ondernemen van de noodzakelijke activiteiten in het kader van de reisvoorbereiding worden gemiddeld met het hoogste rapportcijfer gewaardeerd. De evaluatiefase tot slot wordt niet als lastig en niet als eenvoudig bestempeld, maar zit er een tussenin.

Bij onderlinge vergelijking van de drie doelgroepen is deze volgorde niet overal hetzelfde; de psychiatriegroep scoort gelijk met de totale onderzoeksgroep, de woonvormgroep vindt de uitvoeringsfase iets lastiger dan de fase van idee- en besluitvorming en de jongeren beoordelen de evaluatiefase met het laagste cijfer en slagen klaarblijkelijk het beste in de uitvoering. Veel van de betrokken deelnemers in de jongerengroep hebben de aanwezige beperkingen geaccepteerd en komt mogelijk daardoor in de uitvoering nauwelijks nog problemen tegen. Het lijkt er dan ook op dat de evaluatiefase bij hen niet meer van toepassing is en daarom met een relatief laag cijfer is beoordeeld.

Conclusie: Over de totale onderzoeksgroep bezien zit er geen grote variatie tussen de toegekende rapportcijfers. De cijfers lopen uiteen van 7,0 (idee- en besluitvorming) en 7,4 (reismanagement). Binnen de groepen lopen de cijfers meer uiteen. De jongeren beoordelen zichzelf gemiddeld het hoogst (7,5) en de psychiatriegroep met het laagste cijfer (7,1).

### **5.3.2 Motivatie**

Aan motivatie lijkt het de deelnemers over het algemeen niet te ontbreken. Slechts enkele deelnemers scoren structureel wat lager op de verschillende componenten, maar in hoeverre dit afwijkt van de norm is onduidelijk. In de handleiding van de "Leisure Motivation Scale" worden namelijk geen minimale scores genoemd waaronder een bepaalde interventie wordt geadviseerd. Er wordt alleen over 'hogere' en 'lagere' individuele scores gesproken. Dit maakt het doen van harde uitspraken wat de motivatie betreft moeilijk.

Op de intellectuele component van motivatie (willen leren, zich ontwikkelen, dingen ontdekken, creëren) wordt gemiddeld het hoogst gescoord en op de stimulus-avoidance component (willen ontsnappen aan alledaagse drukte) het laagst. De psychiatriegroep scoort als enige doelgroep op alle motivatiecomponenten bovengemiddeld. Dit is een opvallend gegeven, omdat deze deelnemers ook een aantal demotiverende factoren wist te benoemen, waaronder de bijwerkingen van medicatie. Plezier maken en de behoefte er even uit te zijn worden het vaakst genoemd door deelnemers als motiverende factor voor het ondernemen van vrijetijdsactiviteiten. Daar waar de motivatie lager is worden minder initiatieven genomen en worden relatief weinig nieuwe activiteiten ontplooid. In situaties waarin sprake is van een lagere motivatie, staat het activiteitenpatroon vaak ook op een lager pitje. De persoon in kwestie is zich hier niet eens altijd bewust van en ziet het misschien ook niet als een probleem. Wanneer een lage motivatie wel als probleem ervaren wordt kan meer inzicht in de eigen motivatie het ongewenste patroon mogelijk doorbreken.

De samenhang met de tweede ketenstap (idee- en besluitvorming) is hier ook heel wezenlijk. Wanneer je moeilijk een goede match kunt vinden tussen wat je wilt en wat je kunt, m.a.w. je komt onvoldoende toe aan het uitvoeren van leuke, uitdagende activiteiten, dan heeft dit negatieve consequenties voor de motivatie. Gemotiveerd zijn is absoluut een belangrijke eerste stap in het gehele proces van vrijetijdsbesteding, echter met motivatie alleen ben je er nog niet. De motivatie moet ook actief ingezet, zo niet uitgebuit, worden. Een goede motivatie kán het keuzeproces t.a.v. vrijetijdsactiviteiten immers versnellen en vereenvoudigen. Aangezien de fase van idee- en besluitvorming door de deelnemers als de minst makkelijke ketenstap gezien wordt, is de inzet van een goede motivatie een belangrijke katalysator van dit proces. De mate waarin iemand gemotiveerd is of zou kunnen zijn hangt niet alleen van de eigenschappen van de persoon zelf af, maar zeker ook van invloeden van

buiten af. Dit betreft aspecten als opvoeding, levensloop, aantrekkingskracht die uitgaat van de fysieke omgeving (zijn er leuke dingen te doen?) en de sociale omgeving (zijn er mensen waarmee ik leuke dingen kan doen?).

Conclusie: Gemiddeld zijn de deelnemers het meest gemotiveerd voor vrijetijdsactiviteiten die het mogelijk maken te leren, te ontwikkelen en te ontdekken. De inzet is vooral plezier maken. De psychiatriegroep scoort op alle motivatiecomponenten het hoogst van alle groepen. Een lagere motivatie maakt het nemen van een reële volgende stap in de keten per definitie moeilijk, terwijl een goede motivatie juist kansen biedt voor een bevredigend idee- en besluitvormingsproces, maar geeft geen garantie. Het is een kwestie van “use it, or lose it.”

### 5.3.3 Idee- en besluitvorming

De vrijetijdsinvulling van de betrokken deelnemers op papier laat zien dat, ongeacht de aard van de beperking, iedereen in meer of mindere mate participeert in de vrije tijd. Er zijn zeker verschillen tussen deelnemers, zowel wat betreft het type vrijetijdsactiviteiten als de frequentie waarin deze uitgevoerd worden. Merendeels wordt in de vrije tijd actief deelgenomen aan respectievelijk sociale, recreatieve, vakantie en culturele activiteiten en in mindere mate aan creatieve, sportieve, educatieve en spirituele activiteiten. Bij de interpretatie van de gepresenteerde gegevens moet echter in ogenschouw genomen worden dat deze gekleurd zijn door het verschil in variatie qua mogelijke activiteiten binnen elke afzonderlijke categorie. Vergelijk bijvoorbeeld recreatieve activiteiten met vakantieactiviteiten; er zijn veel recreatieve activiteiten die ondernomen kunnen worden en ook de frequentie hiervan kan oplopen tot meerdere keren per dag (bv. wandelen met de hond), terwijl op vakantie gaan een activiteit is die men hooguit een paar keer per jaar onderneemt. Dit bemoeilijkt het onderling vergelijken van de aantallen en frequenties, maar het geheel geeft toch een aardig beeld van de gemiddelde vrijetijdsdeelname.

De meeste vrijetijdsactiviteiten waaraan wordt deelgenomen worden zelf bedacht, hoort men van anderen of haalt men uit de media. Het internet wordt met het oog hierop relatief weinig gebruikt, maar niet iedereen heeft hier ook de mogelijkheid toe, zowel fysiek als financieel. De feitelijke vrijetijdsinvulling doet nog geen uitspraak over tevredenheid of ontevredenheid, ook geeft het niet aan of participatie succesvol is of niet; het geeft enkel het resultaat weer van het keuzeprocess van vrijetijdsactiviteiten. Er zit dus heel veel *achter* de actuele vrijetijdsinvulling:

Geld bijvoorbeeld is voor de helft van alle deelnemers een beperkende factor bij het maken van keuzes; bepaalde activiteiten kunnen in de vrije tijd niet uitgevoerd worden omdat het budget dit niet toelaat. Slechts in 5% van de gevallen speelt geld geen enkele rol in het keuzeprocess. In de psychiatrie komen budgetproblemen verhoudingsgewijs het meest voor. Zes van de 10 deelnemers is in meer of mindere mate afhankelijk van begeleiding bij de uitvoering van vrijetijdsactiviteiten. 60% van hen kost het redelijk tot veel moeite om de noodzakelijke begeleiding in de praktijk ook te vinden. Er gaat een positieve invloed uit van een sociaal netwerk waar een beroep op gedaan kan worden. Afhankelijkheid alleen van formele ondersteuning en begeleiding maakt kwetsbaar; is er geen begeleiding beschikbaar dan kan niet actief worden deelgenomen met alle vervelende consequenties van dien. Een beschermende woonvorm biedt nog enig vangnet wat dit betreft, woont men zelfstandig dan is de kans op sociale deprivatie groter. Kortom, het opheffen of verkleinen van het schrijnende tekort aan vrijwilligers op veel plaatsen zal een positief uitwerken op de actieve vrijetijdsdeelname van veel mensen met een functiebeperking.

Bij 30% van de deelnemers heerst ontevredenheid over het huidige recreatieve aanbod. De ontevredenheid heeft enerzijds betrekking op de fysieke toegankelijkheid van voorzieningen, anderzijds op de sociale toegankelijkheid; de mate waarin de deelname van mensen met functiebeperkingen door anderen geaccepteerd worden. Er bestaat vooral bij jongeren en deelnemers vanuit de psychiatrie behoefte aan meedoen aan reguliere, niet aangepaste, activiteiten. Soms is dit gezien de aard van de beperkingen gewoonweg niet mogelijk en is men gedwongen te zoeken naar alternatieven in aangepaste vorm. De beeldvorming over mensen met beperkingen in onze samenleving wordt doorgaans negatief opgevat. Er is nog sprake van veel onbekendheid en daardoor onbegrip hetgeen leidt tot het bewust of onbewust afgeven van negatieve signalen. Het imago van mensen met een functiebeperking is nog altijd niet best. Zowel de personen met een functiebeperking als de samenleving zouden wat dit betreft een stap moeten zetten.

Het vooraf beschikken over bepaalde toegankelijkheidsinformatie is voor met name rolstoelgebonden deelnemers wezenlijk, maar niet onmisbaar. Meer dan de helft van de deelnemers vraagt vooraf wel eens naar bepaalde toegankelijkheidsaspecten van accommodaties, maar ook zonder deze informatie gaan deelnemers op pad en met succes. Het is dus geen absolute voorwaarde gebleken om vooraf te weten hoe (on)toegankelijk het ergens is, wel kan deze informatie heel handig zijn. De kwaliteit van ingewonnen toegankelijkheidsinformatie laat te wensen over; slechts de helft van de deelnemers dat naar informatie op zoek gaat is er tevreden over.

Tegenover allerlei omgevingsgerelateerde factoren die de vrijetijdsinvulling mede bepalen staat een aantal persoonlijke eigenschappen. Het beeld dat deelnemers hebben van de eigen mogelijkheden en capaciteiten ('self-efficacy') bepaalt veel van de activiteiten waar men zich in de vrije tijd mee bezig houdt. Het komt voor dat dit beeld niet helemaal reëel is of op concrete ervaringen gebaseerd. Onzekerheid en daardoor onderschatting van het eigen potentieel leidt tot gemiste kansen in de vrije tijd. Het omgekeerde, overschatting van de eigen mogelijkheden, is in dit onderzoek niet naar voren gekomen.

Persoonsgebonden factoren staan in direct verband met de omgevingsgebonden eigenschappen rondom de persoon. Het in een vroeg stadium 'losgelaten' worden door ouders/opvoeders, de vrijheid krijgen om iets uit te proberen, de fout in mogen gaan en er zelf de verantwoordelijkheid voor nemen, leert iemand de eigen capaciteiten op waarde te schatten. Overbescherming en betutteling werken onzekerheid en angst in de hand.

Conclusie: De ketenstap 'idee- en besluitvorming' bestaat uit veel en uiteenlopende aspecten. Het is als het ware 'het kloppend hart' van de totale keten. Het proces zit vol kansen, maar er zijn ook zeker valkuilen. Het lastige van deze ketenstap is dat het vooral een intern denk- en afwegingsproces is; keuzes komen bewust of onbewust tot stand en dit bepaalt in grote mate het succes ervan. Een aantal bepalende factoren zal niet of moeilijk te beïnvloeden zijn (bv. aard van de beperkingen, budget, afhankelijkheid van derden). Verbeterkansen liggen vooral op het inzichtelijk maken en beargumenteren van wat de persoon écht wil en écht kan in zijn vrije tijd en hier passende activiteiten uit het vrijetijdsaanbod aan koppelen. Aangestuurd moet worden op het bewust maken van reële keuzes. Belangrijke verantwoordelijkheid hiervoor ligt vooral in het revalidatiewerkveld en bij andere zgn. vrijetijds makelaars (o.a. MEE-organisaties). Bij de vorming van het karakter en het aanleren van vaardigheden speelt ook de opvoeding een grote rol (in het geval men reeds op jonge leeftijd met beperkingen geconfronteerd wordt).

