

Voorwoord

Voor u ligt mijn onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee. Ik heb onderzocht op welke wijze de vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie of weekend. Dit is de bachelorproef voor mijn opleiding sociaal pedagogische hulpverlening aan de Haagse hogeschool.

Dit onderzoek is gedaan in opdracht van Stichting Heppie. Stichting Heppie is een vrijwilligersorganisatie die zich inzet voor kinderen van 6 tot 18 jaar, die het om verschillende redenen moeilijk hebben en ontspanning en extra aandacht hard nodig hebben. Heppie organiseert onder andere vakanties en weekenden, waarin deze kinderen onbezorgd kunnen spelen en positieve ervaringen kunnen opdoen.

Mijn onderzoek heeft mij erg bezig gehouden het afgelopen jaar. In het begin vond ik het een lastige periode waarin veel dingen nog onduidelijk voor mij waren. Toen eenmaal de onderzoeksopzet was goedgekeurd en ik aan de slag kon gaan, ging het onderzoek echt leven voor mij. Uit de interviews met de vrijwilligers heb ik nuttige informatie gehaald. Ik ben er zeker van dat dit onderzoek niet in een bureaula verdwijnt maar, door de informatie die de vrijwilligers krijgen en de aandacht van stichting Heppie voor dit onderwerp, dat het blijft leven.

Iedereen die mij gesteund en geholpen heeft tijdens dit onderzoek ben ik erg dankbaar. De volgende mensen wil ik daarom bedanken:

Stichting Heppie en Joyce van Heiningen, die mij de mogelijkheid hebben gegeven om dit onderzoek uit te voeren.

De vrijwilligers van stichting Heppie voor het deelnemen aan de enquête en de interviews, dit is een belangrijke basis voor dit onderzoek geweest.

Anne- Marije als afstudeerbegeleider, dankzij haar steun en verhelderende blik kon ik iedere keer weer verder.

Mijn vriend en familie zijn ook hele belangrijke personen geweest tijdens deze toch wel moeilijke periode voor mij, mede door mijn faalangst. Zij waren er altijd voor mij en ik ben blij dat ze al mijn verhalen aan hebben willen horen en dat ik met tranen en voor een knuffel altijd bij hen terecht kon!

Fijn dat iedereen mij het vertrouwen gaf, dat dit mij zou gaan lukken.

Veel plezier met het lezen van mijn bachelorproef,

Peggy van Veen

Samenvatting

In dit onderzoek staat het begeleiden van kinderen met heimwee en hoe vrijwilligers van stichting Heppie daarbij ondersteund kunnen worden centraal. Uit de enquête gehouden onder vrijwilligers blijkt dat 40% van de vrijwilligers wel eens te maken heeft gehad met een kind met heimwee in het eigen groepje (1 begeleider op 3 kinderen). Van die groep ervaart een derde een probleem in het begeleiden van een kind met heimwee.

In dit onderzoek is gebruik gemaakt van literatuur over heimwee, veelal in het Engels geschreven. Opvallend genoeg is er in de Nederlandse literatuur niets over het onderwerp heimwee terug te vinden. Er zijn interviews gehouden met deskundigen, vrijwilligers van Heppie en een beroepskracht van Heppie. De gegevens die hierdoor zijn verkregen geven antwoord op de hoofdvraag:

Op welke wijze kunnen vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie of weekend?

Uit dit onderzoek komt naar voren dat er verschillende manieren van ondersteuning mogelijk zijn. Vrijwilligers geven aan vooraf of tijdens de vakantie of het weekend informatie over heimwee en hoe hiermee om te gaan, te willen bespreken. Meer informatie en een training of workshop zijn ook mogelijkheden die zij aangeven als ondersteuningsbehoefte.

Er is in overleg met Heppie voor gekozen om meer informatie voor de vrijwilligers over heimwee beschikbaar te maken, door dit op internet op het Heppie hoekje te plaatsen. Zo kan iedereen die behoefte heeft aan meer informatie dit zelf opzoeken. Door deze informatie kunnen veel vrijwilligers worden bereikt en kan er een basis worden gelegd aan informatie voor groepsleiding, coördinatoren en coaches. Dit is iets wat op dit moment nog ontbreekt over heimwee. Daarnaast zou Heppie tijdens de trainingsdag aandacht kunnen besteden aan het onderwerp heimwee door middel van een training of workshop. Een van de deskundigen is bereid hier aan mee te werken. De vrijwilligers, coördinatoren en coaches zelf hebben de mogelijkheid om het onderwerp heimwee voor of tijdens een vakantie of weekend actueel te laten zijn. Dit staat ook in de informatie die op het Heppie hoekje komt. Het is belangrijk dat vrijwilligers gestimuleerd worden om onderling raad te vragen aan elkaar als een moeilijke situatie zich voordoet. Ze kunnen het dan met elkaar bespreken en van elkaar leren, aldus een beroepskracht van Heppie.

Dit onderzoek draagt bij aan kennis over heimwee en hoe vrijwilligers dit kunnen begeleiden bij kinderen van een Heppie vakantie of weekend. Hopelijk ervaren de vrijwilligers daardoor geen of een minder groot probleem in het begeleiden van kinderen met heimwee. Dit heeft hopelijk ook een gunstig effect voor de kinderen. De vrijwilligers zien graag dat een kind het naar zijn zin heeft bij Heppie.

Inhoudsopgave

Voorwoord	1
Samenvatting	2
Inhoudsopgave	3
Inleiding	5
Hoofdstuk 1: Onderzoeksontwerp	7
1.1 Inleiding	7
1.2 Aanleiding	7
1.3 Doel van dit onderzoek	7
1.4 Probleemstelling	7
1.5 Vraagstelling	8
1.6 Deelvragen	8
1.7 Aanpassingen	8
Hoofdstuk 2: Doelgroepanalyse stichting Heppie	9
2.1 Inleiding	9
Kinderen:	
2.2 Met een autisme spectrum stoornis	9
2.3 Met adhd	10
2.4 Met een hechtingsstoornis	11
2.5 Uit een armoedesituatie	12
2.6 Die mishandeld of misbruikt zijn	12
2.7 Met een verstandelijke beperking	13
2.8 Analyse naar de specifieke doelgroep bij Heppie	13
Hoofdstuk 3: Een overzicht van heimwee vanuit de literatuur	15
3.1 Inleiding	15
3.2 Definities van heimwee	15
3.3 Symptomen behorend bij heimwee	16
3.4 Verschillende soorten heimwee	15
3.5 Het ontstaan van heimwee	17
3.6 Eigenschappen van mensen met heimwee	18
3.7 Manieren voor het omgaan met heimwee, coping- strategieën voor kinderen	19
3.8 Manieren voor het begeleiden van een kind met heimwee	20
3.9 Samenvatting	22
Hoofdstuk 4: Resultaten interviews	23
4.1 Inleiding	23
4.2 Definitie en symptomen van heimwee	23
4.3 Leeftijd en moment waarbij heimwee voorkomt	23
4.4 Ontstaan van heimwee	24
4.5 Risico- en beschermingsfactoren voor het krijgen van heimwee	24
4.6 Manieren voor het omgaan met heimwee, coping- strategieën voor kinderen	25
4.7 Hoe vrijwilligers een kind met heimwee kunnen begeleiden	25
4.8 De rol van de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie in de begeleiding van kinderen met heimwee.	27
4.9 Mogelijke vormen van ondersteuning voor vrijwilligers van stichting Heppie.	28
Hoofdstuk 5: Analyse	30
5.1 Inleiding	30

5.2 Definitie en symptomen van heimwee	30
5.3 Soorten heimwee	30
5.4 Leeftijd en moment waarbij heimwee voorkomt	30
5.5 Ontstaan van heimwee	30
5.6 Risico- en beschermingsfactoren voor het krijgen van heimwee	31
5.7 Manieren voor het omgaan met heimwee, coping- strategieën voor kinderen	31
5.8 Hoe vrijwilligers een kind met heimwee kunnen begeleiden	31
5.9 Begeleiding van kinderen met heimwee van stichting Heppie	32
5.10 Samenvatting	32
Hoofdstuk 6: Conclusie	33
6.1 Inleiding	33
6.2 Conclusie	33
6.3 Uitwerking	33
Hoofdstuk 7: Richtlijnen voor de begeleiding van een kind met heimwee voor vrijwilligers van stichting Heppie.	35
7.1 Eindproduct	35
7.2 Verantwoording	37
Hoofdstuk 8: Discussie	38
8.1 Inleiding	38
8.2 Aanpassingen tijdens het onderzoek	38
8.3 Doelgroep van dit onderzoek	38
8.4 Specificering van de doelgroep	38
8.5 Betrouwbaarheid en validiteit	39
Literatuurlijst	40
Bijlagen	42
1. Enquête	43
2. Interviewvragen deskundigen	47
3. Uitwerking interview Ad Vingerhoets	49
4. Uitwerking interview Liesbeth Eurelings- Bontekoe	62
5. Interviewvragen vrijwilligers Heppie	76
6. Uitwerking interview Hellen 't Mannetje	77
7. Uitwerking interview M. v. L.	89
8. Uitwerking interview Robert Westra en Nikki ter Brake	101
9. Uitwerking interview Ellen Bouw	135
10. Uitwerking interview Marike Deutz	148
11. Uitwerking interview Marleen van Dijk	158
12. Interviewvragen Joyce van Heiningen	169
13. Uitwerking interview Joyce van Heiningen	170
14. Mail naar vrijwilligers ter behoefte aan ondersteuning van begeleiding kinderen met heimwee	185
15. Resultaten mail vrijwilligers	186

Inleiding

Heimwee is een bekend verschijnsel en het kan een zeer negatief effect hebben op de psychische en lichamelijke gezondheid. Veel mensen hebben wel eens een keer heimwee ervaren in hun leven. Het kan onder alle leeftijden voorkomen. Bij kinderen kan heimwee de mogelijkheid om te genieten van de ervaring om weg te zijn van huis en familieleden ondermijnen. Daarom is het belangrijk dat vrijwilligers van Heppie weten hoe ze met heimwee om kunnen gaan.

