



Meer dan een maatje

*Een onderzoek over vriendschap
en relatie bij mensen met een
beperking*

In opdracht van Welzijn Barneveld



Colofon

Opdrachtgever

Arjen Goudappel

Welzijn Barneveld
Wilhelminastraat 12
3771 AR Barneveld
T: 0342 745 004
E: info@welzijnbarneveld.nl
W: www.welzijnbarneveld.nl



Opleiding

Maatschappelijk Werk en Dienstverlening
Christelijke Hogeschool Ede



Projectuitvoering

Tirza Bartelds
Anoek van der Graaf

Afstudeerbegeleider

Jaap de Jong

Eerste beoordelaar

Erik Arendsen

Voorwoord

Voor u ligt het onderzoeksrapport dat is geschreven voor Welzijn Barneveld. We hebben met veel plezier aan dit onderzoek gewerkt. Vriendschap en liefde speelt in elk mensenleven een rol, waardoor het onderwerp ook bij ons dichtbij komt. Wij ervaren zelf dat het fijn is om mensen om ons heen te hebben bij wie we altijd terecht kunnen. Het raakt ons dat veel mensen met een beperking eenzaam zijn en deze sociale steun niet hebben. Dit motiveerde ons om uit te zoeken op welke manier er invulling gegeven kan worden aan de behoefte van de doelgroep. Wij hebben allebei ervaring met het werken met mensen met een beperking, waardoor wij nog meer werden gemotiveerd om ons te verdiepen in het onderwerp vriendschap en relatie bij de doelgroep.

Een deel van de aanbeveling van het onderzoek is een opzet voor het project 'Meet&More' voor Welzijn Barneveld. Wij hopen dat het project 'Meet&More' gerealiseerd kan worden in de praktijk en de eenzaamheid onder de doelgroep hierdoor op lange termijn verminderd wordt. Wanneer het project zijn vruchten afwerpt, hopen wij dat andere gemeenten het project wellicht overnemen.

Het afnemen van de interviews heeft veel indruk op ons gemaakt. We kwamen in contact met mensen met een beperking die allemaal een ander levensverhaal hebben. We vonden het bijzonder dat zij ons zo dichtbij lieten komen. We zijn hen dankbaar dat ze zich kwetsbaar opstelden. We zijn alle respondenten dankbaar dat ze open stonden om met ons het gesprek aan te gaan over het onderwerp vriendschap en relatie. Ook willen we onze dank betuigen aan onze opdrachtgever, Arjen Goudappel, voor de tijd die hij in ons investeerde. Daarnaast zijn we dankbaar voor de begeleiding van Jaap de Jong. Ten slotte bedanken we de professionals uit het werkveld die hebben meegewerkt aan het onderzoek door ons in contact te brengen met de respondenten.

Tirza Bartelds en Aniek van der Graaf
Juni 2017

Samenvatting

Vanuit de maatjesprojecten van Welzijn Barneveld blijkt dat mensen met een beperking behoefte hebben aan meer dan een maatje, namelijk een vriendschap of relatie. Daarom stelden we de volgende onderzoeksvraag op: *wat is volgens literatuur en betrokkenen nodig om invulling te geven aan de behoefte aan vriendschap en relatie bij mensen met een verstandelijke- of psychische beperking?*

Het doel van het onderzoek is dat er een project wordt opgezet voor mensen met een beperking dat invulling kan geven aan de behoefte aan vriendschap en relatie. Om de hoofdvraag van het onderzoek te beantwoorden, maakten we allereerst gebruik van literatuuronderzoek. In het literatuuronderzoek komt naar voren dat veel mensen met een beperking een klein sociaal netwerk hebben. De aanwezigheid van een sociaal netwerk is een belangrijke voorwaarde voor de kwaliteit van leven. Het gebrek aan een sociaal netwerk kan leiden tot een geïsoleerd bestaan.

Daarnaast zijn we op zoek gegaan naar bestaande projecten over het onderwerp vriendschap en relatie bij de doelgroep. We namen interviews af met de projectleiders van 'Samen met jou' en 'Vriendschap in Utrecht'. De projectleiders gaven verschillende adviezen voor een projectopzet voor Welzijn Barneveld. Ten slotte namen we interviews af met mensen met een beperking en hun betrokkenen. Uit deze interviews blijkt dat de behoefte aan vriendschap en relatie verschillend is per persoon. Mensen met een beperking geven verschillende betekenissen aan het woord vriend. Zo kan een collega, een maatje of een medebewoner door hen beschouwd worden als vriend. Toch zeggen veel mensen met een beperking dat ze weinig of geen vrienden hebben. Betrokkenen geven bovendien aan dat veel mensen met een beperking sociale vaardigheden missen, waardoor ze moeite hebben met het aangaan en onderhouden van sociaal contact. Vanuit de onderzoeksresultaten is een projectopzet voor Welzijn Barneveld ontstaan.

Inhoudsopgave

Hoofdstuk 1 Opzet en verantwoording	9
1.1. Inleiding.....	9
1.2. Aanleiding en probleembeschrijving	9
1.2.1. Signaal vanuit de maatjesprojecten.....	9
1.2.2. Probleemstelling	10
1.2.3. Keuze doelgroep	10
1.2.4. Kenmerken doelgroep	11
1.2.5. Bestaande projecten	11
1.3. Vraagstelling.....	11
1.3.1. Deelvragen	11
1.4. Doelstellingen	12
1.4.1. Eindproduct.....	12
1.5. Beschrijving en verantwoording onderzoeksmethoden.....	12
1.5.1. Literatuuronderzoek	13
1.5.2. Interviews.....	13
1.6. Samenvatting	15
Hoofdstuk 2 Betekenis en inhoud van vriendschap en relatie	17
2.1. Inleiding.....	17
2.2. Sociaal netwerk.....	17
2.2.1. Het sociaal netwerk van mensen met een beperking	17
2.2.2. Tevredenheid over het sociaal netwerk	18
2.2.3. Uitbreiden van het sociaal netwerk.....	18
2.3. Eenzaamheid en sociaal isolement	19
2.3.1. Maatjesprojecten.....	19
2.4. Behoeftte aan vriendschap en relatie	20
2.4.1. Kenmerken van een vriendschap.....	20
2.4.2. Vriendschap bij mensen met een beperking	20
2.4.3. Liefde bij mensen met een beperking	20
2.5. Sociaal-emotionele vaardigheden	21
2.5.1. Sociale vaardigheden	21
2.5.2. Emotionele ontwikkeling	22

2.5.3. Risico's.....	23
2.6. Wederkerigheid in sociaal contact.....	23
2.6.1. Belang en definitie van wederkerigheid	23
2.6.2. Wederkerigheid bij mensen met een beperking	24
2.6.3. De balans van wederkerigheid.....	24
2.7. Zelfbeeld	25
2.7.1. Het zelfbeeld van mensen met een verstandelijke beperking	25
2.7.2. Het zelfbeeld van mensen met een psychische beperking.....	25
2.8. Ontmoeting en begeleiding	25
2.8.1. Begeleiding bij het aangaan van sociale contacten	26
2.8.2. Activiteiten als reden van ontmoeting.....	26
2.8.3. Begeleiding bij relatievorming	27
2.9. Samenvatting	27
Hoofdstuk 3 Vriendschap en relatie in de praktijk	29
3.1. Inleiding.....	29
3.2. Vriendschap in Utrecht	29
3.2.1. Voordelen project	29
3.2.2. Nadelen project.....	30
3.2.3. Adviezen voor Welzijn Barneveld	30
3.3. Samen met jou	30
3.3.1. Voordelen project	31
3.3.2. Nadelen project.....	31
3.3.3. Adviezen voor Welzijn Barneveld	32
3.4. Vergelijking projecten	32
3.4.1. Doelen van project.....	33
3.4.2. Deelnemers project.....	33
3.4.3. Werkwijze project	33
3.4.4. Link met maatschappelijk werk	33
3.5. Samenvatting	34
Hoofdstuk 4 Vriendschap en relatie bij mensen met een beperking	35
4.1. Inleiding.....	35
4.2. Sociale activiteiten en ontmoetingsplekken	35
4.3. Eenzaamheid.....	35

4.4. Vriendschap	36
4.4.1. Belang van vriendschap	36
4.4.2. Omvang en tevredenheid vriendschap.....	36
4.4.3. Onderhouden vriendschap	36
4.4.4. Wensen en behoeften	37
4.5. Liefde.....	37
4.5.1. Aspecten van een liefdesrelatie.....	38
4.5.2. Ervaringen liefdesrelatie	38
4.5.3. Wensen en behoeften	38
4.6. Ondersteuning bij vriendschap en relatie.....	39
4.7. Samenvatting	39
Hoofdstuk 5 Visie van betrokkenen over vriendschap en relatie	40
5.1. Inleiding.....	40
5.2. Omvang en tevredenheid sociaal netwerk	40
5.3. Vriendschap	40
5.3.1. Aantal vrienden.....	41
5.3.2. Onderhouden vriendschap	41
5.3.3. Wederkerigheid	41
5.3.4. Maatje als vriend.....	42
5.4. Liefde.....	42
5.4.1. Behoeftte aan een liefdesrelatie.....	42
5.4.2. Betekenis liefdesrelatie.....	43
5.5. Sociale vaardigheden	43
5.6. Knelpunten in vriendschap en relatie.....	44
5.7. Veiligheid.....	44
5.7.1. Kwetsbaarheid bij mensen met een beperking	44
5.7.2. Manieren om veiligheid te waarborgen	45
5.8. Begeleiding bij vriendschap en relatie	45
5.8.1. Stimuleren van vriendschap en relatie	45
5.8.2. Relatie begeleiden	46
5.9. Adviezen voor Welzijn Barneveld	46
5.9.1. Ontmoetingsplekken creëren	46
5.9.2. Hulp bij het leggen van contact	46

5.10. Samenvatting	46
Hoofdstuk 6 Conclusie, aanbeveling, discussie en evaluatie.....	48
6.1. Inleiding.....	48
6.2. Conclusie	48
6.3. Aanbeveling.....	50
6.4. Discussie en evaluatie	51
6.4.1. Bijdrage praktijkonderzoek.....	51
6.4.2. Product- en procesevaluatie	51
Bibliografie	53
Bijlage 1 Interviewprotocol bestaande projecten	55
Bijlage 2 Interviewprotocol betrokkenen	57
Bijlage 3 Interviewprotocol mensen met een beperking	59
Bijlage 4 Labelsysteem bestaande projecten	60
Bijlage 5 Labelsysteem betrokkenen	63
Bijlage 6 Labelsysteem mensen met een beperking.....	66
Bijlage 7 Projectopzet 'Meet&More'	70

Apart gepubliceerd: bronnenboek met drie interviewprotocollen, drie labelsystemen, de projectopzet en negentien uitgeschreven interviews.

Hoofdstuk 1 Opzet en verantwoording

1.1. Inleiding

In dit hoofdstuk beschrijven we de opzet en verantwoording van het onderzoek. Allereerst beschrijven we de aanleiding voor het onderzoek, de probleemstelling en het signaal waaruit de onderzoeksvraag is ontstaan. Daarna komen de onderzoeksvragen en de doelstellingen aan bod. Ten slotte beschrijven we de onderzoeksmethoden die we hebben gebruikt voor het onderzoek. Het hoofdstuk sluiten we af met een korte samenvatting.

1.2. Aanleiding en probleembeschrijving

Welzijn Barneveld is een welzijnsorganisatie in de gemeente Barneveld die maatschappelijke ondersteuning biedt aan vrijwilligers, mantelzorgers, senioren, volwassenen en jongeren. De organisatie is gericht op de vraag van de inwoners in de gemeente Barneveld en heeft voor hen een breed activiteitenaanbod. Hierbij heeft Welzijn Barneveld als doel om de zelfredzaamheid, de participatie en het welzijn van de inwoners te vergroten. Op de website van Welzijn Barneveld staat dat er ondersteuning en begeleiding wordt geboden aan kwetsbare burgers, zoals eenzame ouderen en mensen met een beperking, een stoornis of psychische problematiek. Dit doel wil de organisatie bereiken door de inwoners op te zoeken, de weg te wijzen en zo nodig maatwerk te leveren. Hierbij wordt ingespeeld op de eigen kracht en het netwerk van de burger. Het activiteitenaanbod van Welzijn Barneveld bestaat uit een heel aantal diensten, projecten en activiteiten voor diverse doelgroepen. Ze biedt bijvoorbeeld maatjesprojecten, een steunpunt mantelzorg, maaltijdvoorziening voor senioren, maatschappelijke stage voor jongeren en buurtbemiddeling. Deze projecten, activiteiten en diensten worden grotendeels gedragen door vrijwilligers.

De opdrachtgever, Arjen Goudappel, is werkzaam bij Welzijn Barneveld. Hij is onder andere projectcoördinator van de maatjesprojecten. Op de website van Welzijn Barneveld staat dat in een maatjesproject een vrijwilliger wordt gekoppeld aan een kwetsbare burger, oftewel een deelnemer. Het doel van dit project is dat er contact wordt opgebouwd tussen de vrijwilliger en de deelnemer. Dit kan door middel van allerlei dagelijkse- of vrijetijdsactiviteiten, zoals het drinken van een kopje koffie of het maken van een fietstocht of wandeling. Daarnaast kan een vrijwilliger emotionele steun bieden aan een deelnemer. De kracht van het maatjesproject is dat het de verbondenheid van de vrijwilliger en deelnemer met de samenleving versterkt.

1.2.1. Signaal vanuit de maatjesprojecten

Binnen de maatjesprojecten heeft de opdrachtgever samen met zijn collega's en vrijwilligers gesignaleerd dat een groot aantal deelnemers graag een vriendschap of liefdesrelatie zou willen hebben. Volgens de opdrachtgever is er sprake van een vraag achter de vraag. Kwetsbare burgers melden zich bij Welzijn Barneveld aan voor een maatje, maar er blijkt geregeld dat ze op zoek zijn naar een partner of langdurige vriendschap. Welzijn Barneveld kan binnen het maatjesproject niet garanderen dat het contact met de vrijwilliger uitloopt op een langdurige vriendschap. Het aangaan van een liefdesrelatie is hierbij helemaal niet aan de orde.

Vrijwilligers van Welzijn Barneveld die maatje zijn, geven regelmatig aan dat de deelnemer behoefte heeft aan meer dan een maatje. Ook andere betrokkenen lopen er tegenaan dat ze de vraag naar een partner of vriendschap niet kunnen beantwoorden. De deelnemers leggen een vraag op tafel die niet binnen de maatjesprojecten van Welzijn Barneveld valt. In een maatjesproject wordt een vrijwilliger aan een deelnemer gekoppeld waarbij de deelnemer van de vrijwilliger ondersteuning en impliciet een bepaalde stabiliteit verwacht. Hierdoor is er in het maatjesproject geen sprake van gelijkwaardig contact. In een

vriendschap of liefdesrelatie is het niet de bedoeling dat er nadruk wordt gelegd op het ondersteunen van elkaar, maar het gaat hierbij juist over gelijkwaardig contact. Ook krijgt Welzijn Barneveld signalen vanuit andere begeleidende instellingen waarbij de begeleiding aangeeft dat deze behoefte ook hier groot is. Zij melden dat hun cliënten graag een maatje willen, maar ten diepste op zoek zijn naar een vaste partner. De opdrachtgever vindt het belangrijk dat er wordt onderzocht op welke manier Welzijn Barneveld invulling kan geven aan de behoefte van de doelgroep, omdat volgens hem iedereen recht heeft op vriendschap en liefde. Volgens de psycholoog Maslow heeft ieder mens verschillende levensbehoeften. Eén van deze levensbehoeften is de affectieve behoefte. Maslow heeft de universele behoeften van de mens gerangschikt in een piramide. Volgens zijn theorie staat de behoefte aan affectie op de derde plek. Dit betekent dat de behoefte aan liefde en genegenheid voor een mens nog belangrijker is dan de behoefte aan waardering en erkenning van anderen (Weerman, 2013, p.166). Omdat de behoefte aan liefde en genegenheid zo belangrijk is, begrijpen wij van de deelnemers dat ze met de vraag naar vriendschap en liefde bij Welzijn Barneveld komen.

1.2.2. Probleemstelling

Vanuit het signaal formuleren wij de volgende probleemstelling. Welzijn Barneveld vraagt zich af op welke manier er invulling gegeven kan worden aan de behoefte aan vriendschap en relatie van kwetsbare burgers in de gemeente Barneveld. De organisatie kan op dit moment niet voorzien in deze behoefte. Deze vraag valt namelijk niet binnen de maatjesprojecten en de organisatie beschikt nog niet over een project dat hierop aansluit.

Het probleem speelt zich vooral af op micro- en mesoniveau. Binnen de maatjesprojecten speelt er een probleem op microniveau, want de deelnemer geeft aan behoefte te hebben aan meer dan een maatje. Daarnaast weet de opdrachtgever vanuit Welzijn Barneveld niet hoe er kan worden voorzien in deze behoefte. Dit probleem speelt zich af binnen en in de omgeving van de organisatie, oftewel op mesoniveau.

1.2.3. Keuze doelgroep

Welzijn Barneveld richt zich op alle kwetsbare burgers in Barneveld. Wij werden gevraagd ons in dit onderzoek op deze doelgroep te richten. Toch beperken wij ons in dit onderzoek tot een meer afgebakende doelgroep, namelijk mensen met een verstandelijke- of psychische beperking. We kiezen hier bewust voor, zodat het onderzoek haalbaar en realiseerbaar wordt. We hebben voor mensen met een verstandelijke- of psychische beperking gekozen, omdat wij verwachten dat de vraag naar vriendschap of relatie bij deze doelgroep groot is. Dit baseren wij op de ervaring die wij hebben met het werken met de doelgroep. Ook denken wij dat het tekort aan sociale vaardigheden voor deze doelgroep een belemmering kan zijn om sociale contacten aan te gaan.

Daarnaast kiezen we ervoor om ons te richten op volwassenen, oftewel mensen van achttien jaar en ouder. We realiseren dat de behoefte aan een relatie ook bij minderjarigen een belangrijk thema is. Juist ook bij deze leeftijd speelt de behoefte aan vriendschap of relatie. Omdat wij dilemma's op het gebied van minderjarigheid willen vermijden, maken wij deze keuze. Omdat Welzijn Barneveld zich inzet voor de inwoners van de gemeente Barneveld richten wij ons in het onderzoek specifiek op deze gemeente.

Naast de doelgroep richten we ons ook op de betrokkenen van de doelgroep. Onder deze betrokkenen verstaan we: ouders, begeleiding vanuit hulpverleningsorganisaties, vrijwilligers en andere mensen die dichtbij staan.

1.2.4. Kenmerken doelgroep

Om een goed beeld te krijgen van de doelgroep lichten we kort toe wat een verstandelijke beperking en een psychische beperking inhouden. Een verstandelijke beperking wordt getypeerd als een geestelijke achterstand en ontwikkelingsstoornis. Er is een blijvende afwijking, waarbij verstandelijke vermogens achterblijven en onvoldoende ontwikkeld worden (Bruijn, Buntinx & Twint, 2014, p.39). Naast een laag intelligentieniveau heeft iemand met een verstandelijke beperking ook tekorten of beperkingen in het aanpassingsgedrag. Een persoon kan niet voldoen aan de standaarden van functioneren die bij zijn leeftijd verwacht worden binnen de culturele achtergrond (Bruijn et al., 2014, p.41). Hierdoor verwachten wij dat mensen met een verstandelijke beperking moeite hebben om te voldoen aan de standaarden van het sociaal functioneren, waardoor het aangaan van een vriendschap of relatie lastig kan zijn.

Een psychische beperking is een psychische en emotionele gesteldheid die het denken, voelen en handelen van iemand zodanig beïnvloedt, dat hij niet optimaal kan functioneren in het dagelijks leven. Het functioneren van iemand met een psychische beperking wordt belemmerd in de verschillende levensgebieden, zoals leren, wonen, werken en sociale contacten. De meest voorkomende psychische beperkingen zijn: angst- en paniekstoornis, depressie, persoonlijkheidsstoornis, psychotische stoornis, eetstoornis en autisme (Expertise Centrum Begeleid Leren, 2011). Een psychische beperking komt vaak voor in combinatie met een verstandelijke beperking (Dosen, 2014, p.231). De opdrachtgever signaleert dat de vraag naar een vriendschap of relatie in de maatjesprojecten steeds vaker van mensen met een autismespectrumstoornis (ASS) komt. Daarom geven we ook de definitie van ASS weer. Mensen met ASS lijden aan een stoornis in de ontwikkeling van bepaalde persoonlijkheidsaspecten. In de DSM-5, het handboek voor psychiatrische aandoeningen, worden de volgende aspecten genoemd van het psychosociaal functioneren van mensen met een autismespectrumstoornis: problemen in de sociale communicatie en sociale interactie, herhalend gedrag en een stoornis van sociaal en beroepsmatig functioneren (Dosen, 2014, p.208).

1.2.5. Bestaande projecten

We brengen in kaart welke invulling er gegeven kan worden aan de behoefte aan vriendschap en relatie bij mensen met een beperking. Dit doen we onder andere door op zoek te gaan naar bestaande projecten rondom het thema vriendschap en relatie. In deze zoektocht zijn we twee relevante projecten tegengekomen. Het eerste project is 'Vriendschap in Utrecht' van U Centraal. Op de website van U Centraal staat dat 'Vriendschap in Utrecht' mensen van 18 tot 50 jaar helpt om meer mensen te leren kennen en duurzame vriendschappen te sluiten. Het tweede project is 'Samen met jou' van MET Welzijn Heerhugowaard. Via het Oranje Fonds zijn we met dit project in aanraking gekomen. Samen met jou is een project voor kwetsbare burgers vanaf 20 jaar die behoefte hebben aan een vriendschap of relatie.

1.3. Vraagstelling

Vanuit het signaal en de probleemstelling stellen we de volgende onderzoeksvragen op. De hoofdvraag van het onderzoek is als volgt:

Wat is volgens literatuur en betrokkenen nodig om invulling te geven aan de behoefte aan vriendschap en relatie van mensen met een verstandelijke- of psychische beperking?

1.3.1. Deelvragen

Om de hoofdvraag te beantwoorden, hebben we de volgende deelvragen opgesteld:

1. Wat zegt de literatuur over de betekenis en inhoud van vriendschap en relatie bij mensen met een beperking?

2. Welke voor- en nadelen zijn er bij bestaande projecten als het gaat om vriendschap en relatie van mensen met een beperking?
3. Wat zeggen mensen met een beperking over de kwaliteit van vriendschap en relatie in hun eigen leven en wat zeggen hun betrokkenen hierover?

1.4. Doelstellingen

Het doel van het onderzoek is dat we voor juli 2017 een projectopzet hebben voor Welzijn Barneveld dat aansluit bij de behoefte van de doelgroep. Om dit doel te behalen, hebben we vier onderzoeksdoelen opgesteld:

1. *We weten wat de literatuur zegt over vriendschap en relatie bij mensen met een beperking.*
Door middel van literatuuronderzoek gaan we na wat kenmerkend is voor mensen met een beperking bij het aangaan van een vriendschap of relatie.
2. *We hebben zicht op bestaande projecten op het gebied van vriendschap en relatie en de voor- en nadelen die hiermee gepaard gaan.*
Door interviews af te nemen met projectleiders hebben we een beeld van de mogelijkheden die er zijn om invulling te geven aan de behoefte van de doelgroep.
3. *We brengen in kaart wat mensen met een beperking zeggen over de kwaliteit van vriendschap en relatie in hun eigen leven.*
Om deze kwaliteit in kaart te brengen, nemen we interviews af met mensen met een beperking.
4. *We brengen in kaart wat betrokkenen zeggen over kwaliteit van vriendschap en relatie in het leven van mensen met een beperking.*
Om deze kwaliteit in kaart te brengen, nemen we interviews af met verschillende betrokkenen van de doelgroep.

1.4.1. Eindproduct

Het eindproduct van het onderzoek is dit onderzoeksrapport met een projectopzet voor de opdrachtgever. In het onderzoeksrapport staan onze bevindingen over de manier waarop invulling gegeven kan worden aan de behoefte aan vriendschap en relatie. Daarnaast geven we concreet advies over de vormgeving van een eventueel nieuw project met betrekking tot vriendschap en relatie. Dit advies is een opzet waarin de doelstelling, werkwijze, kosten, taakverdeling, verantwoordelijkheden en randvoorwaarden van het project staan. De opdrachtgever kan dit onderzoeksrapport voorleggen aan zijn collega's, zodat het kan worden gelezen door de medewerkers van Welzijn Barneveld. De wens van de opdrachtgever is dat er daadwerkelijk een project opgezet wordt binnen de gemeente Barneveld. Het project kan gepresenteerd worden als een nieuw aanbod voor mensen met een verstandelijke- of psychische beperking die wonen in de gemeente Barneveld.

1.5. Beschrijving en verantwoording onderzoeksmethoden

Wij werken volgens de kwalitatieve, beschrijvende onderzoeksmethode, omdat we een specifieke situatie onderzoeken en de informatie hierover in kaart brengen (Baarda et al., 2013, p.35). We onderzoeken hoe er invulling gegeven kan worden aan de behoefte van mensen met een beperking, als het gaat om het thema vriendschap en relatie. Hierbij zijn we op zoek gegaan naar ervaringen, belevingen en perspectieven van de doelgroep en hun betrokkenen.

We hebben ervoor gekozen om het thema seksualiteit en de kindwens bij mensen met een beperking niet mee te nemen in het onderzoek. We hebben bewust gekozen om niet op deze aspecten van een liefdesrelatie in te gaan, omdat we er zorg voor wilden dragen dat het onderzoek niet te groot zou worden. Op andere bijkomende aspecten van een liefdesrelatie zijn we wel ingegaan, zoals wederkerigheid en sociale vaardigheden, omdat deze ook het thema vriendschap raken.

Om tot een antwoord op de onderzoeksvragen te komen, verzamelden we gegevens op verschillende manieren. Hieronder lichten we de dataverzamelingsmethoden toe.