#### 5.3.4 Reismanagement

Uit de inventarisatie van beschikbare vervoersmogelijkheden en het feitelijk gebruik van vervoersvoorzieningen blijkt dat deelnemers het meest gebruik maken van vervoer per trein (los of als onderdeel van Valys), de auto van een ander en instellingsgebonden (groeps)vervoer. Deelnemers die beschikken over een Wvg- of Valyspas maken hier ook allemaal gebruik van. Minder dan de helft van de deelnemers heeft een eigen auto tot zijn beschikking. Toch levert een eigen auto belangrijke voordelen op in de vrije tijd. Het maakt deelname aan bepaalde activiteiten mogelijk, men kan er spontaner op uit gaan en het maakt een hoop regelwerk m.b.t. alternatief vervoer overbodig. Kortom, een zeer aantrekkelijke voorziening voor iedereen en zeker voor mensen met functiebeperkingen. Een aantal deelnemers heeft zelfs besloten bij de ouders te blijven wonen omwille van de aanschaf van een auto.

Slechts de helft van de deelnemers zegt gebruik te kunnen maken van de stads- of streekbus. In geval van rolstoelafhankelijkheid is men voor het regionaal vervoer afhankelijk van aangepast gemeentelijk vervoer (Wvg). Een relatief groot deel van de deelnemers kan in principe met de trein reizen. Zij die niet met de trein reizen maar het wel zouden kunnen, wijten dit aan een gebrekkige ervaring (onbekendheid) of aan negatieve ervaringen uit het verleden. Het oude bovenregionale vervoerssysteem TraXX heeft tussen 1994 en 2004 het gebruik van de trein ook niet gestimuleerd, immers alle bovenregionale verplaatsingen konden tegen gereduceerd tarief met de taxi uitgevoerd worden. Er was weinig reden of noodzaak om de trein te nemen.

Wanneer gereisd wordt met het OV (trein en bus) en met Valys (taxi en evt. trein), bestaat er behoefte aan relevante reisinformatie voorafgaand aan een vrijetijdsactiviteit. Niet voor alle reisdoelen wordt reisinformatie van belang geacht. In het geval van reistrajecten die nooit eerder zijn afgelegd is reisinformatie belangrijk. Zestig procent van de deelnemers geeft aan dat ze afhankelijk is van betrouwbare reisinformatie, want het geeft onderweg een bepaalde zekerheid, men weet waar men aan toe is. Aan de andere kant is het ook een kwetsbare vorm van informatie. Wanneer er tijdens de reis iets voorvalt, is het reisschema niet meer actueel en moet men op een andere manier geïnformeerd zien te worden

Conclusie: Vervoer per (eigen) auto geeft absoluut voordelen in de vrije tijd. Wanneer dit niet tot de mogelijkheden behoort dan zou het goed zijn in sommige gevallen meer keuzevrijheid t.a.v. vrijetijdsvervoer te bieden en zo ook meer verantwoordelijkheid bij de persoon zelf neer te leggen, bijvoorbeeld door een persoonsgebonden vervoersbudget in te stellen. Niet iedereen wil deze vrijheid en verantwoordelijkheid en niet iedereen kan deze hanteren, daarom zal de situatie van persoon tot persoon bekeken moeten worden.

Bepaalde doelgroepen moeten leren met de trein te reizen; er zijn kennis en vaardigheden voor nodig die je moet leren en toepassen in de praktijk, waarna pas een zekere routine ontstaat. Dit geldt ook voor het handelen in situaties waarin dingen anders lopen dan gepland; er zijn persoonlijke eigenschappen en vaardigheden voor nodig om hier mee om te kunnen gaan. Daarnaast wordt het reizen per trein ook als duur bestempeld. Ondanks het behoorlijke dienstenpakket dat de NS de reiziger met functiebeperkingen aanbiedt, is het imago van de NS in de ogen van de deelnemers vrij negatief. Vooral de NS als onderdeel van het ketenvervoer van Valys roept negatieve reacties op. Er zijn te veel verschillende organisaties betrokken en er is niemand verantwoordelijk voor het geheel.

Reisinformatie is voor mensen met beperkingen om verschillende redenen van belang. Het inwinnen van relevante reisinformatie en het maken van afspraken met vervoerders vergt enig regelwerk, maar levert in de praktijk weinig problemen op. De huidige statische vorm van de informatie is doorgaans toereikend, mits alles conform plan verloopt. Komt er echter

een storing in het voorbereide reisschema dan verliest deze reisinformatie direct zijn waarde.

### **5.3.5 Uitvoering**

Bijna alle deelnemers zijn in staat vanuit de eigen praktijkervaring voorbeelden te noemen van probleemsituaties waarin men in de vrije tijd terecht is gekomen. In de ruime meerderheid van de gevallen ligt de oorzaak van het probleem op het vlak van vervoer. Het frustrerende van dergelijke situaties is dat de persoon in kwestie op dat moment vrij weinig kan ondernemen. Ondanks een goede reisvoorbereiding en planning gaat het tóch mis. Er rest weinig anders dan er melding van maken en wachten op herstel van de situatie. De impact van dit soort incidenten verschilt wel tussen deelnemers. Niet iedereen heeft de fysieke mogelijkheden zich snel aan een veranderde situatie aan te passen en niet iedereen kan er even goed mee omgaan. De een beseft dat hij/zij afhankelijk is van een kwetsbaar vervoerssysteem en houdt er vooraf al rekening mee dat het ergens fout kan gaan, terwijl de ander al in paniek raakt bij de gedachte dat van het reisschema wordt afgeweken. Voor wie structuur de basis is van het functioneren, levert het zelfstandig reizen met de trein (te) grote risico's. Onder begeleiding reizen zal in dergelijke gevallen noodzakelijk blijven, evenals het door derden laten oplossen van (reis)problemen. Toch zal een groot deel van de reizigers met een functiebeperking zelf vaardigheden of strategieën kunnen ontwikkelen die behulpzaam zijn bij het oplossen van en omgaan met onverwachte veranderingen van het reisschema.

Naast problemen die te maken hebben met vervoer worden deelnemers bij de uitvoering van vrijetijdsactiviteiten ook geconfronteerd met situaties waarin men zich onjuist door anderen bejegend voelt. Ook dit is een toegankelijkheidsaspect. De voorbeelden illustreren weer eens hoeveel terrein er nog te winnen valt als het gaat het accepteren en openstaan voor mensen met beperkingen in onze samenleving. Dit proces kan ondersteund worden door de manier waarop mensen met functiebeperkingen zich in het dagelijks leven manifesteren en presenteren; het gaat om gedrag, onderling begrip en respect (actie leidt tot reactie en weer tot actie en zo verder). Integratie van mensen met en zonder beperkingen kan alleen slagen als hier van beide kanten in geïnvesteerd wordt

Conclusie: De uitvoeringsfase wordt als relatief lastig ervaren omdat het hier vaak mis kan gaan en de persoon er, vergeleken met de anderen ketenstappen, zelf de minste invloed op kan uitoefenen. Ondanks aanwezige barrières en ontoegankelijkheid zijn er deelnemers die weinig of geen problemen in de uitvoering tegenkomen. De sterkte van deze ketenstap wordt voor een groot deel bepaald door de mate waarin de persoon in kwestie problemen kan aanvaarden, aanpakken en oplossen. De fysieke en sociale omgeving kan enerzijds bijdragen aan het ontstaan van minder problemen, anderzijds kan het oplossingen ondersteunen. Verbeterkansen liggen zowel op het vlak van de persoon als de omgeving, immers meer dan de helft van alle negatieve praktijkervaringen had door 'extra inspanning' van de persoon zelf of van anderen in de omgeving voorkomen kunnen worden.

### **5.3.6 Evaluatie**

Opvallend is het geringe aantal deelnemers dat na afloop van een vrijetijdsactiviteit pas op de plaats maakt om positieve en minder positieve ervaringen op een rijtje te zetten, met als doel het resultaat hiervan mee te nemen in het toekomstig handelen. Het opmaken van de balans van wat goed ging en wat beter of anders zou kunnen kan de vrijetijdsbesteding tot een hoger uitvoeringsniveau tillen. Wanneer bepaalde problemen of hindernissen voor lief

genomen worden of niet wordt ingezien dat dingen ook anders kunnen, worden onnodig negatieve ervaringen opgedaan.

Terugkijkend op hoe deelnemers omgaan met negatieve ervaringen in de vrijetijdspraktijk, valt op dat deelnemers in een woonvorm het vaakst sociale steun zoeken en de situatie positief herwaarderen (“ik heb er wat van opgestoken”. “ik ben een ervaring rijker”). Dit in tegenstelling tot de jongerengroep die juist eerst het probleem planmatig probeert op te lossen, gevolgd door het positief herwaarderen van de situatie. In de psychiatriegroep is de voorkeur voor het hanteren van bepaalde copingstrategieën veel minder duidelijk aanwezig; geen enkele strategie springt er hier echt uit.

De verschillen tussen de groepen zouden kunnen wijzen op onderlinge verschillen wat betreft de visie op en het omgaan met tegenslagen (levensinstelling, attitude). De vraag is vervolgens of en in hoeverre dit ten positieve beïnvloed kan worden, opdat de impact van negatieve ervaringen zo beperkt mogelijk blijft en alleen de leermomenten als positief element worden meegenomen. Voorkomen moet worden dat mensen ofwel helemaal niet leren van ervaringen om dat men überhaupt niet evalueert, ofwel dat vervelende ervaringen de vrijetijdsattitude en -motivatie te zeer negatief beïnvloeden

Wat betreft de tevredenheid van deelnemers met de huidige vrijetijdsbesteding kan het volgende geconcludeerd worden: Gemiddeld genomen zijn de deelnemers in alle doelgroepen tevreden, echter op individueel niveau zitten in elk van de groepen ook ontevreden deelnemers. De componenten van vrije tijd waar deelnemers het meest of minst tevreden over zijn verschillen per doelgroep. In de woonvormgroep wordt de meeste tevredenheid verschaft door de ontspanningscomponent van vrije tijd, in de jongerengroep door de sociale component en in de psychiatriegroep door de psychologische component. De woonvorm- en jongerengroep ontleen de minste tevredenheid aan de fysiologische component van vrije tijd en de psychiatriegroep aan de sociale, fysiologische en esthetische vrijetijdscomponenten. Gezien de onderlinge verschillen in de aard van de beperkingen zijn deze resultaten niet geheel onverwacht.

Conclusie: Er bestaan verschillen in de manier waarop de drie doelgroepen omgaan met problemen in de uitvoering. De situatie positief herwaarderen, het zoeken van sociale steun en het probleem planmatig proberen op te lossen zijn copingstrategieën die door de deelnemers in dit onderzoek het meest genoemd zijn. Niet iedereen evalueert zijn eigen vrijetijdservaringen even bewust en even structureel. Soms is leren uit ervaring ook niet meer aan de orde, puur omdat sprake is van een succesvolle uitvoeringsfase. Evalueren heeft dan geen toegevoegde waarde meer. Evalueren lijkt vooral zin en toegevoegde waarde te hebben voor diegene die zich ontwikkelen op vrijetijdsgebied. Te denken valt aan een revalidatietraject waarin activiteiten opnieuw worden opgepakt of aan situaties waarin besloten wordt nieuwe uitdagingen aan te gaan in de vrije tijd.

Bijna een kwart van de deelnemers is naar eigen zeggen ontevreden met de eigen vrijetijdsbesteding. De mate van tevredenheid kan ontleend worden aan verschillende componenten van vrije tijd. Het beantwoorden van de vraag of mensen tevreden of ontevreden zijn met hun huidige actieve vrijetijdsbesteding is heel persoonlijk; telkens spelen andere factoren een rol. De invulling van de vijf ketenstappen binnen het model “Vrije tijd en mobiliteit” levert per individu een uniek plaatje op, afhankelijk van iemands ambities, mogelijkheden en wat hij/zij belangrijk vindt in zijn/haar vrije tijd.

## 5.4 Succesfactoren bij vrijetijdsbesteding

Tevredenheid met de huidige vrijetijdsbesteding is geen voorwaarde voor een succesvolle actieve vrijetijdsbesteding gebleken, evenals ontevredenheid niet de resultante is van ervaren valkuilen en belemmeringen in de vrije tijd. Beter kan uitgegaan worden van de mate waarin de aanwezige mogelijkheden (persoons- en omgevingsgerelateerd) benut worden. Persoonsgerelateerde succesfactoren zijn doorslaggevend ten opzichte van omgevingsgebonden factoren. In een samenleving waarin nog lang geen sprake is van emancipatie van mensen met beperkingen en toegankelijkheid voor iedereen niet afdwingbaar is, zullen de participatie- en integratiemogelijkheden voor deze doelgroep altijd achterblijven bij die van het overgrote deel van de bevolking.

Een toegankelijke samenleving is wenselijk en zal zeker bijdragen aan een samenleving met gelijke kansen voor iedereen. Toch zal een dergelijke samenleving geen garantie zijn voor succesvolle recreatieve deelname door mensen met beperkingen. Wanneer participatie en integratie op dit gebied het streven is dan hebben zowel de maatschappij als de persoon met een functiebeperking een bepaalde verantwoordelijkheid. Uit dit onderzoek is gebleken dat, uitgaande van onze huidige (grotendeels ontoegankelijke) samenleving, bepaalde personen op basis van karakter en persoonlijke vaardigheden wél met toegankelijkheidsproblemen kunnen omgaan. Daar waar 'de deur' voor anderen gesloten blijft, participeren zij. Feitelijk is dit niet anders vergeleken met personen zonder beperkingen, ook hier slagen sommigen wel en anderen minder in de vrije tijd. Het verschil zit in het gegeven dat mensen met beperkingen eerder en ook andere barrières op hun pad tegenkomen. Om mee te kunnen doen zullen zij zich op een andere manier moeten manifesteren.