Door dit onderzoek is er meer informatie over heimwee binnen stichting Heppie bekend, wat er voor kan zorgen dat vrijwilligers die met een kind met heimwee te maken krijgen, weten hoe ze de kinderen kunnen begeleiden. Het was nog niet duidelijk of de begeleiders moeite hebben om een kind met heimwee te begeleiden, of dat zij behoefte hebben aan ondersteuning. Daarom is er een enquête gehouden onder Heppie- vrijwilligers om een duidelijker beeld van het probleem te krijgen. Uit de enquête blijkt dat vrijwilligers niet weten hoe ze heimwee kunnen verminderen, of ze reageren vanuit hun gevoel maar weten niet of dat goed is. Door onderzoek te doen naar het onderwerp heimwee en hoe dat te begeleiden, wordt bijgedragen aan kennis en handelen met betrekking tot heimwee. Daardoor ervaren ze hopelijk geen of een minder groot probleem in het begeleiden hiervan. Dit heeft hopelijk ook een gunstig effect voor de kinderen. Zodat zij een nog fijnere tijd hebben en echt kind kunnen zijn, wat het motto is van Heppie. Heppie heeft een duidelijke visie waarin naar voren komt wat zij belangrijk vinden.

“De wereld van Heppie is een wereld waarin ieder mens de kans krijgt zich gelukkig te voelen. Dat kan volgens ons maar op een manier: in een omgeving die gebaseerd is op tolerantie, respect en aandacht voor elkaar. Een mens die zich kan ontplooien voelt zich gelukkig. Niet alle mensen krijgen de kans zich volledig te ontplooien, zichzelf te zijn. Dat gaat vaak mis in de basis, als kind. Alle kinderen zijn gelijkwaardig en verdienen een volwaardige plaats in onze samenleving.” (Heppie-map, 2011, p1)

Bij dit onderzoek is gebruik gemaakt van kennis van deskundigen, vrijwilligers en een beroepskracht van Heppie. Twee mensen die veel kennis hebben op het gebied van heimwee en hier onderzoek naar hebben gedaan zijn deskundigen: Ad Vingerhoets en Liesbeth Eurelings- Bontekoe. Zij hebben meegewerkt aan dit onderzoek door het geven van een interview.

Voor dit onderzoek is een onderzoeksvraag geformuleerd: Op welke wijze kunnen de vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie/ weekend? Aan de hand van deelvragen heb ik informatie verzameld die ik nodig heb om de uiteindelijke onderzoeksvraag te kunnen beantwoorden.

Ik heb het als volgt ingedeeld:

Hoofdstuk 1: Het onderzoeksontwerp, waar ik de aanleiding, probleemstelling, onderzoeksvraag en de deelvragen naar voren laat komen.

Hoofdstuk 2: Doelgroepanalyse van stichting Heppie, waarin de achtergrond van de doelgroep geschetst wordt.

Hoofdstuk 3: Een overzicht van heimwee vanuit de literatuur. Een theoretisch hoofdstuk over heimwee. Met daarbij welke manieren er zijn voor het omgaan met heimwee, coping-strategieën voor kinderen en hoe kunnen vrijwilligers een kind met heimwee begeleiden? Dit beschrijf ik aan de hand van literatuur en kennis uit de interviews.

Hoofdstuk 4: Resultaten interviews. De resultaten van de interviews met deskundigen, vrijwilligers en een beroepskracht van stichting Heppie zijn hier te lezen.

Hoofdstuk 5: Analyse. Hier leg ik een verband tussen de theorie en praktijk met betrekking tot begeleiding van kinderen met heimwee van stichting Heppie.

Hoofdstuk 6: Conclusie. Alle resultaten die ik heb verkregen door dit onderzoek koppel ik aan de hoofdvraag.

Hoofdstuk 7: Eindproduct. Richtlijnen voor de begeleiding van een kind met heimwee voor vrijwilligers van stichting Heppie.

Hoofdstuk 8: Discussie.

Conclusie: De vrijwilligers hebben behoefte aan ondersteuning voor of tijdens een vakantie of weekend in het begeleiden van kinderen met heimwee, wat gegeven kan worden door teamleden, coördinator of coach. Meer informatie wordt als behoefte door alle vrijwilligers genoemd. Ook het volgen van een training of workshop kan er aan bij dragen dat zij zich meer ondersteund voelen in het begeleiden van een kind met heimwee.

Hoofdstuk 1

Onderzoeksontwerp

1.1 Inleiding

Voor dit onderzoek is een aanleiding, wat als eerste wordt beschreven. Verder worden de stappen beschreven die ik genomen heb om te komen tot het formuleren van het doel van dit onderzoek, de probleemstelling, de vraagstelling en deelvragen. Door dit onderzoek draag ik bij aan kennis over heimwee, wat er mogelijk voor kan zorgen dat de vrijwilligers beter weten om te gaan met het begeleiden van kinderen met heimwee op een Heppie vakantie of weekend.

1.2 Aanleiding

Stichting Heppie is een vrijwilligersorganisatie die zich inzet voor kinderen van 6 tot 18 jaar, die het om verschillende redenen moeilijk hebben en ontspanning en extra aandacht hard nodig hebben. Heppie organiseert onder andere vakanties en weekenden, waarin deze kinderen onbezorgd kunnen spelen en positieve ervaringen kunnen opdoen. Doordat een kind heimwee heeft kan het minder genieten van een vakantie of weekend bij Heppie. Een kind met heimwee kan teruggetrokken gedrag laten zien, huilen, zeggen dat het naar huis wil, wat lastig kan zijn als je als vrijwilliger niet weet hoe je hiermee om kan gaan. Uit de enquête blijkt dat niet alle vrijwilligers weten wat ze kunnen doen bij een kind met heimwee.

Voordat ik verder ga met het beschrijven van het doel van dit onderzoek, de probleemstelling, vraagstelling en deelvragen, beschrijf ik eerst een definitie van heimwee zodat het duidelijk is wat er met heimwee bedoeld wordt. In de literatuur komt heimwee vooral terug als het verlangen naar huis en hechtingsfiguren, wat gepaard kan gaan met aanhoudende gedachten over thuis, aanpassingsproblemen in de nieuwe omgeving en eenzaamheid (van Tilburg, 1998; van Vliet, 2001; Thurber & Walton, 2007).

1.3 Doel van dit onderzoek

Het doel van dit onderzoek is dat vrijwilligers ondersteund worden door Heppie in het begeleiden van kinderen met heimwee op een manier waar zij behoefte aan hebben. Uit de enquête die is gehouden onder Heppie vrijwilligers blijkt dat vrijwilligers niet weten hoe ze heimwee kunnen verminderen, of ze reageren vanuit hun gevoel maar weten niet of dat goed is. Dit onderzoek zal bijdragen aan kennis over heimwee en hoe vrijwilligers dit kunnen begeleiden bij kinderen van een Heppie vakantie of weekend. Hopelijk ervaren de vrijwilligers daardoor geen of een minder groot probleem in het begeleiden van kinderen met heimwee. Dit heeft hopelijk ook een gunstig effect op de kinderen.

1.4 De probleemstelling

Vanuit mijn eerste gesprek met Heppie bleek dat er signalen waren dat begeleiders moeite hebben met het begeleiden van kinderen met heimwee. Ook bleek uit een tevredenheidsenquête onder 232 kinderen dat 15 kinderen aangaven last te hebben gehad van heimwee. Dit was een toename vergeleken met voorgaande jaren. In 2008 had één kind aangegeven heimwee te hebben, in 2009 ook één kind, in 2010 drie kinderen en in 2011 dus vijftien. Het totale aantal kinderen wat de enquête in 2008, 2009 en 2010 heeft ingevuld is niet bekend. Om na te gaan of dit probleem speelt bij vrijwilligers heb ik een enquête gemaakt en naar 100 vrijwilligers gestuurd, deze is ingevuld door 54 vrijwilligers. Ik heb de keuze voor deze vrijwilligers gemaakt op basis van de criteria dat ze afgelopen jaar een vakantie of weekend hebben begeleid. Het is naar begeleiders van verschillende leeftijdscategorieën gestuurd, namelijk 6-9 jaar, 9-12 jaar en 12-15 jaar, ze hebben een weekend of vakantie begeleid. Hierdoor heb ik een duidelijker beeld van het probleem gekregen.

Uit de enquête blijkt dat 40% van de vrijwilligers wel eens te maken heeft gehad met een kind met heimwee in het eigen groepje (1 begeleider op 3 kinderen). Van die groep ervaart

een derde een probleem in het begeleiden van een kind met heimwee. Vrijwilligers komen heimwee het meeste tegen in de leeftijdscategorie van 6 tot 9 jaar (86%) en bij 9 tot 12-jarigen 27%, bij 12-15-jarigen is het niet gesignaleerd. De begeleiders van 6 tot 9-jarigen ervaren het meeste een probleem in het begeleiden van heimwee (86%) en een enkel iemand in het begeleiden van heimwee bij 9 tot 12 jarigen. Heimwee komt op vakanties en weekenden voor. Het speelt vooral bij het naar bed gaan. Tot op dit moment is er nog niets beschikbaar bij Heppie over het begeleiden van kinderen met heimwee. Vrijwilligers bij Heppie kunnen ondersteund worden in het begeleiden van kinderen met heimwee, zodat zij dit mogelijk als minder groot probleem ervaren.

1.5 De vraagstelling

Uit deze probleemstelling is de volgende vraagstelling voortgevloeid.

Op welke wijze kunnen de vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie/ weekend?

1.6 De deelvragen

Bij deze hoofdvraag horen vier deelvragen, namelijk:

1. Doelgroepanalyse van stichting Heppie: wat staat er in de wetenschappelijke literatuur over kinderen met een autisme spectrum stoornis, adhd, hechtingsstoornis, kinderen uit een armoedesituatie, die mishandelt of misbruikt zijn of een verstandelijke beperking hebben?
2. Wat staat er in de wetenschappelijke literatuur over heimwee? (definities, verschillende soorten heimwee, het ontstaan van heimwee, symptomen behorend bij heimwee, eigenschappen van mensen met heimwee)
3. Welke manieren zijn er voor het omgaan met heimwee, coping- strategieën voor kinderen?
4. Hoe kunnen vrijwilligers een kind met heimwee begeleiden?
5. Hoe kunnen vrijwilligers een kind met heimwee van stichting Heppie begeleiden?

Deelvraag 1 beantwoord ik vanuit de literatuur en de Heppie-map.

Deelvraag 2 en 3 beantwoord ik vanuit de literatuur, met aanvulling vanuit de interviews met deskundigen.

Deelvraag 4 en 5 beantwoord ik vanuit de literatuur en aanvulling vanuit de interviews met deskundigen en vrijwilligers.