1.5.1. Literatuuronderzoek

De eerste deelvraag beantwoorden we door middel van het literatuuronderzoek. De resultaten hiervan beschrijven we in het tweede hoofdstuk. Door middel van literatuuronderzoek onderzochten we wat er al bekend is rondom vriendschap en relatie bij mensen met een beperking. We kregen van de opdrachtgever verschillende tips om relevante bronnen te zoeken die aansluiten op het onderzoek. Daarnaast doorzochten we via BOLLAS meerdere databanken tegelijkertijd, zoals de HBO-kennisbank, NARCIS en Repository Universiteit Utrecht. Ook maakten we gebruik van de sneeuwbalmethode, waarbij we de literatuurlijsten van de meest geschikte bronnen hebben gebruikt om verder te zoeken naar andere bronnen (HAN, 2016). We konden niet veel literatuur vinden over het onderwerp vriendschap en relatie bij mensen met een beperking dat in de afgelopen jaren is gepubliceerd. Omdat het onderwerp vriendschap en relatie in essentie hetzelfde blijft, kozen we ervoor om bronnen vanaf 2000 te gebruiken. Na het verzamelen van relevante bronnen lazen we de literatuur en haalden we belangrijke fragmenten uit de tekst. Daarna bedachten we topics en sorteerden we de fragmenten. Aan de hand van deze topics en fragmenten hebben we het hoofdstuk geschreven.

1.5.2. Interviews

Naast het literatuuronderzoek namen we negentien interviews af. Bij een aantal interviews waren twee respondenten aanwezig, waardoor we in totaal 23 respondenten interviewden. Deze respondenten zijn projectleiders, mensen met een beperking en betrokkenen van de doelgroep. Om privacy redenen zijn de interviews geanonimiseerd.

De interviews zijn half-gestructureerd. Dit houdt in dat de belangrijkste onderwerpen en interviewvragen vaststaan en dat er ruimte is om door te vragen tijdens het interview (Baarda et al., 2013, p.150). We kozen voor het half-gestructureerde interview, zodat respondenten tijdens het interview de ruimte krijgen om hun ervaringen in eigen woorden te vertellen. Ook hebben wij hierdoor de vrijheid om door te vragen en uit te weiden over het onderwerp. De interviewvragen hebben we bewust niet gebaseerd op de uitkomsten van het literatuuronderzoek, omdat we de interviews open in wilden gaan. Toch zijn deze onderwerpen vaak teruggekomen in de resultaten van de interviews.

Voor het afnemen van de interviews hebben we drie interviewprotocollen gemaakt (zie bijlage 1, 2 en 3). We gebruiken de letters A, B en C om onderscheid te maken tussen de interviews met projectleiders (A), betrokkenen (B) en mensen met een beperking (C). Aan de hand van deze interviewprotocollen namen we de interviews af. De interviews hebben we vastgelegd door middel van een audio-opname. We vroegen hiervoor toestemming aan de respondenten. Na het afnemen van de interviews schreven we de interviews letterlijk in een verbatim uit. Daarna analyseerden we de interviews door elk interview op te delen in fragmenten en te labelen. We hebben hierbij drie labelsystemen gemaakt (zie bijlage 4, 5 en 6). De fragmenten van A, B en C hebben we bij elkaar in een Word-document gezet en vanuit dit document hebben we de hoofdstukken geschreven.

De resultaten van de interviews staan beschreven in hoofdstuk 3, 4 en 5. Het derde hoofdstuk beschrijft de resultaten van de tweede deelvraag, namelijk welke voor- en nadelen er bij de bestaande projecten zijn. De derde deelvraag hebben wij opgesplitst in twee hoofdstukken. Hoofdstuk 4 beantwoordt de vraag

wat mensen met een beperking zeggen over de kwaliteit van vriendschap en relatie in hun eigen leven. Hoofdstuk 5 beantwoordt de vraag wat betrokkenen hierover signaleren. We hebben hierin onderscheid gemaakt, omdat we voor elk deel een apart labelsysteem hebben en de resultaten uit beide interviews veel informatie bevatten. In de tekst verwijzen we naar de fragmenten uit de interviews. Elk fragment begint met de letter A, B of C. Dit staat voor het soort interview waaruit het fragment komt. Daarnaast is elk fragment genummerd. Deze codes zijn terug te vinden in het bronnenboek.

Interviews met projectleiders

Om de tweede deelvraag te beantwoorden, namen we interviews af met de projectleiders van twee bestaande projecten, namelijk 'Vriendschap in Utrecht' en 'Samen met jou'. Aan de hand van de interviews brachten we in kaart welke voor- en nadelen met de projecten gepaard gaan. We hebben deze organisaties benaderd, omdat de projecten gericht zijn op het aangaan van vriendschap of relatie bij mensen met een beperking. Uit het vooronderzoek bleek dat dit de enige projecten in Nederland zijn die zich specifiek met dit onderwerp bezig houden vanuit het welzijnswerk. De projectleider van het project 'Samen op zoek naar vriendschap' van Stichting Philia stond helaas niet open om mee te werken aan het onderzoek. Het project 'Dubbel Geluk' namen we uiteindelijk niet mee in het onderzoek, omdat er geen professionele organisatie achter zit en het geen verbinding heeft met het maatschappelijk werk. Daarnaast hebben we bewust geen datingbureaus meegenomen in het onderzoek, omdat dit via internet georganiseerd is en we alleen projecten wilden meenemen die ontstaan zijn vanuit het welzijnswerk.

Interviews met betrokkenen

Ook interviewden we elf betrokkenen van de doelgroep, namelijk begeleiders, ouders en een partner. Het aantal betrokkenen die we wilden interviewen, stond niet van te voren vast. Na een groot deel van de interviews merkten we dat er niet veel nieuwe informatie in de interviews naar voren kwam, waardoor we de keuze konden maken om geen verdere interviews meer af te nemen.

We interviewden hen om te weten te komen wat zij zeggen over de kwaliteit van vriendschap en relatie bij mensen met een beperking. Aan de hand van de sociale kaart van de gemeente Barneveld selecteerden we organisaties en benaderden we betrokkenen. Tijdens het selecteren van de organisaties, ontdekten we dat de gemeente Barneveld beschikt over een groot aantal hulpverleningsorganisaties. We hebben organisaties uitgekozen die het beste aansluiten bij de gekozen doelgroep. Daarnaast namen we met de opdrachtgever de lijst met organisaties door en kregen we van hem contactpersonen van deze organisaties aangereikt. We benaderden de organisaties telefonisch en via e-mail. Aan de hand van hun respons hebben we uiteindelijk afspraken gemaakt met begeleiders van GGz Centraal, Stichting Philadelphia Zorg, Stichting De Rozelaar, JP van den Bent stichting en Siloah. GGz Centraal is een organisatie voor geestelijke gezondheidszorg en begeleidt mensen met psychische problematiek. De andere organisaties richten zich vooral op mensen met een verstandelijke beperking. Bij sommige organisaties zijn we op meerdere locaties geweest.

Via de begeleiders van deze organisaties kwamen we in contact met ouders en een partner van mensen met een beperking. Ook zijn we via de begeleiders in contact gekomen met hun cliënten, namelijk mensen met een beperking.

Tijdens de interviews hielden we rekening met de manier waarop betrokkenen tegen het onderwerp liefdesrelatie bij mensen met een beperking aankijken. We hadden van te voren verwacht dat niet alle betrokkenen open zouden staan voor dit onderwerp. Daarom gaven wij tijdens de interviews aan dat wij ons naast het thema relatie ook richten op het thema vriendschap. Hierbij gaven wij het belang van het onderzoek aan, namelijk dat ieder mens behoefte heeft aan vriendschap en relatie dus ook mensen met een beperking. Daarnaast hebben wij aan alle respondenten duidelijk aangegeven wat we met de verkregen informatie gaan doen. Een aantal respondenten gaven aan het uitgeschreven interview te willen lezen voordat we het gebruiken voor het onderzoeksrapport.

Interviews met mensen met een beperking

We interviewden tien mensen met een beperking om in kaart te brengen wat zij zeggen over vriendschap en relatie in hun eigen leven. Ook dit aantal respondenten stond niet van te voren vast. Na een aantal interviews hadden we een duidelijk beeld van de behoefte van de doelgroep. Hierbij hebben we er op gelet dat we ongeveer een gelijk aantal mensen met een verstandelijke beperking als mensen met een psychische beperking interviewden.

We kozen uiteindelijk niet voor het afnemen van enquêtes, omdat er tijdens het onderzoek twijfel ontstond over de werkzaamheid van deze methode. Door middel van enquêtes krijgen we kwantitatieve resultaten, terwijl de onderzoeksvraag gericht is op de kwaliteit van vriendschap en relatie. Door deze twijfel vroegen we ons ook af of we de doelgroep alsnog moeten benaderen voor het onderzoek. Toch vonden wij het belangrijk om van de doelgroep zelf te horen wat ze rondom dit thema ervaren, omdat het onderzoek over hen gaat. In overleg met de opdrachtgever kwamen we op het idee om korte interviews af te nemen met de doelgroep.

Het interviewprotocol is gebaseerd op twee topics, namelijk vriendschap en liefde. Aan de hand van deze topics hebben we eenvoudige vragen opgesteld. De intelligentieniveaus van de respondenten liepen erg uiteen, waardoor we tijdens de interviews inspeelden op deze verschillende niveaus. De respondenten begrepen onze vragen niet altijd. Hierdoor moesten wij de vragen anders stellen of meer uitleg geven. Ook werden er soms erg korte of onduidelijke antwoorden gegeven, waardoor wij veel doorvroegen. Wij vonden het belangrijk om de antwoorden van de respondenten in de interviews zo min mogelijk te sturen. Daarom maakten wij zoveel mogelijk gebruik van open vragen en vroegen we niet naar concrete ideeën voor een projectopzet.

Om tijdens het interview veiligheid voor de respondent te creëren, maakten wij aan het begin van het interview ruimte voor een social talk. Ook stelden wij onszelf voor en gaven we uitleg over het proces van het interview. Af en toe was de begeleider van de respondent aanwezig tijdens het interview. Dit werd overlegd met de respondent. Daarnaast verwachtten wij van te voren dat de respondenten niet altijd op werkelijkheid gebaseerde antwoorden zouden geven. Wij weten namelijk uit eigen ervaring dat mensen met een beperking dromen en wensen uit kunnen spreken en deze soms kunnen verwarren met de werkelijkheid. Om dit zo veel mogelijk te voorkomen, maakten wij in de interviewvragen onderscheid tussen de huidige situatie en dromen en wensen op het gebied van vriendschap en relatie.

1.6. Samenvatting

Binnen de maatjesprojecten heeft de opdrachtgever samen met zijn collega's en vrijwilligers gesignaleerd dat een groot aantal deelnemers graag een vriendschap of liefdesrelatie zou willen hebben. De opdrachtgever vindt het belangrijk dat er wordt onderzocht op welke manier Welzijn Barneveld invulling kan geven aan deze behoefte, omdat volgens hem iedereen recht heeft op vriendschap en liefde. De organisatie kan op dit moment niet voorzien in deze behoefte. Deze vraag valt namelijk niet binnen de maatjesprojecten. In het onderzoek richten wij ons op een afgebakende doelgroep, namelijk mensen met een verstandelijke- of psychische beperking. Naast de doelgroep richten we ons in het onderzoek op de betrokkenen van de doelgroep.

De hoofdvraag van het onderzoek is, wat volgens literatuur en betrokkenen nodig is om invulling te geven aan de behoefte aan vriendschap en relatie van mensen met een verstandelijke- of psychische beperking. Om deze vraag te beantwoorden, stelden we drie deelvragen op. We beantwoorden de deelvragen door middel van literatuuronderzoek en interviews met projectleiders, mensen met een beperking en betrokkenen.

De resultaten van het literatuuronderzoek komen in het volgende hoofdstuk aan bod. In hoofdstuk 3 beschrijven we de resultaten van de interviews met de projectleiders, waarbij we beide projecten met

elkaar vergelijken. In hoofdstuk 4 komen de resultaten van de interviews met mensen met een beperking aan bod en in hoofdstuk 5 de resultaten van de interviews met betrokkenen. Elk hoofdstuk begint met een inleiding en eindigt met een samenvatting. In hoofdstuk 6 komen de conclusie, discussie, aanbeveling en evaluatie aan bod. Ten slotte eindigt het onderzoeksverslag met een bibliografie en een aantal bijlagen. De interviewprotocollen en labelsystemen van de interviews zijn als bijlage toegevoegd. De uitgeschreven interviews en gelabelde fragmenten zijn apart gepubliceerd, namelijk als bronnenboek. Ook is de projectopzet als bijlage toegevoegd.

Hoofdstuk 2 Betekenis en inhoud van vriendschap en relatie

2.1. Inleiding

In dit hoofdstuk komen de resultaten van het literatuuronderzoek aan bod. Aan de hand van deze resultaten beantwoorden we de eerste deelvraag. Allereerst beschrijven we het belang van een sociaal netwerk. Daarna gaan we in op het thema eenzaamheid bij mensen met een beperking. Vervolgens beschrijven we welke betekenis mensen geven aan vriendschap en relatie en welke behoefte er speelt op dit gebied bij mensen met een beperking. Hierna gaan we in op de rol van sociale vaardigheden, wederkerigheid en het zelfbeeld in sociaal contact. Ten slotte beschrijven we welke begeleiding bij het aangaan van sociale contacten aan kan sluiten bij mensen met een beperking. Het hoofdstuk sluiten we af met een beknopte samenvatting van het literatuuronderzoek.

2.2. Sociaal netwerk

De aanwezigheid van een sociaal netwerk is een belangrijke voorwaarde voor de kwaliteit van leven (Brettschneider & Wilken, 2007, p.14). Het draagt bij aan geluk, gezondheid, eigenwaarde en zelfvertrouwen van mensen (Wielenga, 2009, p. 13). Volgens Steyaert & Kwekkeboom (2012) heeft ieder mens behoefte aan intimiteit, aandacht, vriendschappen en ondersteuning (Steyaert & Kwekkeboom, 2012, p. 88). Sociale steun uit het sociaal netwerk helpt mensen in moeilijke situaties het geheel te overzien. De behoefte aan sociale steun is bij iedereen anders (Benard, Bloemberg, Hoff, & Holtslag, 2011, p. 17).

Steyaert & Kwekkeboom (2012) beschrijven vier verschillende functies van het sociaal netwerk. Allereerst kan het sociaal netwerk in de affectieve behoeften voorzien. Dit gaat bijvoorbeeld over de behoefte om geliefd te worden en als persoon gewaardeerd en vertrouwd te worden. Ook de behoefte aan emotionele ondersteuning hoort hierbij. Ten tweede voorziet het sociaal netwerk in de behoefte aan aansluiting bij anderen, zoals de behoefte om erbij te horen en veilig te zijn. Een derde functie van het sociaal netwerk is dat het voorziet in materiële en instrumentele middelen, zoals huisvesting, voeding en informatie. Ten slotte voorziet het sociaal netwerk in de behoefte aan stabiliteit. Dit houdt in dat relaties met andere mensen vaststaan, bijvoorbeeld op basis van afspraken, een lidmaatschap of een arbeidsovereenkomst (Steyaert & Kwekkeboom, 2012, p. 44). Hauwert (2008) noemt nog een andere functie van het sociaal netwerk, namelijk dat het ondersteuning biedt in het proces naar maatschappelijke participatie en het stimuleert het aangaan van sociale contacten (Hauwert, 2008, p. 14). Daarnaast biedt een sociaal netwerk mensen de zekerheid dat ze op de steun van anderen kunnen rekenen. Mensen kunnen het eigen netwerk verder uitbreiden met nieuwe contacten en ze kunnen uitgenodigd worden om samen met anderen activiteiten te ondernemen (Cardol, Speet, & Rijken, 2007, p. 63). Ten slotte zijn sociale relaties belangrijk, omdat een individu met anderen meer kan bereiken dan hij alleen voor elkaar krijgt (Wielenga, 2009, p. 12).

2.2.1. Het sociaal netwerk van mensen met een beperking

We verwachten dat de functies van het sociaal netwerk, zoals hierboven beschreven, ook voor mensen met een beperking gelden. Maar de omvang van het sociaal netwerk blijkt wel anders te zijn. Het sociaal netwerk van mensen met een verstandelijke beperking is namelijk niet groot (Benard et al., 2011, p. 19). Uit de onderzoeken van Asselt-Goverts et al. (2010) en Saegerman (2009) blijkt dat mensen met een verstandelijke beperking een klein sociaal netwerk hebben. De oorzaak hiervan kan zijn dat mensen met een beperking moeite hebben om relaties te onderhouden (Volker, Flap & Mollenhorst, 2013, p.144). Mensen met een verstandelijke beperking hebben weinig contact met mensen zonder beperking (Asselt-Goverts, Embregts, Hendriks, & Frielink, 2010, p. 6). Hun sociaal netwerk bestaat voornamelijk uit

begeleiders, familie en andere mensen met een verstandelijke beperking (Wielenga, 2009, p. 16). Volker et al. (2013) bevestigt dit met het feit dat mensen bij voorkeur omgaan met soortgelijke anderen. *“Dit betreft mensen met dezelfde basale sociaal-demografische achtergrondkenmerken, zoals leeftijd, geslacht, opleidingsniveau en religieuze achtergrond. Vaak hebben ze ook gelijke waarden en hetzelfde wereldbeeld”* (Volker et al., 2013, p.29). Soortgelijke anderen begrijpen elkaar beter, delen meer interesses en kunnen elkaar emotionele steun bieden.

Vaak zijn begeleiders en familieleden belangrijk voor mensen met een beperking. Zij zijn de belangrijkste bronnen van informatie en geven praktische en affectieve steun. Wanneer mensen met een beperking ouder worden, wordt hun sociale netwerk kleiner en wordt het percentage begeleiders nog groter (Wielenga, 2009, p. 16). Opvallend is wel dat het netwerk van mensen met chronische psychiatrische problemen vaak groter is dan dat van mensen met een verstandelijke beperking (Kwekkeboom & Weert, 2008, p. 95).

2.2.2. Tevredenheid over het sociaal netwerk

Uit het onderzoek van Bulsink & Gruijter (2013) blijkt dat een deel van de mensen met een verstandelijke beperking meer zou willen participeren. Deze mensen willen bijvoorbeeld meer sociaal contact met familie of vrienden en nieuwe mensen ontmoeten (Bulsink & Gruijter, 2013, p. 24). Ook Benard et al. (2011) zegt dat er een grote behoefte is aan meer begeleiding, kennissen of vrienden om vrije tijd mee te besteden (Benard et al., 2011, p. 19). Volgens Kwekkeboom & Weert (2008) lijkt er een verband te zijn tussen de omvang en de tevredenheid van het sociaal netwerk. Mensen met een groot sociaal netwerk zijn namelijk meer tevreden over hun sociale contacten dan mensen met een klein netwerk. Maar dit geldt alleen voor mensen met chronische psychiatrische problematiek. Mensen met een verstandelijke beperking zijn meer tevreden als hun netwerk uit niet meer dan tien personen bestaat (Kwekkeboom & Weert, 2008, p. 69). Uit het onderzoek van Wielenga (2009) blijkt juist dat er geen verband is tussen de omvang en de tevredenheid van het netwerk. In dit onderzoek komt naar voren dat een klein sociaal netwerk niet problematisch hoeft te zijn. Een groot sociaal netwerk leidt namelijk niet altijd tot meer tevredenheid over de sociale contacten (Wielenga, 2009, p. 15).

2.2.3. Uitbreiden van het sociaal netwerk

Voor mensen met een beperking is het uitbreiden van het sociale netwerk niet makkelijk. Allereerst kan het voor hen moeilijk zijn om onbekende mensen te vertrouwen, waardoor het lastig is om nieuwe sociale contacten aan te gaan (Bulsink & Gruijter, 2013, p. 24). Daarnaast blijkt uit het onderzoek van Benard et al. (2011) dat jongeren met een lichtverstandelijke beperking gebrek hebben aan een aantal vaardigheden, waardoor ze beperkingen ondervinden in het behouden en versterken van hun netwerk. Het kan zijn dat ze weinig tot geen inzicht hebben in hun eigen beperking, de beperking niet accepteren, zich moeilijk kunnen inleven in anderen, de functie van het contact niet begrijpen en weinig inzicht hebben in hun eigen handelen en de gevolgen daarvan. Ze willen graag normaal gevonden worden en daardoor bestaat de kans dat ze overschat worden (Benard et al., 2011, p. 32). Uit het onderzoek van Asselt-Goverts et al. (2010) blijkt precies hetzelfde. Het versterken en uitbreiden van het sociaal netwerk van mensen met een beperking is complex, omdat ze zich niet geaccepteerd voelen en een gebrek aan sociale vaardigheden hebben. Ook hebben ze moeite met de acceptatie van de beperking, aanpassen, aanvoelen en initiatief nemen (Asselt-Goverts et al., 2010, p. 21).

Daarnaast is het uitbreiden van het netwerk niet gemakkelijk, omdat mensen met een beperking vaak op dezelfde plek werken als wonen en ze hebben weinig activiteiten buiten de voorziening. Voor het ondernemen van activiteiten zijn ze afhankelijk van begeleiding (Saegerman, 2009, p. 31). Bovendien zijn ze vaak niet bekend met de mogelijkheden om het sociaal netwerk uit te breiden. Ze weten niet hoe ze relaties aan kunnen gaan en vriendschappen kunnen sluiten (Hauwert, 2008, p. 14).

2.3. Eenzaamheid en sociaal isolement

Veel mensen met een beperking voelen zich weleens eenzaam (Bulsink & Gruijter, 2013, p. 24). Er is steeds meer aandacht gekomen voor de kwaliteit van het bestaan en de participatie van mensen met een beperking in de samenleving. Er heeft een verschuiving in de maatschappij plaatsgevonden. Mensen die eerder in gesloten afdelingen in het bos woonden, wonen nu midden in de samenleving. Hierdoor lopen mensen met een beperking het risico op vereenzaming en het terecht komen in een sociaal isolement. Ze hebben geen contacten meer in de woonvoorziening, waardoor ze zelf actie moeten ondernemen om nieuwe contacten aan te gaan. Dit is voor veel mensen met een verstandelijke beperking een moeilijke opgave (Brettschneider & Wilken, 2007, p.9). Bovendien biedt het wonen in een gewone omgeving geen garantie voor het ontwikkelen van nieuwe vriendschappen en relaties (Brettschneider & Wilken, 2007, p.11). Ook Asselt-Goverts et al. (2010) geeft aan dat mensen met een verstandelijke beperking het risico lopen op een geïsoleerd bestaan door een gebrek aan een sociaal netwerk. *“Onderzoek laat zien dat mensen met een verstandelijke beperking die geïntegreerd in de samenleving gaan wonen, werken en recreëren door een gebrek aan een sociaal netwerk in een isolement kunnen raken”* (Asselt-Goverts et al., 2010, p. 6).

Ondanks dat het sociaal netwerk belangrijk is, lukt het bepaalde groepen mensen dus niet om sociale relaties aan te gaan en te onderhouden. Groepen mensen die extra risico lopen om in een sociaal isolement te belanden zijn: mantelzorgers, ouderen, mensen met een beperking, psychisch kwetsbare mensen en mensen met psychiatrische problemen (Steyaert & Kwekkeboom, 2012, p. 89). Hierbij moet worden opgemerkt dat er een verschil is tussen eenzaamheid en een sociaal isolement. Bij een sociaal isolement is er sprake van objectief weinig sociale contacten. Bij eenzaamheid gaat het over de subjectieve beleving die een individu over zijn sociaal netwerk heeft (Steyaert & Kwekkeboom, 2012, p. 33).

Mensen met een verstandelijke beperking hebben vaak medecliënten en professionals om zich heen, waardoor ze niet vaak alleen zijn. Toch is het de vraag hoe gewenst en diepgaand deze contacten zijn (Smit & Gennep, 2002, p. 16). Bulsink & Gruijter (2013) hebben bijvoorbeeld onderzoek gedaan naar de behoefte aan vriendschap bij Turkse en Marokkaanse jongeren met een lichtverstandelijke beperking. Hier kwam uit dat jongeren die nog thuis wonen en zich eenzaam voelen iemand missen die ze kunnen vertrouwen. Dit heeft te maken met de kwaliteit van de contacten die zij hebben. Ze hebben dan soms wel een aantal vrienden, maar deze vrienden vervullen niet hun behoefte (Bulsink & Gruijter, 2013, p. 48).

2.3.1. Maatjesprojecten

Vriendschappelijk contact in de vorm van een maatjesproject is volgens Benard et al. (2011) een oplossing voor een sociaal isolement. *“Een maatjesproject gaat uit van gelijkwaardigheid en niet van deskundigheid. Zo kunnen bijvoorbeeld mensen met een verstandelijke beperking in contact komen met buurtgenoten. Door bepaalde campagnes kunnen mensen met en zonder een beperking activiteiten ondernemen”* (Benard et al., 2011, p. 29). Ook Bulsink & Gruijter (2013) verbinden een maatjesproject aan het woord vriendschap. *“Een belangrijk onderdeel van de vrijwillige ondersteuning die is gericht op sociale contacten zijn de maatjesprojecten. Bij maatjesprojecten staat ‘er zijn voor de ander’ en het steunen van de ander voorop. Maatjes bieden vriendschap op maat”* (Bulsink & Gruijter, 2013, p. 29). Wij denken juist dat het contact met een maatje niet hetzelfde is als een vriendschap, omdat er in een maatjescontact meestal geen sprake is van een gelijkwaardige relatie. Bovendien signaleert de opdrachtgever dat een maatjescontact niet volledig voorziet in de behoefte aan vriendschap.

2.4. Behoeftte aan vriendschap en relatie

Allereerst beschrijven we op welke manier vriendschap gekenmerkt wordt in het algemeen. Daarna gaan we in op vriendschap bij mensen met een beperking. Ten slotte beschrijven we hoe een liefdesrelatie bij mensen met een beperking gekenmerkt wordt.

2.4.1. Kenmerken van een vriendschap

In het algemeen wordt een vriend gezien als iemand met wie goede betrekkingen worden onderhouden op een bepaald gebied. Een vriend wordt uitgekozen op basis van genegenheid en persoonlijke voorkeur (Volker et al., 2013, p.155). Het leeftijdsverschil tussen vrienden is vaak maar één of twee jaar. Onder ouderen is dit verschil vaak wel wat groter. Maar vriendschappen tussen mensen van een verschillende generatie zijn er niet vaak.