Succesvolle eigenschappen en vaardigheden kunnen van nature bij iemand aanwezig zijn of in de loop van het leven eigen gemaakt worden. Het accepteren van de beperkingen en het om kunnen gaan met de consequenties van de beperkingen zijn belangrijke voorwaarden. Niet alleen met oog op een bevredigende vrijetijdsbesteding, maar in het algemeen om verder te kunnen in het leven. Gemotiveerd zijn, een reëel beeld hebben van de eigen (on)mogelijkheden, assertief zijn, initiatief tonen, weten wat je wilt, een positieve instelling hebben, fouten kunnen accepteren, om kunnen gaan met tegenslagen, flexibel zijn etc. zijn allemaal persoonlijke eigenschappen die uit de dossierstudies naar voren zijn gekomen als succesfactoren. Opvoeding door ouders of andere opvoeders, de benaderingswijze op school en/of binnen het een revalidatiecentrum vormen wat dit betreft een belangrijke 'voedingsbodem'. De vraag is of hier op dit moment het onderste uit de kan gehaald wordt? Worden kinderen met een functiebeperking door hun ouders/opvoeders niet te zeer beschermd vanuit de idee dat ze iets niet zouden kunnen of uit angst dat hen iets overkomt? Zet de sfeer en benaderingswijze in een woonvorm of andere instelling wel voldoende aan tot het nemen van eigen initiatieven om jezelf te ontplooien en van jezelf te leren? Wordt in het huidige revalidatiewerkveld wel voldoende en op de juiste manier aandacht besteed aan het ontwikkelen van noodzakelijke vaardigheden om in het leven na de revalidatie je mannetje te kunnen staan? Staat het thema actieve vrijetijdsbesteding en het leren recreëren überhaupt op de agenda van revalidatie-instellingen? In het kader van vrije tijd wordt relatief veel aandacht besteed aan het toewerken naar een zinnige dagbesteding na ontslag. Natuurlijk is dit een belangrijke revalidatiedoelstelling, maar in een goed gevuld weekprogramma kunnen actieve vrijetijdsactiviteiten ontbreken. Tijdens een revalidatiebehandeling wordt het maken van uitstapjes, weekendjes weg of vakantie niet gezien als een van de primaire doelstelling binnen vrijetijdsbesteding. Toch zou het goed zijn hier in de periode na ontslag alsnog aandacht aan te geven, bijvoorbeeld in het kader van follow-up of controle. Wanneer men het 'gewone' leven weer enigszins heeft opgepakt nemen de interesses in en behoeften aan dit soort activiteiten weer toe.



Een eigen auto, geld en een sociaal netwerk zijn prettige middelen om in de vrije tijd over te kunnen beschikken, maar dan ben je er nog niet. Er zijn nog tal van andere factoren die in combinatie bepalend zijn voor succes. Een van de conclusies uit dit onderzoek is dat aan de toegankelijkheid van gebouwen, vervoer en informatie nog een hele hoop valt te verbeteren. Absolute ontoegankelijkheid, waarbij het echt niet mogelijk is toegankelijkheidsbarrières te overkomen, komt in onze samenleving aanzienlijk minder voor dan relatieve ontoegankelijkheid, waarbij er wel mogelijkheden zijn deze barrières te overbruggen. Richting de samenleving moet een duidelijk signaal uitgaan dat pleit voor het voorkómen dan wel het opheffen van absolute ontoegankelijk. Ondernemers moeten bewust gemaakt worden van de gevolgen van ontoegankelijkheid voor bepaalde groepen mensen en moeten hun verantwoordelijkheden wat dit betreft kennen. Elke actie, hoe klein dan ook, gericht op toegankelijkheidsverbetering is er één. Het gaat dan niet alleen om het weghalen van die trap of drempel bij de ingang, maar even zo goed om respect, gastvrijheid en behulpzaamheid richting mensen met beperkingen. Kortom, investeren op wat voor manier dan ook opdat mensen met beperkingen kunnen deelnemen (participeren) en meedoen (integreren). Alleen al vanuit economisch perspectief zouden ondernemers hiertoe gemotiveerd kunnen worden, elke extra klant levert immers geld op. Ook de overheid kan hier invloed op uitoefenen, door recreatie- of horecaondernemers financieel voordeel te geven wanneer ze investeren in toegankelijkheid (belastingmaatregel of het geven van subsidies bijvoorbeeld).

Klinkt allemaal heel sympathiek en vooruitstrevend, maar waarom zouden ondernemers investeren in dit soort maatregelen? Ook zonder gehandicapten zitten restaurants en cafés aardig vol. Afdwingbaar zijn dit soort maatregelen niet, echter via lokaal beleid kan wel het nodige gedaan worden. Hier is oog voor nodig. In Artikel 1 van de Grondwet staat een belangrijk uitgangspunt van gelijke behandeling, namelijk dat iedereen in Nederland in gelijke gevallen gelijk behandeld moet worden; discriminatie is dus niet toegestaan. De Wet gelijke behandeling op grond van handicap en chronische ziekte gaat specifiek in op deze doelgroep, maar is momenteel alleen nog uitgewerkt voor discriminatie op het werk en in het beroepsonderwijs. In de toekomst moet de wet ook gaan gelden voor wonen en voor het openbaar vervoer. In 2010 moeten de bussen toegankelijk zijn en in 2030 de treinen. Tot die tijd kunnen mensen die zich ongelijk behandeld voelen dit melden aan de Commissie Gelijke Behandeling, die vervolgens een onderzoek instelt en tot een oordeel komt. Wettelijk gezien is het dus niet mogelijk toegankelijkheid in de horeca en in andere recreatiegelegenheden direct af te dwingen. Maar is het dan puur een vrijblijvende kwestie? In zekere zin wel, hoewel kreten als 'maatschappelijk verantwoord ondernemen', 'duurzaam ondernemen' en 'sociale verantwoordelijkheid van bedrijven' etc. bij steeds meer ondernemers en leidinggevenden aanslaan. "Maatschappelijk verantwoord ondernemen (MVO) is het structureel afwijken van verwachtingen van de belanghebbenden, met als doel een maximale toegevoegde waarde voor én de onderneming én mensen én het milieu (bron: <http://www.adburdias>"). In het kader van deze gedachte past ook het rekening houden met de belangen van mensen met een functiebeperking en het ontwikkelen van een visie en beleid hiertoe.

Hoewel MVO niet verplicht is, noch afgedwongen kan worden, heeft ISO, de International Organisation for Standardisation, besloten een richtlijn op te stellen voor maatschappelijk verantwoord ondernemen. Of en wanneer organisaties dit oppakken zal afgewacht moeten. Het collectief van mensen met beperkingen in de vorm van belangenverenigingen bijvoorbeeld moet zich hier ook zelf hard voor maken. Ongeveer 1 op de 10 mensen in Nederland heeft een handicap, chronische ziekte of een combinatie hiervan. Zolang dwingende maatregelen op het gebied van toegankelijkheid ontbreken en geen sprake is van sancties bij het 'in gebreke blijven', moeten organisaties en ondernemers er op een andere

manier van doordringen en overtuigd worden dat hier verantwoordelijkheden en kansen liggen. Zonder de actieve inzet van de doelgroep zelf is dit proces kansloos. Door zich als groep te organiseren, te manifesteren en te profileren kunnen veranderingen in gang gezet worden. Mensen met beperkingen zijn, net als veel andere minderheidsgroeperingen in Nederland, onvoldoende geëmancipeerd (letterlijk: "gelijkgerechtigd"). Los van ontwikkelingen in de samenleving spelen zij zelf een zeer belangrijke rol bij het verwerven en afdwingen van gelijke kansen en rechten. Hoewel er wat dit betreft voor iedereen (zowel publiek als privaat) nog veel werk te doen is kan de doelgroep, door te redeneren vanuit de eigen mogelijkheden, toch dingen voor elkaar krijgen. Dat dit reëel is illustreert onderstaand citaat:

*"Een van de belangrijkste maatschappelijke verwachtingen is dat men geen genoeg meer neemt met 'geloof ons' vanuit de onderneming, maar vraagt om 'laat me zien' en 'bewijs het me'. Openheid is dus een voorwaarde om als integere organisatie te worden aangemerkt. Een en ander betekent dat er een interactief proces ontstaat. Die openheid en interactiviteit maken overigens ook de scheiding tussen bedrijf en omgeving steeds minder duidelijk. Een bedrijf zal dus ook om die reden moeten aansluiten bij wat de maatschappij vindt. Een andere reden om dat te doen is de toegenomen mogelijkheden van burgers als individu of collectief om een waaier aan publiciteit in te kunnen zetten - een zeer effectief middel om bepaald gedrag af te dwingen"*  
(bron:<http://www.adburdias.nl>. Adburdias ondersteunt organisaties bij het zich aanpassen aan toenemende verwachtingen )

Een goed praktijkvoorbeeld van maatschappelijk verantwoord ondernemen binnen het recreatiedomein wordt gegeven door DierenPark Amersfoort:

*"DierenPark Amersfoort biedt niet alleen een dagje uit, er gebeurt nog veel meer. Het Park vindt het belangrijk goed om te gaan met het milieu en de wereld om het park heen en streeft er daarom naar om maatschappelijk verantwoord te ondernemen. Dit betekent gebruik maken van zonne-energie, niet bouwen met tropisch hardhout en zo veel mogelijk hergebruik van afval. Maar het betekent ook dat er een grote groep mensen met een handicap werkt; zij houden met veel plezier het park schoon en helpen bijvoorbeeld met het fruit snijden voor de dieren. En mensen die in een zorginstelling wonen, omdat ze ziek zijn of een handicap hebben mogen met korting het park bezoeken. Zo draagt DierenPark Amersfoort haar kleine steentje bij aan een betere wereld.*  
(Bron: <http://www.amersfoort-zoo.nl>)

Conclusie: Er is een aantal persoons- en omgevingsgebonden factoren te onderscheiden dat de kans op succes in de actieve vrijetijdsbesteding vergroot. Omgevingsgebonden succesfactoren kunnen gezien worden als faciliterend of voorwaardenscheppend, terwijl de persoonsgebonden factoren het verschil kunnen maken tussen meedoen, toekijken of thuis blijven. Ondernemers op het brede gebied van verblijf, vervoer en vermaak moeten zeker gewezen worden op het belang van toegankelijkheid en wat zij concreet kunnen doen ter bevordering van de participatie en integratie van mensen met beperkingen.

Onder het motto Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen kunnen hier aanknopingspunten voor gevonden worden. Elke actie op dit gebied is winst voor de doelgroep. Toch biedt een volledig toegankelijke samenleving, die op alle fronten rekening houdt met mensen met beperkingen, geen garantie; de rol van de persoon zal uiteindelijk cruciaal zijn. Iemand met een bepaalde attitude en de juiste vaardigheden zal zijn weg wel vinden, ook in een samenleving die niet (helemaal) vrij is van barrières en obstakels. Om dit te bereiken zal geïnvesteerd moeten worden in mensen.