1.7 Aanpassingen

In de deelvragen zijn tijdens dit onderzoek kleine aanpassingen gedaan. In de onderzoeksopzet waren de deelvragen nog niet voldoende duidelijk. Toen was een deelvraag hoe ziet de doelgroep van stichting Heppie er uit? Dat is geworden: doelgroepanalyse van stichting Heppie: wat staat er in de wetenschappelijke literatuur over kinderen met een autisme spectrum stoornis, adhd, hechtingsstoornis, kinderen uit een armoedesituatie, die mishandelt of misbruikt zijn of een verstandelijke beperking hebben? De deelvraag welke manieren zijn er voor het omgaan met heimwee voor kinderen, is geworden: welke manieren zijn er voor het omgaan met heimwee, coping- strategieën voor kinderen? De deelvraag welke begeleiding sluit aan bij kinderen van stichting Heppie met heimwee, is geworden: hoe kunnen vrijwilligers een kind met heimwee van stichting Heppie begeleiden? Deze aanpassingen hebben er voor gezorgd dat het voor de lezer duidelijker is waar het over gaat. Hierdoor kon de informatie wat bondiger en concreter worden verwerkt. De andere deelvragen en de hoofdvraag zijn niet aangepast.

Nu duidelijk is wat er in dit onderzoek aan bod komt wordt in hoofdstuk 2 verder in gegaan op de doelgroep van stichting Heppie.

Hoofdstuk 2

Doelgroepanalyse stichting Heppie.

2.1 Inleiding

Voordat het onderwerp heimwee aan bod komt, is het handig om te weten op welke doelgroep dit onderzoek van toepassing is. Van de kinderen die bij Heppie komen staat 64% in contact met jeugdzorg en heeft 72% een gedragsstoornis. De meest voorkomende gedragsstoornissen zijn ADHD 31%, een stoornis in het autisme spectrum 25%, 16% heeft een verstandelijke beperking en 50% heeft met financiële problemen te maken, het gaat dan om gezinnen die te maken hebben met schuldsanering of een inkomen hebben dat op of onder het bijstandsniveau ligt. Niet over alle stoornissen zijn specifieke cijfers bekend. De verschillende stoornissen worden hieronder besproken. Eerst kinderen met een autisme spectrum stoornis, daarna kinderen met ADHD, kinderen met een hechtingsstoornis, kinderen uit armoedesituaties, kinderen die mishandelt of misbruikt zijn en kinderen met een verstandelijke beperking. Aan het einde wordt besproken hoe deze stoornissen naar voren komen bij een vakantie of weekend van Heppie.

2.2 Kinderen met een autisme spectrum stoornis (ASS)

Bij Heppie komen regelmatig kinderen met een autisme spectrum stoornis. Bijvoorbeeld autisme, PDD-NOS, het syndroom van Asperger of een aan autisme verwante stoornis. Het is een alles doordringende stoornis, het beïnvloedt de persoon op allerlei ontwikkelingsgebieden en in allerlei situaties. Hoofdkenmerken van ASS zijn ernstige problemen op het gebied van sociale interactie en de verbale en non-verbale communicatie. Het gaat om extreem in zichzelf gekeerde kinderen. De informatieverwerking van het kind loopt verstoord in de hersenen. Informatie van buitenaf wordt anders verwerkt en opgeslagen. Het kan per kind erg verschillen hoe de stoornis zich uit. Het ene kind heeft bijvoorbeeld erg veel moeite op een gebied, terwijl een ander kind op alle gebieden problemen heeft (Heppie-map, 2011; van Lieshout, 2009).

Hieronder worden verschillende gebieden waar deze kinderen moeite mee kunnen hebben beschreven:

- Het sociale contact:

Ze kunnen gezichtsuitdrukkingen vaak niet begrijpen en maken hier ook zelf geen gebruik van. Het is daardoor moeilijk te zien wat er in hen omgaat. Ze hebben een beperkt inzicht in wat anderen voelen en denken. Er zijn problemen in de sociale en emotionele wederkerigheid, kinderen met een autisme spectrum stoornis tonen weinig interesse in anderen en hebben moeite met luisteren naar de ander en inleven in de ander. Er is een onvermogen om tot relaties met leeftijdgenoten te komen, die passen bij het ontwikkelingsniveau.

- Tekortkomingen in communicatie:

Een achterstand in de ontwikkeling van gesproken taal of helemaal niet spreken. Als het kind wel kan praten is er een duidelijk onvermogen om een gesprek te beginnen of gaande te houden. Er zijn ook kinderen die welbespraakt zijn, een soort eigen taaltje hebben wat eigenaardig en stereotiep is. Er is een gebrek aan gevarieerd, spontaan fantasiespel passend bij het ontwikkelingsniveau.

- Beperkte, zich herhalende, stereotype patronen van gedrag:

Het kind heeft slechts belangstelling voor bepaalde voorwerpen, onderwerpen of activiteiten. Ze zijn abnormaal in intensiteit of in richting. Bijvoorbeeld een kind wat heel de dag met een tak speelt. Het kind kan hier zo in beslag door worden genomen dat er weinig interesse in andere dingen is, waardoor ze in hun eigen wereld leven en hun isolement toeneemt. Het kind heeft rituelen of niet-functionele routines. Motorisch kunnen ze stereotype en herhalende bewegingen hebben (APA, 2000; Heppie-map, 2011; van Lieshout, 2009).

Het syndroom van Asperger en PDD-NOS behoren ook tot de autisme spectrum stoornissen, deze stoornissen komen vaak voor bij Heppie (Heppie-map, 2011). Kinderen met het

syndroom van Asperger hebben dezelfde ernstige sociale en communicatieve probleemgedragingen als autisten, maar er is geen algemene achterstand in de taalontwikkeling. Ze hebben een normale tot hoge intelligentie in tegenstelling tot kinderen met een autisme spectrum stoornis. Net als bij de autistische stoornis is er geen wisselwerking in het sociale contact, ze hebben stereotype patronen van gedrag, gebrek aan gezichtsuitdrukking, zijn motorisch onhandig.

Onder PDD-NOS vallen alle mildere autisme spectrum stoornissen, die niet aan alle symptomen van autisme voldoen, of de symptomen zijn in veel mindere mate aanwezig. Het is een ernstige, allesdoordringende beperking in de ontwikkeling van wederkerige sociale interactie, samen met tekortkomingen in of verbale of non-verbale communicatieve vaardigheden of in combinatie met stereotiep gedrag, interesses en activiteiten. Ze zijn emotioneel jonger dan hun leeftijdsgenoten, hebben weinig of geen vriendjes, hebben moeite om hulp te vragen. Bij het kind is er wel sprake van een afwijking op gebied van sociale interacties, verbale en non-verbale communicatie en in de soepelheid, flexibiliteit van interesses en activiteiten. De sociale problemen vallen vooral op in de omgang met leeftijdsgenootjes. Ze missen 'sociaal snapvermogen', die sociale alertheid en sociaal verkeer regelt. Ontwikkelingsachterstand in sommige functies is niet ongewoon.

2.3 Kinderen met ADHD

Kinderen met ADHD hebben aandachts- en concentratieproblemen en hyperactiviteit. Kinderen met ADHD kunnen erg druk en impulsief zijn. ADHD is een neurobiologische stoornis, een stoornis in het remsysteem. De controlemechanismen in de hersenen werken niet goed, waardoor ze problemen hebben in het werkgeheugen, met de aandacht, het organiseren, plannen, afmaken van taken, reageren op prikkels, opvolgen van instructies, afremmen van reacties en aansturen van de motoriek. Deze kinderen zijn niet altijd druk of afgeleid, ze kunnen zich soms wel goed concentreren op zaken die hen interesseren zoals computerspelletjes. Ze zijn vaak wel sociaal, maar hebben door hun ADHD wel moeilijkheden in de omgang met anderen. Het kind heeft moeite met het controleren van zijn gedrag. Hij kan zijn aandacht niet lang genoeg op een prikkel richten en andere onbelangrijke prikkels moeilijk negeren. ADHD heeft gevolgen op cognitief, sociaal, emotioneel en pedagogisch gebied.

In de DSM- IV-TR komen vier subtypen voor:

Het gecombineerde type, zowel aandacht- als hyperactiviteit- en impulsiviteitsproblemen. Dit type komt het meest voor.

Het overwegend onoplettende type noemt men ADD, dit gaat gepaard met ernstige aanhoudende gedragsproblemen, waarbij onderactiviteit, slaperigheid en apathie opvallen.

Het overwegend hyperactieve- impulsieve type, heeft vooral ernstige en aanhoudende impulsiviteit en hyperactiviteit.

ADHD- NAO, er is sprake van uitgesproken aandachtsproblemen of hyperactiviteit, impulsiviteit maar dit is minder ernstig dan bij de andere ADHD-typen.

Deze kinderen kenmerken zich door:

- Aandacht- en concentratiestoornis: ze hebben problemen om aandacht aan details te geven. Ze kunnen niet filteren welke prikkels binnenkomen, alles komt even sterk binnen. Ze kunnen het lastig vinden om hun aandacht op één ding te richten en de aandacht hierbij vast te houden. Bij een spelletje wat je met ze speelt kunnen ze snel afgeleid zijn. Het kind lijkt vaak niet te luisteren als het aangesproken wordt. Heeft moeite met het organiseren van taken en activiteiten, raakt vaak dingen kwijt, begint aan iets wat ze niet afmaken, zijn chaotisch. Vermijdt taken die langdurige of geestelijke inspanning kosten.
- Hyperactiviteit: kinderen met ADHD zijn altijd bezig. Ze kunnen onrustig bewegen met handen en voeten, staat snel van zijn plaats op terwijl het moet blijven zitten. Kan moeilijk iets rustigs doen. Praat vaak aan één stuk door. Ze voelen zelf vaak grote onrust van binnen en kunnen snel opgewonden en gefrustreerd zijn.

- Impulsiviteit: ze kunnen impulsief reageren, hebben moeite met op hun beurt wachten, gooit een antwoord er uit voor de vraag is afgemaakt. Verstoot bezigheden van anderen of dringt zich op. Het ontbreekt ze aan de innerlijke controle die hun gedrag remt en regelt.

Kinderen die alleen problemen hebben met hun aandacht en concentratie hebben ADD. Dat is een aandachtstekortstoornis zonder hyperactiviteit. Dit wordt minder snel herkend bij kinderen, zij vertonen minder storend gedrag dan kinderen met ADHD. (APA, 2000; van Lieshout, 2009; Rigter 2002; www.ldawe.ca)

2.4 Kinderen met een hechtingsstoornis

Kinderen raken veilig gehecht door een liefdevolle opvoeding met sensitieve, responsieve verzorgers. Het kind bouwt een affectieve relatie op met de vaste opvoeders. De eerste twee levensjaren zijn de beste periode om een veilige hechtingsband op te bouwen. Gehechtheid begint in het eerste levensjaar, vanaf zeven tot negen maanden ontstaat voorkeurshechting, er ontstaat een kennigheid en hij protesteert als hij wordt gescheiden van bekende verzorgers. Bowlby ontwikkelde de hechtingstheorie en later werkte Ainsworth deze uit. Verstoring van de hechting kan volgens hen belangrijke gevolgen hebben, zoals onbekwaamheid om vertrouwensvolle relaties aan te gaan, oppervlakkige bindingen, sterk uittestgedrag, andere mensen gebruiken en manipuleren en steeds de strijd aan gaan. Dit ontstaat als een soort overlevingsgedrag om het totale gebrek aan basisvertrouwen en basisveiligheid te maskeren.