Afkomst en godsdienst spelen een belangrijke rol in het aangaan van vriendschap. Over het algemeen wordt met vrienden het meeste gedeeld, meer nog dan met familieleden of een partner (Volker et al., 2013, p.161). Niet alle mensen gebruiken en interpreteren het woord vriendschap op dezelfde manier. Dit maakt het lastig om in te schatten hoeveel vrienden iemand heeft (Volker et al., 2013, p.158).

2.4.2. Vriendschap bij mensen met een beperking

Mensen met een verstandelijke beperking blijken zich niet altijd bewust te zijn van de omvang van hun sociale netwerk. Hierdoor vinden zij het lastig om het aantal vriendschappen dat ze hebben naar werkelijkheid in te schatten (Benard et al., 2011, p. 19). Door mensen met een beperking wordt een vriend vaak gezien als één van de belangrijkste personen uit het netwerk (Kwekkeboom & Weert, 2008, p. 67). Uit het onderzoek van Mark & Dunsbergen (2010) blijkt dat vriendschap voor mensen met een verstandelijke beperking een unieke context biedt om zich te ontwikkelen. De specifieke vaardigheden die er in vriendschappen worden geleerd, kunnen nergens anders zo geleerd worden (Mark & Dunsbergen, 2010, p. 22).

Benard et al. (2011) zegt dat jongeren met een licht verstandelijke beperking graag normaal gevonden willen worden. Dit zou een reden kunnen zijn waarom zij op zoek zijn naar vrienden zonder beperking. Een gevaar dat hierbij optreedt, is dat zij overschat worden en het moeilijk voor hen wordt om de vriendschap te blijven onderhouden op een gelijkwaardig niveau. Ook uit onderzoek van Cardol et al. (2007) komt naar voren dat sommige mensen met een verstandelijke beperking graag omgaan met mensen zonder beperking, omdat ze erbij willen horen en nieuwe ervaringen op willen doen. Andere mensen met een verstandelijke beperking willen liever omgaan met mensen van hetzelfde niveau, zoals dit bij dagbesteding het geval is (Cardol et al., 2007, p.5). Volgens Benard et al. (2011) zijn er ook jongeren met een licht verstandelijke beperking bij wie het niet uitmaakt welk niveau hun vrienden hebben. Daarnaast zijn er jongeren die liever een vriend hebben die op hetzelfde niveau als hen functioneert (Benard et al., 2011, p. 23).

2.4.3. Liefde bij mensen met een beperking

Een liefdesrelatie blijkt een lastig thema te zijn voor mensen met een beperking. Iemand met borderline kan bijvoorbeeld veel korte, intense relaties hebben doordat hij de ander steeds aantrekt en afstoot. *“In een relatie neemt hij de ander totaal in beslag en beschuldigt zijn partner omdat hij denkt dat deze niet om hem geeft. Hij denkt dat hij zijn partner aanvoelt, maar dit is slechts hun eigen gedrag dat ze projecteren op de ander. Voor de partner van de persoon met borderline kan dit een groot raadsel en bron van frustratie zijn”* (Meijerink & Baak, 2012, p. 36).

Er zijn verschillende redenen waardoor het aangaan van een relatie bij iemand met een beperking lastig kan zijn. Allereerst spelen een beperkt inlevingsvermogen, angstgevoelens, impulsiviteit, problemen met

het zelfbeeld en acceptatie van anderen hierbij een rol (Meijerink & Baak, 2012, p. 60). Daarnaast kan het voor iemand met een beperking lastig zijn om gevoelens te verwoorden. Hierdoor twijfelt de omgeving eraan of hun gevoelens en verlangens hetzelfde zijn als bij mensen zonder beperking (Saegerman, 2009, p. 14). Ook het uiterlijk van mensen met een beperking kan een belemmering vormen bij het aangaan van een liefdesrelatie (Burggraeve, 2006, p. 55).

Ondanks deze belemmeringen komt in de onderzoeken van Asselt-Goverts et al. (2010, p.19) en Kroft (2008, p.19) naar voren dat mensen met een beperking wel behoefte hebben aan een liefdesrelatie. Maar ze weten vaak niet hoe ze dit moeten aanpakken (Wiercx, 2013). Door onzekerheid kunnen zij van de ene in de andere relatie stappen. Dit kunnen ze doen om zich goed te voelen, om bevestiging te krijgen of omdat ze het idee hebben dat dit zo hoort. Meestal weten mensen met een beperking niet hoe ze in een relatie met elkaar om moeten gaan, waardoor een relatie dus ook niet lang standhoudt (Meijerink & Baak, 2012, p. 38). Daarom is het belangrijk om te weten hoe mensen met een beperking tegen de begrippen 'relatie' en 'verkering' aankijken. Onduidelijkheid hierover kan namelijk tot enorme misverstanden leiden (Wiercx, 2013). Als iemand moeite heeft om abstracte begrippen in het juiste kader te plaatsen, kan dit leiden tot ongepast gedrag rondom relaties en seksualiteit (Meijerink & Baak, 2012, p. 33).

Mensen met een beperking kunnen ook op organisatorische problemen botsen bij het aangaan van een vriendschap of liefdesrelatie. Relaties op langere afstand hangen vaak af van het vervoer uit de voorziening. Maar ook als mensen elkaar leren kennen in de voorziening zelf, kunnen er problemen opduiken. In een voorziening wordt in een groep geleefd, wat het beleven van een normale relatie vaak onmogelijk maakt. Er wordt dan vanuit de groep gedacht en niet vanuit het individu (Saegerman, 2009, p. 31). Je moet als koppel samenleven met een hoop andere mensen en dat laat soms niet genoeg ruimte toe om koppel te zijn. Daarom is het belangrijk dat een koppel binnen een voorziening genoeg kansen krijgt om zich ook te ontplooien als koppel (Saegerman, 2009, p. 65). Uit het onderzoek van Bulsink & Gruijter (2013) blijkt dat er dan ook maar weinig mensen met een beperking samenwonen wanneer ze een relatie hebben (Bulsink & Gruijter, 2013, p. 26). Hauwert (2008) beweert eveneens dat een gebrek aan een eigen woning, privacy, vervoersmogelijkheden en financiële mogelijkheden beperkend werken (Hauwert, 2008, p. 15).

2.5. Sociaal-emotionele vaardigheden

Bij het aangaan van sociaal contact zijn sociale- en emotionele vaardigheden nodig. We beschrijven hoe deze vaardigheden tot uiting komen bij mensen met een beperking. Ook gaan we in op de moeite die de doelgroep kan ervaren met betrekking tot deze vaardigheden.

2.5.1. Sociale vaardigheden

Zowel Hauwert (2008, p.15) als Brettschneider & Wilken (2007, p.31) veronderstellen dat mensen met een beperking bepaalde sociale vaardigheden missen. Ze missen bijvoorbeeld inzicht in de manier waarop ze sociale contacten aan kunnen gaan en hoe ze rekening kunnen houden met andermans beperkingen. Deze verminderde sociale vaardigheden kunnen interacties met andere mensen bemoeilijken en dit kan leiden tot wederzijds onbegrip of wantrouwen (Cardol et al., 2007, p. 63). Ook Bulsink & Gruijter (2013) sluiten hierbij aan: jongeren met een lichtverstandelijke beperking hebben een afwijkende sociale informatieverwerking. Dit betekent dat iemand vijandiger of juist passiever reageert op bepaalde sociale situaties. Dit kan minder acceptatie en meer afwijzing tot gevolg hebben (Bulsink & Gruijter, 2013, p. 16). Ook mensen met een autismespectrumstoornis ondervinden belemmeringen op het gebied van sociale interactie, communicatie en het verwerken van informatie. Daardoor wordt er vaak over mensen met een autismespectrumstoornis gezegd dat ze in hun eigen wereld leven en ze onverschillig of ongeïnteresseerd over kunnen komen (Meijerink & Baak, 2012, p. 18).

Mensen met een verstandelijke beperking hebben meer moeite met het tegelijkertijd opslaan en verwerken van verbale informatie. Het taalgebruik is vaak matig ontwikkeld en de spreekvaardigheid is vaak beter ontwikkeld dan de schrijfvaardigheid. Hierdoor zijn er patronen in sociaal wenselijk gedrag die zijn aangeleerd door het sociaal netwerk (Mark & Dunsbergen, 2010, p. 30). Dit beaamen Brettschneider & Wilken (2007): sommige contacten worden aangegaan vanuit sociaal wenselijk gedrag waarbij het de vraag is of iemand daar echt gelukkig van wordt. Niet elk contact dat wordt aangegaan komt degene met een verstandelijke beperking dan ook ten goede (Brettschneider & Wilken, 2007, p.20).

Pont (2002) beschrijft dat mensen elkaar in een liefdesrelatie soms niet begrijpen doordat ze geen jargon hebben. Mannen en vrouwen zijn geneigd dingen op een andere manier te benoemen. Het is helpend als mensen met dezelfde woorden hetzelfde bedoelen waardoor ze dan veel efficiënter met elkaar praten (Pont, 2002, p.29). Naar ons idee geldt deze taalbarrière ook zeker voor mensen met een verstandelijke beperking. Gebrek aan taalvaardigheid kan wel degelijk een reden zijn waardoor mensen met een beperking belemmeringen ervaren in sociaal contact.

2.5.2. Emotionele ontwikkeling

Naast een gebrek aan sociale vaardigheden hebben mensen met een verstandelijke beperking vaak problemen met het herkennen en benoemen van emoties. Het aanwijzen van sociale signalen, vooral als het gaat om signalen met een positieve emotionele lading, kan moeilijk voor hen zijn. *“Ze schatten anderen vaak negatiever in dan in de werkelijkheid. Er is dus een grote kans dat de meest voorkomende oplossing een negatieve is. Dit patroon komt vaak voor bij mensen met een verstandelijke beperking en kan tot een negatieve spiraal leiden”* (Mark & Dunsbergen, 2010, p. 23).

Het vermogen tot goed inleven in anderen en het vermogen tot de ander goed begrijpen, is kleiner bij mensen met een beperking. Dit komt doordat de emotionele ontwikkeling achterloopt (Mark & Dunsbergen, 2010, p. 29). Ook verloopt de emotionele ontwikkeling van mensen met een autismespectrumstoornis anders dan normaal. Vaak worden deze mensen als gevoelloos gezien, vanwege het gebrek aan inlevingsvermogen. In werkelijkheid worden ze overspoeld door emoties, maar deze emoties worden vaak onderdrukt door anderen. Mensen met een autismespectrumstoornis uiten vooral negatieve emoties, zoals angst en woede. Door sociale onhandigheid hebben zij meestal weinig vrienden en horen ze niet bij een sociale groep zoals hun leeftijdsgenoten (Meijerink & Baak, 2012, p. 33).

Emotionele steun blijkt een belangrijk onderdeel te zijn in het onderhouden van vriendschappen. Emotionele steun is belangrijker dan het bieden van praktische hulp. *“De verklaring voor deze specifieke rol van vriendschappen ligt wellicht in het feit dat vriendschappen minder of niet institutioneel zijn ingebed”* (Volker et al., 2013, p.161). Collega's, burens en familieleden worden meestal niet zelf uitgekozen. Vrienden hebben daarentegen een meer vrijwillig karakter en dat heeft gevolgen voor het type activiteiten dat vrienden met elkaar ondernemen (Volker et al., 2013, p.161).

Uit het onderzoek van Mark & Dunsbergen (2010) blijkt dat vriendschappen ruimte bieden voor emotionele ontwikkeling. Er wordt geleerd een veilige basis met een leeftijdsgenoot te ontwikkelen en er is een mogelijkheid om intieme gevoelens en gedachten uit te wisselen.

Mensen met een verstandelijke beperking zijn vaak ik-gericht. Hierdoor vergeten ze soms de behoefte van een ander, waardoor het onderhouden van vriendschappen ingewikkeld is. Ook laten mensen met een verstandelijke beperking vaak moeilijk gedrag zien op de woongroep of het werk als ze problemen hebben met vrienden. Conflicten met vrienden kunnen andere relaties beïnvloeden (Mark & Dunsbergen, 2010, p. 22).

Mensen met borderline hebben vaak moeite met het onderhouden van gezonde vriendschappen door verlatingsangst en afhankelijkheid. Contacten met anderen worden vaak beschouwd als intens. Het claimende en wantrouwende gedrag kan zorgen voor de beëindiging van de vriendschap (Meijerink & Baak, 2012, p. 36).

Naast vriendschappen functioneren verkeringen bij mensen met een beperking ook anders doordat de emotionele betrokkenheid kleiner is (Mark & Dunsbergen, 2010, p. 27). Doordat het moeilijk is om de ander te begrijpen, is het aangaan van een relatie voor hen complex. Zij kunnen sneller over de grenzen van een ander gaan, zonder dat het bewust gebeurt (Mark & Dunsbergen, 2010, p. 19).

2.5.3. Risico's

Mensen met een verstandelijke beperking zijn vaak beïnvloedbaar en lopen het risico gebruikt te worden door anderen. Ze zijn steeds bezig met het investeren in anderen, maar ze krijgen in verhouding minder terug. Ze gaan mee in de eisen van de ander, hebben gebrek aan inzicht of hebben moeite met 'nee' zeggen. Hierdoor kunnen ze in vervelende situaties terechtkomen. Vrouwen kunnen bijvoorbeeld het risico lopen slachtoffer te worden van loverboys. Ook kan internet, zoals een datingsite, een risicovolle plek zijn als het gaat om het leggen van contact. Deze risico's hebben vaak te maken met het gebrek aan sociale vaardigheden. Mensen met een beperking overzien de consequenties van hun handelingen en toezeggingen niet (Wielenga, 2009, p. 39).

Ook Meijerink & Baak (2012) zeggen dat er sprake is van kwetsbaarheid en minder weerbaarheid bij de doelgroep. Het aanvoelen en aangeven van grenzen is vaak moeilijk voor mensen met een verstandelijke beperking. Ze zijn goed van vertrouwen, waardoor ze kwetsbaar zijn voor ongewenste intimiteiten en misbruik. Het is belangrijk om hier aandacht aan te geven om zo de weerbaarheid van mensen met een beperking te vergroten (Meijerink & Baak, 2012, p. 42).

2.6. Wederkerigheid in sociaal contact

In een gezonde relatie is er sprake van wederkerigheid. Er moet een balans gevonden worden in de investeringen die mensen voor elkaar doen in een relatie (Pont, 2002, p.34). Doordat een relatie voor beide partijen iets oplevert, kan er een verstandhouding van goede diensten ontstaan. De uitwisseling van goede diensten is de manier waarop vertrouwen in een relatie wordt vormgegeven. Doordat mensen dingen voor elkaar doen, kan een vriendschap of liefde groeien. De diensten bestaan niet alleen uit concrete handelingen, maar het gaat om alle dingen die in een relatie waardevol worden gevonden (Pont, 2002, p.27).

2.6.1. Belang en definitie van wederkerigheid

Wederkerigheid in sociaal contact is van groot belang. Mensen willen zich gewaardeerd voelen waardoor een eenzijdige relatie vaak mislukt (Schuurman, 2002, p. 18). Ook Wielenga (2009) beweert dat wederkerigheid een startmechanisme is om sociale interactie aan te gaan. *"Door een gift ontstaat vertrouwen dat nodig is om contact op te bouwen, omdat de ontvanger weet dat hij een wederdienst zal moeten leveren"* (Wielenga, 2009, p. 14).

Wederkerigheid kan worden samengevat in drie elementen. Allereerst wordt de ander erkend als mogelijke bondgenoot. Ten tweede bestaat wederkerigheid uit drie verplichtingen, namelijk geven, ontvangen en teruggeven. Ten slotte wordt er naar vermogen op een gepaste manier geïnvesteerd zodat er een balans ontstaat die voor beide partijen wenselijk is. Deze drie elementen geven aan waar de knelpunten kunnen zitten in sociaal contact. De wederkerigheid kan beïnvloed worden als de ander door een beperking niet erkend wordt als volwaardig bondgenoot.

Ook kan wederkerigheid in sociaal contact gevaar lopen als de drie verplichtingen niet worden toegepast (Wielenga, 2009, p. 15). Wederzijdse verplichtingen en verwachtingen zijn belangrijk. Zonder verplichtingen zijn sociale contacten niet interessant en houden relaties niet lang stand. Door wederkerigheid worden relaties aangegaan, bepaald en onderhouden (Wielenga, 2009, p. 14). Een balans van vertrouwen ontstaat wanneer contacten voorspelbaar zijn en verwachtingen uitkomen. Door voorspelbaarheid ontstaat er een herkenbaar patroon waardoor beide partijen weten wat ze van elkaar

kunnen verwachten. Ook een gestructureerde activiteit of gelegenheid draagt bij aan voorspelbaarheid. Mensen weten wat hun rol is, wat er van hen verwacht wordt en hoe de bijdrage van de ander eruit ziet tijdens de activiteit (Wielenga, 2009, p. 51). Als beide partijen plezier hebben in een activiteit, hebben ze een raakvlak en kan er een vorm van wederkerigheid ontstaan (Wielenga, 2009, p. 37).

2.6.2. Wederkerigheid bij mensen met een beperking

Voor mensen met een verstandelijke beperking is wederkerigheid moeilijk in het sociale contact. Ze bieden zelf weinig steun aan een ander en zijn minder betrokken in een relatie (Wielenga, 2009, p. 16). Wederkerige vriendschappen zijn bij mensen met een verstandelijke beperking meer uitzondering dan regel (Asselt-Goverts et al., 2010, p. 6). Mensen met een ernstige verstandelijke beperking zijn minder in staat tot wederkerigheid dan mensen met een matige of lichte verstandelijke beperking.

Toch is wederkerigheid tussen mensen met een verstandelijke beperking mogelijk. Uit het onderzoek van Wielenga (2009) blijkt dat relaties van mensen met een verstandelijke beperking vaak een lange levensduur hebben en dat de tevredenheid over vriendschap bij deze groep groot is. Hierbij is het samen ondernemen van activiteiten belangrijk. Ook is het van belang dat vrienden overeenkomsten of raakvlakken hebben (Wielenga, 2009, p. 16). Wederkerigheid zorgt voor binding met anderen en het werkt versterkend voor kwetsbare contacten. Dit geldt ook voor de kwetsbare sociale contacten van mensen met een verstandelijke beperking (Wielenga, 2009, p. 15). Maar mensen met een beperking kunnen vaak niet op dezelfde manier terug doen wat hen gegeven is. *“Mensen die zelf door beperkingen niet in staat zijn te geven, ontvangen zelf ook het minst”* (Wielenga, 2009, p. 15). Relaties van mensen met een verstandelijke beperking zijn vaak kwetsbaar en beperkt tot begeleiders, familie en andere mensen met een verstandelijke beperking (Wielenga, 2009, p. 17).

De norm van wederkerigheid kan niet volledig worden toegepast op mensen met een verstandelijke beperking. Voor deze groep moeten andere codes ontwikkeld worden (Wielenga, 2009, p. 15)

2.6.3. De balans van wederkerigheid

Het gevoel van wederkerigheid kan sneller in het gedrang komen dan we vaak denken. Als we bijvoorbeeld drie keer bij iemand gegeten hebben, slaan we dat ergens op. We verzinnen een tegenprestatie zodat de balans weer in evenwicht is, omdat we niet van schuld houden (Pont, 2002, p.46). Tevredenheid over de balans heeft te maken met de verwachtingen die beide partijen van zichzelf en de ander hebben. Als iemand hoge verwachtingen stelt, kan hij teleurgesteld raken wanneer er een minder grote bijdrage wordt ontvangen dan hij verwachtte. Mensen met een beperking hebben soms een grotere verwachting van hun eigen bijdrage en van de bijdrage van een ander. Ze overschatten de ander, raken teleurgesteld of stellen anderen teleur. Dit heeft te maken met gebrek aan inzicht en acceptatie in de eigen beperking en die van een ander (Wielenga, 2009, p. 50).

Ook Schuurman (2002) stelt dat tevredenheid te maken heeft met verwachtingen naar elkaar. Als iemand hoge eisen aan de ander stelt of te veel verwacht van het contact, kan het gevoel ontstaan dat het contact te veel van zijn kant komt en dat de ander te weinig investeert in de relatie. Hierdoor kan hij teleurgesteld raken (Schuurman, 2002, p. 18).

Opvallend is dat uit het onderzoek van Wielenga (2009) blijkt dat iemand ook tevreden kan zijn met de verhouding tussen geven en ontvangen als deze niet gelijk is. In de tevredenheid over de balans speelt proportionaliteit een belangrijke rol. Dit houdt in dat de partijen investeren en ontvangen naar vermogen. Er is tevredenheid wanneer beide partijen van elkaar weten wat ze kunnen ontvangen en investeren (Wielenga, 2009, p. 49).

2.7. Zelfbeeld

Veel mensen met een verstandelijke- of psychische beperking hebben een negatief of een onrealistisch zelfbeeld. Dit kan ontstaan door negatieve ervaringen en tegenslagen uit het verleden (Benard et al., 2011, p. 21).

2.7.1. Het zelfbeeld van mensen met een verstandelijke beperking

Benard et al. (2011) stelt dat jongeren met een lichtverstandelijke beperking door een negatief zelfbeeld situaties sneller opgeven en geen succes behalen. Deze jongeren zien zichzelf vaak niet als iemand met een beperking (Benard et al., 2011, p. 21). Wij denken dat dit niet alleen voor jongeren met een lichtverstandelijke beperking hoeft te gelden, maar ook van toepassing kan zijn op andere mensen met een beperking.

In het onderzoek van Meijerink & Baak (2012) wordt het onrealistische zelfbeeld genoemd als een terugkerend fenomeen bij mensen met een lichtverstandelijke beperking. Mensen met een beperking kunnen denken dat zij goed in de markt liggen als er naar hen wordt gekeken of gewezen, terwijl dit helemaal niet aan de orde hoeft te zijn (Meijerink & Baak, 2012, p. 39). Ook Smit & Gennep (2002) stellen dat een negatief zelfbeeld een belemmerende factor kan zijn bij het maken van contact met onbekenden. Minder ontwikkelde sociale vaardigheden, minder kennis en inzicht over hoe de wereld in elkaar zit en negatieve ervaringen uit het verleden kunnen mensen met een verstandelijke beperking onzeker maken in het contact met anderen (Smit & Gennep, 2002, p. 29).

Volgens Schuurman (2002) hebben mensen met een verstandelijke beperking soms weinig eigenwaarde waardoor ze kwetsbaar zijn in het contact met anderen. Ze zijn gevoelig voor kritiek en bang voor afwijzing (Schuurman, 2002, p. 19).

2.7.2. Het zelfbeeld van mensen met een psychische beperking

Bij mensen met psychische problematiek kan eveneens sprake zijn van een negatief zelfbeeld. Een negatief zelfbeeld kan ook bij deze mensen een belemmerende factor zijn in het aangaan van sociaal contact. Mensen met een autismespectrumstoornis kunnen er tijdens de adolescentiefase achter komen dat ze anders zijn en dat hun mogelijkheden vaak beperkter zijn dan die van andere mensen. Afhankelijk van het intelligentieniveau zullen zij zich nooit helemaal zelfstandig kunnen redden. Ze hebben vooral moeite in de sociale omgang met anderen. Het besef dat ze anders zijn, kan bij mensen met een autismespectrumstoornis regelmatig tot een negatief zelfbeeld leiden. Ook eventuele faalervaringen in het zelfstandig worden uit het verleden kunnen hiertoe leiden. Gevoelens van minderwaardigheid en depressie komen vaker voor bij adolescenten met een autismespectrumstoornis (Meijerink & Baak, 2012, p. 33).

Ook adolescenten met borderline ontwikkelen vaak een negatief zelfbeeld en onstabiele identiteit. Het zelfbeeld en de zelfwaardering zijn wisselend, net als de doelen, waarden en andere belangrijke kenmerken die iemand met borderline karakteriseren. Mensen met borderline zijn vaak onzeker en weten niet goed wie zij zijn. Deze mensen hebben het gevoel dat er geen eigen 'ik' bestaat. Zij vertonen afhankelijk gedrag en vragen op een claimende manier aandacht van anderen (Meijerink & Baak, 2012, p. 35).

2.8. Ontmoeting en begeleiding

Hieronder gaan we in op de begeleiding die nodig is voor mensen met een beperking bij het aangaan van sociale contacten. Hierbij gaan we specifiek in op de verschillende manieren waarop mensen met een beperking met elkaar in contact kunnen komen. Ook beschrijven we de begeleiding die geboden kan worden bij het aangaan van een liefdesrelatie.

2.8.1. Begeleiding bij het aangaan van sociale contacten

Veel mensen met een beperking zijn in contact met anderen afwachtend. Het is belangrijk dat begeleiders hier alert op zijn en hen hierin ondersteunen en verder helpen (Smit & Gennep, 2002, p. 18). Ook volgens Wielenga (2009) blijkt dat initiatief nemen een belangrijk punt is in de ondersteuning aan mensen met een verstandelijke beperking. Mensen met een verstandelijke beperking die geen initiatief nemen, vinden het moeilijk om contact te maken en reageren vooral op initiatieven van anderen (Wielenga, 2009, p. 43). Zij krijgen ondersteuning in de vorm van coaching, waarbij ze gemotiveerd worden en handvaten krijgen om contacten aan te gaan. Hierbij wordt gewerkt aan de sociale vaardigheden.

Er mensen met een verstandelijke beperking die wel initiatief nemen in contact met anderen. Zij gaan makkelijk een gesprekje met een ander aan en worden door anderen vaak gezien als open en sociaal. Zij krijgen vooral begeleiding in het aangeven van grenzen om overvraging of misbruik van de openheid te voorkomen (Wielenga, 2009, p. 42).

Een positieve sociale omgeving inclusief vriendschap en ondersteuning kan het zelfbeeld positief stimuleren (Burggraave, 2006, p. 83). Stichting Breder besteedt aandacht aan het ontwikkelen van een gezond zelfbeeld voor hun cliënten door middel van gesprekken, sociale vaardigheidstrainingen en begeleide momenten die in het teken staan van ontmoeting (Meijerink & Baak, 2012, p. 16). Volgens Meijerink & Baak (2012) mogen de thema's zelfbeeld en grenzen niet ontbreken in de begeleiding aan mensen met een beperking (Meijerink & Baak, 2012, p. 61).