## 5.5 Slotconclusie

### 5.5.1 Conclusieoverzicht

De knelpuntenanalyse ten aanzien van toegankelijkheid en mobiliteit bij vrijetijdsbesteding door mensen met beperkingen heeft, uitgaande van de deelnemers aan dit onderzoek, heeft samengevat geleid tot de conclusies (in willekeurige volgorde):

- Er heerst over het algemeen een goede, positieve vrijetijdsattitude onder de deelnemersgroep (woonvormgroep scoort het hoogst, de jongerengroep het laagst)
- Er worden voldoende positieve vrijetijdservaringen opgedaan
- Vrijetijdskeuzes worden vooral gemaakt op basis van vrijetijdservaringen (“wat vind ik leuk?”) en minder op basis van gedragsintenties (“wat vind ik belangrijk in mijn leven?”)
- Vrije tijd wordt niet altijd als ‘vrij’ beleefd; men heeft wel tijd en men wil wel dingen ondernemen, maar het kan of lukt om persoonlijke, fysieke of materiele redenen niet altijd
- Vrije tijd wordt in de deelnemersgroep verhoudingsgewijs meer met passieve activiteiten gevuld het activiteitenpatroon is soms minder gevarieerd
- De prestaties binnen de ketenstap “Idee- en besluitvorming” van het model “Vrije tijd en mobiliteit” worden met het minst hoge cijfer beoordeeld. Verbeterkansen liggen waarschijnlijk vooral op het inzichtelijk maken en beargumenteren van wat de persoon echt wil en kan in de vrije tijd en hier passende activiteiten aan koppelen
- De prestaties binnen de ketenstap “Reismanagement” van het model “Vrije tijd en mobiliteit” worden met het hoogste cijfer beoordeeld
- Deelnemers zijn gemotiveerd voor het uitvoeren van activiteiten in de vrije tijd; een duidelijke, uitgesproken motivatie in de vrije tijd is een goede katalysator voor het maken van keuzes in de vrije tijd (“use it or lose it”)
- Deelnemers zijn voornamelijk gemotiveerd voor vrijetijdsactiviteiten met een intellectuele component. Men wil leren, zich ontwikkelen en dingen ontdekken, maar ook plezier maken en er ‘even uit zijn’
- Deelnemers zijn in de vrije tijd vooral actief op sociaal, recreatief, vakantie en cultureel gebied
- Een groot deel van de deelnemers beweert te weinig budget te hebben om de gewenste activiteiten in de vrije tijd te kunnen uitvoeren
- Deelnemers zijn vaak afhankelijk van begeleiding door derden bij het uitvoeren van vrijetijdsactiviteiten buitenshuis; de noodzakelijke begeleiding kan in de praktijk niet altijd gevonden worden, waardoor aan bepaalde activiteiten niet kan worden deelgenomen
- Sommige deelnemers zijn ontevreden over de toegankelijkheid van het huidige vrijetijds- en recreatieaanbod
- Sommige deelnemers vinden dat de toegankelijkheidsinformatie van vrijetijdsvoorzieningen te wensen over laat.
- Een aantal deelnemers vindt dat in de maatschappij een negatief beeld heerst als het om mensen met beperkingen gaat
- Deelnemers hebben niet altijd een reëel beeld van de eigen mogelijkheden en capaciteiten op vrijetijdsgebied (lage eigen effectiviteit); door onderschatting van de eigen mogelijkheden worden bepaalde kansen in de vrije tijd gemist. Het vormingsproces dat reeds op jonge leeftijd begint is hier waarschijnlijk ook debet aan (opvoeding, onderwijs, revalidatie etc.)
- Deelnemers hebben minder keuzevrijheid wat vervoer betreft; moeten meer moeite dan gemiddeld doen om hun vervoer in de vrije tijd te organiseren, zijn daardoor minder vrij om te gaan en te staan waar ze willen. Ook de spontaniteit waarmee activiteiten opgepakt kunnen worden, wordt hierdoor onderdrukt.

- Deelnemers beschikken niet altijd over voldoende ervaring en vaardigheden om zelfstandig of m.b.v. assistentie te kunnen reizen (reizen met de trein stelt wat dit betreft de hoogste eisen).
- Veel deelnemers hebben moeite met het organiseren van het bovenregionaal ketenvervoer (Valys).
- Deelnemers zijn vaak afhankelijk van betrouwbare reisinformatie voorafgaand aan een reis. Dit type informatie is vanwege het statische karakter erg kwetsbaar.
- In het kader van een goede vrijetijdsbesteding is het belangrijk om te kunnen gaan met onverwachte of tegenvallende situaties.
- De evaluatiefase na het ondernemen van activiteiten in de vrije tijd wordt dikwijls overgeslagen
- Evalueren heeft vooral zin in leersituaties (revalidatie, nieuwe uitdagingen aangaan etc.). Wanneer iemand zijn nieuwe situatie volledig heeft geaccepteerd en weet wat goed en minder goed is om te doen, zal deze persoon in de uitvoering minder snel tegen problemen aanlopen en zal de relevantie van het 'ervaringsleren' afnemen
- Een deel van de deelnemers is ontevreden over de huidige vrijetijdsbesteding
- Het ketenvervoer van Valys mist één (eind)verantwoordelijke organisatie.
- Het welslagen van personen in de uitvoeringsfase van vrijetijdsactiviteiten ligt vooral in de mate waarin iemand in staat is voorkomende problemen te aanvaarden, aan te pakken en op te lossen. De fysieke en sociale omgeving kan positief aan dit proces bijdragen door meer oog te hebben voor en actie te ondernemen op het gebied van toegankelijkheid voor iedereen, gastvrijheid, behulpzaamheid etc.
- Met name de absolute toegankelijkheidsbarrières in onze samenleving moeten zo veel mogelijk voorkomen of opgeheven worden.
- Ondernemers moeten meer oog krijgen voor ontoegankelijkheid van hun accommodaties, producten en diensten en hierin hun verantwoordelijkheid nemen. Met overheidsmaatregelen en via lokaal beleid kan het nodige gedaan worden
- Kreten als "toegankelijkheid voor iedereen" en "design for all" kunnen krachtig en concreet gemaakt worden door ze te formuleren binnen de kaders van het Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen (MVO)
- MVO dient ook in de recreatieve en toeristische sector te worden gestimuleerd. De doelgroep zelf bepaalt in eerst instantie zelf het succes ervan door de manier waarop men zich organiseert en de argumenten die gebruikt worden om toegankelijkheid breed af te dwingen.
- Uitgaande van onze huidige samenleving die grotendeels ontoegankelijk is voor mensen met beperkingen, wordt het succes in de vrije tijd voornamelijk bepaald door factoren gekoppeld aan de persoon zelf en diens directe woon- en leefomgeving
- Absolute toegankelijkheidsbarrières dienen zo veel mogelijk voorkomen of opgeheven te worden
- Relatieve ontoegankelijkheid kan opgelost gekoppeld worden door te investeren in middelen en mensen

De volgende conclusies zijn specifiek van toepassing op de verschillende betrokken doelgroepen:

- Jongeren geven zichzelf gemiddeld de hoogste cijfers voor hun prestaties binnen de ketenstappen van het model "Vrije tijd en mobiliteit", terwijl de psychiatriegroep zich gemiddeld met de laagste cijfers beoordeeld
- De jongerengroep beoordeelt de "Evaluatiefase" bij deelname aan vrijetijdsactiviteiten gemiddeld met het minst hoge cijfer en slaagt het beste in de "Uitvoeringsfase"

- De woonvormgroep beoordeelt de “Uitvoeringsfase” bij deelname aan vrijetijdsactiviteiten gemiddeld met het minst hoge cijfer
- De psychiatriegroep heeft gemiddeld de hoogste motivatiescores
- In de psychiatriegroep komen budgetproblemen het meeste voor
- De jongeren- en psychiatriegroep ervaren sociale en fysieke problemen bij de deelname aan reguliere vrijetijdsactiviteiten in clubverband
- Vooral mensen in een woonvorm en in de psychiatrie hebben last van een onjuiste bejegening door derden
- De copingstrategie waar mensen in een woonvorm het vaakst voor kiezen als er in de vrije tijd iets mis gaat is ‘sociale steun zoeken’
- De copingstrategie waar de jongerengroep het vaakst voor kiest als er in de vrije tijd iets mis gaat is ‘het probleem planmatig oplossen’
- De woonvormgroep ontleent de meeste tevredenheid aan de ontspanningscomponent van vrije tijd
- De jongerengroep ontleent de meeste tevredenheid aan de sociale component van vrije tijd
- De psychiatriegroep ontleent de meeste tevredenheid aan de psychologische component van vrije tijd
- Personen in een geïnstitutionaliseerde woonomgeving hebben doorgaans een minder gevarieerd en minder omvangrijk activiteitenpatroon in de vrije tijd

### **5.5.2 Slotconclusies**

Een goede invulling kunnen geven aan vrije tijd blijkt een wezenlijk onderdeel te zijn van de kwaliteit van leven van mensen met een beperking. Alle deelnemers aan dit onderzoek geven er invulling aan. Toch ervaren de meeste deelnemers ook problemen mee, enerzijds doordat men de eigen mogelijkheden onvoldoende kent en/of benut en anderzijds door beperkte keuzemogelijkheden in het aanbod.

Uit dit onderzoek kunnen niet één of enkele problemen naar voren worden gebracht als zijnde de belangrijkste knelpunten op het vlak van mobiliteit en vrije tijd. Voor alle deelnemers geldt dat succes en falen in de vrije tijd worden bepaald door de combinatie van drie factoren: persoonlijke vaardigheden en competenties, de wijze waarop men is geschoold, getraind of behandeld en de randvoorwaarden die de maatschappij biedt in termen van toegankelijkheid en bejegening.

De ketenbenadering die in dit onderzoek is gehanteerd blijkt een uitstekend instrument om sterktes en zwaktes van de persoon en diens omgeving tijdens vrijetijdsbesteding, bloot te leggen. Opvallend is dat niet de feitelijke fysieke toegankelijkheid (“Uitvoeringsfase”) als zwakste schakel in deze keten kan worden aangemerkt, maar dat dit de fase van “idee en besluitvorming” is. Het formuleren van ideeën en kunnen komen tot daadwerkelijke keuzes voor de invulling van vrije tijd en recreatieve deelname, wordt namelijk zeer bepaald door randvoorwaarden. De belangrijkste zijn: acceptatie van aanwezige beperking en het daarmee samenhangend zelfinschattend vermogen, beschikbaar budget, aanwezigheid van begeleiding en support vanuit de sociale omgeving.

Van de onderzochte doelgroepen ervaren bewoners woonachtig in een woonvorm de meeste problemen om tot volwaardige recreatieve deelname te komen. Mensen met vergelijkbare beperkingen die buiten instellingen wonen doen het in vergelijking beter.

Een opvallend gegeven dat naar voren kwam uit dit onderzoek is dat de deelnemers frequent aangaven te twifelen over het gebrek aan aandacht voor hun doelgroep. Deze stellingname duidt op een sterke verkokering. Zo vinden deelnemers uit de jongerengroep dat er wel erg veel aandacht uitgaat naar mensen met een verstandelijk beperking en omgekeerd. Ook de mensen binnen de groep met een psychiatrische beperkingen geven dit aan. Verkokering kan een hinderlijke beperking zijn om de beeldvorming voor mensen met beperking in de samenleving te verbeteren.

De keuze om binnen dit onderzoek de groep mensen met een psychiatrische beperking op te nemen blijkt een juiste te zijn geweest. Het is een groep die nauwelijks in verband gebracht wordt met onderwerpen als mobiliteit en toegankelijkheid. Toch ondervinden deze mensen wel degelijk allerlei problemen. Bejegening, een gebrek aan flexibiliteit bij aanbieders alsmede financiële problemen hinderen deze mensen in maatschappelijke participatie.

Indien participatie en kwaliteit van leven in Nederland verbonden worden met het vrij kunnen zijn in wat je kiest, dan worden mensen met functiebeperkingen hierin beperkt. De sleutel tot verbetering ligt op drie gebieden, immers:

- Mensen met een functiebeperking moeten veel meer dan nu opkomen voor hun eigen rechten en belangen;
- Plaatsen waar mensen geleerd wordt om ondanks hun beperkingen volwaardige te recreëren (o.a instellingen, revalidatiecentra, activiteitencentra, MEE-organisaties) moeten veel meer aandacht geven aan het onderwerp vrijetijdsbesteding, het ontdekken/benutten van de eigen mogelijkheden en het aanleren van vaardigheden op dit gebied;
- De beeldvorming vanuit onze maatschappij over mensen met beperkingen is er een van gebrekkigheid en tekortkomingen. Een toegankelijker maatschappij begint met verbeteringen juist op dat vlak.

## 6 Aanbevelingen

Het op individuele wijze invulling kunnen geven aan vrije tijd is voor **iedereen** cruciaal.

Het type onderzoek zoals het iRv in dit kader heeft uitgevoerd maakt het mogelijk om op tal van (deel)gebieden conclusies te trekken. Wij hebben er niet voor gekozen aan deze lijst van conclusies eveneens een lijst van aanbevelingen te verbinden. De onderzoeksrapportage dient vooral ter inspiratie om lezers te stimuleren zelf verbeteringen, die op veel onderwerpen mogelijk zijn, te formuleren. De onderzoekers hebben ervoor gekozen slechts 1 centrale aanbeveling te doen.

De belangrijkste aanbeveling uit dit onderzoek is om het onderwerp vrije tijd en mobiliteit (ontspanning, toerisme, recreatie) als een kernthema voor de komende jaren te beschouwen en niet als een soort sluitpost op een begroting. Het onderwerp zal naar verwachting een geweldige economische impuls doormaken. De vergrijzing van de samenleving vereist een enorme denkomslag om hierop te kunnen anticiperen, zowel in de publieke als in de private sector. Er zal de komende jaren veel geïnvesteerd worden. In omgevingen, in mensen, producten en diensten. Mensen met een functiebeperking moeten hierop 'meeliften', moeten dit afdwingen, moeten naar buiten treden en zich laten zien en horen.

De spil van onze aanbeveling is erop gericht het denken binnen *organisaties* te veranderen, opdat men bij het nemen van beslissingen het perspectief van mensen met een beperking meer dan nu zal meenemen. Niet vanuit een bedreiging, maar vanuit kansen. Investeren in een toegankelijke samenleving is namelijk goed voor iedereen. Niet in de laatste plaats omdat het financieel aantrekkelijk is (minder kosten voor aanpassingen achteraf, meer marktwerking, betere service en kwaliteit als onderscheidend vermogen).