Ainsworth e.a. (1978) beschreven drie verschillende soorten hechting:

- Veilig gehechte kinderen hebben vertrouwen in zichzelf en anderen. Er is een goede balans tussen exploreren en nabijheid zoeken.
- Angstig- vermijdend, onveilig gehechte kinderen exploreren te veel. Ze laten de verzorger makkelijk los, ze hebben weinig vertrouwen in de beschikbaarheid van de hechtingsfiguur. Ze houden zich op afstand, hebben een houding alles zelf te kunnen. Reageren nauwelijks op scheiding van de verzorger en bij hereniging negeren ze die. Het kind gebruikt vermijding als afweermechanisme, het is bang voor een pijnlijke afwijzing. Ouders zijn consistent niet responsief, reageren afwijzend en boos.
- Angstig- afwerend/ ambivalent gehechte kinderen, zijn onzeker over de beschikbaarheid van de hechtingsfiguur. Ze klampen zich vast aan de hechtingsfiguur. Ze hebben het gevoel het niet alleen te kunnen en hebben geen vertrouwen in zichzelf. Ze reageren negatief op vreemden, zijn niet goed te troosten als verzorger weggaat. Ouders zijn onregelmatig in hun responsiviteit, ze reageren soms wel, soms niet.

Door Main en Solomon is een vierde vorm toegevoegd, gedesorganiseerd gehechte kinderen. Deze kinderen laten zeer tegenstrijdige en moeilijk te duiden reacties zien. Verzorgers zijn voor het kind totaal onvoorspelbaar en paradoxaal. In de DSM-IV wordt één hechtingsstoornis genoemd, namelijk de reactieve hechtingsstoornis. Twee varianten hierbij zijn het geremde en het ontremde type. Bij het geremde type overheerst dat het kind er aanhoudend niet in slaagt om aanzet te geven tot, of te reageren op de meeste sociale interacties zoals blijkt uit buitensporige geremdheid, overmatige waakzaamheid of tegenstrijdige reacties. Bij het ontremde type worden vooral oppervlakkige hechtingen aangegaan (APA, 2000). Een onveilige gehechtheid wordt niet als stoornis gezien, maar is een risicofactor voor andere ontwikkelingsstoornissen Wanneer de problemen ernstig zijn spreek je van een hechtingsstoornis, dit lijkt het meest in verband te brengen met gedesorganiseerde gehechtheid (Rigter, 2002).

Kinderen met een hechtingsstoornis hebben moeite met:

- Het opbouwen en onderhouden van relaties. Het kind kan niet het initiatief nemen tot, of op een bij de ontwikkeling passende wijze reageren op sociale interacties. Of ze kunnen niet op de juiste manier hechting aan gaan, hebben oppervlakkige

hechtingsrelaties en willen alles voor je doen. Het gedrag gaat samen met aantrekken en afstoten.

- Ze kunnen angst hebben, bijvoorbeeld om afgewezen te worden. De angst is vaak niet zichtbaar, maar wel gedrag wat voortkomt uit angst zoals mensen tegen elkaar uitspelen, manipuleren.
- Ze kunnen moeilijk omgaan met negatieve ervaringen, ze hebben niet geleerd hoe hiermee om te gaan.

Er wordt geen basis voor emotionele en sociale vaardigheden gelegd. Het gevoel van veiligheid ontbreekt van waaruit kinderen gaan ontdekken, daardoor missen ze de basis van inlevingsvermogen, geduld, opbouwen van relaties en onderdrukken van frustraties. Het kind ontwikkelt zo geen goede emotieregulatie. Daardoor ontwikkelt het ook geen goede interne zelforganisatie en aanpassingsvermogen (Heppie-map, 2011; van Lieshout, 2009; Rigter, 2002).

2.5 Kinderen uit armoedesituaties:

Er zijn kinderen die meegaan op een Heppie vakantie en nog nooit op vakantie zijn geweest. Er is thuis geen geld om met kinderen leuke activiteiten te ondernemen. Het is handig om wat meer informatie over armoede situaties te geven.

"Armoede is een situatie waarin sprake is van onvoldoende materiële, culturele en sociale middelen, waardoor mensen zijn uitgesloten van een levensstandaard die in de samenleving waarin men woont als minimaal wordt gezien." (Definitie van de Europese Unie)

Een op de tien kinderen in Nederland leeft in een gezin onder de lage inkomensgrens, ongeveer 330.000 kinderen. Armoede gaat vaak samen met andere problemen zoals gezondheids-, psychische- en opvoedproblemen. Er is bij deze kinderen een vergrote kans op criminaliteit, slechte schoolprestaties en voortijdig verlaten van school. Het leven in armoede heeft voor het kind veel invloed op het dagelijks leven en ontwikkeling (Geenen, 2007). De armoede zorgt voor een sterke kwetsbaarheid van moeder en kind. Veel kinderen schamen zich voor de buurt waar ze wonen, goedkope kleding, niet mee kunnen doen met activiteiten of het missen van dure spullen. (Heppie-map, 2011 <http://www.armekant-eva.nl>)

2.6 Kinderen die mishandeld of misbruikt zijn:

Mishandeling en misbruik bij kinderen komt vaak voor. Deze gebeurtenissen hebben effect op het gedrag van het kind, wat je terug kan zien op een Heppie vakantie. Deze kinderen kunnen seksueel wervend gedrag vertonen en problemen hebben met leeftijdgenootjes.

‘ kindermishandeling is elke vorm van voor de minderjarige bedreigende of gewelddadige interactie van fysieke, psychische of seksuele aard die de ouders of andere personen ten opzichte van wie die de minderjarige in een relatie van afhankelijkheid of onvrijheid staat, actief of passief opdringen, waardoor ernstige schade wordt berokkend of dreigt te worden berokkend aan de minderjarige in de vorm van fysiek of psychisch letsel’ (art. 1 m WJZ).

Er worden vier vormen van mishandeling onderscheiden:

- Lichamelijke mishandeling: alle mogelijke vormen van verwonding van het kind op verschillende manieren. Dit kan zijn: slaan, schoppen, door elkaar schudden.
- Geestelijk/ psychische mishandeling: stelselmatig kleineren, pesten, vernederen, eisen stellen waaraan het kind niet kan voldoen, bedreigen met geweld, getuige zijn van huiselijk geweld.
- Verwaarlozing: niet geven van lichamelijke en/ of geestelijke gezondheid wat het kind voor de ontwikkeling nodig heeft. Denk aan gebrek aan goede hygiëne, kleding, voeding, aandacht, scholing, liefde en veiligheid.
- Seksueel misbruik: seksuele handeling bij of met het kind, die niet passen bij de leeftijd of ontwikkeling. Van het betasten van het lichaam tot het verkrachten van het kind.

Problemen die die kinderen die misbruikt of mishandeld zijn kunnen hebben: slaapproblemen; lichamelijke klachten zoals buikpijn of zindelijkheidsproblemen; gedragsproblemen zoals teruggetrokkenheid of agressief gedrag; zich jonger gedragen dan bij de ontwikkelingsfase hoort; psychiatrische klachten zoals stemmingswisselingen en angst; sociale problemen zoals extreem aanhankelijk zijn of seksueel uitdagend gedrag vertronen (Heppie-map, 2011; van Montfoort en Tilanus, 2007).

2.7 Kinderen met een verstandelijke beperking:

Iemand met een verstandelijke beperking heeft een iq dat hoger is dan 50 en lager dan 75. Een iq van 50 tot 69 is licht verstandelijk beperkt. Een iq van 70 tot 79 is laag begaafd/ moeilijk lerend (van Montfoort en Tilanus, 2007). Mensen met een lichte verstandelijke beperking begrijpen zichzelf en hun omgeving niet goed en kunnen zich niet zelfstandig handhaven.

Van de buitenkant is vaak niet te zien dat iemand een verstandelijke beperking heeft. Het is wel te merken aan:

- De lage snelheid van informatieverwerking, alle processen in de hersenen gaan iets langzamer.
- Het korte termijn geheugen kan minder informatie bevatten, veel informatie die ze in het hoofd moeten onthouden vergeten ze, het probleem zit in het aansturen en gebruiken van strategieën, ze kunnen wel iets weten maar nog niet hoe ze dat uit moeten voeren.
- Het plannen en uitvoeren van bepaalde dagelijkse vaardigheden, ze hebben bijvoorbeeld moeite met het uitvoeren van de algemene dagelijkse levensverrichtingen.
- Concentratie en het richten van de aandacht, ze hebben moeite als er veel prikkels zijn hun aandacht op het juiste te richten en zich hierop te concentreren, ze hebben een korte spanningsboog, wanneer iets lang duurt, dwalen ze af.
- Moeilijke sociale interacties, ze overzien veel situaties niet en begrijpen niet alle sociale situaties. Ze hebben moeite met het inzien hoe een ander zich voelt of wat een ander denkt. Het is moeilijk de aangeleerde sociale vaardigheden, ook in andere situaties te gebruiken.

Kinderen met een verstandelijke beperking kunnen ook andere bijkomende stoornissen hebben, zoals ADHD of een autisme spectrum stoornis. Ze kunnen ook gedragsproblemen vertonen, bijvoorbeeld als situaties voor hen niet duidelijk zijn. Er moet rekening mee worden gehouden dat een verstandelijk beperkt kind zich in het algemeen vrij snel bedreigd zal voelen. Omdat het dingen niet kan overzien, kan het angstig reageren of zich onveilig voelen (Heppie- map, 2011; van der Poel en Blokhuis, 2008; Sprang, 2005).

2.8 Analyse naar de specifieke doelgroep bij Heppie

Voor dit onderzoek betekent dat van de hierboven beschreven stoornissen, een aantal punten belangrijk zijn om mee te nemen in dit onderzoek. Kinderen met deze problematiek of achtergrond kunnen baat hebben bij een andere manier van begeleiding. Het kan ook betekenen dat deze kinderen mogelijk vatbaarder zijn om heimwee te krijgen, hierover volgt later meer.