2.8.2. Activiteiten als reden van ontmoeting

Bij het aangaan van sociaal contact spelen activiteiten en communicatiemiddelen een belangrijke rol (Wielenga, 2009, p. 37). Activiteiten blijken een belangrijk middel te zijn voor mensen met een beperking om elkaar te ontmoeten. Contacten worden namelijk gekenmerkt door de activiteiten die mensen samen ondernemen, zoals televisiekijken, koffiedrinken, op stap gaan of sporten. Doordat mensen een interesse of hobby delen, kunnen ze elkaar in de activiteit vinden.

Er moet voor mensen met een beperking een aanleiding zijn om elkaar te ontmoeten, zoals een verjaardag of wekelijkse activiteit. De meerwaarde zit in de aanwezigheid zelf. Doordat een ander steeds op dezelfde manier aanwezig is, ontstaat er een vertrouwd ritueel (Wielenga, 2009, p. 47).

Er zijn activiteiten die specifiek bedoeld zijn voor mensen met een verstandelijke beperking, zoals een sportclub, een toneelvereniging of een cliëntenraad (Wielenga, 2009, p. 37). Uit onderzoek van Cardol et al. (2007) blijkt eveneens dat volwassenen met een verstandelijke beperking zich voor hun vrijetijdsbesteding en sociale contacten vooral richten op clubs en verenigingen die speciaal voor hen bedoeld zijn (Cardol et al., 2007, p. 63). Maar volgens Brettschneider & Wilken (2007) voelen mensen met een beperking zich niet altijd thuis in de speciale clubs. Een 'gewone' club is daarentegen te hoog gegrepen, waardoor ze tussen wal en schip komen te vallen. Grote groepen worden bovendien vaak als eng ervaren (Brettschneider & Wilken, 2007, p.31).

Daarnaast zijn sociale relaties vaak verbonden met bepaalde plaatsen die brandpunten vormen voor de interactie met andere mensen. Voorbeelden hiervan zijn: een bar, winkels, scholen, een disco of werkplaatsen en vrijwillige verenigingen. *"Plaatsen waar je met anderen samenkomt voor een bepaald doel bieden de gelegenheid om anderen te ontmoeten"* (Volker et al., 2013, p.30). Voor mensen met een verstandelijke beperking blijkt het lastig om nieuwe sociale contacten te leggen op een nieuwe plek. Sociale contacten die ontstaan zijn vaak incidenteel en oppervlakkig. Veel van deze contacten bestaan uit kennissen, zonder dat het echte vrienden zijn.

Vrienden van mensen met een verstandelijke beperking hebben zelf meestal ook een verstandelijke beperking (Schoorman, 2002, p. 17). Ook Wielenga (2009) zegt dat vrienden uit het sociale netwerk van iemand met een verstandelijke beperking zelf bijna allemaal een verstandelijke beperking en bijkomende problematiek hebben (Wielenga, 2009, p. 34). Zij kennen elkaar vaak van een eerdere woonplek, van

school of van het werk dat zij hebben gedaan. Ze kennen elkaar vaak al langere tijd. Ook maken huisgenoten deel uit van het netwerk van mensen met een verstandelijke beperking. Met de één is intensiever contact dan met de ander. Ze kunnen veel voor elkaar betekenen en zorgen er soms voor dat ze meer participeren in de samenleving door er samen op uit te gaan (Wielenga, 2009, p. 35).

2.8.3. Begeleiding bij relatievorming

Het is belangrijk om gepaste begeleiding te bieden aan mensen met een beperking op het gebied van relatievorming, intimiteit en seksualiteit (Kroft, 2008, p. 17). Voor het geven van deze begeleiding is het belangrijk om de relatievorming, intimiteit en seksualiteit van deze doelgroep te erkennen en te accepteren (Kroft, 2008, p. 23). Ook Saegerman (2009) geeft aan dat het belangrijk is dat gevoelens van mensen met een beperking serieus genomen en erkend worden. Sommige mensen hebben moeite met het erkennen dat mensen met een beperking dezelfde gevoelens kunnen hebben als mensen zonder beperking. Te vaak worden verlangens van mensen met een beperking nog weggelachen of zelfs genegeerd (Saegerman, 2009, p. 54).

In het onderzoek van Meijerink & Baak (2012) wordt ook gezegd dat relationele en seksuele vorming een relevant onderwerp is binnen de begeleiding van mensen met een verstandelijke- of psychische beperking (Meijerink & Baak, 2012, p. 23). In dit onderzoek komt naar voren dat iedere hulpverlener het belangrijk vindt om aan deze onderwerpen aandacht te geven tijdens de begeleiding. Toch hebben maar weinig hulpverleners zicht op de ontwikkeling van hun cliënten op dit gebied (Meijerink & Baak, 2012, p. 24).

Praten over relaties en seksualiteit kan bovendien moeilijk zijn voor mensen die te maken hebben gehad met seksueel misbruik in hun jeugd. Vooral mensen met borderline hebben hier vaak mee te maken. Het is belangrijk om iets te weten van deze achtergrond bij de begeleiding van deze mensen (Meijerink & Baak, 2012, p. 45).

Ook Schuurman (2002) beschrijft dat veel mensen met een beperking uit gecompliceerde (familie)omstandigheden komen. Mensen kunnen teleurgesteld en gekwetst zijn in het contact met anderen. Wanneer dit verleden nog niet goed verwerkt is, ligt er een hulpvraag. Mensen met een beperking kunnen bang zijn om weer gekwetst te worden en kunnen wantrouwig zijn naar anderen. Het is voor hen dan moeilijker om vreemden te ontmoeten en nieuwe contacten te leggen. Ook hier moet rekening mee worden gehouden in de begeleiding (Schuurman, 2002, p. 19).

2.9. Samenvatting

De aanwezigheid van een sociaal netwerk is een belangrijke voorwaarde voor de kwaliteit van leven. Mensen met een beperking hebben vaak een klein sociaal netwerk. Een gebrek aan een sociaal netwerk kan leiden tot een geïsoleerd bestaan. Veel mensen uit de doelgroep voelen zich dan ook weleens eenzaam en zouden meer willen participeren in de maatschappij. Een maatjesproject in de vorm van een vriendschappelijk contact zou het sociaal isolement kunnen doorbreken.

Door mensen met een beperking wordt een vriend vaak gezien als één van de belangrijkste personen uit het netwerk. Mensen met een beperking hebben behoefte aan vriendschap en relatie, maar weten vaak niet hoe ze dit moeten aanpakken. Daarnaast missen veel mensen met een beperking bepaalde sociale vaardigheden. Ook hebben mensen met een verstandelijke beperking problemen met het herkennen en benoemen van emoties. Risico's waar de doelgroep mee te maken kan krijgen bij het aangaan van sociaal contact zijn kwetsbaarheid en het gebrek aan weerbaarheid.

Wederkerigheid in sociaal contact is van groot belang, maar mensen met een beperking kunnen moeite hebben met het hebben van een wederkerige relatie. Daarnaast hebben ze vaak een negatief of een onrealistisch zelfbeeld. Veel mensen met een beperking zijn in contact met anderen afwachtend. Het is belangrijk dat begeleiders hier alert op zijn en hun cliënten hierin ondersteunen.

Ook mogen de thema's zelfbeeld en grenzen niet ontbreken in de begeleiding. Daarnaast is het belangrijk om aan mensen met een beperking gepaste begeleiding te bieden op het gebied van relatievorming, intimiteit en seksualiteit.

In hoofdstuk 4 komen de onderwerpen eenzaamheid en de behoefte aan vriendschap en relatie terug. Zo hebben we aan mensen met een beperking gevraagd of ze zich wel eens eenzaam voelen en of ze behoefte hebben aan een relatie. In hoofdstuk 5 komen de onderwerpen sociaal netwerk, maatjesproject en risico's aan bod. We hebben in de interviews met betrokkenen onder andere gevraagd in hoeverre maatjesprojecten invulling geven aan de behoefte aan vriendschap en relatie en hoe veiligheid in een vriendschap of relatie gewaarborgd kan worden. In het volgende hoofdstuk komen de resultaten van de interviews met de projectleiders aan bod. In de conclusie vergelijken we het literatuuronderzoek met alle interviews.

Hoofdstuk 3 Vriendschap en relatie in de praktijk

3.1. Inleiding

In dit hoofdstuk beantwoorden we de tweede deelvraag, namelijk welke voor- en nadelen er bij de bestaande projecten zijn als het gaat om vriendschap en relatie bij mensen met een beperking. Deze deelvraag beantwoorden we door de voordelen, nadelen en adviezen van twee bestaande projecten te beschrijven. Daarna vergelijken we de projecten met elkaar door de belangrijkste overeenkomsten en verschillen te beschrijven. Ten slotte geven we een samenvatting van de voordelen, nadelen, adviezen, overeenkomsten en verschillen.

3.2. Vriendschap in Utrecht

We interviewden allereerst de projectleider van het project 'Vriendschap in Utrecht'. 'Vriendschap in Utrecht' is een initiatief van U Centraal, een welzijnsorganisatie in Utrecht. Het project is twee jaar geleden ontstaan vanuit een ander project van U Centraal, namelijk Rechtstreeks. Het project Rechtstreeks is voor vijftigplussers, maar daarbij kwamen ook aanmeldingen van jongere mensen. Uit onderzoek van U Centraal bleek dat de eenzaamheid bij vijftigminners even groot is als onder vijftigplussers (A1.1).

'Vriendschap in Utrecht' is opgezet voor alle inwoners van de gemeente Utrecht van 18-50 jaar. Het project is niet specifiek gericht op mensen met een beperking. Toch nemen we dit project mee in het onderzoek, omdat deelnemers door middel van het project de kans krijgen hun sociale netwerk uit te breiden en het project gericht is op het doorbreken van de eenzaamheid (A1.5 en A1.8). Ook signaleert de projectleider dat de aanmeldingen vaak komen van mensen met een psychische beperking (A1.30). De aanmeldingen zijn vooral van mensen met een klein sociaal netwerk of mensen die het moeilijk vinden om zelfstandig vriendschappen aan te gaan (A1.29).

'Vriendschap in Utrecht' biedt ondersteuning bij vriendschap door middel van vriendschapsbemiddeling, Meet & Greet en personal coaching. Bij vriendschapsbemiddeling worden twee deelnemers met elkaar gematcht op basis van hun wensen en interesses. Een Meet & Greet heeft als doel dat mensen hun sociale netwerk kunnen uitbreiden. Een groep mensen komt met elkaar in contact door middel van het organiseren van een activiteit. Bij personal coaching worden deelnemers gestimuleerd om stappen te zetten in het ondernemen van activiteiten met anderen.

Er staan nu ongeveer 50 deelnemers in het bestand van 'Vriendschap in Utrecht'. Dit aantal groeit gestaag. Hierbij wordt gewerkt met een registratiesysteem waarin de aanmeldingen van alle deelnemers worden bijgehouden. Bij de aanmelding van een deelnemer wordt gevraagd naar de interesses van de deelnemer, hoe het leven van de deelnemer er uit ziet en waar rekening mee gehouden moeten worden. Hierdoor wordt geprobeerd een zo goed mogelijk beeld te krijgen van de deelnemers en kan er een goede match gemaakt worden (A1.15 en A1.19).

3.2.1. Voordelen project

De projectleider van 'Vriendschap in Utrecht' noemt in het interview een aantal voordelen van het project. De samenwerking met de buurtteams loopt volgens haar goed. Mensen die eenzaam zijn en op zoek zijn naar contacten, worden via de buurtteams doorverwezen naar 'Vriendschap in Utrecht' (A1.13). Het project is bekend in de stad, waardoor mensen weten dat ze zich aan kunnen melden.

Deelnemers ondernemen samen activiteiten. Hierdoor blijven ze niet alleen thuis zitten (A1.10). Verder geven deelnemers positieve reacties, namelijk dat ze de activiteiten leuk en gezellig vinden. Deelnemers blijven na de activiteiten nog hangen. Bovendien groeit het aantal deelnemers, wat volgens de

projectleider aangeeft dat het project werkt. Ze verwacht dat er uiteindelijk ook relaties uit de ontmoetingen komen (A1.45 en A1.51).

3.2.2. Nadelen project

Naast voordelen noemt de projectleider ook een aantal nadelen van het project. Allereerst komen er aanmeldingen van mensen die buiten Utrecht wonen. Deze mensen kunnen niet deelnemen aan het project, omdat 'Vriendschap in Utrecht' alleen voor inwoners van Utrecht is bedoeld. Dit heeft te maken met de subsidie voor het project (A1.4). Daarnaast geeft de projectleider aan dat het makkelijker is om matches te maken met een meer diverse doelgroep. Er zijn deelnemers met psychische problematiek die gekoppeld willen worden aan deelnemers die wat positiever in het leven staan. Door een tekort aan deelnemers die op deze manier in het leven staan, kunnen matches lastig gemaakt worden (A1.32 en A1.33).

Verder zijn er een aantal deelnemers die het spannend vinden om één op één contact aan te gaan. Daarom wordt er nu ook in de vorm van groepsverband activiteiten ondernomen. Ook zijn er deelnemers die uit zijn op een relatie, terwijl ze weten dat het project voor vriendschap bedoeld is (A1.49). Daarnaast blijkt het lastig te zijn om de eenzaamheid bij deelnemers te doorbreken. Deelnemers blijven zich ondanks deelname aan het project toch vaak eenzaam voelen. Volgens de projectleider is het moeilijk om er achter te komen of mensen uiteindelijk gelukkiger worden (A1.43).

Ten slotte noemt de projectleider tijdgebrek als een knelpunt van het project. De projectleider merkt dat ze meer energie moet steken in 'Vriendschap in Utrecht' dan ze dacht. Door extra vrijwilligers in te zetten, kunnen er sneller koppelingen gemaakt worden.

3.2.3. Adviezen voor Welzijn Barneveld

Aan het eind van het interview vroegen we de projectleider welke adviezen ze heeft voor Welzijn Barneveld als het gaat om het opzetten van een nieuw project. Ten eerste is het volgens haar belangrijk om een vooronderzoek te doen in de vorm van een behoeftepeiling.

Ten tweede moet duidelijk zijn wat de doelstelling van het project is. Dat is volgens de projectleider het aangaan van sociale contacten. Ze vindt dat Welzijn Barneveld zich moet richten op vriendschap of op relatie. Hierin moet een keuze gemaakt worden. Welzijn Barneveld zou volgens haar niet moeten gaan voor relatie, omdat er dan vervelende dingen kunnen gebeuren. Ook zijn er volgens de projectleider al genoeg relatiebemiddelingsbureaus (A1.63 en A1.64). Ondanks dit advies komt in het literatuuronderzoek naar voren dat iedereen behoefte heeft aan liefde. Daarom denken wij dat het belangrijk is om het onderwerp relatie wel mee te nemen in een project.

Ten derde is de doelgroep een aandachtspunt. Het is belangrijk dat er niet te veel nadruk wordt gelegd op de beperkingen van mensen (A1.57). Ook moet er volgens de projectleider een leeftijdsgrens gehanteerd worden.

Ten slotte zijn werving en het creëren van bekendheid belangrijke aspecten voor het opzetten van een nieuw project. Het is goed om door middel van PR de doelgroep te bereiken en uit te leggen wat het doel van het project is (A1.56). Voor de PR zouden verschillende vormen van sociale media gebruikt kunnen worden.

3.3. Samen met jou

Naast de projectleider van 'Vriendschap in Utrecht' interviewden we de projectleider van 'Samen met jou'. 'Samen met jou' is een project dat eind 2016 is opgezet vanuit MET Welzijn Heerhugowaard. MET Welzijn is een welzijnsorganisatie in Heerhugowaard die op een vernieuwende manier welzijnsdiensten levert. Het project 'Samen met jou' is ontstaan vanuit meerdere signalen. De projectleider sprak een cliënt die aangaf niet te weten hoe ze aan een partner moest komen. Daarnaast signaleerde de projectleider

veel eenzaamheid onder ouderen en veel singles die niet weten hoe ze aan een partner moeten komen (A2.1 en A2.2). Vanuit deze signalen heeft de projectleider een werkgroep samengesteld en is het project 'Samen met jou' ontstaan.

Het doel van het project is samenlevingsversterking, preventie en netwerkvergroting (A2.90). Het project is bedoeld voor alle vrijgezellen in Heerhugowaard die op zoek zijn naar een relatie (A2.24 en A2.105). Op het moment van het interview had de projectleider bijna 100 aanmeldingen. De projectleider merkt op dat de meeste aanmeldingen komen van veertigers.

Alle mensen die zich aanmelden, krijgen een intakegesprek en worden ingedeeld in groepen. Een groep onderneemt dan een activiteit, zoals een avondje bowlen. Ook zijn er groepen samengesteld voor mensen met een beperking. Bij deze groepen doet de projectleider met de deelnemers eerst een kennismakingspel. Hierdoor kunnen de deelnemers makkelijker over zichzelf vertellen en kan de projectleider zien hoe de groep op elkaar aansluit (A2.55).

Tijdens het bowlen worden bij alle groepen steeds twee deelnemers uit de groep gehaald door de projectleider en even apart gezet om met elkaar te praten (A2.32). Als hulpmiddel wordt hierbij gebruik gemaakt van een kaartspel, genaamd "50 vragen om het ijs te breken". Op deze manier kunnen deelnemers naast de standaardvragen ook andere vragen stellen, waardoor ze elkaar beter leren kennen (A2.34).

Aan het eind van de avond vult iedere deelnemer een evaluatieblad in. De deelnemer mag namen onderstrepen met wie hij of zij een leuke klik heeft. Bij een match worden telefoonnummers uitgewisseld. Daarnaast wordt er tijdens de evaluatie gevraagd welk cijfer de deelnemer aan de avond geeft en of hij nog een keer wat wil ondernemen met dezelfde groep. Ook wordt gevraagd of hij iets wil betekenen in de organisatie van het project. Uiteindelijk wil de projectleider dat de deelnemers zelf een werkgroep gaan vormen (A2.45). Voor de groep met mensen met een beperking is het niet de bedoeling dat deelnemers direct individueel gaan afspreken. Deze groep komt op korte termijn weer bij elkaar voor een volgende activiteit (A2.56).

3.3.1. Voordelen project

De projectleider noemt in het interview verschillende voordelen van het project. Ze geeft allereerst aan dat deelnemers nieuwe mensen leren kennen van hun eigen leeftijd (A2.38). Daarnaast kunnen deelnemers weer eens een avondje uitgaan, aangezien ze dat al lang niet meer gedaan hebben. Ook kunnen ze hun sociale vaardigheden oefenen door met anderen in gesprek te gaan.

De projectleider krijgt veel positieve reacties terug van de deelnemers na een activiteit. Ze geven aan dat ze de gesprekken tijdens de speeddate leuk vinden. Iedereen geeft aan het gezellig te vinden en een aantal deelnemers heeft nieuwe vrienden leren kennen (A2.117). Ook zijn er al een paar dates ontstaan (A2.37). Een ander voordeel is dat de projectleider door middel van het project meer aansluiting vindt bij de inwoners van Heerhugowaard (A2.16). Doordat er zoveel aanmeldingen zijn, herkent ze veel mensen op straat. Hierdoor heeft ze een duidelijk beeld van wat er speelt in de wijk waarin ze werkt. Een persoonlijke meerwaarde voor haar is dat ze veel energie krijgt van de leuke activiteiten die ze met de deelnemers kan ondernemen.

3.3.2. Nadelen project

Naast voordelen worden in het interview ook een aantal nadelen genoemd. Allereerst vindt de projectleider dat eenzaamheid een onderschat probleem is. Er wordt volgens haar te weinig aandacht gegeven aan liefde en intimiteit (A2.71).

Daarnaast ondervindt de projectleider problemen met de aanmeldingen voor het project. Er zijn meer vrouwen die zich aanmelden dan mannen. Om de groepen compleet te maken, is ze daarom op zoek naar mannen. Mannen vinden het volgens haar misschien moeilijker om de stap te zetten in het aangaan van

nieuwe sociale contacten en zichzelf in het diepe te gooien (A2.110). Ook loopt de projectleider er tegenaan dat sommige deelnemers niet komen opdagen tijdens de activiteit. Zij melden zich op het laatste moment af. Hierdoor is de groep niet compleet en is er een ongelijk aantal mannen en vrouwen (A2.125 en A2.126).

Een ander nadeel is dat de ouders van deelnemers met een beperking wel eens bezorgd of angstig zijn (A2.62). Ouders kunnen bijvoorbeeld bang zijn dat hun dochter in aanraking komt met verkeerde mannen (A2.63).

Daarnaast krijgt de projectleider te maken met weerstand vanuit de omgeving. Allereerst zijn er collega's die het niet eens zijn met het project. Zij vinden het niet bij welzijnswerk horen (A2.6). Ook heeft de projectleider via Facebook negatieve reacties gekregen. Ze kreeg boze berichten en een bedreiging via een spraakbericht. Mensen uit de omgeving vragen zich af waarom MET Welzijn Heerhugowaard zich bezig houdt met dating. Zij vinden dit niet passen bij een maatschappelijke organisatie (A2.133).

Ten slotte noemt ook deze projectleider tijdgebrek als een knelpunt. Het project levert veel werk op en dat is soms moeilijk te overzien. De projectleider geeft aan dat het werk is voor meerdere personen. Op dit moment leidt ze het project alleen, waardoor veel verwachtingen bij haar liggen (A2.145). Ze krijgt van deelnemers bijvoorbeeld veel vragen via Whatsapp. Mensen met een beperking stellen nog vaker vragen (A2.123).

3.3.3. Adviezen voor Welzijn Barneveld

Tijdens het interview heeft de projectleider een aantal adviezen gegeven voor het opzetten van een project. Allereerst vindt de projectleider dat relatiebemiddeling bij welzijnswerk hoort. Hierbij zegt ze dat relatiebemiddeling niet via internet georganiseerd moet worden om een hoop ellende, zoals misbruik, te voorkomen (A2.76).

Daarnaast denkt ze dat de meeste mensen bereikt worden door het project laagdrempelig te houden. Ook adviseert ze om het project kleinschalig te houden door het in één gemeente te organiseren. Hierdoor kunnen mensen elkaar ontmoeten in hun eigen omgeving (A2.75).

De projectleider adviseert om deelnemers niet voor te selecteren tijdens de aanmelding. Ze vindt dat een persoonlijke mening niet mee mag spelen bij het maken van matches. Ze heeft zelf ervaren dat mensen niet zijn wat ze op het eerste gezicht lijken (A2.99). In een intakegesprek kan een deelnemer ander gedrag laten zien dan in een groep.

Daarnaast is het belangrijk om duidelijkheid te scheppen naar de deelnemers door verwachtingen uit te spreken (A2.119). De projectleider heeft bijvoorbeeld aan de deelnemers laten weten dat het doel van de ontmoeting een gezellige avond is. De deelnemers moeten niet verwachten dat ze de liefde van hun leven gaan ontmoeten (A2.65). Dit advies sluit aan op het literatuuronderzoek. Hierin komt namelijk naar voren dat onduidelijkheid kan leiden tot misverstanden bij de doelgroep.

Ten slotte geeft de projectleider het advies om het netwerk van de deelnemer erbij te betrekken. Voor een deelnemer kan de stap naar een ontmoeting of activiteit namelijk groot zijn. Het kan veiliger voor de deelnemer zijn als er een voor hem vertrouwd persoon meegaat (A2.148). Een ander voordeel is dat iemand uit het netwerk van de deelnemer mee kan denken en input kan geven over de wensen en behoeften van de deelnemer (A2.149).

3.4. Vergelijking projecten

Aan de hand van de resultaten uit de interviews met de twee projectleiders vergelijken we de projecten met elkaar. We vergelijken de projecten door van de belangrijkste kernlabels de overeenkomsten en verschillen tegenover elkaar te zetten.

3.4.1. Doelen van project

Beide projecten hebben het doel om mensen met elkaar te verbinden (A1.6 en A2.12). Ook zijn beide projecten er op gericht om het sociaal netwerk van deelnemers te vergroten en matches te maken. Naast deze overeenkomsten is er ook een verschil in de uitgangspunten van beide projecten. 'Vriendschap in Utrecht' legt de nadruk op vriendschap en houdt zich in eerste instantie niet bezig met relaties (A1.27). 'Samen met jou' is meer gericht op het aangaan van een nieuwe relatie (A2.4). Om deze reden denken wij dat het voor Welzijn Barneveld belangrijk is om een uitgangspunt te kiezen.

3.4.2. Deelnemers project

Er zijn ook overeenkomsten en verschillen met betrekking tot de deelnemers van het project. Beide projecten werken gemeentegericht. Voor 'Vriendschap in Utrecht' kunnen alleen inwoners van Utrecht zich aanmelden. 'Samen met jou' is gericht op inwoners van Heerhugowaard. Wij richten ons in dit onderzoek ook op één gemeente, namelijk de gemeente Barneveld.

Daarnaast richt 'Samen met jou' zich op iedereen die vrijgezel is, waarbij de deelnemers worden ingedeeld in leeftijdscategorieën. 'Vriendschap in Utrecht' hanteert daarentegen wel een leeftijdsgrens, want het project is bedoeld voor mensen van 18 tot 50 jaar. Bovendien zijn er bij 'Vriendschap in Utrecht' veel meer deelnemers met een beperking (A1.30).

3.4.3. Werkwijze project

Een overeenkomst in de werkwijze van het project is dat beide projecten niet gericht zijn op het onderhouden van het contact. Bij 'Vriendschap in Utrecht' wordt het contact alleen nog gevolgd (A1.41). Bij 'Samen met jou' kan de deelnemer een coaching gesprek aanvragen met betrekking tot het aanleren van sociale vaardigheden (A2.135). In het literatuuronderzoek komt naar voren dat mensen met een beperking moeite hebben met het onderhouden van sociale relaties. Het lijkt ons daarom belangrijk om dit wel mee te nemen in de projectopzet voor Welzijn Barneveld.

Verder zijn de werkwijze en vormgeving van beide projecten erg verschillend. Het belangrijkste verschil is dat er bij 'Vriendschap in Utrecht' vrijwilligers worden ingezet om het project draaiende te houden (A1.35), terwijl het bij 'Samen met jou' de bedoeling is dat deelnemers de activiteiten uiteindelijk zelf gaan organiseren (A2.144).