Organisaties en dienstverleners die zich richten op het behandelen, trainen en begeleiden van mensen houden zich in de huidige situatie, wordt uit dit onderzoek duidelijk, te weinig bezig met het thema vrije tijd. Activiteiten als het aanleren van specifieke vaardigheden, het ondersteunen van het keuzeproces, mensen 'empoweren' (overtuigd laten zijn van het eigen kunnen) en als organisatie naar buiten toe druk uitoefenen om het belang van vrije tijd te onderstrepen, dienen hierbinnen te worden ontwikkeld.

Ook binnen de publieke sector is het ontwikkelen van interventies noodzakelijk. Er wordt in Nederland reeds jaren geijverd voor verbetering van toegankelijkheid van onze omgeving (vervoer, gebouwen, openbare ruimte etc). Dit met wisselend succes. Bij grote delen van de bevolking, inclusief beleidsbepalers, ontwerpers en ondernemers bestaat de indruk dat het in Nederland aardig op orde is. Dit is een misvatting. Als rijk en westers land ontberen we absoluut de omgevingkwaliteit die daarbij past. Een dergelijke omgeving is ontworpen vanuit het perspectief van de gebruiker, niet vanuit esthetiek of vormgeving zelf. Het is noodzakelijk om een krachtige impuls te geven aan een veel sterker en vooral afdwingbaar overheidsbeleid, waarbij inclusief denken en design for all vertrekpunt zijn.

Aanbevolen wordt om interventies toe te passen op een drietal niveaus en in het kader daarvan afspraken te maken met een aantal partijen.

#### Interventies op micro-niveau:

Het samen met belangenorganisaties voor mensen met beperkingen vaststellen en uitwerken van de mogelijkheden. Te denken valt aan interventies gericht op empowerment, aan het inzetten van (vrijtijds)ambassadeurs die het thema onder de aandacht houden, het inrichten van digitale platforms rondom mobiliteit en vrijetijdsbesteding. Het is van groot belang daarnaast in kaart te brengen wat de mogelijkheden zijn vanuit perspectief van opvoeding en gezondheidsvoorlichting. Dit onderzoek toont aan dat veel mensen met een beperking last hebben van het gegeven dat ze erg beschermend zijn opgegroeid. Hier is een pedagogische rol weggelegd voor ouders, leerkrachten, revalidatiesector en overheid.

- Te benaderen organisaties: CG-raad, LSR, LPR

#### Interventies op meso-niveau:

Aansluitend op het vorige ligt er, vanuit dit onderzoek een sterke aanbeveling voor een verbeteringslag in de sector waar mensen wordt geleerd te recreëren. Enkele suggesties:

- Scholing/Onderwijs: Ontwikkelen en opzetten van trainingen/cursusaanbod "Vrije tijd en mobiliteit voor mensen met beperkingen" Implementeren van bestaande initiatieven zoals het GIPS project (Gehandicapten Informatie Project Scholen) in Zuid-Limburg, dat projectlessen aanbiedt aan basisscholen.
- Revalidatiesector: Het valideren en implementeren van het ontwikkeld instrumentarium in revalidatie-instellingen. Er is veel Amerikaans materiaal beschikbaar. Zowel intramuraal als extramuraal ontwikkelen van behandelaanbod en train-de-trainer aanbod.
  - Te benaderen organisaties: Revalidatie Nederland, MEE Nederland, Provinciale koepels van activiteitencentra, Federatie van Ouder Verenigingen, Vereniging van motorisch gehandicapten en hun ouders.

#### Interventies op macro-niveau:

- Toegankelijkheidsverbetering van recreatieve voorzieningen en vervoer (bv. verscherpen van wetgeving, overwegen van stimuleringsregelingen, kennisoverdracht om attitude te veranderen).
- Stimuleren van Maatschappelijk Verantwoord Ondernemen.
- Problematiek onder de aandacht van gemeenten brengen zodat zij maatregelen kunnen opnemen in beleid.
- Positieve impuls richting de maatschappelijke beeldvorming over mensen met beperkingen (bv. opzetten van landelijke beeldvormingcampagnes in samenspraak met de doelgroep)
- Verruimen van keuzevrijheid ("wie betaalt, bepaalt") van mensen met beperkingen als het om vervoer gaat (bv. verbreding PGB)
  - Te benaderen organisaties: RECRON (Vereniging van Recreatieondernemers Nederland), Stichting Kwaliteitsbevordering Kleinschalig Personenvervoer SKKP i.s.m Koninklijk Vervoer Nederland, Koninklijke Horeca Nederland, Nederlandse Vereniging van Gemeenten.



# Bijlage 1

## In/exclusiecriteria voor deelname aan een diepte-interview

### De 3 doelgroepen (algemeen):

- 1) 2 x 10 personen woonachtig in een woonvorm
- 2) 2 x 10 jongeren met een lichamelijke beperking, zelfstandig of thuiswonend
- 3) 2 x 10 personen met een chronisch psychiatrische beperking

30 personen (10 van elke doelgroep) zullen geselecteerd worden in Zuid Limburg en 30 personen in regio de Veluwe/Gelderland.

### *algemeen geldend inclusiecriteria:*

Voor alle 3 de groepen geldt dat we op zoek zijn naar personen die een actieve eigen bijdrage kunnen leveren aan een interview aan de hand van aantal semi-gestructureerde open vragen. Men moet in staat zijn de eigen mening te ventileren en reflectie te geven op het eigen handelen. We zijn bij uitstek op zoek naar een aantal voorbeelden van personen die er goed in slagen hun vrije tijd actief en naar eigen wensen en behoeften te besteden. Het is de bedoeling dat zowel de ervaren knelpunten als de aanwezige sterke punten per casus worden vastgelegd. Per doelgroep is een aantal in- en exclusiecriteria opgesteld:

#### Ad 1) *Inclusiecriteria:*

- woonachtig in een woonvorm
- lichamelijke beperking
- in staat te communiceren \*

#### *Exclusiecriteria:*

- Verstandelijke beperking/cognitieve problematiek
- niet in staat zijn gedurende 1,5 –2 uur de aandacht te richten op het interview

#### Ad 2) *Inclusiecriteria*

- zelfstandig wonend of nog inwonend bij ouders/verzorgers
- lichamelijke beperking
- tussen de 18 en 35 jaar
- in staat te communiceren\*

#### *Exclusiecriteria*

- verstandelijke beperking/cognitieve problematiek
- niet in staat gedurende 1-1,5 uur aandacht te richten op interview

#### Ad 3) *Inclusiecriteria*

- chronisch psychiatrische beperking
- in staat zijn te communiceren

#### *Exclusiecriteria*

- verstandelijke beperking/cognitieve problematiek
- gedragsproblematiek
- manifeste problematiek (diepe depressie, manisch, psychotisch etc.)
- niet in staat gedurende 1-1,5 uur aandacht te richten op interview

\* bij personen die op een alternatieve wijze communiceren (hulpmiddelen etc), gaarne vooraf overleggen i.v.m. met planning en uitvoerbaarheid

### **Gewenste variatie binnen de 3 doelgroepen in beide regio's**

*Binnen de 3 groepen proberen te zorgen voor een evenwichtige verdeling van de volgende variabelen:*

- Sekse (man/vrouw);

ideaal zou zijn steeds 10 mannen en 10 vrouwen per doelgroep

- Leeftijd;

deze laten variëren, evt. binnen de aangegeven boven- en ondergrens

- Woonsituatie;

onderscheid maken tussen alleen- en samenwonenden (partner, gezin etc.)

- Omvang sociaal netwerk;

onderscheid tussen mensen met een uitgebreid en beperkt sociaal netwerk

- Afkomst;

onderscheid maken tussen allochtonen en autochtonen

- Woongebied;

onderscheid maken tussen stedelijk en ruraal (platteland) woongebied

- Opleiding;

zowel hoog, middelbaar als laag opgeleiden personen betrekken

- Deelname aan arbeidsmarkt:

zowel mensen die niet werken als mensen met een (on)betaalde baan betrekken

- Beschikbaarheid over een eigen auto

Zowel mensen met en zonder eigen auto betrekken

Waarschijnlijk is het niet mogelijk deelnemers te 'matchen' op al deze variabelen, wel kan geprobeerd worden hier zoveel mogelijk rekening mee te houden.

## Bijlage 2

### Informatiebrief voor deelnemers aan een interview /themabijeenkomst

#### **“Mobiliteit voor Vrije tijd”: een onderzoek naar vervoer en toegankelijkheid bij vrijetijdsbesteding door mensen met beperkingen**

Iedereen heeft vrije tijd, de een iets meer dan de ander, maar iedereen heeft het. Vrije tijd is, het woord zegt het al, de tijd waarin je ‘vrij’ bent om te doen en te laten wat je zelf wilt. Een dagje naar Artis, naar een popconcert, een wandeling maken, een weekendje weg met vrienden, het bezoeken van een buurthuis etc.; allemaal voorbeelden van dingen die je in je vrije tijd kunt doen. Vrije tijd is belangrijk, want het is ook de tijd waarin je even afstand kunt nemen van de dagelijkse beslommeringen, je kunt je ontspannen of juist inspannen (sporten bijvoorbeeld) om er daarna weer tegenaan te kunnen. De wijze waarop mensen inhoud geven aan hun vrije tijd is mede bepalend voor de kwaliteit van hun leven. Vrije tijd bepaalt dus in zekere zin een stukje van iemands levensgeluk.

Mensen met een functiebeperking hebben anno 2005 nog steeds niet dezelfde kansen en mogelijkheden als het gaat om deelname aan het maatschappelijk leven. Vrije tijd en recreatie maken hier belangrijk onderdeel van uit. Er wordt door aanbieders van recreatieve voorzieningen niet altijd rekening gehouden met bezoek door mensen met een functiebeperking. Het gaat dan bijvoorbeeld om de bereikbaarheid (kan ik er komen?), de toegankelijkheid (kan ik er in?) en bruikbaarheid (kan ik meedoen?) van de voorziening of accommodatie. Ook op het gebied van vervoer van en naar recreatieve voorzieningen liggen er tal van knelpunten o.a. op het gebied van de organisatie en planning van de reis (kiezen van het vervoerstype, maken van afspraken met vervoerder en evt. begeleiders) en het uitvoeren van de reis (in-, over- en uitstappen, omgaan met bijvoorbeeld vertragingen etc.). Aan de andere kant is het zeker niet zo dat er tot nu toe nog helemaal niets is bereikt. Er zijn wel degelijk toegankelijke recreatieve voorzieningen te vinden in Nederland en ook binnen het (openbaar) vervoer zijn verschillende maatregelen getroffen specifiek voor mensen met beperkingen. Alleen ontbreekt het nog vaak aan een goede informatievoorziening, waardoor men vaak niet op de hoogte is van de mogelijkheden die er *wel* zijn.

In 2003 is het project “Mobiliteit en vrije tijd voor mensen met een functiebeperking” van start gegaan met als voornaamste doel het op de kaart zetten van het thema vrije tijd voor de genoemde doelgroep. Het moet mensen met een functiebeperking middelen in handen geven waarmee ze (nog) beter in staat zijn hun vrije tijd naar eigen wensen en behoeften in te vullen. Uitspraken als “Ik blijf liever thuis, want voor mij is er toch niks te doen” moeten definitief tot het verleden gaan behoren.

#### **Inhoud van het project**

Het project “Mobiliteit en vrije tijd” bestaat uit 3 onderdelen:

1. *Literatuuronderzoek* (is inmiddels afgerond)
2. Het *verzamelen en analyseren van knelpunten* die mensen met een functiebeperking ervaren op het gebied van vrije tijd en mobiliteit
3. Het formuleren van *verbetervoorstellen*.

Uitgangspunt voor het totale project is een zogenaamde ketenbenadering, waarbij vrijetijdsbesteding wordt voorgesteld als een proces met een aantal stappen die elkaar opvolgen in de tijd. Zo zal iemand in eerste instantie de motivatie moeten hebben om in zijn vrije tijd iets te ondernemen. Even daarna (maar soms ook tegelijkertijd) zal men zich een idee vormen van de vrijetijdsactiviteit die men van plan is te gaan ondernemen. Voordat men op pad gaat zal op vervoersgebied het een en ander geregeld worden: voor welk type vervoer wordt gekozen, de voorbereiding en planning. We spreken hier van "reismanagement". Dan volgt de concrete uitvoering van de vrijetijdsactiviteit waarbij ervaringen worden opgedaan, die men achteraf kan evalueren (wat ging goed en wat minder goed?)