Het is belangrijk om bij de informatie die u verder leest over heimwee, deze doelgroep in het achterhoofd te houden. Kinderen met een autistische stoornis kunnen moeite met het sociale contact, tekortkomingen in de communicatie en herhalende, stereotype patronen van gedrag hebben. Hierdoor kan het voor hen moeilijk zijn om zich bij Heppie aan te passen omdat er veel nieuwe mensen, zowel leiding als kinderen zijn en de structuur is anders dan wat ze gewend zijn. Bepaalde eigenschappen van mensen met autisme komen overeen met risicofactoren voor het krijgen van heimwee, zie hiervoor hoofdstuk 3.6.

Kinderen met ADHD hebben aandachts- en concentratieproblemen en hyperactiviteit. Bij Heppie zijn er verschillende momenten waarbij deze stoornis lastig kan zijn voor een kind. Bijvoorbeeld tijdens het eetmoment aan tafel, wat voor hen erg lang kan duren. Ze kunnen dan onrustig worden en bijvoorbeeld van tafel lopen of wiebelen op hun stoel. Het vrije

speelmoment kan voor hen ook lastig zijn. Er is zoveel om te kiezen en te doen, dat ze van het ene spel naar het andere kunnen gaan.

Kinderen met een hechtingsstoornis hebben moeite met het opbouwen en onderhouden van relaties. Het aangaan en onderhouden van contacten met andere kinderen en leiding is iets wat wel aan de orde komt bij Heppie. Deze kinderen proberen wel eens kinderen of begeleiders tegen elkaar uit te spelen, laten andere kinderen links liggen of willen juist bepalen wat andere kinderen doen. Kinderen met hechtingsproblematiek hebben ook bepaalde eigenschappen die een risicofactor zijn voor het krijgen van heimwee, zie hoofdstuk 3.6.

Kinderen uit armoedesituaties kunnen met heimwee te maken krijgen omdat ze nog nooit eerder op vakantie zijn geweest, daar is geen geld voor. Uit de literatuur blijkt dat eerdere ervaringen met weg zijn van huis, er aan bij kunnen dragen dat een kind minder last heeft van heimwee (Thurber en Sigman, 1998, p. 925).

Een belangrijk punt is ook de veiligheid, de kinderen komen niet altijd uit een veilige thuissituatie of zijn mishandeld of misbruikt. Zij kunnen hierdoor problemen hebben met slapen, lichamelijke klachten zoals buikpijn of zindelijkheidsproblemen. Bij Heppie ligt het kind op een kamer met andere kinderen en het kind zal liever niet willen dat de anderen van zijn/ haar probleem op de hoogte is. Het kan ook moeilijk zijn om de begeleider in vertrouwen te nemen. Voor kinderen met een verstandelijke beperking komt er veel informatie op ze af tijdens een vakantie of weekend. Zij hebben moeite om de situatie te overzien en begrijpen niet alle sociale situaties. Zij kunnen hierdoor angstig zijn of zich onveilig voelen. De overgang naar een vakantie of weekend van Heppie kan dus behoorlijk groot zijn voor deze kinderen. Van een bekende omgeving naar een nieuwe omgeving, met nieuwe personen. Je sociale vermogen is dan belangrijk om nieuwe contacten te leggen, de structuur is anders dan thuis en je moet als kind je eigen plekje zien te vinden. Dat kan dus behoorlijk veeleisend zijn voor kinderen met een stoornis, die juist daar moeite mee hebben.

De begeleiding van een kind met heimwee kan algemene elementen bevatten. Daarnaast is het handig om te weten waar je rekening mee moet houden in de begeleiding van een kind met heimwee en een eventuele stoornis of andere problematiek. Dit wordt uitgewerkt in het hoofdstuk: hoe kunnen vrijwilligers een kind met heimwee van stichting Heppie begeleiden? In het eerstvolgende hoofdstuk is meer informatie over heimwee te lezen.

Hoofdstuk 3

Een overzicht van heimwee vanuit de literatuur.

3.1 Inleiding

Het is van belang om te weten wat heimwee precies is voor dit onderzoek. Uit de literatuur heb ik informatie verzameld met betrekking tot heimwee. Eerst komt de definitie aan bod, daarna symptomen behorend bij heimwee en verschillende soorten heimwee. Zo is duidelijk waar je aan kunt zien dat een kind heimwee heeft. Daarna wordt duidelijk wat bijdraagt aan het ontstaan van heimwee en wat eigenschappen zijn van mensen met heimwee. In het laatste stuk staat op wat voor manieren kinderen om kunnen gaan met heimwee, dat zijn coping- strategieën voor kinderen en hoe vrijwilligers een kind met heimwee kunnen begeleiden.

3.2 Definities

Heimwee wordt in het algemeen omschreven als: verlangen naar thuis en aspecten van thuis, veroorzaakt door verwijdering van huis, gepaard gaande met negatieve affecten (verdriet, eenzaamheid, depressie en spanning) en mogelijk ook met lichamelijke klachten (voornamelijk maag/ darmklachten en hoofdpijn) (van Tilburg, 1998; Thurber en Sigman, 1998).

Definitie uit de Van Dale, heimwee is een ziekelijk verlangen naar huis (2012). Heimwee kan worden omschreven als een soort depressieve reactie op het verlaten van de bekende omgeving, gepaard gaande met gedachten en sterke zorgen over de vertrouwde omgeving, met een sterk verlangen om terug te gaan naar de vertrouwde omgeving (Eurelings-Bontekoe, Vingerhoets, & Fontijn, 1994; Thurber en Sigman, 1998). De vertrouwde omgeving is iets wat bij kinderen met autisme invloed kan hebben, zij hebben behoefte aan een bekende en overzichtelijke omgeving. Als ze op vakantie gaan bij Heppie, is die bekende omgeving weg, wat een heimweereactie op zou kunnen roepen.

In de literatuur komt heimwee vooral terug als het verlangen naar huis en hechtingsfiguren, wat gepaard kan gaan met aanhoudende gedachten over thuis, aanpassingsproblemen in de nieuwe omgeving en eenzaamheid (van Tilburg, 1998; van Vliet, 2001; Thurber & Walton, 2007). Die hechtingsfiguren kunnen een belangrijke rol spelen bij kinderen met een verstoorde hechting. Kinderen die angstig of gepreoccupeerd gehecht zijn kunnen veel stress ervaren bij de scheiding van huis. Dit is een risicofactor voor het krijgen van heimwee (Rollins, 2010). Rollins (2010) stelt dat een kind met heimwee verdrietig en teruggetrokken gedrag laat zien. Heimwee wordt niet gezien als stoornis, maar eerder als een normale reactie op het verlaten van thuis. Wat zijn dan de kenmerken van heimwee? Vijf factoren die samengaan met vormen waar meeste auteurs het over eens zijn wat heimwee vormt: het missen van familie, het missen van vrienden, aanpassingsmoeilijkheden hebben, gedachten aan thuis en eenzaam voelen (van Vliet, 2001).

Op basis van deze definities van heimwee ben ik binnen dit onderzoek gekomen tot een beschrijving van heimwee die past bij kinderen: een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil. Met verzorgers worden ook begeleiders uit bijvoorbeeld een gezinsvervangend tehuis bedoeld.

3.3 Symptomen behorend bij heimwee

Het is goed om te weten hoe je als begeleider kunt zien dat een kind heimwee heeft, dat wordt in dit stuk besproken. Symptomen van heimwee kunnen zijn: verdriet, gevoelens van eenzaamheid, depressie en spanning, maag- en darmklachten en hoofdpijn (van Tilburg, 1998). Thurber & Walton stellen dat sommige kinderen met heimwee somatische klachten hebben, maar de meeste laten teruggetrokken en depressief gedrag zien. Rollins (2010) schrijft ook dat kinderen met heimwee typisch teruggetrokken en depressief gedrag laten zien. Het komt minder vaak voor dat een kind met heimwee externaliserend gedrag laat zien zoals vechten, vloeken of het vernielen van andermans spullen. Thurber zegt ook dat

teruggetrokken en neerslachtig gedrag veel voorkomt, maar dat externaliserend gedrag zoals vloeken, vechten of spullen vernietigen ook tekenen van heimwee kunnen zijn.

Verskillende onderzoekers zoals Baier en Welch (1992); Fisher (1989); Thurber (2007); Thurber en Sigman (1998); van Tilburg, Vingerhoets en van Heck (1996) onderscheiden symptomen op lichamelijk-, cognitief-, gedrags- en emotioneel gebied. Op cognitief gebied gaat het vooral om het missen van thuis, obsessieve gedachten over thuis, afkeer en negatieve gedachten over de nieuwe omgeving, niet kunnen concentreren en afwezigheid. Op lichamelijk gebied zijn de klachten: maagklachten, slecht slapen, geen eetlust, hoofdpijn, moeheid, slapeloosheid, een gek gevoel in de benen en huilen. Niet alleen kleine klachten, maar ook ergere dingen kunnen het gevolg van heimwee zijn, zoals: pijnlijk gevoel op de borst, hart klachten en zelfs zelfmoordneigingen. Heimwee roept psychobiologische reacties op die dus erge gevolgen kunnen hebben. Gedragskenmerken kunnen weinig interesse in de omgeving, lusteloos, apathisch, zich sociaal terugtrekken en een gebrek aan initiatief zijn. Sommige onderzoekers hebben hieruit de conclusie getrokken dat heimwee een reactieve depressie is. Op emotioneel gebied komen gevoelens van eenzaamheid, onzekerheid, somberheid, controleverlies en nervositeit voor. Soms gaat heimwee ook samen met schaamte of ontkenning. Heimwee is sociaal niet goedgekeurd en daarom wordt het niet makkelijk geuit. Heimwee gevoelens worden vaak niet erkend of verwerkt door iemand en kinderen met heimwee worden vaak aangemoedigd om hun gevoelens te onderdrukken (van Tilburg, 1998).

3.4 Verschillende soorten heimwee

Kinderen kunnen verschillende soorten heimwee hebben, als je weet wat het kind mist, kun je daar de begeleiding op aanpassen. Daarom wordt hieronder aandacht geschonken aan de verschillende soorten heimwee die onderzoekers hebben gevonden.

Van Tilburg (1998) onderscheidt herstelde, herhaalde en vakantieheimwee.

Vakantieheimwee gaat gepaard met moeilijkheden met het doorbreken van routines. Het niet kunnen terugvallen op dagelijkse gewoontes in de nieuwe omgeving veroorzaakt angst en ongemak, daarom verlangt degene terug naar het geplande en voorspelbare leven van thuis. Dit treedt op tijdens vakanties en logeerpartijen. Hier kon uit worden opgemaakt dat kinderen bij Heppie last hebben van vakantieheimwee. Dit is een erg eenvoudig onderscheid, iedereen die op vakantie gaat heeft last van vakantieheimwee.