3.4.4. Link met maatschappelijk werk

De projectleider van 'Vriendschap in Utrecht' noemt het werk dat ze doet dienstverlening. Ze vindt het geen maatschappelijk werk, maar ze let wel op signalen van deelnemers (A1.24 en A1.26). De projectleider van 'Samen met jou' noemt haar werk juist opbouwwerk en welzijnswerk (A2.139). Volgens haar gaat het er om dat mensen in hun eigen kracht worden gezet. Ze vindt dat dating en het onderwerp liefde niet thuis horen in de commerciële wereld (A2.89). Hieruit blijkt dat er tussen twee projectleiders, die allebei maatschappelijk werker zijn, een duidelijk verschil is in de manier waarop er tegen het thema liefde en relatie wordt aangekeken.

De projectleider van 'Samen met jou' noemt eerder dat er veel weerstand vanuit de omgeving is ontstaan tegen haar project. Wanneer Welzijn Barneveld het thema liefde en relatie integreert in het welzijnswerk bestaat er een kans dat ook zij weerstand kunnen krijgen vanuit de omgeving. Als dit thema niet wordt meegenomen in het welzijnswerk, denken wij dat er een essentieel onderdeel van het menselijk leven in de hulpverlening ontbreekt. Dit is een dilemma waar steeds meer zorg- en welzijnsorganisaties mee te maken kunnen krijgen.

3.5. Samenvatting

De voordelen van 'Vriendschap in Utrecht' zijn de goede samenwerking met de buurtteams en de bekendheid in de stad. Doordat er activiteiten worden georganiseerd blijven mensen niet thuis zitten. Ook geven de deelnemers positieve reacties en groeit het aantal deelnemers van het project. Bij 'Samen met jou' leren deelnemers nieuwe mensen kennen en ze gaan er weer op uit. Ze oefenen hun sociale vaardigheden en er ontstaan dates. Ook bij dit project geven deelnemers positieve reacties. Daarnaast vindt de projectleider meer aansluiting vindt bij de inwoners van de gemeente.

Bij 'Vriendschap in Utrecht' blijkt het lastig te zijn om matches te maken en er zijn deelnemers die het spannend vinden om één op één contact aan te gaan. Ook blijkt het lastig te zijn om de eenzaamheid bij deelnemers te doorbreken. Verder zijn er deelnemers die uit zijn op een relatie, terwijl ze weten dat het project voor vriendschap bedoeld is. Bij 'Samen met jou' melden meer vrouwen dan mannen zich aan voor het project en deelnemers melden zich soms op het laatste moment af of komen niet opdagen. Ook kunnen ouders bezorgd of angstig zijn over hun kind en krijgt de projectleider weerstand vanuit de omgeving. Ten slotte is tijdgebrek bij beide projecten een knelpunt.

Volgens de projectleider van 'Vriendschap in Utrecht' is het belangrijk om een behoeftepeiling te doen en de doelstelling van het project duidelijk te hebben. Hierbij moet een keuze gemaakt worden tussen vriendschap of relatie. De projectleider van 'Samen met jou' geeft aan dat het project laagdrempelig moet zijn en kleinschalig gehouden moet worden. Het is belangrijk om deelnemers niet voor te selecteren bij de aanmelding en duidelijkheid te scheppen naar deelnemers door verwachtingen uit te spreken.

De overeenkomst tussen de projecten is dat ze als doel hebben om mensen te verbinden, machtes te maken en het sociaal netwerk te vergroten. Ook werken beide gemeentegericht en richten ze zich niet op het onderhouden van het contact. Het belangrijkste verschil tussen beide projecten is dat 'Vriendschap in Utrecht' in eerste instantie niet gericht is op relaties, terwijl 'Samen met jou' gericht is op het aangaan van een nieuwe relatie.

In dit hoofdstuk kwamen de interviews met de projectleiders aan bod. In de volgende hoofdstukken beschrijven we de resultaten van de andere interviews, namelijk met mensen met een beperking en de betrokkenen.

Hoofdstuk 4 Vriendschap en relatie bij mensen met een beperking

4.1. Inleiding

In dit hoofdstuk beantwoorden we het eerste gedeelte van de derde deelvraag, namelijk wat mensen met een beperking zeggen over de kwaliteit van vriendschap en relatie in hun eigen leven. Deze vraag beantwoorden we door middel van de resultaten uit de interviews met mensen met een beperking. Onder mensen met een beperking verstaan we de mensen met een verstandelijke- of psychische beperking die in de gemeente Barneveld wonen. We interviewden tien cliënten van verschillende zorgorganisaties in acht interviews. Het hoofdstuk schrijven we aan de hand van de belangrijkste labels uit het labelsysteem (zie bijlage 6). In elke paragraaf komt een kernlabel aan bod. Het hoofdstuk sluiten we af met een samenvatting.

4.2. Sociale activiteiten en ontmoetingsplekken

Mensen met een beperking noemen verschillende activiteiten die ze leuk vinden om met anderen te doen. Met elkaar praten wordt door hen genoemd als een van de leukste sociale activiteiten. Ook spelletjes, puzzelen en knutselen zijn bij hen favoriet. Daarnaast vinden ze het leuk om met iemand te wandelen of op stap te gaan, zoals een theater- of bioscoopbezoek.

Uit de interviews blijkt dat mensen met een beperking weinig of geen nieuwe mensen ontmoeten (C2.19, C4.17, C5.15 en C8.13). De meeste mensen met wie ze omgaan, ontmoeten ze thuis of op het werk.

Ook zijn er diverse ontmoetingsplekken waar mensen met een beperking heen kunnen gaan. Er is bijvoorbeeld een autistensoos en er zijn verschillende plekken waar maaltijden worden aangeboden. Voor mensen met een psychische beperking is er een contactpoli georganiseerd. Hier kunnen cliënten van GGz Centraal elkaar elke week ontmoeten voor een gesprek of een sportactiviteit.

4.3. Eenzaamheid

Een aantal mensen met een beperking geeft aan zich regelmatig eenzaam te voelen. Een cliënt van GGz Centraal voelt zich heel vaak alleen. Dit is voor haar één van de redenen dat ze heeft gekozen voor een beschermde woonvorm. Als ze zich alleen voelt, zoekt ze soms op internet hoe ze vriendschap moet maken en contact moet leggen (C3.13 en C3.14). Een andere cliënt van GGz Centraal geeft aan dat hij zich zijn hele leven al eenzaam voelt (C4.14). Daarnaast geeft een andere respondent aan dat ze zich altijd eenzaam voelt (C6.17). Als ze 's avonds alleen is, kijkt ze televisie of gaat ze een spelletje op de computer doen. Soms moet ze huilen en slaapt ze 's nachts slecht. Een cliënt van Stichting De Rozelaar voelt zich wel eens alleen en gaat dan iemand opzoeken om haar te helpen (C2.12). Ook een cliënt van GGz Centraal zegt dat ze soms eenzaam is (C8.11).

Daarnaast zijn er respondenten die zich nooit alleen voelen. De cliënt van Stichting Philadelphia Zorg voelt zich nooit alleen, omdat ze elke avond koffie drinkt in het steunpunt van de woonvorm. Als ze alleen is, gaat ze televisie kijken, puzzelen of op de bank liggen. Ze vindt het fijn om dan rust te hebben. Een cliënt van Stichting De Rozelaar zegt dat ze niet veel alleen is, omdat ze veel zussen heeft en er altijd begeleiding is. Ook een cliënt van GGz Centraal zegt dat hij niet alleen is, omdat hij veel familie om zich heen heeft (C5.12 en C5.14).

Samenvattend komt het er op neer dat er veel eenzaamheid is onder de doelgroep. De mensen die zich niet of minder eenzaam voelen, kunnen vooral terugvallen op familie en begeleiding.

4.4. Vriendschap

Mensen met een beperking geven verschillende betekenissen aan het woord vriend. Allereerst kunnen collega's gezien worden als vrienden (C6.2). De cliënt van Stichting Philadelphia Zorg noemt als verschil tussen vriend en collega dat ze met vrienden kan kletsen en met collega's alleen koffie of thee haalt. Een maatje wordt door mensen met een beperking ook regelmatig als vriend beschouwd (C7.18). Daarnaast noemt een respondent dat hij zijn medebewoners ziet als zijn vrienden (C5.5).

4.4.1. Belang van vriendschap

Er worden door mensen met een beperking verschillende redenen genoemd waarom vriendschap belangrijk is. Allereerst is het hebben van een klik voor hen belangrijk in een vriendschap (C2.7 en C7.28). Een cliënt van Stichting De Rozelaar geeft aan dat ze zonder vrienden of vriendinnen alleen is en daar houdt ze niet van. Ze houdt er van om gezelschap te hebben. Volgens een cliënt van GGz Centraal is een netwerk belangrijk om eenzaamheid te voorkomen (C3.2). Het hebben van vriendschappen zou de eenzaamheid onder de doelgroep dus kunnen doorbreken.

Mensen met een beperking geven aan dat ze graag dingen met anderen ondernemen. Een cliënt van GGz Centraal zegt dat ze het leuk vindt om met anderen dingen te delen. Ze noemt hierbij dat ze het fijn vindt om met anderen te kletsen, te filosoferen over het leven, te klagen over dingen die niet leuk zijn en samen de slappe lach te hebben (C3.9). Een andere respondent geeft aan het fijn te vinden om op vrienden aan te kunnen, ook als het wat minder gaat (C4.10). Een cliënt van Stichting De Rozelaar vindt het fijn dat haar vriendin haar helpt door haar op te halen als ze naar het werk gaat. Een andere cliënt geeft ook aan dat elkaar helpen een belangrijk deel van vriendschap is (C6.12).

4.4.2. Omvang en tevredenheid vriendschap

In de interviews hebben we mensen met een beperking gevraagd hoeveel vrienden ze hebben. De meerderheid van de respondenten geeft aan dat ze geen vrienden hebben. Een cliënt van GGz Centraal zegt dat hij zijn netwerk wel een beetje beperkt vindt (C4.8). Een andere cliënt van GGz Centraal zegt dat ze nog wel een oud studiegenoot heeft die ze één keer in de twee jaar ziet. Maar dit contact werkt niet, omdat ze twee totaal verschillende levens hebben en te ver uit elkaar wonen (C3.3). Een andere respondent geeft aan geen vrienden te hebben naast zijn familie en medebewoners (C5.4 en C5.12). Wel zegt hij dat hij zes tot acht vrienden heeft op de woongroep (C5.7).

Het echtpaar van GGz Centraal zegt dat ze een aantal vrienden hebben. De cliënten van Stichting De Rozelaar geven beide aan heel veel vriendinnen te hebben (C2.4). Hier zijn ze erg blij mee.

4.4.3. Onderhouden vriendschap

Een aantal mensen met een beperking geeft aan dat ze een vriendschap kunnen onderhouden door zelf initiatief te nemen (C7.32). Sommigen hebben vriendschappen binnen de woonvorm. Ze onderhouden deze vriendschappen door elkaar in de gemeenschappelijke ruimte van de woonvorm te ontmoeten. Respondenten zeggen wel dat de vriendschappen misschien snel verwateren wanneer ze ergens anders gaan wonen (C5.11 en C4.13).

Daarnaast zijn er een aantal mensen met een beperking die alleen vriendschappen hebben op hun werk. Deze onderhouden ze door elkaar op het werk te ontmoeten. Buiten het werk hebben ze geen contact. Het valt ons op dat vriendschappen bij de doelgroep vaak verbonden zijn met het werk of de woonvorm. Twee cliënten van Stichting De Rozelaar geven aan dat ze hun vriendschap onderhouden door samen koffie te drinken en gezamenlijke hobby's te delen. Ook zeggen ze dat hun vriendschap blijft door geen ruzie te maken.

Er zijn ook mensen met een beperking die het moeilijk vinden om een vriendschap te onderhouden. De cliënt van Stichting Philadelphia Zorg zegt dat ze een beste vriendin heeft, maar dat ze haar nooit ziet en spreekt.

Daarnaast zeggen een aantal cliënten van GGz Centraal dat hun autisme hen belemmert in het onderhouden van een vriendschap (C4.11 en C8.10). Een respondent geeft aan dat ze het gevoel heeft dat ze veel in contacten investeert, terwijl de ander dat gevoel helemaal niet heeft. Ze begrijpt niet wat de ander van haar verlangt in de vriendschap. Ook is het onderhouden van vriendschap voor haar lastig, omdat ze andere interesses heeft en anderen haar vooruitgestreefd zijn in volwassen zijn. Hierdoor kan ze niet meer aansluiten bij de belevingswereld van de ander. Omdat het onderhouden van de vriendschap haar veel spanning geeft, laat ze de afspraak vaak zitten en blijft ze uiteindelijk alleen (C3.5 en C3.12).

Een andere cliënt van GGz Centraal geeft aan dat hij vrienden had totdat hij psychisch ziek werd. Door de opnames haakten zijn vrienden af. Ook had hij vroeger contact met burens en bekenden, maar sinds hij bij GGz Centraal woont, heeft hij geen sociale contacten meer (C7.21). Hieruit maken wij op dat het verleden van iemand met een psychische beperking een belemmerende factor kan zijn in het onderhouden van vriendschap.

4.4.4. Wensen en behoeften

Mensen met een beperking noemen verschillende wensen en behoeften als het gaat om vriendschap. Het echtpaar van GGz Centraal zou meer sociale contacten willen hebben, omdat dit volgens hen beter is. De vrouw geeft aan dat ze graag bij iemand op bezoek wil gaan of dat er een keer iemand bij haar op bezoek komt. Het echtpaar kan dit zelf niet voor elkaar krijgen. De man zou graag een fietsmaatje willen hebben. Ook zou hij meer vrienden willen hebben (C7.53). De vrouw geeft bovendien aan dat ze graag wil omgaan met mensen van haar eigen leeftijd (C7.24). Een andere respondent zegt ook dat ze vriendinnen van haar leeftijd wil leren kennen (C6.24). Een vriendenkring is voor haar niet genoeg (C6.25). De cliënten van Stichting De Rozelaar geven beiden aan dat ze nieuwe vrienden of vriendinnen willen leren kennen (C2.20 en C2.21). Ook een cliënt van GGz Centraal zegt dat ze wel een vriendin zou willen met wie ze wat kan ondernemen (C8.6). Het blijkt dus dat veel respondenten meer sociale contacten of vriendschappen zouden willen.

Een respondent zou graag willen dat de ander meer in het contact investeert dan zij. Ze heeft het idee dat de vriendschap beter lukt als ze wat meer op de ander kan leunen (C3.11). Verder geven veel cliënten van GGz Centraal aan dat ze graag contacten zouden willen met mensen zonder een beperking.

Een cliënt vindt het lastig dat ze in het wereldje zit met psychiatrische patiënten. Het liefst heeft ze gezonde mensen om haar heen (C3.8). Een andere respondent zegt ook dat ze met mensen zonder beperking wil praten (C7.43). Wel noemt zij een voordeel van het ontmoeten van andere mensen met een beperking. Bij deze ontmoeting hoeft ze zich niet zo te bewijzen. Mensen met een beperking passen zich volgens haar aan elkaar aan en voelen zich bij elkaar op hun gemak (C7.48). Aan de ene kant wil ze dus mensen zonder beperking leren kennen, maar aan de andere kant vindt ze het contact met mensen met een beperking juist meer ontspannen. Dit zou een spanningsveld kunnen zijn waar meerdere mensen met een beperking mee te maken hebben.

4.5. Liefde

Veel respondenten geven aan dat ze wel eens verliefd zijn geweest. Een cliënt van Stichting De Rozelaar zegt dat ze in de vakantie een keer verliefd is geweest, maar dat het niet helemaal klikte (C2.27). Een andere respondent geeft aan het een zwaar onderwerp te vinden, omdat hij nooit geluk heeft gehad in de liefde (C4.22). Twee cliënten van GGz Centraal geven aan dat ze niet goed te weten of ze wel eens verliefd zijn geweest (C8.23 en C3.21). Eén van hen zegt dat ze niet weet hoe het voelt, waardoor ze het gevoel niet kan herkennen.

4.5.1. Aspecten van een liefdesrelatie

Mensen met een beperking noemen verschillende aspecten die bij een relatie horen. De cliënten van Stichting De Rozelaar geven aan dat elkaar lief hebben en lichamelijk contact bij een relatie horen (C2.31). Ook wordt het met elkaar op stap gaan genoemd als aspect van een liefdesrelatie.

Een cliënt van GGz Centraal geeft aan dat conflicten oplossen en vertrouwen bij een relatie horen (C3.25). Het is belangrijk om goed met elkaar overweg te kunnen, met elkaar te praten over allerlei dingen en bij elkaar te kunnen uithuilen (C4.33). Daarnaast zeggen respondenten dat elkaar steunen en geven en nemen bij een relatie horen (C5.25 en C8.35). Ten slotte wordt het accepteren van elkaar als een belangrijk aspect genoemd.

De cliënt van Stichting Philadelphia Zorg noemt een aantal aan aspecten van haar huidige relatie. Ze zegt dat ze boodschappen doen en televisie kijken leuk vindt om met haar vriend te doen. Ook vindt ze het belangrijk om met haar vriend samen te zijn.

In het literatuuronderzoek komt naar voren dat het belangrijk is om te weten hoe mensen met een beperking tegen het woord 'relatie' aankijken. Hieruit blijkt dat het samen ondernemen van een activiteit voor mensen met een beperking een belangrijk aspect is van een liefdesrelatie.

4.5.2. Ervaringen liefdesrelatie

Veel respondenten geven aan dat ze wel eens een relatie hebben gehad. Sommigen hebben vroeger op school een relatie gehad. Anderen hebben op dit moment een relatie of zijn getrouwd.

Een cliënt van GGz Centraal geeft aan dat hij de liefde keihard vindt en dat hij soms niet meer in de liefde gelooft (C4.36). Hij heeft wel eens een relatie gehad met iemand vanuit een christelijke leefgemeenschap. Deze relatie onderhield hij in het geheim en hij werd in de gaten gehouden door begeleiding (C4.28). Dit sluit aan op het literatuuronderzoek. Hierin staat dat er soms te weinig ruimte is voor mensen met een beperking om in een woonvorm een koppel te zijn.

Het echtpaar van GGz Centraal zegt dat ze door hun beperking meer stress in hun relatie ervaren (C7.67). Een andere cliënt van GGz Centraal zegt dat ze een man heeft, maar dat ze apart van hem leeft. Zij en haar man zijn beiden autistisch en het gescheiden van elkaar wonen is voor hen allebei beter (C8.25 en C8.26). Ze geeft aan dat de keuze om met hem te trouwen een fout is geweest. Haar ouders hadden ook een complex huwelijk. Hierin ziet ze dat problemen doorwerken in generaties (C8.28 en C8.29). Wij vinden het bijzonder dat deze respondent dit benoemt en haar eigen situatie kan overzien.

4.5.3. Wensen en behoeften

De behoefte aan een liefdesrelatie verschilt per persoon. Een cliënt van GGz Centraal zegt dat hij een relatie zou willen (C5.24). Hij zit nu op een datingsite, waarbij hij af en toe naar een evenement gaat. Zijn grootste wens in de liefde is dat hij iemand vindt om zijn leven mee te delen (C5.26). Een andere respondent geeft ook aan een relatie te willen, maar er zijn momenten dat het voor hem niet meer hoeft. Het liefst zou hij een relatie willen met iemand zonder beperking (C4.29).

Een andere respondent twijfelt of ze nog een relatie wil. Ze zou het misschien willen, maar geeft aan niet het bed met hem te willen delen (C6.37 en C6.38). Een cliënt van GGz Centraal zegt ook dat ze geen seksuele relatie ziet zitten, maar dat ze het wel fijn vindt om een arm om haar heen te hebben (C8.34 en C8.37). Een andere cliënt van GGz Centraal wil ook geen relatie waarbij sprake is van intimiteit. Ze wil het liefst een huisgenoot waarmee ze kan overleggen en discussiëren. Ze vindt het fijn om haar eigen gang te kunnen gaan (C3.23 en C3.24). Opvallend is dat meerdere respondenten dus geen behoefte hebben aan een intieme of seksuele relatie. Vaak heeft dit te maken met negatieve ervaringen uit het verleden.

De cliënten van Stichting De Rozelaar geven aan dat ze geen behoefte hebben aan een relatie. Eén van hen wil op dit moment geen vriend, omdat ze een heftige periode heeft gehad (C2.15). Ze zou het later misschien nog wel willen en hoopt dat ze misschien de ware nog eens tegenkomt (C2.32).

4.6. Ondersteuning bij vriendschap en relatie

Een aantal mensen met een beperking geeft aan hulp te willen bij het aangaan van sociaal contact en vriendschap. Een cliënt van Stichting De Rozelaar zegt dat ze het moeilijk vindt om zich bij onbekenden te uiten. Ze zou hier graag hulp bij willen (C2.23).

Een cliënt van GGz Centraal zegt dat ze opziet tegen nieuwe situaties en zich bezighoudt met wat anderen van haar denken. Ze wil hulp bij het aangaan van contact, omdat ze dan op iemand kan steunen. Ook zou ze hulp willen bij het organiseren van een ontmoeting en bij het onderhouden van contact (C8.21 en C8.22). Ze vindt het fijn als deze hulp langzaam afgebouwd wordt.

Het echtpaar van GGz Centraal staat ook open voor hulp bij het aangaan van nieuwe vriendschappen (fragment C7.54). De vrouw geeft aan dat ze graag meer contacten willen en dat de begeleiding hier niet in kan voorzien. Het maakt hen niet uit welke instantie deze hulp biedt als hun contacten maar toenemen. Er zijn ook respondenten die hulp zouden willen bij het vinden en aangaan van een liefdesrelatie. Een cliënt van Stichting De Rozelaar zegt dat ze hulp wil bij het vinden van de ware (C2.34).

Een cliënt van GGz Centraal zegt dat hij het lastig vindt om in contact te komen met anderen en om op anderen af te stappen. Hij denkt dat het komt door een stuk onervarenheid en doordat hij niet weet wat de ander doet, zegt of vindt (C5.26). Hij zit op dit moment op een datingsite, waarbij hij hulp krijgt bij het vinden en aangaan van een relatie. Een andere respondent geeft ook aan dat ze op dit moment op een datingsite zit. Ze vraagt zich af of het gevaarlijk is. Ze zou het fijn vinden om hier hulp bij te krijgen, want ze wil een man die te vertrouwen is (C6.44).

Uit deze antwoorden blijkt dat een groot deel van de respondenten hulp wil bij het aangaan van sociaal contact, een vriendschap of een relatie. Deze hulp kan op verschillende manieren vormgegeven worden, want de behoefte hieraan is bij iedereen anders.

4.7. Samenvatting

Mensen met een beperking vinden met elkaar praten één van de leukste dingen om met elkaar te doen. Toch blijkt dat ze weinig of geen nieuwe mensen ontmoeten. Een aantal mensen met een beperking geeft aan zich wel eens eenzaam te voelen. Anderen geven aan zich soms of nooit eenzaam te voelen.

Mensen met een beperking geven verschillende betekenissen aan het woord vriend. Collega's, een maatje en medebewoners worden door hen regelmatig als vrienden beschouwd.

Verder worden door mensen met een beperking verschillende redenen genoemd waarom vriendschap belangrijk is. Er wordt bijvoorbeeld gezegd dat het fijn is om een klik te hebben met een ander en met vrienden dingen te ondernemen. Een aantal heeft aangegeven een vriendschap zelf te kunnen onderhouden, maar er zijn ook mensen met een beperking die dit moeilijk vinden. Ze noemen verschillende wensen en behoeften als het gaat om vriendschap. Veel van hen zouden meer sociale contacten willen.

De meeste mensen met een beperking geven wel eens verliefd te zijn geweest. Veel van hen hebben wel eens een relatie gehad. Voor sommigen was dit tijdens hun schoolperiode, anderen hebben op dit moment een relatie of zijn getrouwd. Mensen met een beperking noemen verschillende aspecten die bij een relatie horen, zoals elkaar lief hebben, elkaar vertrouwen en met elkaar op stap gaan. De behoefte aan een liefdesrelatie verschilt per persoon.

De meerderheid geeft aan geen vrienden te hebben. Een aantal mensen met een beperking geeft aan hulp te willen bij het aangaan van sociaal contact en vriendschap. Er zijn ook mensen die hulp zouden willen bij het vinden en aangaan van een liefdesrelatie.

In het volgende hoofdstuk gaan we in op de visie van de betrokkenen. Deze visie kan verschillen van de behoefte van mensen met een beperking, die we in dit hoofdstuk hebben beschreven. Daarom vergelijken we deze resultaten in de conclusie met elkaar.

Hoofdstuk 5 Visie van betrokkenen over vriendschap en relatie

5.1. Inleiding

In dit hoofdstuk beantwoorden we het tweede gedeelte van de derde deelvraag, namelijk wat de betrokkenen zeggen over de kwaliteit van vriendschap en relatie bij mensen met een beperking. Dit deel beantwoorden we aan de hand van de resultaten uit de interviews met betrokkenen. Onder de betrokkenen verstaan we de mensen die dichtbij de doelgroep staan. We interviewden twee ouders, acht begeleiders en een partner, in negen interviews. Het hoofdstuk schrijven we aan de hand van de labels uit het labelsysteem (zie bijlage 5). In elke paragraaf komt één kernlabel aan bod. Het hoofdstuk sluiten we af met een samenvatting.

5.2. Omvang en tevredenheid sociaal netwerk

De meeste betrokkenen geven aan dat het sociaal netwerk van mensen met een beperking per persoon verschilt. De begeleider van Stichting De Rozelaar geeft aan dat sommige cliënten een klein netwerk hebben en anderen een groot netwerk (B1.1). Ook een begeleider van JP van den Bent stichting zegt dat de één veel vrienden heeft en dat het netwerk van de ander klein is (B2.1). De begeleiders van GGz Centraal zien dat het netwerk van hun cliënten vaak klein is (B6.1 en B7.3). Kortom, veel mensen met een beperking hebben een klein netwerk.