**Drie doelgroepen staan in dit project centraal:**

1. Mensen met lichamelijke beperking woonachtig in een woonvorm
2. Jongeren met een functiebeperking, zelfstandig of nog thuiswonend
3. Mensen met chronisch psychiatrische beperkingen

*(alleen voor deelnemers aan themabijeenkomst)*

Voor het tweede onderdeel van het project (verzamelen van knelpunten) zal een aantal groepsbijeenkomsten georganiseerd worden, zo ook voor de doelgroep (doelgroep invullen). In deze bijeenkomst zal op een ongedwongen en open manier het thema mobiliteit en vrije tijd gesproken worden (maximaal 8 deelnemers). Onze ervaring met dit soort bijeenkomsten is dat ze zowel voor anderen als voor de deelnemers zelf heel leerzaam en informatief kunnen zijn. Niet alleen wij als onderzoekers worden er wijzer van, maar men leert ook van elkaar, komt op andere ideeën etc.

## Bijlage 3

### Bevestigingsbrief diepte-interview

Datum .. - ..- 2004

Referentie: iRv(05)/

#### ***Naam en adres respondent***

Betreft: Bevestiging afspraak voor interview

Geachte ***naam respondent***,

Zoals afgesproken bevestig ik langs deze weg de gemaakte afspraak voor het interview in het kader van het project "Mobiliteit voor Vrije Tijd". De afspraak staat gepland voor:

#### ***Dag/maand/tijdstip***

Ik kom dan bij u langs op bovenstaand adres. Het afnemen van het interview zal ongeveer 2 tot 2,5 uur. Natuurlijk kan tussen door een pauze worden ingelast.

Om alvast wat tijd te winnen treft u bijgevoegd een drietal lijsten aan met stellingen waarvan u kunt aangeven in hoeverre deze op uw situatie van toepassing zijn. Ik verzoek u deze lijsten, eventueel met de hulp van iemand anders, vóór ***dag/maand*** in te vullen. Wanneer bepaalde vragen niet duidelijk zijn dan kunnen we hier tijdens het interview samen even na kijken.

U hoeft deze vragenlijsten niet naar mij terug te sturen; na het interview neem ik deze zelf weer mee.

Mocht u op de afgesproken datum alsnog verhinderd zijn, wilt u dan zo vriendelijk zijn dit tijdig te laten weten via telefoonnummer: 045-5237619 of per e-mail via [k.vsoest@irv.nl](mailto:k.vsoest@irv.nl).

Alvast hartelijk dank voor de medewerking!

Met vriendelijke groet,

Karin van Soest  
Projectmedewerker  
iRv Hoensbroek

Bijlagen: Lijsten met stellingen (1 t/m 3)



## Bijlage 4a

### Meetinstrument gericht op de houding t.o.v. vrije tijd en vrijetijdsbesteding

**Doel:** Meten van iemands attitude /houding ten opzichte van vrije tijd

**Werkwijze:** Hieronder staan 36 stellingen. Links van elke stelling kan op een lijn worden aangegeven in hoeverre deze stelling 'waar' is.

"1" betekent dat de stelling nooit waar is, "2" betekent dat deze zelden waar is, "3" betekent dat deze enigszins waar is, "4" betekent dat de stelling dikwijls waar is en "5" dat deze altijd waar is. Noteer het cijfer dat het best past in uw situatie.

**Definitie:** "Vrijetijdsactiviteiten" zijn de dingen die u doet of onderneemt en die geen onderdeel zijn van uw werk en ook geen onderdeel zijn van uw dagelijkse verzorgingsactiviteiten (wassen, scheren, tandenpoetsen, opmaken etc.).

1	2	3	4	5
Nooit waar	Zelden waar	Enigszins waar	Dikwijls waar	Altijd waar

- \_\_1. Bezig zijn met vrijetijdsactiviteiten is een verstandige manier van je tijd besteden
- \_\_2. Vrijetijdsactiviteiten zijn goed voor mensen en voor de maatschappij
- \_\_3. Mensen maken vaak vrienden in hun vrije tijd
- \_\_4. Vrijetijdsactiviteiten dragen bij aan iemands gezondheid
- \_\_5. Vrijetijdsactiviteiten vergroten iemands geluk
- \_\_6. Vrije tijd vergroot iemands productiviteit op het werk
- \_\_7. Vrijetijdsactiviteiten helpen bij het verkrijgen van nieuwe energie
- \_\_8. Vrijetijdsactiviteiten kunnen een middel zijn om zich zelf te verbeteren
- \_\_9. Vrijetijdsactiviteiten helpen mensen te ontspannen
- \_\_10. Mensen hebben vrijetijdsactiviteiten nodig
- \_\_11. Vrijetijdsactiviteiten zijn goede gelegenheden voor het opdoen van sociale contacten
- \_\_12. Vrijetijdsactiviteiten zijn belangrijk
- \_\_13. Wanneer ik bezig ben met vrijetijdsactiviteiten, dan vliegt de tijd voorbij

- \_\_14. Ik beleef plezier aan mijn vrijetijdsactiviteiten
- \_\_15. Ik waardeer mijn vrijetijdsactiviteiten
- \_\_16. Ik kan mezelf zijn in mijn vrije tijd
- \_\_17. Mijn vrijetijdsactiviteiten geven mij een goed gevoel
- \_\_18. Ik voel dat vrije tijd goed voor me is
- \_\_19. Ik vind het fijn om de tijd te nemen voor mijn vrijetijdsactiviteiten
- \_\_20. Mijn vrijetijdsactiviteiten zijn verfrissend
- \_\_21. Ik vind het gepast dat ik regelmatig bezig ben met vrijetijdsactiviteiten
- \_\_22. Ik heb het gevoel dat de tijd die ik spendeer aan vrijetijdsactiviteiten niet is weggegooid
- \_\_23. Ik vind mijn vrijetijdsactiviteiten leuk
- \_\_24. Mijn vrijetijdsactiviteiten krijgen mijn volle aandacht
- \_\_25. Ik voer regelmatig vrijetijdsactiviteiten uit
- \_\_26. Als ik een keuze zou hebben dan zou ik meer tijd willen spenderen aan vrijetijdsactiviteiten
- \_\_27. Wanneer mijn inkomen het toestaat, koop ik spullen die ik gebruik tijdens het uitvoeren van mijn vrijetijdsactiviteiten.
- \_\_28. Ik zou meer nieuwe vrijetijdsactiviteiten uitvoeren wanneer ik meer tijd en geld zou hebben
- \_\_29. Ik spendeer een aanzienlijke hoeveelheid tijd en moeite om vaardiger te worden in mijn vrijetijdsactiviteiten
- \_\_30. Als ik een keuze zou hebben zou ik in een omgeving of stad willen wonen die iets te bieden heeft op vrijetijdsgebied
- \_\_31. Ik voer vrijetijdsactiviteiten uit die soms niet eens niet gepland zijn
- \_\_32. Ik zou willen deelnemen aan een cursus waardoor ik beter in staat ben mijn vrijetijdsactiviteiten uit te voeren
- \_\_33. Ik zou best meer vrije tijd willen hebben om me bezig te houden met vrijetijdsactiviteiten
- \_\_34. Ik hou me bezig met vrijetijdsactiviteiten zelfs als ik het druk heb
- \_\_35. Ik zou tijd willen besteden in onderwijs en voorbereiding m.b.t. vrijetijdsactiviteiten



\_\_\_36. Mijn vrijetijdsactiviteiten hebben een hoge prioriteit t.o.v. andere activiteiten

Bron: <http://www.idyllarbor.com>



## Bijlage 4b

### Meetinstrument gericht op de motivatie voor vrijetijdsbesteding

**Doel:** De cliënt en de therapeut gezamenlijk laten uitvinden waarom de cliënt ervoor kiest deel te nemen aan vrijetijdsactiviteiten.

**Werkwijze:** Hieronder staan 48 stellingen. Elke stelling begint met het zinsdeel: "Een van de redenen waarom ik mij bezig houd met vrijetijdsactiviteiten is....." Links van elke stelling kan op een lijn worden aangegeven in hoeverre deze stelling 'waar' is.

"1" betekent dat de stelling nooit waar is, "2" betekent dat deze zelden waar is, "3" betekent dat deze enigszins waar is, "4" betekent dat de stelling dikwijls waar is en "5" dat deze altijd waar is. Noteer het cijfer dat het best past in uw situatie.

**Definitie:** "Vrijetijdsactiviteiten" zijn de dingen die u doet of onderneemt en die geen onderdeel zijn van uw werk en ook geen onderdeel zijn van uw dagelijkse verzorgingsactiviteiten (wassen, scheren, tandenpoetsen, opmaken etc).

1	2	3	4	5
Nooit waar	Zelden waar	Enigszins waar	Dikwijls waar	Altijd waar

### Een van de redenen waarom ik mij bezig houd met vrijetijdsactiviteiten is.....

- |                                                                            |                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. Om mijn interesses uit te breiden              | <input type="checkbox"/> 11. Om origineel te zijn                           |
| <input type="checkbox"/> 2. Omdat het stimulerend is                       | <input type="checkbox"/> 12. Om mijn verbeelding te gebruiken               |
| <input type="checkbox"/> 3. Om dingen voor mij betekenisvoller te maken    | <input type="checkbox"/> 13. Om met anderen te zijn                         |
| <input type="checkbox"/> 4. Om te leren van de dingen om mij heen          | <input type="checkbox"/> 14. Om vriendschap met anderen op te bouwen        |
| <input type="checkbox"/> 5. Om aan mijn nieuwsgierigheid tegemoet te komen | <input type="checkbox"/> 15. Om in contact te zijn met anderen              |
| <input type="checkbox"/> 6. Om mijn kennis te ontdekken                    | <input type="checkbox"/> 16. Om hechte vriendschap te ontwikkelen           |
| <input type="checkbox"/> 7. Om over mijzelf te leren                       | <input type="checkbox"/> 17. Om nieuwe en verschillende mensen te ontmoeten |
| <input type="checkbox"/> 8. Om mijn kennis uit te breiden                  | <input type="checkbox"/> 18. Om anderen te helpen                           |
| <input type="checkbox"/> 9. Om nieuwe dingen te ontdekken'                 | <input type="checkbox"/> 19. Zodat anderen goed over mij denken             |
| <input type="checkbox"/> 10. Om creatief te zijn                           |                                                                             |

\_\_20. Om mijn gedachten, gevoelens en fysieke vaardigheden aan anderen te tonen

\_\_21. Om anderen te beïnvloeden

\_\_22. Om sociaal competent en vaardig te zijn

\_\_23. Om het gevoel te krijgen erbij te horen

\_\_24. Om andermans respect te winnen

\_\_25. Om het gevoel te krijgen iets te bereiken

\_\_26. Om te zien wat mijn mogelijkheden zijn

\_\_27. Om mijn mogelijkheden uit te dagen

\_\_28. Omdat ik er van geniet dingen te beheersen

\_\_29. Om er goed in te zijn

\_\_30. Om vaardigheden en mogelijkheden te verbeteren

\_\_31. Om de competitie met anderen aan te gaan

\_\_32. Om actief te zijn

\_\_33. Om fysieke vaardigheden en mogelijkheden te ontwikkelen

\_\_34. Om fysiek in vorm te blijven

\_\_35. Om mijn fysieke mogelijkheden te gebruiken

\_\_36. Om mijn fysieke fitheid te vergroten

\_\_37. Om in een rustige atmosfeer te zijn

\_\_38. Om weg te zijn van de drukte

\_\_39. Om kalmer aan te doen

\_\_40. Omdat ik het soms fijn vind om alleen te zijn

\_\_41. Om fysiek te ontspannen

\_\_42. Om mentaal te ontspannen

\_\_43. Om het rennen en vliegen voor de dagelijkse activiteiten kwijt te zijn

\_\_44. Om uit te rusten

\_\_45. Om stress en spanning kwijt te raken

\_\_46. Om iets eenvoudigs en makkelijk te doen

\_\_47. Om het dagelijks ritme te doorbreken

\_\_48. Om weg te zijn van de dagelijkse verantwoordelijkheden

## Bijlage 4c

### Meetinstrument gericht op de tevredenheid met de vrijetijdsbesteding

**Doel:** Het bepalen van de mate waarin iemand op dit moment tevreden is met zijn vrijetijdsbesteding.

**Werkwijze:** Hieronder staan 24 stellingen. Links van elke stelling kan op een lijn worden aangegeven in hoeverre deze stelling 'waar' is.

"1" betekent dat de stelling bijna nooit waar is, "2" betekent dat deze zelden waar is, "3" betekent dat deze enigszins waar is, "4" betekent dat de stelling dikwijls waar is en "5" dat deze altijd waar is. Noteer het cijfer dat het best past in uw situatie.

**Definitie:** "Vrijetijdsactiviteiten" zijn de dingen die u doet of onderneemt en die geen onderdeel zijn van uw werk en ook geen onderdeel zijn van uw dagelijkse verzorgingsactiviteiten (wassen, scheren, tandenpoetsen, opmaken etc).