Rumke (1940) en Vingerhoets et al. (1995) onderscheidden vier verschillende soorten heimwee die sterk met elkaar overeenkomen. Dit is heimwee naar personen, heimwee naar omgeving, moeilijkheden met het aanpassen aan de nieuwe omgeving en moeilijkheden met de nieuwe routine.

Een ander onderscheid komt in de DSM IV aan bod. Pathologische- heimwee reacties komt voor als mogelijke uiting voor separatieangststoornis. In DSM IV-TR, zijn de diagnostische criteria voor separatieangst opgenomen als een stoornis voor zuigelingen, kinderen en pubers. Separatieangst is volgens Bowlby wat kinderen ervaren als ze van hun verzorgers dreigen te scheiden of worden gescheiden. Separatieangst gaat samen met voorafgaande stress, angst en zoeken naar degene die het kind mist. (APA, 2000; Thurber, 1996; van Lieshout 2009, p. 70). De kern van heimwee bij kinderen is scheidingsangst: bang zijn dat vader of moeder niet meer terugkomt (www.jmouders.nl; van Tilburg, 1998, p.19). Het verschil tussen scheidingsangst en heimwee is dat heimwee meteen ophoudt zodra degene weer thuis is en scheidingsangst blijft bestaan na terugkeren (van Vliet, 2001).

In de DSM IV (1994) criteria staat ook de aanpassingsstoornis genoemd, waarvan zes symptomen worden onderscheiden. Daarvan komen twee van deze symptomen met ernstige heimwee overeen. Dit zijn: aanpassingsstoornis met depressieve buien of aanpassingsstoornis met lichamelijke klachten, wanneer aan twee voorwaarden wordt voldaan, namelijk weg zijn van huis en veel denken aan thuis. Wanneer heimwee niet zo ernstig is dat het de dagelijkse activiteiten en sociale activiteiten niet onderbreekt, dan moet volgens de DSM IV criteria heimwee worden gezien als een normale reactie op het weggaan van huis.

Het onderscheid wat in dit onderzoek wordt gebruikt is honden- en kattenheimwee. Hondenheimwee betekent dat je gehecht bent aan een persoon, kattenheimwee dat je gehecht bent aan een plek. (Oei, 2011; van Tilburg en Vingerhoets, 1997, p. 6). Dit is een duidelijk verschil, gaat het om het missen van thuis, of om het missen van personen? Daar kun je de begeleiding op aanpassen. Later wordt ingegaan op de benadering van heimwee, eerst volgt er meer over het ontstaan van heimwee.

3.5 Het ontstaan van heimwee

In dit hoofdstuk staan de verschillende kenmerken die bijdragen aan het ontstaan van heimwee, die Thurber en Sigman (1998) vonden centraal. Dit wordt vergeleken met resultaten die andere onderzoekers vonden. De kenmerken die nog niet aan bod zijn geweest zoals aanpassingsmoeilijkheden en hechting komen daarna ter sprake.

Heimwee ontstaat meestal aan het einde van de dag. Heimwee speelt ook op tijdens mentale en passieve taken in plaats van tijdens lichamelijke en actieve activiteiten (van Tilburg, 1998). Alleen bij zeer ernstige heimwee is het gevoel van heimwee constant aanwezig. Heimwee kan toenemen, afnemen of gelijk blijven met het verstrijken van de tijd. In de meeste gevallen ebt heimwee weg. Hoe groter het verschil is tussen de oude en nieuwe situatie en hoe minder copingbronnen het kind ter beschikking heeft, hoe intenser de reactie, dus hoe meer heimwee een kind heeft (van Tilburg, 1998). Dit is iets wat van belang is voor de vrijwilligers van Heppie om te weten.

Door Thurber en Sigman (1998, p.925) is gevonden dat de volgende kenmerken heimwee voorspellen. Het staat in volgorde van grote, naar minder grote voorspeller.

1 Jonge leeftijd. Van Vliet (2001) vond ook dat een jonge leeftijd samenhangt met het ervaren van heimwee. Fisher (1986); Kerns et al. (2008) en van Zimmerman en Bijur (1995) vonden geen link tussen heimwee en de leeftijd van het kind.

2 Weinig eerdere zomerkampen meegemaakt. Fisher (1989, 1990) en Thurber en Weisz (1997) concludeerden dat kinderen met meer ervaring op kamp minder heimwee ervaren.

3 Weinig eerdere scheidingen meegemaakt

4 Hoge angst van de ouders over de scheiding

5 Voor de scheiding de verwachting hebben heimwee te krijgen. Volgens van Tilburg en Vingerhoets (1997), Fisher (1989) en Kerns et al. (2008) is dat ook een belangrijke factor voor het ervaren van heimwee op kamp. Voor Heppie is het belangrijk om te weten dat heimwee zich dus niet alleen voor doet tijdens een vakantie of weekend, maar dat het kind zich van te voren zorgen kan maken om heimwee te krijgen en dat er daardoor een grote kans is dat het kind heimwee ontwikkelt.

6 Negatieve emoties hebben voor de scheiding. Fishers theorie komt hiermee overeen. Verwachtingen van de scheiding, negatieve emoties en heimwee zijn een hypothese om de tevredenheid van de scheiding van jongens te voorspellen.

7 Het voelen van een grote afstand naar huis. Fisher (1989) vond tegenstrijdige resultaten over de afstand in haar onderzoek. De mogelijkheid om contact op te nemen met thuis en een gelijknamige omgeving verkleinen het effect van een grote afstand naar huis. Door Gruijters (1992) werd gevonden dat de lengte van de vakantie en het type gezelschap (alleen of met bekenden) belangrijker zijn dan de afstand.

8 Negatieve verwachtingen hebben over het kamp voor de scheiding van huis

9 Weinig positieve ervaringen hebben met kamp

10 Negatieve verwachtingen hebben tijdens het kamp

11 Een onzekere houding hebben. Een onzekere houding werd door Eurelings- Bontekoe (1994, 1995, 1996); Kerns et al. (2008) en van Vliet (2001); ook als factor voor het ontwikkelen van heimwee gezien.

12 Weinig controle hebben over besluiten. Weinig controle hebben over besluiten speelt volgens Fisher (1989) ook mee. Als iemand zelf de keuze heeft gemaakt om weg te gaan, dan heeft diegene minder last van heimwee dan iemand die geen keuze heeft.

13 Een lage waargenomen controle

De hierboven genoemde kenmerken zijn onder te verdelen in 4 categorieën risicofactoren: ervaring, persoonlijkheid, familie en houding. Kinderen die weinig *ervaring* op hebben gedaan met weg zijn van huis, hebben een grote kans op het krijgen van heimwee. Factoren die bij de *houding* horen zijn het geloof dat je erge last van heimwee krijgt, een negatieve eerste indruk en weinig verwachtingen van de nieuwe omgeving. Kinderen die het gevoel hebben erg last van heimwee te krijgen kunnen een selffulfilling prophecy krijgen en dus op het kamp heimwee ervaren. Op het gebied van *persoonlijkheidsfactoren* speelt een onveilige hechting mee, lage waargenomen controle en angstige of depressieve gevoelens de maanden voor de scheiding van huis. Weinig controle om te beslissen is een *familiefactor*. Als ouders beslissen waar het kind naar toe gaat en het zelf geen controle heeft is er meer kans dat het kind heimwee ontwikkelt (Thurber en Walton, 2007).

Bij het ontstaan van heimwee is besproken wat er allemaal aan bij kan dragen dat iemand heimwee krijgt. Eigenschappen van mensen met heimwee spelen daarin ook een rol, wat hierna te lezen is.

3.6 Eigenschappen van mensen met heimwee

Er is een risicoprofiel voor heimwee. Dat zijn mensen die niet zo sociaal vaardig zijn en zich moeilijk kunnen aanpassen aan een nieuwe omgeving, zij lopen een verhoogd risico (www.ad.nl).

De volgende eigenschappen spelen volgens verschillende onderzoekers een rol:

- *Starheid/ weinig flexibiliteit en rigiditeit.* Starheid zorgt voor sterke hechting aan het normale leven en een afweer tegen nieuwe situaties. Starre personen hebben meer moeite met het verlaten van de vertrouwde omgeving en om een nieuwe omgeving toe te treden, wat meer kans op heimwee betekent. Ze verlaten hun oude omgeving, moeten zich aanpassen aan de nieuwe omgeving, routines en regels en er is een dagelijkse confrontatie met situaties die aanpassing eisen. De meeste mensen vallen zulke kleine verschillen niet op, maar starre mensen ervaren enorme moeite om met deze veranderingen om te gaan.
- *Behoeftte aan controle*
- *Moeite met sociale contacten.* Terwijl ze behoefte hebben aan steun van bekende personen.
- *Een hoge mate van afhankelijkheid (van bijvoorbeeld ouders)*
- *Lage mate van extravertie, dominantie en assertiviteit*
- *Negatieve emotionele stabiliteit.* Resultaten uit onderzoek wijzen uit dat ongeveer 50% kwetsbaar is om heimwee te ontwikkelen wat verankerd is in persoonlijkheid en waarschijnlijk gerelateerd is aan vroege ontwikkelingstaken.
- *Ervaren sneller angst.* Wat hen kwetsbaar maakt om heimwee te krijgen.

(Brewin et al., 1989; Carden en Feicht 1991; Eurelings- Bontekoe et al., 1994, 1995, 1996, 1997; Fisher et al., 1989; Gruijters, 1992; Thurber, 1995, 1998; van Tilburg, 1998; van Tilburg en Vingerhoets, 1997; van Vliet, 2001; Verschuur et al., 2003; Voolstra, 1992)

Thurber (1997) stelt de hypothese dat onzekere, geremde en labiele kinderen die erg op hun ouders vertrouwen meer kans hebben om veel stress te ervaren tijdens de scheiding, of om heimwee te krijgen dan kinderen die een goed zelfbeeld, autonomie hebben, veilig gehecht zijn en expressiever zijn.

Eigenschappen die heimwee verminderen zijn:

- *Veel zelfvertrouwen*
- *Emotionele stabiliteit*
- *Een hoge mate van extravertie, dominantie en assertiviteit.* Er werd verwacht dat extravertie samen hing met lagere last van heimwee. Het blijkt dat extraverte personen, sneller herstellen van heimwee.
- *Hoge emotionele stabiliteit* wordt geassocieerd met een lagere last van heimwee.