Twee betrokkenen noemen familie als een belangrijk onderdeel van het sociaal netwerk. Ook horen collega's bij het sociaal netwerk van mensen met een beperking. Een begeleider van JP van den Bent stichting geeft aan dat cliënten wel contacten hebben op het werk, maar dat ze buiten het werk niet veel mensen ontmoeten (B2.6). Een begeleider van GGz Centraal geeft aan dat het netwerk van een aantal cliënten alleen binnen de woonvorm is (B7.6). De begeleider van Stichting De Rozelaar zegt ook dat vriendschappen van cliënten huis-gebonden kunnen zijn (B1.3). Opvallend is dat ook mensen met een beperking dit noemen.

Verder geven een aantal begeleiders aan dat zij zelf onderdeel zijn van het sociaal netwerk van hun cliënten. De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg zegt dat een aantal cliënten hangt aan begeleiding, omdat dit voor hen veilig en vertrouwd is (B4.2). Ook geeft een begeleider van Siloah aan dat begeleiding heel belangrijk kan zijn voor de cliënt (B3.2). Dit sluit aan bij het vorige hoofdstuk. Mensen met een beperking zeggen namelijk zelf ook dat ze het fijn vinden om op begeleiding terug te kunnen vallen.

De tevredenheid over het sociaal netwerk blijkt per persoon te verschillen. Een begeleider van Siloah denkt dat de meeste mensen met een beperking wel redelijk tevreden zijn met hun sociale netwerk (B3.38). Volgens haar komt dit doordat cliënten op verschillende plekken contacten hebben. Een betrokkene zegt dat haar partner mensen om zich heen, maar ook ruimte voor zichzelf nodig heeft (B5.12). Een andere betrokkene geeft aan dat haar dochter het netwerk wil uitbreiden (B8.4). Een begeleider van JP van den Bent stichting sluit hierbij aan. Zij zegt dat haar cliënten meer vrienden zouden willen om het gezellig mee te hebben (B2.43).

5.3. Vriendschap

Mensen met een beperking interpretern het woord vriendschap op verschillende manieren. De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg geeft aan dat haar cliënten een vriend zien als iemand waar je leuke dingen mee kunt doen. Maar de meeste cliënten begrijpen volgens haar niet dat een vriend iemand is waar je altijd terecht kan en waar je goed mee kan praten (B4.49).

Bijna alle mensen met een beperking hebben behoefte aan vriendschap (B6.26). Een begeleider van GGz Centraal geeft aan dat cliënten vriendschappen missen en zich eenzaam voelen (B7.26). De begeleider

van Stichting Philadelphia Zorg zegt daarentegen dat zij een cliënt heeft die niet op zoek is naar een vaste vriendschap, omdat deze cliënt erg op zichzelf is (B4.24). Een andere betrokkene geeft ook aan dat haar dochter erg op zichzelf is, maar dat zij toch behoefte heeft aan een vriendengroep (B8.3).

5.3.1. Aantal vrienden

Ondanks de behoefte aan vriendschap heeft een groot deel van de mensen met een beperking weinig vrienden. Een begeleider van Siloah geeft aan dat cliënten met een hoger niveau een aantal vrienden hebben, maar dit wel heel minimaal is. Ze hebben bijna nooit een vriend of vriendin zonder beperking (B3.11). De meeste mensen met een beperking hebben één of twee vrienden, maar dit verschilt per persoon (B6.3). Een betrokkene geeft aan dat haar dochter één goede vriendin heeft (B9.2). Een andere betrokkene zegt dat zij en haar partner gezamenlijke vrienden hebben en dat haar partner geen eigen vrienden heeft (B5.2). Een aantal mensen met een psychische beperking heeft vriendschappen verloren door gebeurtenissen in het verleden (B6.30). Mensen met een beperking geven dan ook zelf aan dat ze weinig vrienden hebben.

5.3.2. Onderhouden vriendschap

Weinig mensen met een beperking onderhouden langdurige vriendschappen (B4.5). Mensen met een beperking geven zelf dan ook aan het onderhouden van een vriendschap lastig te vinden. Een begeleider van Siloah zegt dat het voor cliënten bijna onmogelijk is om voor een ander een vriend te zijn (B3.6). Een betrokkene noemt dat het voor haar dochter energie kost om een vriendschap te onderhouden (B8.21). De begeleiders van GGz Centraal zeggen dat cliënten op verschillende manieren vriendschappen onderhouden. Sommige cliënten spreken één keer in de twee weken af met een vriend, maar ook dit is per persoon verschillend. De meeste cliënten hebben het nodig dat er minimaal één keer in de maand wordt afgesproken (B6.27). Er zijn ook cliënten die één keer in het jaar op bezoek gaan bij een vriend. Dit is voor hen vaak een hele onderneming. Ze kunnen maanden bezig zijn met de voorbereiding van de afspraak (B7.11).

Een begeleider van Siloah zegt dat mensen met een beperking een vriendschap kunnen onderhouden zolang het over oppervlakkige dingen gaat. Als er een meningsverschil is, gaat het volgens haar toch snel fout (B3.50). Daarnaast denkt de begeleider van Stichting De Rozelaar dat de cliënten ondersteuning in het onderhouden van vriendschappen belangrijk vinden (B1.17). Ook de begeleider van Stichting Philadelphia Zorg weet hoe lastig het voor een cliënt is om een vriendschap te onderhouden. Zij denkt eveneens dat cliënten hierbij begeleiding nodig hebben (B4.51).

5.3.3. Wederkerigheid

Wederkerigheid is een aspect dat vaak terugkomt in de interviews. In een vriendschap bij mensen met een beperking is de balans tussen geven en nemen vaak niet in evenwicht (B7.28). Veel mensen vinden vriendschap voor henzelf belangrijk, maar ze voegen niets toe in de relatie naar de ander (B3.4). Wat de betrokkenen hier zeggen over wederkerigheid sluit aan bij de resultaten van het literatuuronderzoek. In de literatuur staat dat wederkerigheid in sociaal contact voor mensen met een beperking moeilijk is. Een begeleider van JP van den Bent stichting zegt dat hun cliënten graag willen dat het initiatief meer van de kant van de vrienden komt (B2.10). Een cliënt van GGz Centraal wil ook dat de ander meer in het contact investeert dan zij. De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg geeft aan dat wederkerigheid bij mensen met een hoger niveau aangeleerd kan worden. Ze denkt dat dit bij haar cliënten vrij lastig zal zijn (B4.53).

5.3.4. Maatje als vriend

Mensen met een beperking kunnen een maatje beschouwen als vriend. Dit komt namelijk ook in hoofdstuk 4 naar voren. Toch vragen wij ons af in hoeverre een maatje voorziet in de behoefte aan vriendschap. Een begeleider van JP van den Bent stichting noemt voorbeelden van vriendschappen die ontstaan zijn vanuit een maatjescontact (B2.45 en B2.67). Voor sommige cliënten is het maatje erg belangrijk geworden (B2.64). Een maatjesproject zou een goede startmodus zijn voor het aangaan van vriendschappelijk contact. Cliënten kunnen er van leren en het zou kunnen helpen in het opbouwen van zelfvertrouwen (B2.84).

Een andere betrokkene vertelt dat haar dochter eigenlijk hoopt dat het maatje een vriendin wordt (B8.46). Ook de begeleider van Stichting Philadelphia Zorg kent een cliënt die een maatje als een hele goede vriendin ziet. Maar zij zegt wel dat de meeste cliënten hun maatje blijven zien als een maatje (B4.8). Zij vinden het stukje persoonlijke aandacht leuk en ze zien het contact niet als een vriendschap (B4.46). Een begeleider van Siloah ziet een maatje ook niet als vriendschap. Het doel van het maatjescontact is volgens haar het ondernemen van een activiteit (B3.59). Ze ziet het meer als een soort vrijwilligerswerk (B3.60). Een andere betrokkene zegt dat het maatje van haar man een vriend zou kunnen worden wanneer er een goede klik is (B5.18). Voor het opbouwen van een vriendschap is het volgens een begeleider van GGz Centraal belangrijk dat het maatjescontact langdurig is (B6.45). Betrokkenen hebben dus een verschillende visie op de manier waarop een maatje gezien kan worden.

5.4. Liefde

Liefde speelt in elk mensenleven een belangrijke rol, want iedereen wil zich geliefd voelen. Dit geldt ook voor mensen met een beperking (B6.12). Begeleiders van JP van den Bent stichting merken dat cliënten een groot verlangen naar liefde hebben (B2.16).

De behoefte aan liefde kan op verschillende manieren tot uiting komen. De begeleider van Stichting De Rozelaar zegt bijvoorbeeld dat er een cliënt is met sterk knuffelgedrag. De begeleider geeft aan dat cliënten hem mogen aanraken en een knuffel mogen geven. Op deze manier probeert Stichting De Rozelaar liefde te geven zoals het er in een normaal gezin ook aan toegaat (B1.11).

Daarnaast geeft een begeleider van Siloah aan dat sommige cliënten geen behoefte aan een relatie hebben. Ze zijn volgens haar al tevreden met een begeleider waar ze een kusje aan kunnen geven of een arm om heen kunnen slaan (B3.22 en B3.23).

5.4.1. Behoeftte aan een liefdesrelatie

Bij GGz Centraal zijn er veel cliënten die graag een relatie zouden willen hebben (B6.32). Ze zijn op zoek naar een relatie, maar ze weten niet wat hier allemaal bij komt kijken (B7.13). Ook bij de cliënten van Siloah wordt de behoefte aan een liefdesrelatie gesignaleerd. Als er bijvoorbeeld iemand in hun omgeving gaat trouwen of verkering krijgt, kan deze behoefte toenemen (B3.43).

Sommige cliënten willen graag een vaste vriend of vriendin (B4.22). Hierbij gaat het niet om iemand die af en toe langskomt, maar om iemand waar ze een eigen plekje mee kunnen hebben (B2.19). Een cliënt van Stichting De Rozelaar heeft het verlangen om met iemand samen te wonen.

Sommige mensen met een beperking hebben geaccepteerd dat ze geen relatie zullen krijgen en die kunnen daar op een goede manier mee omgaan. Voor anderen blijft het toch nog een groot onderwerp in hun leven (B6.13). De beperking kan voor de cliënt een reden zijn om geen relatie aan te gaan. Ze vinden het al moeilijk om voor zichzelf te zorgen, laat staan voor een ander (B7.12). Ook de moeite met het onderhouden van een relatie kan voor mensen met een beperking een reden zijn dat ze deze niet aangaan (B3.41). De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg geeft aan dat de oudere cliënten ook hebben geaccepteerd dat een relatie niet voor hen is weggelegd, ook al hadden ze deze behoefte wel toen ze jong waren (B4.12).

Een betrokkene geeft aan dat haar dochter een periode heeft gehad waarin ze teveel naar een relatie op zoek was. Hierdoor heeft ze wel eens verkeerde keuzes gemaakt (B9.9). Net als in hoofdstuk 4 blijkt ook hieruit dat de behoefte aan een relatie per persoon verschilt.

5.4.2. Betekenis liefdesrelatie

Een groot aantal mensen met een beperking heeft behoefte aan een vaste relatie. De vraag is of het hierbij gaat om de behoefte aan een relatie of om het vervullen van het maatschappelijke plaatje. Een begeleider van GGz Centraal geeft aan het lastig te vinden om hier achter te komen (B7.25).

Mensen met een beperking geven op verschillende manieren betekenis aan een liefdesrelatie. Sommige cliënten kunnen zeggen dat ze een relatie hebben, terwijl degene met wie ze een relatie hebben dat soms niet eens weet (B2.33). Een cliënt van Stichting De Rozelaar ziet een jongen één keer per jaar. Ze noemt hem haar vriendje (B1.25). Een begeleider van JP van den Bent stichting geeft aan dat cliënten soms randvoorwaarden scheppen om naar de volgende stap te gaan in een relatie. Er is bijvoorbeeld een cliënt die erg in stapjes denkt. Als ze verkering zou hebben, zou ze het liefst al inplannen wanneer ze gaat trouwen en wanneer ze kinderen krijgt (B2.26).

De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg zegt dat het belangrijk is voor de cliënten om een vast en stabiel iemand te hebben waar ze leuke dingen mee kunnen doen (B4.50). Ook een begeleider van JP van den Bent stichting geeft aan dat samen leuke dingen doen het meest belangrijk is in een relatie voor de cliënten (B2.20). Sommige relaties hebben dan ook meer een vriendschappelijke basis en lijken meer op een broer-zus relatie (B4.54).

Andere cliënten hebben de wens om iemand te hebben waar ze het leven mee kunnen delen. Ze willen iemand waar ze 's avonds mee op de bank kunnen zitten (B2.48). De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg geeft aan dat er een stel in de woongroep is die het liefst elke vrije minuut bij elkaar is (B4.16). Er zijn ook stellen die kiezen voor een latrelatie (B6.16). Soms is het voor cliënten niet verstandig om altijd bij elkaar te zijn en dan wordt er gekozen voor een andere oplossing (B6.48). Opvallend is dat begeleiders vaak aangeven dat er relaties binnen de woongroep ontstaan. Daarbij kunnen cliënten knelpunten ondervinden. Bij Siloah is er bijvoorbeeld een stel uit de woongroep gegaan toen ze een relatie kregen, omdat er te veel regels waren (B3.26).

5.5. Sociale vaardigheden

In de interviews komt vaak naar voren dat mensen met een beperking sociale vaardigheden missen. Hierdoor is het voor hen moeilijk om een vriendschap of relatie aan te gaan. Een begeleider van Siloah zegt dat cliënten niet weten hoe ze met elkaar om moeten gaan (B3.30).

Daarnaast hebben ze moeite om zich in te leven in de ander (B3.51). Ook mensen met autisme hebben hier moeite mee (B6.22). Relaties kunnen stuklopen doordat mensen met een beperking zich niet kunnen verplaatsen in de ander (B2.14). Ze willen wel investeren in de relatie, maar door een beperkt inlevingsvermogen loopt de relatie uiteindelijk toch stuk (B2.11). Ze hebben vaak niet door dat ze de ander kwetsen (B3.52). Ook uit de literatuur blijkt dat mensen met een beperking een gebrek aan inlevingsvermogen hebben.

Ze kunnen het bovendien lastig vinden om de ander te begrijpen (B3.9). Een begeleider van Siloah zegt dat ze moet helpen wanneer er tussen de cliënten een meningsverschil is (B3.31). Ook kunnen cliënten volgens haar erg op zichzelf gericht zijn waardoor ze vergeten om aan de ander te denken (B3.7). Bovendien zegt de begeleider van Stichting Philadelphia Zorg dat het bij cliënten uiteindelijk allemaal om henzelf draait (B4.52).

Een andere betrokkene geeft aan dat haar dochter de neiging heeft om vriendinnen te gaan claimen (B8.6). Er zijn cliënten die een sociale vaardigheidstraining hebben gedaan. Een begeleider van JP van den

Bent stichting geeft aan dat deze training alleen over de basisvaardigheden gaat (B2.38). De vraag is dus of een sociale vaardigheidstraining van toepassing is bij het aangaan van vriendschap en relatie.

5.6. Knelpunten in vriendschap en relatie

Tijdens de interviews met de betrokkenen vroegen we welke succesfactoren en knelpunten zij zien met betrekking tot vriendschap en relatie bij de doelgroep. Het viel ons hierbij op dat er weinig succesfactoren naar voren kwamen in de interviews. Er werden vooral wensen genoemd door de betrokkenen. Knelpunten werden daarentegen wel veel genoemd. Deze zullen we nu beschrijven.

Wanneer mensen met een beperking een relatie aangaan, kan de familie een grote invloed hebben. Sommige ouders willen niet dat begeleiders aandacht geven aan het onderwerp relatie in de woonvorm (B1.12). De begeleider van Stichting De Rozelaar geeft als voorbeeld dat familie van een cliënt het niet goed vond dat het stel bij elkaar op de kamer kwam. De verkering tussen twee andere cliënten is zelfs uitgegaan doordat de familie de relatie niet accepteerde (B1.39). Ook een begeleider van Siloah noemt de invloed van familie als een knelpunt (B3.24).

Een ander knelpunt is de gebeurtenissen uit het verleden van een cliënt. Cliënten van GGz Centraal kunnen vrienden zijn verloren door opnames uit het verleden (B6.7). Door de opnames was het voor hen moeilijk om een vriendschap te onderhouden (B6.30). Dit zeggen cliënten van GGz Centraal zelf ook.

Een andere betrokkene noemt dat liefde of huwelijk het getraumatiseerde leven van haar man niet goed kan maken. Ze kan haar man niet helpen, waardoor ze zich machteloos voelt (B5.20). Een begeleider van JP van den Bent stichting noemt dat cliënten de neiging hebben om snel uitgekeken te raken op een vriendschap, omdat ze geen belangstelling meer hebben in de ander (B2.13).

Daarnaast kan afhankelijkheid van anderen een knelpunt zijn. Een betrokkene zegt dat ze bijvoorbeeld altijd haar dochter op komt halen of brengen met de auto, aangezien de cliënt zelf geen auto heeft (B8.11 en B8.38). Ten slotte kunnen mensen met een beperking tussen wal en schip vallen (B2.78). De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg geeft hier een voorbeeld van. Ze heeft een cliënt die een hoger niveau heeft dan de andere cliënten waardoor ze bij hen geen aansluiting vindt (B4.26).

5.7. Veiligheid

In de interviews vroegen we hoe betrokkenen de veiligheid in vriendschap en relatie bij mensen met een beperking kunnen waarborgen. De betrokkenen noemen verschillende manieren waarop zij deze veiligheid waarborgen.

5.7.1. Kwetsbaarheid bij mensen met een beperking

Mensen met een beperking kunnen erg kwetsbaar zijn. Een betrokkene geeft aan dat haar dochter snel een minderwaardigheidsgevoel heeft doordat ze zich vergelijkt met anderen (B8.57). Een andere betrokkene zegt dat haar dochter een vriendje heeft gehad die haar tot dingen heeft gezet die ze niet wilde (B9.10 en B9.11).

Mensen met een beperking kunnen gevoelig zijn voor mooie praatjes waardoor ze zich snel laten overhalen (B9.13). De begeleider van Stichting De Rozelaar zegt bijvoorbeeld dat er een cliënt is die snel over te halen is, waardoor er makkelijk misbruik van haar gemaakt kan worden (B1.45). Een betrokkene geeft daarnaast aan dat er vroeger vaak misbruik is gemaakt van haar man, omdat hij te makkelijk contact maakt (B5.10).

Mensen met een beperking kunnen makkelijk overschat worden, doordat hun verstandelijk niveau niet overeenkomt met hun uiterlijk (B1.37). Daarbij komt dat mensen met een beperking snel teveel van zichzelf vragen (B9.28). In de literatuur komt eveneens naar voren dat mensen met een beperking normaal gevonden willen worden, waardoor ze snel overschat worden.

5.7.2. Manieren om veiligheid te waarborgen

Het aangaan van het gesprek is volgens veel betrokkenen de manier om veiligheid te creëren. Een begeleider van GGz Centraal geeft aan dat het belangrijk is om het gesprek aan te gaan met cliënten over het onderwerp vriendschap en relatie (B6.52). Ook een begeleider van JP van den Bent stichting zegt dat ze in de begeleiding zo open mogelijk communiceert met haar cliënten (B2.87). Ze blijft met hen in contact over het onderwerp vriendschap en relatie (B2.86). De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg zegt dat ze de veiligheid alleen kan waarborgen als de cliënten open en eerlijk naar haar zijn (B4.55). Ook de twee ouders die we interviewden, geven aan dat ze met hun dochter praten over relaties en seksualiteit (B8.50 en B9.31). Daarentegen geeft een begeleider van Siloah aan dat de veiligheid niet gewaarborgd kan worden. Ze hoopt dat cliënten het vertellen wanneer een situatie voor hen onveilig is en ze zich niet prettig voelen (B3.73).

Het maken van duidelijke afspraken wordt eveneens door betrokkenen genoemd als een manier om de veiligheid te waarborgen. Bij Stichting De Rozelaar en Siloah is er een afspraak dat cliënten niet bij elkaar op de kamer mogen komen (B1.22). Wel geeft de begeleider van Stichting De Rozelaar aan dat de regels misschien gaan veranderen en dat hij het lastig vindt om cliënten zo te beperken (B1.41).

Er zijn een aantal gratis datingsites waarop iedereen zich kan inschrijven. Een datingsite kan onveilig zijn, doordat er mensen met verkeerde bedoelingen op zitten (B2.57). Een begeleider van JP van den Bent stichting maakt zich zorgen over cliënten die snel contact leggen met mensen en anderen snel vertrouwen (B2.54). Er is een speciale datingsite voor mensen met een beperking, waarbij er een coach wordt ingeschakeld. Hierdoor kan er veiligheid geboden worden (B2.53). In het vorige hoofdstuk kwam ook het onderwerp datingsites naar voren. Een cliënt vraagt zich af of de datingsite, waar zij op zit, wel veilig is. Een andere cliënt noemt ook dat hij op een datingsite zit waarbij hij wordt geholpen door een coach.

5.8. Begeleiding bij vriendschap en relatie

De begeleiders ondersteunen hun cliënten op verschillende manieren als het gaat om het onderwerp vriendschap en relatie.

5.8.1. Stimuleren van vriendschap en relatie

De begeleider van Stichting Philadelphia Zorg geeft aan dat ze vriendschap en liefde stimuleert bij de cliënten. Ze wil dat iedereen gelukkig is, maar kijkt wel of de cliënten een vriendschap of relatie aankunnen en welke vorm passend is (B4.17). Ook een begeleider van JP van den Bent stichting zegt dat ze cliënten de kans biedt om vriendschappen aan te gaan (B2.58). Daarnaast staat ze er voor open dat cliënten relaties hebben, maar beseft dat hier wel veel ondersteuning bij nodig is (B2.36).

Siloah wil daarentegen relaties het liefst buiten de deur houden, omdat het veel losmaakt bij cliënten (B3.28). Een begeleider van Siloah zegt dat ze relatievorming buiten de groep wil houden, omdat er geen nachtaanwezigheid is (B3.25). Ze geeft aan dat ze de behoefte van de cliënten begrijpt. Tegelijkertijd laat ze de cliënten inzien dat ze al moeilijk voor zichzelf kunnen zorgen, laat staan voor een partner (B3.42). De cliënten mogen er over praten en begeleiders van Siloah bieden een luisterend oor. Maar ze zeggen ook tegen de cliënten dat ze blij moeten zijn met wat ze hebben (B3.48). Daarnaast geeft een begeleider van Siloah aan dat ze zelf niet zo gauw naar het onderwerp vriendschap en relatie zou vragen bij de cliënten. Ze reageert op signalen van cliënten. Als het onderwerp niet speelt, laat ze het rusten.

Een begeleider van GGz Centraal vindt het belangrijk om te kijken naar de vraag achter de vraag bij een cliënt (B7.30). Soms kan een cliënt aangeven behoefte te hebben aan een vriendschap of relatie, maar dan blijkt dat uiteindelijk toch wat anders te zijn (B7.29).

5.8.2. Relatie begeleiden

Het onderwerp relatie kan een lastig thema zijn voor begeleiding. Begeleiders ondersteunen een relatie van cliënten op verschillende manieren. Een begeleider van JP van den Bent stichting geeft aan dat ze het vriendje van een cliënt al vanaf het begin van de relatie bij de begeleidingsgesprekken betreft. Ze stuurt het stel aan en kijkt samen met hen wat ze van haar nodig hebben (B2.15). Bij een andere relatie gaat JP van den Bent stichting op zoek naar hulpbronnen van de cliënten, waardoor de relatie al een tijd zonder incidenten verloopt (B2.61).

Een begeleider van Stichting Philadelphia Zorg zegt dat er in de woonvorm nu een nieuwe relatie is ontstaan die ze goed in de gaten houdt om te kijken of cliënten elkaar niet overvragen. Ze overlegt hierbij met collega's en als het nodig is, worden er afspraken gemaakt (B4.15). Daarnaast praat ze met de cliënten over hun relatie en hoe ze dingen kunnen aanpakken (B4.36). Ook een begeleider van GGz Centraal geeft aan dat er met de cliënten gepraat wordt over relaties in de woonvorm (B6.21).

5.9. Adviezen voor Welzijn Barneveld

Naast de projectleiders hebben ook de betrokkenen adviezen gegeven over een projectopzet.

5.9.1. Ontmoetingsplekken creëren

Een advies van de betrokkenen is om meer ontmoetingsplekken in Barneveld te creëren (B2.79). Dit kan in de vorm van een soos zijn. Het moet volgens hen vooral een plek zijn waar mensen elkaar kunnen ontmoeten op een laagdrempelige en vrijblijvende manier (B6.55). Welzijn Barneveld kan middagen of avonden organiseren voor mensen met een lichtverstandelijke beperking (B2.80). De ontmoetingen kunnen vastgelegd of spontaan georganiseerd worden (B2.75 en B2.83). Voor mensen met een beperking is het belangrijk dat de ontmoetingen plaatsvinden in een voor hen vertrouwde omgeving met vertrouwde mensen (B1.46). Het kan voor hen helpend zijn om een vertrouwd persoon mee te nemen naar de ontmoetingsplek (B8.58). Het betrekken van het netwerk wordt ook door een projectleider als advies genoemd.

5.9.2. Hulp bij het leggen van contact

Een ander advies gaat over de hulp die mensen met een beperking krijgen als het gaat om vriendschap en relatie. Sommige mensen met een beperking geven zelf aan dat ze het alleen niet kunnen en hulp nodig hebben (B4.57). Ze hebben bijvoorbeeld hulp nodig bij het leggen van het eerste contact en bij de voorbereiding van het contact (B6.57 en B6.58). De hulp die nodig is kan per persoon verschillen. Soms is het nodig om iemand te helpen het contact letterlijk op gang te brengen (B7.47). Andere mensen met een beperking vinden het moeilijk om te bedenken wat ze moeten zeggen tegen een vreemde (B9.35). Het kan voor iemand bijvoorbeeld helpend zijn om wat gespreksonderwerpen op papier te hebben (B9.36). Het kan zijn dat mensen met een beperking geen hulp accepteren van onbekenden (B3.77). Daarom kunnen begeleiders van de cliënten betrokken worden bij het eventuele project (B2.89).

Verder zou er een soort datingbureau opgezet kunnen worden, waarbij iemand stap voor stap wordt geholpen op weg naar een vriendschap of relatie (B4.58 en B4.59). Opvallend is dat de projectleider van 'Vriendschap in Utrecht' daarentegen geen voorstander is van een relatiebureau.