1	2	3	4	5
Nooit waar	Zelden waar	Enigszins waar	Dikwijls waar	Altijd waar

- \_\_1. Mijn vrijetijdsactiviteiten interesseren mij
- \_\_2. Mijn vrijetijdsactiviteiten geven mij zelfvertrouwen
- \_\_3. Mijn vrijetijdsactiviteiten geven mij een gevoel van bekwaamheid
- \_\_4. Ik gebruik veel verschillende vaardigheden en mogelijkheden in mijn vrijetijdsactiviteiten
- \_\_5. Mijn vrijetijdsactiviteiten vergroten mijn kennis over de dingen om me heen
- \_\_6. Mijn vrijetijdsactiviteiten bieden mij de mogelijkheid nieuwe dingen uit te proberen
- \_\_7. Mijn vrijetijdsactiviteiten helpen mij van mezelf te leren
- \_\_8. Mijn vrijetijdsactiviteiten helpen mij te leren van andere mensen
- \_\_9. Ik heb sociale contacten door mijn vrijetijdsactiviteiten
- \_\_10. Mijn vrijetijdsactiviteiten hebben mij geholpen hechte vriendschappelijke relaties met anderen op te bouwen

- \_\_11. De mensen die ik tijdens mijnvrijtijdsactiviteiten ontmoet zijn vriendelijk
- \_\_12. In mijn vrije tijd zoek ik vaak andere mensen op om samen vrijetijdsactiviteiten uit te voeren
- \_\_13. Mijn vrijetijdsactiviteiten helpen mij te ontspannen
- \_\_14. Mijn vrijetijdsactiviteiten helpen mij om stress kwijt te raken
- \_\_15. Mijn vrijetijdsactiviteiten dragen bij aan mijn emotioneel welbevinden
- \_\_16. Ik hou me bezig met vrijetijdsactiviteiten simpelweg omdat ik het leuk vind om er mee bezig te zijn
- \_\_17. Mijn vrijetijdsactiviteiten zijn fysiek uitdagend
- \_\_18. Ik voer vrijetijdsactiviteiten die mijn fysieke fitheid ontwikkelen
- \_\_19. Ik voer vrijetijdsactiviteiten die mij fysiek herstellen
- \_\_20. Mijn vrijetijdsactiviteiten helpen mij gezond te blijven
- \_\_21. De gebieden of plaatsen waar ik mij bezig houd met vrijetijdsactiviteiten zijn fris en schoon
- \_\_22. De gebieden of plaatsen waar ik mij bezig houd met vrijetijdsactiviteiten zijn interessant
- \_\_23. De gebieden of plaatsen waar ik mij bezig houd met vrijetijdsactiviteiten zijn mooi/prachtig
- \_\_24. De gebieden of plaatsen waar ik mij bezig houd met vrijetijdsactiviteiten zijn goed ontworpen

## Bijlage 4d

### Score van stellingenlijsten

#### **Score 1 (Attitude)**

Subschaal 1: Cognitief \_\_\_\_\_

(1 tm 12 / 12)

Subschaal 2: Affectief \_\_\_\_\_

(13 tm 24 / 12)

Subschaal 3: Gedragmatig \_\_\_\_\_

(25 tm 36 / 12)

**Totaal Score:** \_\_\_\_\_

*(Hoe hoger de score, hoe positiever de houding van de persoon t.o.v. dit aspect van recreatie. Bij een score lager dan "2,5" wordt gerichte interventie aanbevolen op een of meerdere van de 3 componenten)*

#### **Score 2 (Motivatie)**

Subsectie A: Intellectueel \_\_\_\_\_

(1 tm 12)

Subsectie B: Sociaal: \_\_\_\_\_

(13 tm 24)

Subsectie C: Competentie \_\_\_\_\_

(25 tm 36)

Subsectie D: Stimulus-Avoidance \_\_\_\_\_

(37 tm 48)

*(Hoe hoger de score, hoe meer het type activiteit de cliënt motiveert)*

#### **Score 3 (Tevredenheid)**

Subschaal 1: Psychologisch \_\_\_\_\_ (tevredenheid met het psychologische aspect van

(1 tm 4 / 4)

de vrijetijdslevensstijl) etc

Subschaal 2: m.b.t. Opleiding \_\_\_\_\_

(5 tm 8 / 4)

Subschaal 3: Sociaal \_\_\_\_\_

(9 tm 12 / 4)

Subschaal 4: Ontspanning \_\_\_\_\_

(13 tm 16 / 4)

Subschaal 5: Fysiologisch \_\_\_\_\_

(17 tm 20 / 4)

Subschaal 6: Esthetisch \_\_\_\_\_

(21 tm 24 / 4)

*(Hoe hoger de score, hoe meer voldoening de cliënt haalt uit een bepaald type recreatie. 4 of meer betekent een hoge tevredenheid, 2 of minder betekent een lage tevredenheid).*





## Bijlage 5

### Interviewschema

#### **Algemene persoonsgegevens**

- Regio: Zuid-Limburg / Veluwe
- Doelgroep 1 (woonvorm.) / 2 (jongeren) / 3 (psychiatrie.) / 4 Verstandelijk gehandicapten
- Naam:.....  
.....
- Geboortedatum: .....- .....- .....
- Geslacht: Man / Vrouw
- Land van herkomst: Nederland / Anders, namelijk.....
- Woonplaats: .....Stedelijk /  
Ruraal
- Woonsituatie: Alleenwonend/ bij ouders/ samenwonend met partner, gezin/  
zelfstandig wonend/ woonvorm/ AWBZ-instelling/ anders:  
.....  
.....  
.....  
.....
- Kinderen: aantal:  
.....
- (voor)Opleiding: Basisonderwijs/ Mavo/ Havo/ VWO / vMBO/ HBO/ Universiteit  
.....  
.....  
.....
- Voornaamste dagbesteding:  
Betaalde arbeid / Vrijwilligerswerk / Onderwijs / Huishouden / Zorg voor de kinderen  
/ Bezoek AC /Hobby's / anders:

.....  
.....  
.....

- Aard van de beperking(en):

.....  
.....  
.....  
.....

- Kunt u geschreven informatie interpreteren en begrijpen? Ja / Nee

.....  
.....  
.....

- Kunt u op grond van uw beperkingen gebruik maken van het internet? Ja / Nee

.....  
.....  
.....

- Kunt u gebruik maken van een telefoon? Ja / Nee

.....  
.....  
.....

- Hoe verplaatst u zich in het dagelijks leven?

- Korte afstanden: in/om woning, straat, wijk (lokaal);
- Middellange afstanden: wijk, dorp, stad
- Lange afstanden: in en naar de stad (regionaal/bovenregionaal)

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- Beschikt u over een eigen auto: Ja / Nee

Indien ja, rijdt u ook zelf? Ja / Nee

Is deze auto aangepast? Ja (bestuurder/ passagier) / Nee

- Beschikt u over of maakt u gebruik van een of meerdere van de volgende voorzieningen:

- Invaliden parkeerkaart (bestuurderskaart)
- Invaliden parkeerkaart (passagierskaart)

- Openbaar vervoer
- Wvg-vervoer (CAV/CVV, taxivervoer, budget, km-vergoeding)
- Ov-begeleiderskaart
- Assistentieverlening door de NS
- TraXX, Valys
- Elektrische rolstoel
- Scootmobiel
- Handbewogen rolstoel
- Loophulpmiddel (rollator, looprek, wandelstok etc.)
- Aankoppelfiets

## Ideevorming

"Vrije tijd is het deel van de week dat overblijft na aftrek van alle verplichtingen aan arbeid (betaald of onbetaald), onderwijs of huishoudelijke zorg en ook na aftrek van de tijd voor nachtrust, maaltijden en andere persoonlijke verzorging".

In dit project zijn we geïnteresseerd in vrijetijdsactiviteiten die buitenshuis worden uitgevoerd. Je moet je er dus voor naar buiten, voor op pad. Dit kan ver zijn of minder ver, als er maar sprake is van een verplaatsing. Een potje kaarten thuis of TV kijken valt er niet onder, maar een wandeling maken op zondagmiddag wel. Kortom het gaat om actieve vrijetijdsactiviteiten buitenshuis.

### 1. Vrijetijdsinvulling

- *Wat doet u zoal in de vrije tijd? Denk daarbij aan uw vrijetijdsinvulling van het afgelopen jaar. Welke van de uitgevoerde activiteiten vinden spontaan plaats en welke in georganiseerd verband? Hoe vaak voert u deze activiteiten gemiddeld uit?*

Categorie	Activiteit(en)	Georganiseerd / spontaan	Frequentie
1. Sportief (vereniging, op eigen gelegenheid)			
2. Cultureel (bioscoop, schouwburg, museum, galerij, expositie)			
Categorie	Activiteit(en)	Georganiseerd /	Frequentie

		spontaan	
3. Sociaal (bezoeken van familie en/of vrienden, uitgaan, café, discotheek, restaurant)			
4. Recreatief (winkelen, pretpark, dierentuin, natuurgebied, speeltuin, zwembad, evenement, wandelen, fietsen)			
5. Educatief (cursus, opleiding, muziek)			
6. Creatief/artistiek (handenarbeid, schilderen, tekenen, kunstzinnig bezig zijn, muziek maken)			
7. Spiritueel (geloof, meditatie)			
8. Vakantie (gebruik maken van en overnachten in hotel, appartement, camping of andere accommodatie)			
9. Anders, namelijk			

## 2. Voorwaarde scheppende factoren

- *In hoeverre worden de activiteiten die u in uw vrije tijd doet of kunt doen bepaald door de hoeveelheid geld waarover u beschikt? Geef aan met welke stelling bij u van toepassing is:*
  - Geld is voor mij persoonlijk een beperkende factor bij het invullen van mijn vrije tijd
  - Ik kan bepaalde dingen in mijn rijtijd niet doen, omdat mijn budget dit niet toelaat
  - Mijn budget beperkt mij meer dan mijn handicap in de dingen die ik in mijn rijtijd kan doen
  - Wanneer ik over weinig geld beschik lukt het mij toch om in mijn rijtijd leuke dingen te doen (niet alles kost immers geld)
  
- *In hoeverre speelt de beschikbaarheid over een vrijwilliger/begeleider een rol bij de keuze voor de dingen die u in uw rijtijd kunt doen?*
  - Ik ben niet afhankelijk van een begeleider bij het uitvoeren van vrijetijdsactiviteiten
  - Voor het uitvoeren van bepaald vrijetijdsactiviteiten ben ik afhankelijk van een begeleider
  - Ik ben volledig afhankelijk van een begeleider bij het uitvoeren van vrijetijdsactiviteiten
  
- *Hoeveel moeite kost het u om een vrijwilliger/begeleider te regelen voor het uitvoeren van een vrijetijdsactiviteit?*
  - Dit kost mij totaal geen moeite
  - Dit kost mij enige moeite
  - Dit kost mij redelijk wat moeite
  - Dit kost mij veel moeite
  - Dit kost mij te veel moeite; het lukt mij niet een begeleider te vinden

Toelichting:

.....

.....

.....

.....

.....

## 3. Gebruik van informatievoorzieningen rondom rijtijd en recreatie

- *Hoe komt u op ideeën om uw rijtijd in te vullen ('spontane' activiteiten)?*
  - Ik bedenk ze zelf
  - Ik neem vooral deel aan georganiseerde activiteiten waarop ik kan inschrijven
  - Raadplegen 'uitpagina' van kranten, VVV-gids, TV of radio

- Van mensen uit omgeving
- Ik ga actief op zoek op het internet
- Anders, namelijk:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- *Van welke concrete informatiebronnen maakt u gebruik bij het zoeken naar vrijetijdsvoorzieningen (adressen van websites, boekjes, folders, andere uitgaven)?*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- *Bent u bekend met de volgende informatievoorzieningen? Van welke bronnen maakt u gebruik?*

(Zuid-Limburg)

- 1. holland.com
- 2. anwb.nl
- 3. lbt.nl
- 4. gehandicapten.pagina.nl
- 5. toegankelijknederland.nl
- 6. nebasnsg.nl
- 7. natuurzonderdrempels.nl
- 8. handicap.nl
- 9. leefwijzer.nl
- 10. dinnersite.nl
- 11. eurecard.org
- 12. vvvzuidlimburg.nl
- 13. Smaakwijzer Zuid-Limburg
- 14. Wegwijzer Zuid-Limburg
- 15. De Regionale Uitwijzer

Maakt gebruik van nr:

.....

- *Bent u bekend met de volgende informatievoorzieningen? Van welke bronnen maakt u wel gebruik? (Veluwe)*

- 1. www.holland.com
- 2. www.anwb.nl
- 3. www.lbt.nl
- 4. www.gehandicapten.pagina.nl
- 5. www.toegankelijknederland.nl
- 6. www.nebasnsg.nl
- 7. www.natuurzonderdrempels.nl
- 8. www.handicap.nl
- 9. www.leefwijzer.nl
- 10. www.dinnersite.nl
- 11. www.vvvveluwe.nl
- 12. VVV Gids Veluwe
- 13. Recreatiekrant Veluwe

Maakt gebruik van nr.

.....