- *Niet openstaan voor nieuwe ervaringen.* Het openstaan voor nieuwe ervaringen belemmert het herstel, verrassend genoeg. Dit kan betekenen dat iemand die open staat voor nieuwe ervaringen maakt dat iemand opmerkzamer is, nieuwsgierig en reflectiever is met betrekking tot alle emoties die samengaan met het verlaten van huis. (Eurelings- Bontekoe, 1997; Fisher, 1989; Thurber 1997; van Vliet, 2001; Voolstra, 1992).

Kinderen die bij Heppie komen kunnen verschillende van deze eigenschappen hebben, wat risicofactoren zijn voor het ontwikkelen van heimwee. Daarnaast kan het dat door hun stoornis of problematiek zij een sterkere reactie kunnen hebben. Zoals kinderen met autisme, mensen met heimwee zijn star, niet flexibel en hechten sterk aan een vertrouwde omgeving. Kinderen met autisme kunnen hier nog meer behoefte aan hebben. Mensen met heimwee hebben behoefte aan sociale steun, maar hebben moeite om zelf die steun te zoeken. Dit kan ook zo zijn bij kinderen met een stoornis of kinderen die bijvoorbeeld gepest worden, zij hebben moeite om vriendjes te maken. Vriendjes maken kan wel een factor zijn die er voor zorgt dat heimwee afneemt. Wat daar nog meer aan bij kan dragen wordt in de volgende paragraaf toegelicht.

3.7 Manieren voor het omgaan met heimwee, coping- strategieën voor kinderen

Als kinderen op een goede manier met hun heimwee om gaan kan het worden overwonnen Van Vliet (2001). In deze paragraaf wordt toegelicht wat kinderen kunnen doen.

Er zijn verschillende redenen om de manier waarop kinderen en pubers omgaan met heimwee te bestuderen. Heimwee wordt door miljoenen kinderen die weg zijn van hun huis en familie gevoeld. Het percentage van heimwee aangegeven door kinderen is ongeveer 75%. Inzicht op de manier hoe kinderen met heimwee om gaan kan richting geven aan interventies. Het beïnvloedt tevens de manier waarop kinderen omgaan met de scheiding van hun verzorgers (Fisher, 1989; Thurber, 1995,1997; van Tilburg, 1998).

Verschiede manieren kunnen door kinderen gebruikt worden om om te gaan met heimwee.

- *Vertellen* dat je last hebt van heimwee of het gevoel van heimwee uitdrukken helpt.
- *Contact met familieleden.* Bijvoorbeeld een telefoon, of een brief schrijven aan ouders.
- *Het doen van actieve taken*, in plaats van mentale of passieve taken kan voorkomen dat je gaat piekeren.
- *Vertrouwde spulletjes meenemen.* Een knuffel, eigen kussen, brief of foto voelt vertrouwd.
- *Sociale steun zoeken.* Dit verlaagt het niveau van heimwee. Met vrienden ga je leuke activiteiten doen, daardoor wordt je afgeleid en denk je niet aan heimwee. Mensen met heimwee hebben een hoge behoefte aan sociale steun, maar hebben vaak zelf gebrekkige sociale vaardigheden. Het aanleren van nieuwe sociale vaardigheden en assertiviteitstraining is daarvoor belangrijk.

(Bell en Bromnick, 1998; Ellis, 1957; Fisher, 1989; Hamdi, 1974; Pennebake et al., 1990; Taylor, 1986; van Tilburg, 1998; van Vliet, 2001).

Thurber (1997) onderzocht welke strategieën het meest werden gebruikt door kinderen: iets leuks doen om heimwee te vergeten, positief denken, gevoelens veranderen zodat je blij kan zijn, herkaderen van tijd en de verbinding met thuis vernieuwen (bijvoorbeeld door naar huis te schrijven) om zich dicht bij huis te voelen. De meest effectieve strategieën zijn iets anders doen om heimwee te vergeten en sociale steun zoeken. Twee manieren die kinderen vaak gebruiken om met heimwee om te gaan zijn: een brief schrijven of telefoneren om het contact met huis te herstellen en meedoen aan activiteiten die afleiding bieden om heimwee te vergeten. Het blijkt dat meisjes meer op sociale steun rekenen dan jongens en dat

jongens op een agressievere manier met hun heimwee omgaan. De kinderen maakten het meest gebruik van hun gevoelens uiten en wensdenken.

Goede ervaringen met weg zijn van huis is de beste manier om iemands houding en waarneming over zorg en emotionele controle te verbeteren, zo kunnen de ouders wennen aan de angst over scheiding. Verschillende theorieën beschrijven positieve ervaringen opdoen als een belangrijke manier om heimwee op te lossen. Cognitieve theorieën suggereren dat de essentie van een positieve scheiding ligt in het doen van afleidende activiteiten. Een onbekende omgeving en geografische hechtingstheorie suggereren dat de essentie van een positieve scheiding samenhangt met het meenemen van bekende spullen, zoals eten en persoonlijke spullen naar de nieuwe omgeving. Voor de scheiding bekend worden met belangrijke aspecten van de nieuwe omgeving kan verdere ervaringen verbeteren. Sociale theorieën suggereren dat positieve scheiding samenhangt met het maken van nieuwe vrienden (Thurber en Sigman, 1998).

Nu besproken is wat kinderen kunnen doen om heimwee te verminderen, rest nog de vraag wat begeleiders kunnen doen om een kind met heimwee te begeleiden.

3.8 Manieren voor het begeleiden van een kind met heimwee

Uitdaging voor leiders van een kamp is om de mentale gezondheid van kinderen te vergroten door een omgeving die afleiding biedt, stimuleert en steun biedt, zonder te veel overweldigende nieuwe dingen. Kinderen die na een eerdere ervaring met heimwee wel terugkomen naar kamp hebben de volgende keer veel minder last van heimwee. Een bekend fenomeen is dat kinderen er door heen moeten en het mee moeten maken om er geen last meer van te hebben. Oriëntatie in de nieuwe omgeving voorafgaand aan de scheiding en steunende blootstelling aan scheiding zijn fundamenteel voor voordelige ontmoetingen met mensen met heimwee (Thurber en Sigman, 1998).

De beste manier om er achter te komen of een kind heimwee heeft, is de vraag: "Hoe erg heb je last gehad van heimwee?" Het stellen van deze vraag zorgt er niet voor dat de heimwee erger wordt. Het werkt juist omdat je als leider hierdoor beter in staat bent om te helpen. Je kunt ook vragen wat ze het meest missen van huis, niet ieder kind mist namelijk de ouders het ergste, maar bijvoorbeeld het eten of hun huisdier (Thurber en Walton, 2007). Van Tilburg (1998) beaamt dat het belangrijk is om de oorzaak van heimwee te weten. Verschillende oorzaken hebben namelijk verschillende oplossingen nodig.

De kernpunten zijn volgens Thurber (2007) het normaliseren van heimwee, kinderen coachen op een goede manier ermee om te gaan, het opbouwen van een nieuw sociaal netwerk, perspectief bieden over de duur en ze betrekken in de nieuwe omgeving. Volgens Vingerhoets zijn de kernbegrippen van behandeling: gelegenheid krijgen om het te uiten, erover te praten of schrijven en afleiding bieden.

Om heimwee te begeleiden kun je het volgende doen:

- Kinderen vertellen dat bijna iedereen wel iets mist van thuis. Heimwee hebben is normaal, het betekent dat er thuis veel dingen zijn waar je van houdt. Er zijn veel dingen die je aan heimwee kan doen.
- Kinderen manieren aanbieden om met heimwee om te gaan. Afleiding zorgt ervoor dat een kind minder aan thuis denkt. Betrek ze bij de nieuwe omgeving.
- Het mogelijk maken dat het kind naar huis kan schrijven of bellen, zodat het kind zeker weet dat het contact met thuis kan houden.
- Samen met het kind de nieuwe omgeving verkennen via website of leiding.
- Kinderen aanmoedigen om nieuwe vrienden te maken en vertrouwde volwassenen op te zoeken voor steun. Door meer sociale steun heeft iemand minder last van heimwee. Toch kan sociale steun ook negatieve effecten hebben. Mensen met

heimwee zijn geneigd zich aan te sluiten bij mensen die vergelijkbare ervaringen hebben. Dit kan ervoor zorgen dat heimwee erger wordt door positieve bekrachtiging.

- De goede kant van dingen inzien om je beter te voelen.
- Denken dat de tijd van huis kort is, zodat de tijd snel voorbij gaat.
- Proberen om niet aan thuis en ouders te denken zodat je heimwee vergeet.
- Het sociale zelfbeeld versterken, meer zelfvertrouwen zorgt voor minder last van heimwee.
- Angstige en ambivalente gevoelens over het weg zijn van huis herkaderen. Als ouders bijvoorbeeld zeggen dat ze niet zonder het kind kunnen, zorgt dat ervoor kinderen zich zorgen maken over thuis. Ouders zouden hun kinderen moeten aanmoedigen met enthousiasme en optimisme en hun zorgen met andere ouders bespreken.
- Voorspelbaarheid en perspectief bieden over de tijd van huis. Bijvoorbeeld door een kalender duidelijk maken hoeveel dagen er al voorbij zijn, dat het nog maar een paar dagen duurt voordat het weer voorbij is, het is geen eeuwigheid

(Fisher, 1989; Eurelings- Bontekoe et al. 1994; van Tilburg, 1998; Thurber en Walton, 2007; Kerns et al., 2008).

Door de nieuwe omgeving zo in te richten dat kinderen controle ervaren, kan de aanpassing aan de nieuwe omgeving bevorderd worden. Door die controle kunnen kinderen zelf actie ondernemen om iets aan hun heimwee te doen. Begeleiders kunnen de omgeving zo gestructureerd inrichten dat er minder stress wordt ervaren die bij de heimwee hoort. Skinner (1995) stelde voor dat structuur, betrokkenheid van de begeleiders en steun om autonomie te ontwikkelen voor een succesvolle aanpassing aan de omgeving kan zorgen, waardoor ervaringen van controle en succesvolle coping toenemen (Thurber, 1997).

Vingerhoets noemt naast bovenstaande manieren ook dat het belangrijk is om duidelijk te maken dat de verwijdering van huis geen vorm van afwijzing is of straf. Er moet worden vermeden dat kinderen met heimwee zichzelf ook nog als extra zwak zien en zichzelf ervoor schamen. Dat maakt alles erger dan het al is. Acceptatie in brede kring is belangrijk, laat het onderwerp terugkomen in groeps- of klassengesprekken. Probeer tolerantie te kweken voor de heimwee gevoelens. Leer de kinderen om er op te anticiperen bijvoorbeeld tijdens passieve momenten als eten en slapen. Geef uitleg over heimwee zodat een kind begrijpt wat er met hem of haar aan de hand is. Erken het probleem, stop het niet weg.