5.10. Samenvatting

Het sociaal netwerk van mensen met een beperking verschilt per persoon. Veel begeleiders geven aan dat het netwerk van hun cliënten klein is. Ook de tevredenheid over het sociaal netwerk is bij iedereen anders.

Het woord vriendschap wordt door mensen met een beperking op diverse manieren geïnterpreteerd. Het komt vaak voor dat ze behoefte hebben aan een vaste vriendschap of deel uit willen maken van een vriendengroep. Een groot deel van de mensen met een beperking heeft weinig vrienden.

Het onderhouden van een vriendschap blijkt voor veel mensen lastig te zijn. Hier is vaak ondersteuning bij nodig. Bovendien kan wederkerigheid een lastig thema zijn voor de doelgroep. Een maatjesproject kan een goede startmodus zijn voor het aangaan van vriendschappelijk contact. Sommige mensen met een beperking zien een maatje dan ook als vriend.

Mensen met een beperking hebben net als ieder ander de behoefte om geliefd te worden. Daarbij hebben veel mensen behoefte aan een relatie, maar de beperking kan voor sommigen een reden zijn om geen relatie aan te gaan.

Bij het aangaan van een vriendschap of relatie missen veel mensen met een beperking sociale vaardigheden. Zij hebben vaak een beperkt inlevingsvermogen en kunnen op zichzelf gericht zijn.

Betrokkenen zien verschillende knelpunten met betrekking tot vriendschap en relatie bij mensen met een beperking. Het waarborgen van veiligheid in vriendschap en relatie is hierbij een belangrijk thema. Mensen met een beperking kunnen erg kwetsbaar zijn, wat verschillende risico's met zich meebrengt. Om de veiligheid te waarborgen is het belangrijk om het gesprek aan te gaan en duidelijke afspraken te maken. De organisaties gaan op verschillende manieren om met het onderwerp vriendschap en relatie richting de cliënten. Sommige begeleiders stimuleren vriendschap en relatie bij cliënten. Sommigen geven hier minder of geen aandacht aan.

Ten slotte geven de betrokkenen tijdens de interviews adviezen voor Welzijn Barneveld. Een wens van de betrokkenen is het creëren van meer ontmoetingsplekken. Ook hulp bij het leggen van contact is een belangrijk onderdeel in de ondersteuning.

De resultaten van het literatuuronderzoek en de drie verschillende interviews vergelijken we in het volgende hoofdstuk met elkaar. Dit hoofdstuk zal bestaan uit de conclusie, aanbeveling, discussie en evaluatie.

Hoofdstuk 6 Conclusie, aanbeveling, discussie en evaluatie

6.1. Inleiding

In dit hoofdstuk vergelijken we de onderzoeksresultaten met elkaar. In de conclusie geven we antwoord op de hoofdvraag. De aanbeveling is het advies voor Welzijn Barneveld waaruit de projectopzet is ontstaan. In de discussie en evaluatie blikken we terug op de werkwijze en uitvoering van het onderzoek.

6.2. Conclusie

Aan de hand van de resultaten van de deelvragen geven we in deze paragraaf antwoord op de hoofdvraag van het onderzoek: wat is volgens de literatuur en betrokkenen nodig om invulling te geven aan de behoefte aan vriendschap en relatie bij mensen met een beperking?

Behoefte aan vriendschap en relatie

Ieder mens heeft behoefte aan intimiteit, aandacht, vriendschappen en ondersteuning. De aanwezigheid van een sociaal netwerk is daarbij een belangrijke voorwaarde voor de kwaliteit van leven. Volgens de literatuur en betrokkenen is het sociale netwerk van mensen met een beperking niet groot. Hun sociale netwerk bestaat voornamelijk uit begeleiders, familie en andere mensen met een beperking. Hieruit maken we op dat er behoefte is aan meer sociale contacten.

Er blijkt veel eenzaamheid onder de doelgroep te zijn. Het hebben van vriendschap zou eenzaamheid kunnen doorbreken. Bijna alle mensen met een beperking hebben behoefte aan vriendschap. Ondanks deze behoefte heeft een groot deel van hen weinig vrienden. Volgens de literatuur vinden mensen met een beperking het lastig om het aantal vriendschappen dat ze hebben naar werkelijkheid in te schatten. Daarbij komt dat het woord vriendschap door hen niet altijd op dezelfde manier wordt gebruikt.

Volgens de literatuur kan vriendschappelijk contact in de vorm van een maatjesproject een oplossing zijn voor een sociaal isolement. Een betrokkene geeft aan dat een maatjesproject een goede startmodus zou kunnen zijn voor het aangaan van vriendschappelijk contact. Dit contact kan voorzien in de behoefte aan vriendschap, maar vaak is er onder de doelgroep behoefte aan meer dan een maatje. Bovendien is het contact tussen een maatje en een deelnemer vaak voor een korte periode, waardoor het lastig kan zijn om een vriendschap op te bouwen. Omdat dit ook het signaal is waaruit het onderzoek is ontstaan, concluderen wij dat een maatjesproject niet volledig kan voorzien in de behoefte aan vriendschap.

Naast vriendschap speelt liefde in elk mensenleven een belangrijke rol. Dit geldt ook voor mensen met een beperking. Een liefdesrelatie blijkt voor hen een lastig thema te zijn. Er zijn mensen die graag een relatie zouden willen, maar niet weten wat hier allemaal bij komt kijken. Opvallend is dat meerdere mensen met een beperking geen behoefte hebben aan een intieme of seksuele relatie. Wel hebben zij vaak behoefte aan een arm om zich heen. Wij concluderen hieruit dat de meeste mensen met een beperking behoefte hebben aan vriendschap, maar dat de behoefte aan een liefdesrelatie erg verschillend is.

Aangaan en onderhouden van vriendschap en relatie

Het blijkt voor mensen met een beperking lastig te zijn om een vriendschap of relatie aan te gaan en te onderhouden. In de interviews en de literatuur komt naar voren dat veel mensen met een beperking sociale vaardigheden missen. Ze missen bijvoorbeeld inzicht in de manier waarop ze sociale contacten aan kunnen gaan en hoe ze rekening kunnen houden met de ander. Hierbij hebben ze vaak een beperkt inlevingsvermogen en zijn ze ik-gericht, waardoor ze in de relatie naar de ander niet altijd iets toevoegen. Daarnaast hebben ze moeite met het herkennen en benoemen van emoties, terwijl emotionele steun wel belangrijk is in het onderhouden van vriendschappen. Ook is wederkerigheid hierbij van groot belang,

maar de balans tussen geven en nemen is bij mensen met een beperking vaak niet in evenwicht. Wij maken hieruit op dat mensen met een beperking vaak bepaalde vaardigheden missen, waardoor het voor hen moeilijk is om een wederkerige relatie aan te gaan.

Naast het gebrek aan sociale vaardigheden zijn er nog andere belemmerende factoren in het aangaan en onderhouden van een vriendschap of relatie bij mensen met een beperking. Volgens de literatuur kan een negatief zelfbeeld een belemmerende factor zijn. Een minderwaardigheidsgevoel kan hen kwetsbaar maken in het contact met anderen.

Daarnaast hebben mensen met een psychische beperking door opnames uit het verleden vaak vrienden verloren. Ook kan familie een grote invloed hebben op het wel of niet aangaan van een relatie en de manier waarop hier invulling aan wordt gegeven. Ten slotte kunnen mensen met een beperking op organisatorische problemen botsen bij het aangaan van een vriendschap of relatie.

Ondersteuning bij vriendschap en relatie

Uit de literatuur en de interviews blijkt dat mensen met een beperking meer sociale contacten willen. Een groot deel van de mensen met een beperking zou het fijn vinden om hier hulp bij te krijgen. Deze hulp kan op verschillende manieren worden vormgegeven. Volgens de literatuur is het belangrijk om gepaste ondersteuning te bieden op het gebied van relatievorming, intimiteit en seksualiteit. We zien dan ook dat de begeleiders hun cliënten hierin op verschillende manieren ondersteunen. Daarnaast is er hulp nodig bij het onderhouden van vriendschap en relatie. Het valt ons op dat hier in de bestaande projecten niet specifiek aandacht aan wordt gegeven.

Er is bij de doelgroep sprake van kwetsbaarheid en minder weerbaarheid. Mensen met een beperking zijn vaak goed van vertrouwen, waardoor ze kwetsbaar zijn voor overvraging en misbruik. Volgens de literatuur mogen de thema's zelfbeeld en grenzen niet ontbreken in de begeleiding van mensen met een beperking. Veel betrokkenen noemen dat het gesprek aangaan de belangrijkste manier is om de veiligheid in een vriendschap of relatie te kunnen waarborgen. We kunnen hieruit concluderen dat het in de ondersteuning bij vriendschap en relatie onder andere gaat om het aanleren van sociale vaardigheden.

Adviezen vanuit literatuur en respondenten

Een activiteit is vaak de reden dat mensen met een beperking elkaar ontmoeten. Daarom begrijpen wij dat de projectleiders in hun projecten activiteiten organiseren om mensen met elkaar in contact te brengen. Ook uit het literatuuronderzoek blijkt dat activiteiten voor mensen met een beperking een belangrijk middel zijn om elkaar te ontmoeten.

Een aantal betrokkenen heeft als advies gegeven om meer ontmoetingsplekken te creëren, omdat deze er niet veel zijn in de gemeente Barneveld. Volgens betrokkenen moet er een plek komen waar mensen elkaar kunnen ontmoeten op een laagdrempelige en vrijblijvende manier. Ook een projectleider geeft aan dat de meeste mensen bereikt kunnen worden door het project laagdrempelig en kleinschalig te houden. Hierdoor kunnen mensen elkaar ontmoeten in hun eigen omgeving. Bovendien blijkt uit de literatuur dat grote groepen voor mensen met een beperking als eng ervaren kunnen worden. Een projectleider organiseert voor mensen met een beperking dan ook ontmoetingen in een kleine groep. Kortom, een advies is om meer ontmoetingsplekken te creëren en activiteiten te organiseren voor mensen met een beperking.

Doordat veel mensen met een beperking behoefte hebben aan vriendschap en relatie en deze behoefte zelf niet kunnen vervullen, vinden wij het belangrijk dat hier in een project aandacht aan wordt gegeven. Volgens betrokkenen verschilt de behoefte aan hulp hierbij per persoon. Daarom is het belangrijk dat er in een project hulp op maat wordt gegeven.

Volgens een projectleider is het belangrijk dat mensen met een beperking een gezellige avond hebben en niet verwachten dat ze de liefde van hun leven gaan ontmoeten. Opvallend is dat een betrokkene ook heeft aangegeven dat de nadruk van een activiteit of ontmoeting niet moet liggen op het aangaan van

een relatie. Bovendien blijkt uit de literatuur dat onduidelijkheid kan leiden tot misverstanden bij de doelgroep. Oftewel, het is dus belangrijk om een project te starten, waarbij de verwachtingen voor deelnemers duidelijk zijn.

Uit de literatuur blijkt dat het voor mensen met een beperking moeilijk kan zijn om onbekende mensen te vertrouwen. Betrokkenen hebben aangegeven dat het belangrijk is dat mensen met een beperking anderen ontmoeten in een voor hen vertrouwde omgeving met vertrouwde mensen. Het kan voor hen helpend zijn om een vertrouwd persoon mee te nemen naar een ontmoetingsplek. Ook de projectleider noemt dat het voor deelnemers veiliger kan zijn als er een voor hen vertrouwd persoon meegaat. Wij concluderen hieruit dat het betrekken van het netwerk belangrijk is bij het organiseren van ontmoetingen of activiteiten.

6.3. Aanbeveling

Vanuit de conclusie schrijven we de aanbeveling voor Welzijn Barneveld. Hieronder volgen de twee belangrijkste aanbevelingen voor een projectopzet:

- *Een ontmoetingsplek creëren en activiteiten organiseren*

Omdat mensen met een beperking behoefte hebben aan meer sociale contacten en er veel eenzaamheid onder de doelgroep is, is het belangrijk dat er een plek komt waar zij elkaar kunnen ontmoeten. Door middel van ontmoeting, kan een vriendschap of relatie ontstaan. Bovendien kan hierdoor de eenzaamheid doorbroken worden en kunnen mensen met een beperking hun sociale netwerk uitbreiden.

Wij adviseren om een ontmoetingsplek in de gemeente Barneveld te organiseren, zodat mensen elkaar in hun eigen omgeving kunnen ontmoeten en het project kleinschalig blijft. Hierbij is het belangrijk dat deze plek laagdrempelig en vrijblijvend is, zodat de stap naar een ontmoetingsplek toe minder groot is.

Ook adviseren wij om een duidelijk doel te stellen voor de ontmoetingsplek, zonder de nadruk op het aangaan van een liefdesrelatie te leggen. Als het doel van de ontmoeting helder is, ontstaan er geen verkeerde verwachtingen.

Naast een ontmoetingsplek zijn activiteiten voor mensen met een beperking ook een reden om elkaar te ontmoeten. Daarom adviseren wij Welzijn Barneveld om hier gebruik van te maken in een project.

- *Ondersteuning bieden bij het aangaan en onderhouden van sociale contacten*

Mensen met een beperking missen bepaalde sociale vaardigheden, hebben moeite met het aangaan van een wederkerige relatie, hebben vaak een negatief zelfbeeld en kunnen kwetsbaar zijn in sociaal contact. Daarom is het belangrijk dat er passende ondersteuning geboden wordt bij het aangaan en onderhouden van sociale contacten. De behoefte aan ondersteuning verschilt per persoon, waardoor hulp op maat nodig is.

Omdat mensen met een beperking moeite kunnen hebben met het vertrouwen van onbekende mensen, adviseren wij om het netwerk van deelnemers bij het project te betrekken.

Vanuit deze adviezen is het project 'Meet&More' voor Welzijn Barneveld ontstaan. De opzet voor dit project is toegevoegd als bijlage (zie bijlage 7).

6.4. Discussie en evaluatie

In deze paragraaf brengen we de onderzoeksresultaten in verband met eerder onderzoek. Daarnaast geven wij advies over mogelijk vervolgonderzoek. In de product- en procesevaluatie blikken we terug op de beslissingen die van invloed zijn geweest op de kwaliteit van het eindproduct. Ook evalueren we de uitvoering van het onderzoek en onze eigen rol in het onderzoeksproces.

6.4.1. Bijdrage praktijkonderzoek

Tijdens het literatuuronderzoek kwamen we er achter dat er veel onderzoek is gedaan naar het sociaal netwerk van mensen met een beperking, zoals in de onderzoeken van Smit & Gennep (2002), Hauwert (2008) en Benard et al. (2011). Ons onderzoek is daarentegen gericht op een deel van het sociaal netwerk, namelijk op vriendschap en relatie bij mensen met een beperking. Er is naar ons idee geen ander onderzoek die de thema's vriendschap en relatie bij mensen met een beperking samen behandelt. Een aantal onderzoeken is gericht op relatievorming, intimiteit en seksualiteit bij mensen met een beperking. Het gaat vaak over de behoefte aan liefde en wij missen hierin het thema vriendschap. De behoefte aan vriendschap hebben wij dan ook toegevoegd in ons onderzoek.

Daarnaast viel het ons op dat veel onderzoeken zijn gericht op mensen met een verstandelijke beperking. Wij hebben naast deze doelgroep ook mensen met een psychische beperking in ons onderzoek meegenomen. Mensen met een psychische beperking blijken vaak net zoveel moeite te hebben met het aangaan en onderhouden van een vriendschap of relatie als mensen met een verstandelijke beperking. Het thema seksualiteit en de kindervens bij mensen met een beperking hebben wij in ons onderzoek achterwege gelaten. Omdat deze onderwerpen regelmatig terugkwamen in de literatuur en tijdens de interviews zijn wij van mening dat vervolgonderzoek naar deze thema's van groot belang is. Wij adviseren om onderzoek te doen naar de manier waarop deze thema's spelen in het leven van mensen met een beperking. Het kan interessant zijn om te onderzoeken welke visie betrokkenen hierop hebben en hoe er in de begeleiding met dit thema om wordt gegaan. Wij denken namelijk dat dit een belangrijk thema is dat bij meerdere zorgorganisaties speelt.

6.4.2. Product- en procesevaluatie

We kijken terug op een goede samenwerking. Tijdens het afnemen van de interviews vulden we elkaar bijvoorbeeld goed aan. In het begin maakten we afspraken over de taakverdeling tijdens de interviews, maar na een aantal interviews was dit niet meer nodig en ging dit vanzelf. Daarnaast verliep het maken van afspraken met elkaar over de werkwijze en uitvoering gemakkelijk.

Ook vonden wij de samenwerking met de opdrachtgever en de afstudeerbegeleider prettig. Zij maakten tijd voor ons vrij en dachten met ons mee. De opdrachtgever dacht bijvoorbeeld mee in de uitvoering van het onderzoek. De afstudeerbegeleider gaf goede, inhoudelijke feedback op het onderzoeksverslag.

Vanaf het begin van het onderzoek merkten we dat er veel positieve reacties kwamen van de projectleiders en zorgorganisaties. Veel mensen stonden open om mee te werken en waren enthousiast over het onderwerp vriendschap en relatie. Zij maakten tijd vrij om met ons in gesprek te gaan en lieten betrokkenheid bij het onderzoeksproces zien. Dit heeft positief bijgedragen aan de uitvoering van ons onderzoek. Veel respondenten gaven bovendien aan het uiteindelijke onderzoeksverslag te willen ontvangen.

In plaats van het gebruik van enquêtes kozen we voor het afnemen van interviews met mensen met een beperking. We kregen hierdoor meer kwalitatieve informatie over het onderwerp vriendschap en relatie. Doordat we uiteindelijk niet voor een enquête zijn gegaan, zijn we wel veel tijd verloren met het opstellen hiervan.

In totaal hebben we 23 respondenten geïnterviewd. Hierdoor konden we een goed beeld vormen van de behoefte aan vriendschap en relatie bij de doelgroep en de visies van betrokkenen hierover. Op een

gegeven moment kregen we veel dezelfde informatie vanuit de interviews, waardoor we de keuze konden maken om geen verdere interviews meer af te nemen. De interviewvragen koppelden we bewust niet aan de resultaten uit de literatuur. Toch kwamen veel onderwerpen uit de literatuur overeen met de onderwerpen uit de interviews.

Begeleiders van zorgorganisaties zochten cliënten voor ons uit die we konden interviewen. Ze kozen soms juist cliënten uit die al ervaring hebben met vriendschap of relatie. We hebben er bewust voor gekozen om dit proces niet te sturen, omdat we de respondenten op een open manier wilden benaderen. Hierbij gaven we de begeleiders geen selectiecriteria mee. Wel hebben wij er op gelet dat we ongeveer een gelijk aantal mensen met een verstandelijke beperking als mensen met een psychische beperking interviewden.

Bibliografie

- Asselt-Goverts, I. van , Embregts, P. , Hendriks, L. & Frielink, N. (2010). *Werken met sociale netwerken in de zorg voor mensen met een lichte verstandelijke beperking*. Geraadpleegd van <http://han.surfsharekit.nl:8080/get/smpid:13431/DS1>
- Baarda, B., Bakker, E., Fischer, T., Julsing, M., Goede, M. de, Peters, V. & Velden, T. van der (2013). *Basisboek kwalitatief onderzoek: handleiding voor het opzetten en uitvoeren van kwalitatief onderzoek*. Groningen: Noordhoff Uitgevers.
- Benard, R. , Bloemberg, Y. , Hoff, M. van der & Holtslag, L. (2011). *Licht verstandelijk beperkte jongeren & het sociale netwerk* (bachelor thesis Hogeschool van Arnhem en Nijmegen). Geraadpleegd van <http://han.surfsharekit.nl:8080/get/smpid:9923/DS1>
- Brettschneider, E. & Wilken, J.P. (2007). *Hoezo een netwerk? Onderzoek naar de aandacht voor sociale netwerken in de verstandelijk gehandicaptenzorg*. Amsterdam: Uitgeverij SWP
- Bruijn, J. de, Buntinx, W. & Twint, B. (2014). *Verstandelijke beperking: definitie en context*. Amsterdam: Uitgeverij SWP.
- Bulsink, D. & Gruijter, M. de (2013). *Vriendschap opent een nieuwe wereld*. Geraadpleegd van http://www.demos.be/sites/default/files/3845_vriendschap-opent-een-nieuwe-wereld.pdf
- Burggraave, M. (2006). *Een gevalsstudie naar de invloed van beeldvorming op het zelfbeeld van personen met een verstandelijke handicap* (bachelor thesis Universiteit Gent). Geraadpleegd van http://www.ont.be/files/mieke_burggraave_2006_gevalsstudie_beeldvorming_en_zelfbeeld_verstandelijke_handicap.pdf
- Cardol, M. , Speet, M. & Rijken, M. (2007). *Anders of toch niet? Deelname aan de samenleving van mensen met een lichte of matige verstandelijke beperking*. Geraadpleegd van <http://www.nivel.nl/sites/default/files/bestanden/Anders-of-toch-niet-2007.pdf>
- Dosen, A. (2014). *Psychische stoornissen, probleemgedrag en verstandelijke beperking: een integratieve benadering bij kinderen en volwassenen*. Assen: Koninklijke van Gorcum.
- Expertise Centrum Begeleid Leren. (2011). Psychische aandoeningen. Opgevraagd op 23 december 2016 van <http://www.begeleidleren.nl/psychiatrische-aandoeningen/>
- HAN. (2016). Informatievaardigheden – algemeen: stap 4: zoekmethoden. Opgevraagd op 19 januari 2017 van <http://gidsen.studiecentra.han.nl/informatievaardigheden/zoekmethoden>
- Hauwert, S.A.C. (2008). *Uitdagende relaties: het sociale netwerk van mensen met een verstandelijke beperking en de motivaties voor vriendschap en steun* (master thesis Universiteit van Amsterdam). Geraadpleegd van <http://www.scriptsonline.uba.uva.nl/document/116804>
- Kroft, A.H.M. (2008). *Relatievorming, intimiteit en seksualiteit bij mensen met een verstandelijke beperking* (master thesis Universiteit Utrecht). Geraadpleegd van

<https://dspace.library.uu.nl/bitstream/handle/1874/30641/Masterthesis Kroft, Anneloes-0468878.pdf?sequence=1>

Kwekkeboom, M.H. & Weert, C.M.C. van (2008). *Meedoen en gelukkig zijn: een verkennend onderzoek naar de participatie van mensen met een verstandelijke beperking of chronische psychiatrische problemen*. Geraadpleegd van <http://www.scp.nl/dsresource?objectid=52eb2577-b77d-422d-87a8-723717a913ca>

Mark, C. van der & Dunsbergen, W. (2010). *Seksualiteit zonder zorgen: een hulpmiddel bij het geven van voorlichting aan mensen met een verstandelijke beperking* (bachelor thesis Christelijke Hogeschool Ede). Geraadpleegd van <http://www.monitorlerensignaleren.nl/sites/default/files/u13/scriptie-seksualiteit-zonder-zorgen.pdf>

Meijerink, R. & Baak, M. (2012). *Relaties, seks en de cliënten van stichting Breder* (bachelor thesis Christelijke Hogeschool Ede). Geraadpleegd van <http://che.surfsharekit.nl:8080/get/smpid:13559/DS1>

Pont, S. (2002). *Alle liefde is economie: de psychologie achter elke relatie*. Amsterdam: de Boekerij bv.

Saegerman, L. (2009). *Seksualiteit bij personen met een verstandelijke beperking: op zoek naar good practices in (semi-) residentiële voorzieningen* (master thesis Universiteit Gent). Geraadpleegd van http://lib.ugent.be/fulltxt/RUG01/001/392/875/RUG01-001392875_2010_0001_AC.pdf

Schuurman, M. (2002). *Mensen met verstandelijke beperkingen in de samenleving*. Geraadpleegd van http://vilans6.vilans.nl/docs/producten/Mensen_met_verstandelijke_beperkingen.pdf

Smit, B. & Gennep, A. van (2002). *Netwerken van mensen met een verstandelijke handicap*. Geraadpleegd van <http://www.kennispleingehandicaptensector.nl/docs/producten/Netwerkverstand.pdf>

Volker, B., Flap, H. & Mollenhorst, G. (2013). *Sociale netwerken: vragen, antwoorden en onderzoek*. Groningen: Noordhoff Uitgevers bv

Weerman, A. (2013). *Zes psychologische stromingen en één cliënt: theorie en toepassing voor de praktijk*. Amsterdam: Boom Nelissen.

Wielenga, F. (2009). *De balans in beeld* (master thesis Universiteit Utrecht). Geraadpleegd van <https://dspace.library.uu.nl/bitstream/handle/1874/41787/MasterthesisWielenga.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Wiercx, R. (2013, 22 januari). Seksuele educatie is nog een taboe. Geraadpleegd van <http://www.vgn.nl/markant/artikel/16339>

Bijlage 1 Interviewprotocol bestaande projecten

Gegevens respondent, formele aspecten/afspraken

Datum:

Plaats/organisatie:

Naam:

Functie:

Aantal jaren ervaring:

Identificatienummer van het interview:

Introductie

- Doel interview en achtergrondinformatie afstudeeropdracht
- Afspraken: wat we met de informatie gaan doen, audio-opname, hantering privacy/anonimiteit, toesturen van het uitgeschreven interview voor correctie/aanvulling

Vanaf dit moment opnemen

Inhoudelijke vragen/topics

1. *Ontstaan project*

- Vanuit welk signaal is project ontstaan?
- Wat is het doel van het project?
- Wat is de meerwaarde van het project?

2. *Werkwijze*

- Hoe ziet het project eruit?
- Wordt er met een methodiek gewerkt?
- Welke link heeft het project met het sociaal/maatschappelijk werk?

3. *Doelgroep*

- Voor welke doelgroep is het project bedoeld?
- Welke mensen melden zich aan voor het project? (welke leeftijd/beperking hebben ze).
- Hoeveel mensen nemen deel aan het project?
- Wat zijn de redenen waarom mensen zich aanmelden?

4. *Praktijkervaringen*

- Wordt het doel van het project bereikt in de praktijk?
- Wat zijn reacties van de deelnemers?
- Welke succeservaringen zijn er m.b.t. het project?
- Welke knelpunten zie je bij de uitvoering van het project?