- *Hoe komt u aan informatie over toegankelijkheidsaspecten die voor u van belang zijn als u van een bepaalde voorziening in uw rijtijd gebruik wilt maken?*
  - Ik vraag dit na bij de betreffende instelling
  - Ik maak alleen gebruik van aanbod waarvan ik zeker weet dat het voor mij bereikbaar toegankelijk en bruikbaar is
  - Ik haal deze informatie uit brochures of van het internet
  - Ik hoor dit van mensen uit mijn omgeving
  - Ik check van tevoren niet (altijd) of een voorziening voor mij toegankelijk is; ik zie dat meestal pas ter plekke
  - Anders, namelijk:

#### 4. Tevredenheid met vrijetijdsaanbod en de informatieverstrekking hieromtrent

- *Met welke stelling(en) bent u het eens?*
  - Er zijn voor mij voldoende voorzieningen waarvan ik gebruik kan maken in mijn rijtijd
  - Er zijn voor mij te weinig voorzieningen waarvan ik gebruik kan maken in mijn rijtijd
  - Ik ben vaak onzeker over de mate van toegankelijkheid van bepaalde voorzieningen
  - In 'rijtijd -en recreatieland' dient meer rekening gehouden te worden met het gebruik van voorzieningen door mensen met beperkingen
  - Ik ben tevreden over de informatie die ik vooraf kan inwinnen over de toegankelijkheid van vrijetijdsvoorzieningen
  - Ik ben ontevreden over de informatie die ik vooraf kan inwinnen over de toegankelijkheid van vrijetijdsvoorzieningen
- We komen nog even terug op de ingevulde tabel van vraag E1 (vrijetijdsinvulling). Graag zou ik de tabel samen met u langslopen. Wat mij

opvalt is dat u weinig of niet actief bent op het gebied van..... Klopt dit? Hebt u desondanks toch bepaalde wensen om hierin toch iets te ondernemen? Zo ja, waarom is dit (nog) niet gelukt?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

5. Rapportcijfer "Ideevoering"

- *Kunt u zichzelf een rapportcijfers (tussen de 0 en de 10) geven voor de ketenstap "Ideevoering". Hoe vind u zelf dat u op dit vlak 'presteert?*

Rapportcijfer: .....



## Reismanagement

"Reismanagement is het geheel van maatregelen dat op individueel niveau getroffen wordt ter voorbereiding op deelname aan (openbaar) vervoer van deur-tot-deur"

(Vervoer hier bedoeld als middel om te komen tot recreatieve deelname)

Onder maatregelen vallen:

- Toegang hebben tot en het interpreteren van reisinformatie en toegankelijkheidsinformatie (Welk vervoermiddel ga ik gebruiken, kan ik er in, wat kost het, hoe laat moet ik waar zijn, wat kan ik doen in geval van verstoringen?)
- Maken van een planning (hoe gaat de reis er in zijn geheel uitzien, hoe laat moet ik klaar zijn voor vertrek en wat betekent dat voor de planning die daar aan vooraf gaat, wie moet ik wat vragen, wat moet ik meenemen?)
- Maken van afspraken (wie brengt me en haalt me op, wie gaat er met me mee, wie helpt me met in-, uit-, en overstappen?)

### 1. Gebruik van vervoermiddelen in het kader van vrijetijdsverkeer

- *Geef in onderstaande tabel aan van welke vervoermiddelen u gebruik kunt maken en vervolgens van welke middelen u in het kader van uw vrijetijdsbesteding ook daadwerkelijk gebruik maakt.*

	<b>Vervoermiddel</b>	<b>Kan ik gebruik van maken</b>	<b>Gebruik ik ook in de vrije tijd</b>
1	Eigen auto		
2	Auto van een ander		
3	Trein		
4	Stadsbus / Streekbus		
5	Aangepast regionaal vervoer (Wvg-vervoer)		
6	Bovenregionaal vervoer (TraXX, Valys)		
7	Vliegtuig		
8	Fiets (evt. aangepast of aangekoppeld)		
9	Rolstoel (handbewogen, elektrisch)		
10	Scootmobiel		
11	Vervoer dat geregeld is in georganiseerd verband		
12	Geen vervoermiddel (lopend verplaatsen)		
13	Anders, namelijk:		

2. Toegang tot reisinformatie

- *Van welke informatiebronnen maakt u gebruik bij het voorbereiden van een reis?*

- Routeplanner
- File-informatie
- OV Reisinformatie (9292)
- Busboekje
- Spoorboekje
- Info van Wvg-vervoerder
- TraXX, Valys
- Nederlandse spoorwegen (reisplanner, Bureau Assistentieverlening)
- Anders, namelijk

.....  
.....  
.....

- *Bent u afhankelijk van betrouwbare reisinformatie vooraf en waarom is dit wel of niet belangrijk voor u?*

- Ja,  
omdat.....  
...

.....  
.....  
.....

- Nee,  
omdat.....  
.....  
.....

- *Bent u tevreden met manier waarop u een reis vanuit thuis kunt voorbereiden in het kader van een vrijetijdsactiviteit?*

- Ik ben tevreden
- Ik ben soms wel soms niet tevreden
- Ik ben niet tevreden

Toelichting:.....  
.....  
.....  
.....

### 3. Voorbereiden van de reis

- *Kunt u beschrijven hoe u te werk gaat op het moment dat u besloten heeft een bepaalde activiteit in uw vrije tijd te ondernemen? Wat regelt en organiseert u allemaal vooraf, opdat het voor u een geslaagde activiteit zal worden? Wat is lastig in de voorbereiding? Van wie bent u eventueel afhankelijk?*

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### 4. Rapportcijfer “Reismanagement”

- *Kunt u zichzelf een rapportcijfers (tussen de 0 en de 10) geven voor de ketenstap “Reismanagement”? Hoe vind u zelf dat u op dit vlak ‘presteert’?*

Rapportcijfer: .....

## **Uitvoering**

In deze stap staat het daadwerkelijk ondernemen van een gekozen vrijetijdsactiviteit centraal. Omdat het praten aan de hand van concrete voorbeelden het makkelijkst is wil ik u vragen of u een of twee voorbeelden kunt noemen van vrijetijdsactiviteiten die u in het verleden heeft ondernomen en waarbij u in de uitvoering een (toegankelijkheids)probleem bent tegengekomen. Probeer één activiteit te noemen waarbij u verder weg bent geweest (gebruik bovenregionaal vervoer) en één activiteit die u binnen de eigen regio uitvoerde. Toegankelijkheidsproblemen kunnen zich voor doen op het gebied van BTB van vervoer en vrijetijdsvoorzieningen, op het gebied van voorlichting en informatieverstrekking rondom vervoer en vrijetijdsbesteding en/of op het gebied van attitude en bejegening (beleid wordt buiten beschouwing gelaten).

Vervolgens ben ik benieuwd naar de manier waarop u met deze problemen bent omgegaan en hoe u ze eventueel heeft proberen op te lossen.

*Praktijkvoorbeeld 1*

1. Omschrijving van de activiteit, het probleem en de zelf ondernomen acties

- *Wat wilde u gaan doen, hoe had u zich voorbereid etc.?*

.....  
.....  
.....  
.....

- *Wat ging er mis en wanneer?*

.....  
.....  
.....  
.....

- *Wat heeft u zelf ondernomen om het probleem of de consequenties ervan op te lossen?*

.....  
.....  
.....  
.....

- *Wat is het effect van de door uzelf ondernomen acties geweest op het verdere verloop van de activiteit (wat heeft dit uitgehaald)?*

.....  
.....  
.....  
.....

- *Was het uiteindelijk voor u toch een geslaagd uitje?*

- Ja,  
omdat.....  
.....
- Nee,  
omdat.....  
.....

- *Had het probleem volgens u voorkomen kunnen worden? Door u (betere voorbereiding?), door anderen mensen of door de omgeving (ander/beter materieel)?*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

*Praktijkvoorbeeld 2*

1. Omschrijving van de activiteit, het probleem en de zelf ondernomen acties

- *Wat wilde u gaan doen, hoe had u zich voorbereid etc.?*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- *Wat ging er mis en wanneer?*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- *Wat heeft u zelf ondernomen om het probleem of de consequenties ervan op te lossen?*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- *Wat is het effect van de door uzelf ondernomen acties geweest op het verdere verloop van de activiteit (wat heeft dit uitgehaald)?*

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

- Was het uiteindelijk voor u toch een geslaagd uitje?

- Ja,  
omdat.....  
.....  
.....
- Nee,  
omdat.....  
.....  
.....

*Had het probleem volgens u voorkomen kunnen worden? Door u (betere voorbereiding?), door anderen mensen of door de omgeving (ander/beter materieel)?*

.....  
 .....  
 .....  
 .....

**2 Rapportcijfer "Uitvoering"**

- Kunt u zichzelf een rapportcijfers (tussen de 0 en de 10) geven voor de ketenstap "Uitvoering". Hoe vind u zelf dat u op dit vlak 'presteert'?

Rapportcijfer: .....

**Evaluatie**

**1. Ervaringsleren**

- Wanneer er op het gebied van mobiliteit of toegankelijkheid iets vervelends is voorgevallen tijdens de vrijetijdsbesteding, doet u daar achteraf dan nog iets mee? Loopt u bijvoorbeeld nog eens na wat er mis ging en wat u hier misschien aan had kunnen voorkomen? Kortom, leert u voor uzelf iets uit deze ervaring? Kunt u dit toelichten aan de hand van een voorbeeld?

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

- *Welk effect heeft een negatieve of vervelende ervaring op het ondernemen van activiteiten op vrijetijdsgebied in de toekomst?*
  - Een vervelende ervaring heeft geen effect op mijn toekomstige vrijetijdsbesteding; een volgende keer zal ik de activiteit op precies dezelfde manier aanpakken
  - Door deze negatieve ervaring ga ik er in de toekomst minder snel op uit
  - Ik zal deze activiteit of dit type activiteit nooit meer ondernemen; ik kies voor een andere activiteit waarbij de kans klein is dat zich soortgelijke problemen opnieuw voordoen
  - Ik zal deze activiteit of dit type activiteit nooit meer op deze manier ondernemen; ik zal proberen in de toekomst te voorkomen dat dit probleem zich nogmaals voordoet

## 2. Copingstijl

- *Wanneer zich tijdens de uitvoering van een activiteit een probleem voordoet (stressfactor), hoe gaat u hier dan in het algemeen mee om. Hoe zou u zichzelf typeren? Typeert u zichzelf als iemand die:*
  - Afstand neemt (ik zet het van me af / ik leg me er bij neer)
  - Sociale steun zoekt (ik vraag naar de mening van een ander / ik lucht mijn hart bij iemand)
  - Verantwoordelijkheid neemt (ik neem het mezelf kwalijk / ik zal mezelf een hartig woordje toespreken)
  - Vlucht - probeert te vermijden (ik houd mezelf voor dat alles weer goed komt / ik probeer het zo snel mogelijk te vergeten)
  - Planmatig het probleem oplost (ik probeer een oplossing te vinden / ik probeer een plan te maken om de situatie op te lossen)
  - De situatie positief herwaardeert (ik denk dat ik door de situatie een ervaring rijker ben geworden / ik denk dat ik van de situatie iets heb opgestoken)
  - Zichzelf onder controle houdt (ik laat aan niemand iets merken / ik probeer het hoofd koel te houden)
  - De confrontatie aangaat (ik maak duidelijk wat ik er van vind / ik maak bezwaar)

Bron: Ridder, de D.T.D. & Schreurs, K.M.G. *Coping en Sociale Steun van Chronisch Zieken*. Nationale Commissie Chronisch Zieken (NCCZ), Zoetermeer, 1994.

## 3 Rapportcijfer "Evaluatie"

- *Kunt u zichzelf een rapportcijfers (tussen de 0 en de 10) geven voor de ketenstap "Evaluatie". Hoe vind u zelf dat u op dit vlak 'presteert'?*

Rapportcijfer: .....







**Kort profiel iRv**

iRv, Kenniscentrum voor Revalidatie en Handicap is een maatschappelijke organisatie die wil bereiken dat mensen met een functiebeperking meer en beter kunnen participeren in het sociale verkeer. Door de programma's die het iRv ontwikkelt en realiseert, zal de kwaliteit van hun leven toenemen.

De oplossingen richten zich op het individu en zijn directe omgeving, op een betere interactie tussen individu en omgeving en op voorstellen voor structurele maatregelen. Als onafhankelijk kenniscentrum waarborgt het iRv dat wetenschappelijke informatie daadwerkelijk toepasbaar wordt in de praktijk van alledag.

iRv, Kenniscentrum voor Revalidatie en Handicap is gevestigd in Hoensbroek en Utrecht. Er werken 75 mensen uit diverse disciplines.

iRv, Kenniscentrum voor Revalidatie en Handicap

Postbus 192

6430 AD Hoensbroek

Tel. 045 523 75 37

Fax 045 523 15 50

e-mail: [general@irv.nl](mailto:general@irv.nl)

[www.irv.nl](http://www.irv.nl)