5. *Toekomst*

- Hoe zorgen jullie dat mensen hun vriendschappen onderhouden?
- Aan de hand van de knelpunten, wat willen jullie nog verder ontwikkelen?
- Hoe ziet het vervolg van het project eruit?

6. *Advies*

- Welke tips heb je voor Welzijn Barneveld bij het opzetten van een nieuw project?
- Op welke manier kunnen mensen het beste benaderd worden om deel te nemen aan het project?

Afsluiting

- Bedankt voor de medewerking
- Vervolg contact
- Zijn er nog andere organisaties bekend die een bestaand project hebben?

Procesaspecten

- Storende punten tijdens interview (lawaai, telefoontjes, algemene sfeer); korte karakteristiek van het gehouden interview.

Bijlage 2 Interviewprotocol betrokkenen

Gegevens respondent, formele aspecten/afspraken

Datum:

Plaats/organisatie:

Naam:

Functie:

Aantal jaren ervaring:

Identificatienummer van het interview:

Introductie

- Doel interview en achtergrondinformatie afstudeeropdracht
- Afspraken: wat we met de informatie gaan doen, audio-opname, hantering privacy/anonimiteit, toesturen van het uitgeschreven interview voor correctie/aanvulling

Vanaf hier opnemen

Inhoudelijke aspecten (topics, sleutelwoorden en/of vragen)

1. Huidige situatie

- Hoe zou je het sociaal netwerk van de cliënten omschrijven?
- Hoe zien de vriendschappen van de cliënten eruit? (hoe onderhouden/vasthouden)
- Welke rol speelt liefde in het leven van de cliënten?
- Hoe wordt omgegaan met het onderwerp vriendschap en relatie in de woonvorm?
- Hoe zou je de sociale vaardigheden van de cliënten omschrijven?
- Wat doen jullie in het aanleren van sociale vaardigheden?

2. Wensen en behoeften

- Welke wensen en behoeften spelen er bij de cliënten m.b.t. vriendschap?
- Welke wensen en behoeften spelen er bij de cliënten m.b.t. relatie?

3. Succesfactoren en knelpunten

- Wat wordt er met de wensen en behoeften in de woonvorm gedaan?
- Wat gaat hierin goed en wat zijn knelpunten rondom vriendschap en relatie?
- Welke rol spelen maatjesprojecten in de behoefte aan vriendschap/relatie?

4. Visie betrokkene

- Wat is uw ervaring m.b.t. vriendschap bij de cliënten?
- Wat is uw ervaring m.b.t. relatie bij de cliënten?
- In hoeverre denkt u dat een maatjesproject invulling geeft aan de behoefte aan vriendschap en relatie? (waarom?)
- Hoe kan de veiligheid gewaarborgd worden in een vriendschap of relatie (bij deze kwetsbare doelgroep)?

5. Projectopzet

- Is er bij de cliënten behoefte aan (meer) hulp bij het aangaan van een vriendschap of relatie?
- Welke hulp is nodig voor de doelgroep om tot een goede vriendschap of relatie te komen?

Afsluiting

- Bedankt voor de medewerking
- Vervolg contact

Procesaspecten

- Storende punten tijdens interview (lawaaï, telefoontjes, algemene sfeer); korte karakteristiek van het gehouden interview.

Bijlage 3 Interviewprotocol mensen met een beperking

Gegevens respondent, formele aspecten/afspraken

Organisatie waar cliënt woont/begeleiding van krijgt:

Leeftijd:

Man/vrouw:

Identificatienummer van het interview:

Introductie

- Veiligheid/vertrouwen creëren door korte social-talk
- Doel van het gesprek
- Audio-opname, anonimiteit uitleggen en wat gaan we met de info doen, vraag niet willen beantwoorden mag dat, altijd vragen stellen tussendoor als je het niet begrijpt.

Inhoudelijke aspecten

Eerste kwartier van het gesprek:

1. *Vriendschap*

- Wat vind je leuk om met anderen te doen?
- Vind je vrienden/vriendinnen belangrijk (waarom)?
- Heb je vrienden/vriendinnen? Hoeveel vrienden heb je?
- Ben je blij met het aantal?
- Wat vind je fijn aan een vriendschap?
- Hoe zorg je dat de vriendschap blijft?
- Voel je je weleens alleen?
- Ontmoet je weleens nieuwe mensen (waar)?
- Wil je nieuwe vrienden/vriendinnen leren kennen?
- Zou je daar hulp bij willen?

Tweede kwartier van het gesprek:

2. *Liefde*

- Ben je weleens verliefd geweest? Wat heb je daarmee gedaan?
- Heb je weleens een relatie gehad?
- Wil je een relatie?
- Wat hoort er volgens jou bij een relatie?
- Wat is je grootste wens in de liefde?
- Praat je met iemand over de liefde (met wie)?
- Zou je hulp willen bij het vinden een vriend/vriendin? Of wil je ergens anders hulp bij?

Procesaspecten en afsluiting

- Bedankt voor de medewerking! Bedankje geven.
- Storende punten tijdens interview (lawaai, telefoontjes, algemene sfeer, zat er iemand bij?); korte karakteristiek van het gehouden interview.
- Bijzonderheden

Bijlage 4 Labelsysteem bestaande projecten

Kernlabel	Labels	Definitie kernlabel
Ontstaan project	Eenzaamheid Moeite met contact maken Vriendschapskursus Signaal vanuit cliënt Sociaal plan	Met het ontstaan van het project wordt het signaal bedoeld waaruit het project is ontstaan.
Doelen van project	Sociaal netwerk uitbreiden Mensen verbinden Eenzaamheid doorbreken Mensen iets bieden Matches maken Groter bereik van inwoners Samenlevingsversterking Preventie	Onder doelen van het project wordt verstaan wat de organisatie en de respondenten met het project wil bereiken.
Deelnemers project	Aantal aanmeldingen Gemeentegericht Leeftijd deelnemers Mensen met een beperking Man-vrouw verdeling Doelgroep Verwachtingen	De deelnemers van het project zijn de mensen waar het project voor is bedoeld en de mensen die zich uiteindelijk hebben aangemeld voor het project.
Redenen van aanmelding	Klein sociaal netwerk Moeite met vriendschap aangaan Onbekend in de stad Niemand om tijd mee te delen	Onder de redenen van aanmelding wordt de motivatie verstaan die deelnemers hebben om zich aan te melden voor het project. Ook worden hieronder de redenen verstaan die de respondenten bij de deelnemers signaleren.
Vormgeving project	Activiteit organiseren Bekendheid creëren Samenwerking buurtteams Registratieprogramma Beeld krijgen van deelnemers Nieuwsbrief Meet en greet In gesprek met mensen Speeddate Vragenspel Evaluatie Kennismakingsspel Financiën	De vormgeving van het project is hoe het project eruitziet. Hier vallen activiteiten, samenwerkingen, de financiering en middelen onder die nodig zijn om het project uit te voeren.

Werkwijze project	Zelf onderhouden contact Contacten gevolgd Coaching Vertrouwen geven Eigen kracht Methodiek Richten op draagkracht Netwerk betrekken Gericht op de groep Richten op echt contact Gericht op vriendschap Inzet vrijwilligers Veilige weg Verantwoordelijkheid	De werkwijze van het project is de manier waarop het project wordt uitgevoerd.
Reacties van deelnemers	Positieve reacties Vriendschap belangrijker	De reacties van de deelnemers zijn de reacties die deelnemers hebben gegeven over het project.
Link met maatschappelijk werk	Dienstverlening Letten op signalen Welzijnswerk Opbouwwerk	De link met het maatschappelijk werk is de reden die de respondenten geven waarom hun project bij het maatschappelijk hoort.
Effecten	Ontstaan contacten Ontstaan relatie Aansluiting bij inwoners Mensen blijven hangen Samen dingen doen	Onder de effecten verstaan we de gevolgen van het project die zijn genoemd door de respondenten. Hieronder vallen de gevolgen voor de deelnemers en de gevolgen voor de respondenten.
Meerwaarde van project	Mensen gelukkig maken Persoonlijke meerwaarde Jezelf optutten Avondje uitgaan Oefenen sociale vaardigheden Taal leren	Met de meerwaarde van het project wordt de winst bedoeld die het project oplevert. Deze winst stond niet van tevoren vast. Hieronder valt de persoonlijke winst van de respondenten en de winst voor de deelnemers.
Knelpunten	Taboe op eenzaamheid Angst een op een contact Tijdgebrek Seksueel misbruik Zelf meer energie insteken Weerstand van omgeving Angst ouders Gevaar internet	De knelpunten zijn de nadelen van het project en de negatieve bijkomstigheden die de respondenten hebben ervaren.

	Eigen invulling Afmeldingen Kar alleen trekken Uit zijn op relatie	
Vervolg van project	Vriendengroep organiseren Uitbreiding Inwoners zelf organiseren Werkgroep vormen Resultaten behalen	Met het vervolg van het project worden de doelen bedoeld die de respondenten willen bereiken in de toekomst.
Projectopzet	Keuze maken tussen vriendschap en relatie Geen relatiebureau zijn Heldere doelstelling Leeftijd afbakenen Geen nadruk op beperking Behoeft peilen Nadenken over werving Geen datingsite Sociale media gebruiken	Onder projectopzet verstaan we alle tips en adviezen die door de respondenten zijn gegeven. Deze tips zijn bedoeld voor Welzijn Barneveld voor het opzetten van een nieuw project.

Bijlage 5 Labelsysteem betrokkenen

Kernlabel	Labels	Definitie kernlabel
Sociaal netwerk	Per persoon verschillend Familie Werk en dagbesteding Begeleiders als netwerk Beperkt sociaal netwerk Tevredenheid netwerk Ontmoetingsplek	Het kernlabel sociaal netwerk geeft aan hoe het netwerk van mensen met een beperking er uit ziet en of ze tevreden zijn met de grootte van het netwerk. Onder het sociaal netwerk verstaan we alle betekenisvolle contacten van mensen met een beperking.
Vriendschap	Behoeftte aan vriendschap Definitie vriendschap Beperkt aantal vrienden Huisgebonden vriendschap Vriendenkring Tevredenheid vriendschap Wederkerigheid Vriendschap onderhouden Praten over vriendschap	Met vriendschap bedoelen we de behoefte aan vriendschappelijk contact, de manier waarop vriendschap wordt vormgegeven, wie er als vriend wordt beschouwd door mensen met een beperking en hoe de vriendschap wordt onderhouden. De definitie van vriendschap kan per persoon verschillen, omdat de betekenis van vriendschap voor iedereen anders is.
Liefde	Behoeftte aan liefde Op zoek naar relatie Definitie verkering Vormgeving relatie Relatie onderhouden Ervaring relatie Begeleiding geeft liefde Praten over liefde	Onder liefde verstaan we de behoefte aan liefde en de behoefte aan een liefdesrelatie. Ook valt hier de manier onder waarop een relatie wordt vormgegeven en onderhouden door mensen met een beperking.
Sociale vaardigheden	Contact maken Spontane contacten Beperkt inlevingsvermogen Onbegrip Egocentrisch Claimgedrag Vaardigheden aanleren Sova-training	De sociale vaardigheden zijn de vaardigheden die mensen met een beperking hebben rondom het aangaan en onderhouden van contact met anderen. Ook gaat het over wat de begeleiding doet in het aanleren van deze vaardigheden.
Succesfactoren	Goede ondersteuning Stabiel team Inzet vrijwilligers Verbinding met elkaar Betrokken worden	De succesfactoren zijn de factoren die positief bijdragen aan een vriendschap of relatie. Dit kunnen factoren zijn die met mensen met een beperking zelf te maken hebben,

	Populariteit Zelfvertrouwen Reflecteren	maar ook met de begeleiding of de organisatie.
Knelpunten	Tijdgebrek Machteloosheid Moeite met beperking Kwetsbaarheid Overschatting Ervaringen verleden Invloed van familie Contact snel opgeven Afhankelijkheid Geen aansluiting Minderwaardigheidsgevoel	Knelpunten zijn factoren die op een negatieve manier invloed hebben op vriendschap en relatie bij mensen met een beperking. Dit kan te maken hebben met eigenschappen van mensen met een beperking, de organisatie, de begeleiding of de sociale omgeving van mensen met een beperking.
Maatjesproject	Maatje zoeken Activiteit Klik hebben Maatje als vriend Meerwaarde maatjesproject Moeilijkheden maatje	Een maatjesproject is een project waarin een vrijwilliger aan een deelnemer wordt gekoppeld om te werken aan gestelde doelen. Onder het kernlabel 'maatjesproject' verstaan we alle kenmerken die de respondenten hebben genoemd van een maatjesproject.
Begeleiding	Methode Cliëntgericht begeleiden Vraag achter de vraag Luisterend oor bieden Grenzen aangeven Netwerk uitbreiden Relatie begeleiden Relatie niet stimuleren Christelijke overtuiging	Onder begeleiding verstaan we de manier waarop mensen met een beperking ondersteund worden door hun begeleiders rondom het thema vriendschap en relatie.
Eigen ervaring	Vriendschap en relatie gunnen Mensen koppelen Ander referentiekader Erbij willen horen Jaloezie	Het kernlabel 'eigen ervaring' geeft aan welke ervaringen respondenten hebben genoemd rondom het thema vriendschap en relatie. Dit kan gaan over hun eigen mening, maar ook de ervaring die ze hebben met vriendschap en relatie bij mensen met een beperking.
Veiligheid	Datingsite Misbruik Fouten mogen maken Er over praten	Onder veiligheid verstaan we de manier waarop de respondenten veiligheid waarborgen in een

	Duidelijke afspraken	vriendschap of relatie bij mensen met een beperking.
Projectopzet	Doelgroep Vormgeving project Hulp krijgen Ontmoetingsplekken creëren	Het kernlabel 'projectopzet' geeft aan welke tips en adviezen respondenten hebben gegeven voor het opzetten van een nieuw project.

Bijlage 6 Labelsysteem mensen met een beperking

Kernlabel	Labels	Definitie kernlabel
Sociale activiteiten	Praten Spelletjes Op stap gaan Knutselen Wandelen Één keer per jaar Weinig familiebezoek	Het kernlabel sociale activiteiten geeft aan welke activiteiten mensen met een beperking graag samen met anderen ondernemen en hoe vaak dit voorkomt.
Belang van vriendschap	Vrienden zijn belangrijk Leuk Niet alleen Klik hebben Elkaar helpen Vertrouwen Samen op pad Praten Delen	Met het belang van vriendschap wordt bedoeld wat mensen met een beperking belangrijk vinden aan het hebben van een vriendschap.
Betekenis vriendschap	Kletsen met vriend Maatje Dingen delen Contact op inloop Bewoners Autisten soos als gewoon contact Collega's Vriendenkring Lange duur	Het kernlabel betekenis vriendschap geeft aan welke betekenis mensen met een beperking geven aan het woord vriendschap.
Omvang vriendschap	Collega's als vrienden Veel vrienden Heel blij Geen vrienden Bewoners als vrienden Beperkt Tevreden Vroeger wel vrienden Gezamenlijke vrienden	Omvang vriendschap geeft aan hoe veel vrienden mensen met een beperking hebben en hoe tevreden zij hier mee zijn.
Onderhouden vriendschap	Via werk Geen contact Gezamenlijke hobby's Geen ruzie Initiatief nemen Spannend	Het kernlabel onderhouden vriendschap geeft aan op welke manier vriendschappen worden onderhouden door mensen met een beperking. Ook geeft het kernlabel aan welke ervaringen zij

	Opgeven Moeilijk Via woonvorm Verwateren Wisselend Gaaf goed	hebben met het onderhouden van vriendschappen.
Eenzaamheid	Nooit eenzaam Niet eenzaam Bij verdriet Hulp zoeken Bij misverstand Bij verlies Door operatie Begeleiding is er altijd Alleen wonen Heel veel Beschermd wonen Jezelf vermaken Naar Altijd Taboe psychische ziekten Alleen zijn Wisselend	Het kernlabel eenzaamheid geeft aan welke ervaringen mensen met een beperking hebben rondom het thema eenzaamheid, op welke momenten zij zich eenzaam voelen en hoe frequent dit voorkomt.
Verliefdheid	Verliefd geweest Weet niet hoe het voelt Ontdekken Geen geluk Uiten Verlegen Onduidelijk	Verliefdheid gaat om de gevoelens die mensen met een beperking ervaren of in het verleden hebben ervaren voor een ander. Ook de positieve en negatieve ervaringen met betrekking tot deze gevoelens worden hierbij benoemd.
Liefdesrelatie	Relatie gehad Uitmaken Gelukkig Bescherming Lichamelijk contact Samen uitgaan Basisschoolliefde Delen Conflict oplossen Vertrouwen Geen geluk Lief voor elkaar zijn Elkaar steunen Samen zijn Niet gehad	Met het kernlabel liefdesrelatie wordt de relatie bedoeld die gebaseerd is op liefde, intimiteit en het vertrouwen tussen twee mensen. Het gaat hier om de betekenis die mensen met een beperking geven aan dit thema en welke ervaringen zij hierbij hebben.

	Liefde Stress door ziekte Acceptatie Getrouwd	
Onderhouden liefdesrelatie	Activiteiten Vaste bezoektijden Wonen in hetzelfde dorp Jezelf zijn Samen zijn Samen er op uit Veel investeren	Het kernlabel onderhouden liefdesrelatie geeft aan op welke manier mensen met een beperking een liefdesrelatie onderhouden en welke ervaringen zij hiermee hebben.
Duur liefdesrelatie	11 jaar Korte relatie 4 jaar getrouwd 7 jaar	Duur liefdesrelatie geeft aan hoe lang de liefdesrelatie van mensen met een beperking standhoudt of heeft standgehouden.
Ontmoetingsplekken	Via woonplek Via werk Via studie Op openbare plekken Autistensoos Datingsite Vriendenkring Aan tafel Soep in Moeilijk te vinden See You Bejaardentehuis met gratis maaltijd Tijdens opname Veluwehal Weinig geld Contactpoli GGZ-Centraal Sportclub	Ontmoetingsplekken zijn de plekken waar mensen met een beperking anderen ontmoeten. Ook de ervaringen die mensen met een beperking hierbij hebben worden benoemd.
Wensen en behoeften	Geen wens Maatje Verwerken Nieuwe vrienden Samen dingen ondernemen Misschien in toekomst De ware tegenkomen Niet weten hoe Mensen zonder beperking Ontmoeten Dat de ander investeert Huisgenoot	De wensen en behoeften geven aan welke behoeften mensen met een beperking hebben op het gebied van vriendschap en liefde en welke wensen zij graag werkelijkheid willen laten worden in de toekomst. Ook de obstakels die zij hierbij tegenkomen worden benoemd.

	Geen seksualiteit Niet via internet Relatie Wisselend Leven delen Dezelfde leeftijd Hetzelfde geslacht Mensen met beperking Ontmoeting organiseren Arm om je heen	
Ondersteuning	Begeleid wonen Niet praten over relatie Geen hulp nodig Bij aangaan contact Bij vinden van relatie Door ouders Voorlichting Onduidelijk welke hulp Praten over vriendschap Bij vinden van vriendschap Praten met collega's Telefonisch Bij onderhouden contact	Het kernlabel ondersteuning geeft aan op welke manier mensen met een beperking ondersteund worden of op welke manier zij wensen ondersteund te worden met betrekking tot het thema vriendschap en liefde.

Bijlage 7 Projectopzet 'Meet&More'

Doel van het project

Het doel van het project is dat mensen elkaar op een laagdrempelige en vrijblijvende manier ontmoeten en op deze manier sociale contacten aan kunnen gaan. De behoefte aan vriendschap en relatie bij mensen met een beperking is namelijk verschillend. Vanuit de ontmoetingen kunnen er vriendschappen en relaties ontstaan.

Doelgroep

Het project is bedoeld voor mensen met een verstandelijke- of psychische beperking vanaf achttien jaar. Het is belangrijk dat het project zich richt op de inwoners van de gemeente Barneveld. Hierdoor kunnen mensen elkaar ontmoeten in hun eigen omgeving.

Werkwijze

- *Ontmoetingsplek*

In de gemeente Barneveld wordt een ontmoetingsplek gecreëerd voor mensen met een beperking. Deze ontmoetingsplek bevindt zich in het centrum van Barneveld, zodat de plek voor iedereen goed bereikbaar is. De ontmoetingsplek heet 'Meet&More'. 'Meet' geeft aan dat elkaar ontmoeten het doel van het project is. 'More' staat voor de gedachte dat er meer uit de ontmoetingen voort kan komen, namelijk een vriendschap of relatie. 'Meet&More' is een gezellige ruimte in de vorm van een huiskamer en een café. Het huiskamergedeelte is een ontspannen ruimte met bijvoorbeeld een aantal banken, een dartbord, een sjoelbak, een voetbaltafel en muziek. 'Meet&More' is twee avonden in de week open. Afhankelijk van het aantal aanmeldingen kan er op zaterdag een groepsactiviteit georganiseerd worden. We kiezen voor deze momenten, omdat de meeste mensen met een beperking doordeweeks overdag werken of naar dagbesteding gaan.

- *Activiteiten organiseren*

Bij 'Meet&More' komt een ideeën-bord te hangen waarop mensen activiteiten kunnen opschrijven die ze leuk vinden om met anderen te doen. Vanuit deze interesses worden er activiteiten georganiseerd voor kleine groepen mensen, maximaal vier tot acht personen. Dit kan bijvoorbeeld een bowlingavond, spelletjesmiddag, dansavond, filmavond of gezamenlijke wandeling zijn. Mensen schrijven zich in voor de activiteiten en betalen hier een kleine bijdrage voor. De deelnemers worden niet ingedeeld op leeftijd, maar op basis van hun interesses. Tijdens de activiteit zijn er een professional en eventueel een vrijwilliger aanwezig, afhankelijk van de grootte van de groep. Aan het eind van de activiteit gaat de professional met de deelnemers één op één in gesprek om de activiteit te evalueren. De professional vraagt of de deelnemer het leuk zou vinden om nog een keer wat te ondernemen met de groep of apart met deelnemers wil afspreken. Wanneer de professional ziet dat het klikt tussen deelnemers, kunnen zij naar wens gecoacht worden in het aangaan en onderhouden van het contact of de beginnende vriendschap.

- *Coaching*

Op de momenten dat 'Meet&More' open is, is er altijd een professional aanwezig die deelnemers kunnen aanspreken als ze een vraag hebben. Deze professional ondersteunt deelnemers in het aangaan en onderhouden van contacten. Ook kan deze professional met deelnemers in gesprek gaan over hun behoeften en interesses voor een eventuele activiteit. Daarnaast onderhoudt de projectleider goede contacten met de begeleiding vanuit zorgorganisaties, waar mensen met een beperking begeleid worden. Met deze begeleiding kan samengewerkt worden als het gaat om ondersteuning bij het aangaan en onderhouden van sociale contacten, vriendschappen of een relatie.

Start van het project

Om de doelgroep te bereiken, wordt er bij de opening van 'Meet&More' een barbecue georganiseerd. Het doel van de barbecue is dat mensen elkaar ontmoeten en kennismaken met het project 'Meet&More'. Bij de barbecue mag elke deelnemer een vertrouwd persoon meenemen. Vertrouwde personen kunnen bijvoorbeeld familieleden, kennissen, medebewoners of begeleiders van de deelnemers zijn. Het meenemen van vertrouwde personen heeft als doel dat deelnemers de stap makkelijker maken naar de barbecue en zich hierdoor veiliger en meer op hun gemak kunnen voelen. Daarnaast ontmoeten meer inwoners uit de gemeente Barneveld elkaar. Voor de barbecue moeten mensen zich aanmelden bij de projectleider en een kleine bijdrage betalen.

Taakverdeling en verantwoordelijkheden

Er is één projectleider die de eindverantwoordelijkheid van het project heeft, de werkgroep aanstuurt en het overzicht houdt. De werkgroep bestaat uit drie professionals die allemaal een eigen verantwoordelijkheid hebben. Eén professional is verantwoordelijk voor het werven en coachen van deelnemers. Een andere professional is verantwoordelijk voor het werven en coördineren van de vrijwilligers. De derde professional is verantwoordelijk voor het organiseren en begeleiden van de activiteiten. Wel is het zo dat de professionals ingezet kunnen worden op andere taken dan alleen de taak waar ze verantwoordelijk voor zijn. Daarnaast wordt er een aantal vrijwilligers ingezet om het project draaiende te houden. Deze vrijwilligers verlenen facilitaire diensten, zijn aanwezig op de momenten dat 'Meet&More' open is en helpen mee met de activiteiten. Deelnemers kunnen ook vrijwilliger worden, zodat het project uiteindelijk grotendeels wordt georganiseerd door de deelnemers zelf.

PR

Om bekendheid te creëren, wordt er een flyer in de gemeente Barneveld verspreid met informatie over 'Meet&More' en een uitnodiging voor de opening. Ook komen er posters te hangen in de gemeente Barneveld met daarop dezelfde informatie. Daarnaast wordt er een Facebook-pagina aangemaakt om mensen via sociale media te bereiken. De link naar deze pagina wordt op de flyer en de poster vermeld. Voor de barbecue wordt een Facebook-evenement aangemaakt, zodat deelnemers zien wie er gaat komen en contact met elkaar kunnen leggen. Op de website van Welzijn Barneveld komt bovendien uitleg over het project te staan. Via de PR moet het doel van het project duidelijk naar buiten gecommuniceerd worden, zodat er geen verkeerde verwachtingen ontstaan onder de deelnemers.

Randvoorwaarden

Om het project te verwezenlijken, zijn er financiële middelen nodig. Om het project te financieren, is het nodig dat de projectleider een fonds- of subsidieaanvraag doet. Daarnaast is de motivatie van deelnemers een belangrijke voorwaarde om het project te laten draaien. Ook is het belangrijk dat de werkgroep regelmatig bij elkaar komt voor overleg en dat het project samen met de vrijwilligers na drie maanden wordt geëvalueerd. Ten slotte is het onderhouden van de contacten met de zorgorganisaties van groot belang.

Verwachte resultaat

Het verwachte resultaat is dat het sociaal netwerk van mensen met een beperking wordt uitgebreid. De eenzaamheid kan doorbroken worden doordat ze nieuwe mensen ontmoeten en vriendschappen of een relatie aangaan. Daarnaast verwachten we meer sociale samenhang in de gemeente Barneveld doordat inwoners elkaar kennen.