Er zijn verschillende meningen over het naar huis bellen, aangeraden wordt om kortdurende vakanties niet naar huis te bellen. Dit zou heimwee verergeren en bij ouders en het kind stress oproepen. De beste manier om contact met thuis te onderhouden is door het schrijven van brieven. Daar komt geen levensechte emotie bij kijken en er is reflectie voor nodig om een brief te schrijven (Thurber en Walton, 2007).

Onder geen omstandigheden mogen de ouders het kind beloven het op te komen halen. Zo geef je aan het kind de boodschap mee dat de nieuwe omgeving niet leuk zal zijn en je het weinig kans geeft dat het kind het daar naar zijn zin zal hebben. Negatieve verwachtingen over de scheiding zijn sterke voorspellers van heimwee, daarom is het zo belangrijk dat ouders positief zijn over de vakantie. Zulke afspraken zorgen er niet voor dat het kind zelf leert omgaan met heimwee, maar biedt een ontsnappingsmogelijkheid. Voor ieder kind werkt het de gevoelens met heimwee te normaliseren en de scheiding van huis te zien als een positieve ervaring om je te ontwikkelen (Thurber en Walton, 2007).

3.9 Samenvatting

De definitie die in dit onderzoek wordt gebruikt voor heimwee bij kinderen: een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil.

Heimwee veroorzaakt reacties op cognitief-, lichamelijk-, gedrags- en emotioneel gebied (van Tilburg, 1998). Het kind kan zich terugtrekken, obsessieve gedachten hebben over thuis, maag- en darmklachten, hoofdpijn, weinig eetlust hebben, huilen, spanning voelen, zich somber, onzeker of eenzaam voelen. Er worden verschillende vormen van heimwee onderscheidt. Binnen dit onderzoek is er het onderscheid tussen honden- (gehecht aan een persoon) en kattenheimwee (gehecht aan plaats).

Verschuillende kenmerken dragen bij aan het ontstaan van heimwee. Zoals een jonge leeftijd, weinig eerdere zomerkampen meegemaakt, weinig eerdere scheidingen meegemaakt, hoge angst van de ouders over de scheiding, voor de scheiding de verwachting hebben heimwee te krijgen, negatieve emoties hebben voor de scheiding, het voelen van een grote afstand naar huis, negatieve verwachtingen hebben over het kamp voor de scheiding van huis, weinig positieve ervaringen hebben met kamp, negatieve verwachtingen hebben over het kamp, onzekere houding hebben, weinig controle hebben over besluiten en lage waargenomen controle. Aanpassingsmoeilijkheden en hechting zijn ook van invloed op heimwee. Dit is belangrijk voor de doelgroep van Heppie. Dit kan extra moeilijk zijn voor kinderen met een stoornis, zoals bijvoorbeeld autisme of hechtingsproblematiek.

Mensen met heimwee zijn weinig flexibel, leven gestructureerd, hebben behoefte aan controle, zijn minder sociaal vaardig en hebben meer moeite met het leggen van sociale contacten (www.ad.nl). Eigenschappen van kinderen die met heimwee worden geassocieerd zijn: een hoge afhankelijkheid, negatieve emotionele stabiliteit, starheid en een laag level van dominantie, extravertie, assertiviteit en de neiging om zich sociaal terug te trekken (Eurelings- Bontekoe, 1997). Kinderen bij Heppie zijn kwetsbaar en kunnen juist moeite hebben met communicatie, sociale contacten, precies de eigenschappen die samengaan als risicofactor voor het krijgen van heimwee.

Er zijn voor kinderen verschillende manieren om met heimwee om te gaan. Acceptatie van heimwee, het doen van actieve en lichamelijke activiteiten, het aanleren van nieuwe sociale vaardigheden dragen er, onder andere besproken mogelijkheden, aan bij dat kinderen om kunnen gaan met heimwee.

Vrijwilligers kunnen een kind met heimwee op verschillende manieren begeleiden. De beste manier om er achter te komen of een kind heimwee heeft, is de vraag: "Hoe erg heb je last gehad van heimwee?" Het normaliseren van heimwee, kinderen coachen er op een goede manier mee om te gaan, het opbouwen van een nieuw sociaal netwerk, perspectief bieden over de duur en ze betrekken in de nieuwe omgeving kan helpen (Thurber en Walton, 2007).

Hoofdstuk 4

Resultaten interviews

4.1 Inleiding

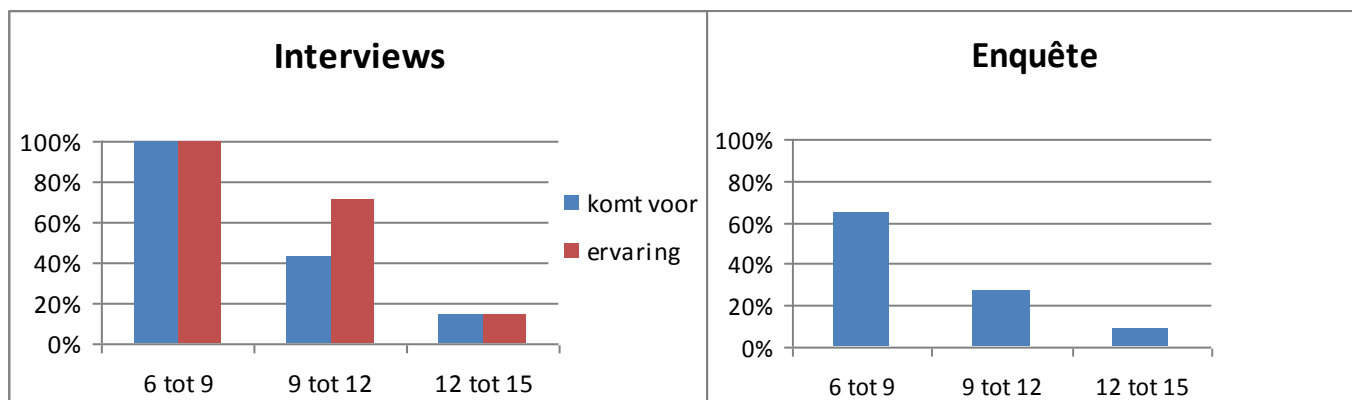
In dit hoofdstuk worden de resultaten van de interviews beschreven. Ik heb interviews gehouden met deskundigen, vrijwilligers en een beroepskracht van Heppie. Daarnaast zijn de resultaten uit de enquête ook meegenomen waar dat kon. Eerst volgt informatie over heimwee zoals de definitie en symptomen, leeftijd en moment waarbij heimwee voorkomt, het ontstaan van heimwee en welke risico- en beschermingsfactoren er zijn voor het krijgen van heimwee. Dit kan belangrijk zijn om te weten voor de begeleiding, zodat je weet of je daar je begeleiding op aan kunt passen. Hierna komen de resultaten op de deelvragen over welke manieren er voor het omgaan met heimwee voor kinderen zijn, hoe vrijwilligers een kind met heimwee kunnen begeleiden en hoe vrijwilligers een kind met heimwee van stichting Heppie kunnen begeleiden. De resultaten met betrekking tot de hoofdvraag worden als laatste weergegeven.

4.2 Definitie en symptomen van heimwee

De definitie die binnen dit onderzoek wordt gebruikt is: een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil. De deskundigen kunnen zich vinden in deze definitie. Verder benoemen zij de symptomen iets uitgebreider, zoals niet kunnen eten, soms koorts, niet meer kunnen concentreren, niet kunnen slapen, nergens zin in hebben. Vrijwilligers zien dat een kind heimwee heeft doordat kinderen zelf benoemen dat ze naar huis of naar papa en mama willen, ze beginnen te huilen, vertonen teruggetrokken gedrag, dit wordt ook in de enquête het meeste gezien. Meerdere vrijwilligers zeggen dat kinderen bij het naar bed gaan onrustig zijn. Drie vrijwilligers zeggen dat kinderen het laten merken door weerstand te tonen, ze zijn moeilijk te motiveren om mee te doen. Een enkele vrijwilliger zegt dat een kind boos is, somber, opstandig, buikpijn heeft, of stress heeft. In de enquête wordt dit gedrag ook minder signaleerd (9%) dan terugtrekken (24%) en huilen (31%).

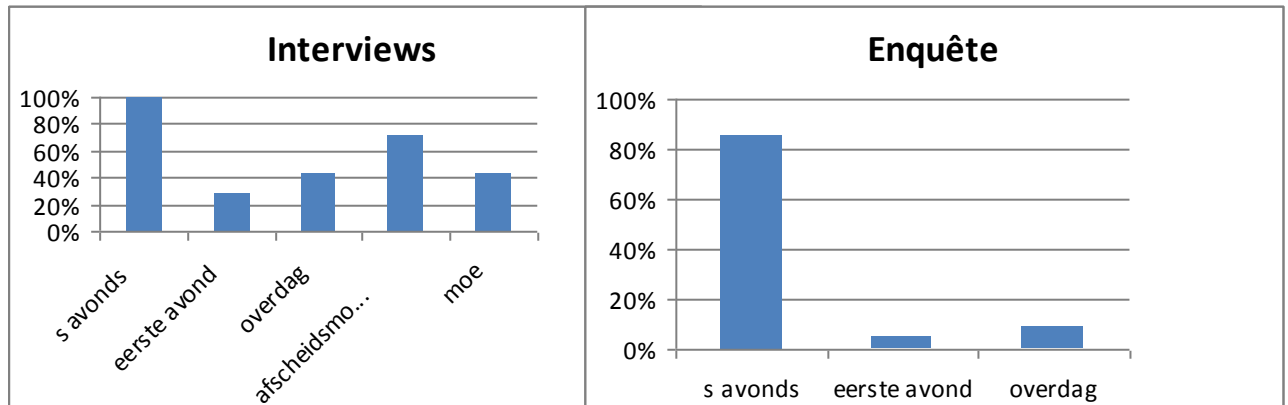
4.3 Leeftijd en moment waarbij heimwee voorkomt

De vrijwilligers denken allemaal dat heimwee bij de leeftijdscategorie van 6 tot 9 jaar het meeste voorkomt. In figuur 1.1 is te zien bij welke leeftijd zij zien dat heimwee voor komt en met welke leeftijd zij ervaring hebben.



Figuur 1.1 en 1.2- Leeftijd waarbij heimwee voorkomt

Uit de interviews en enquête blijkt dat heimwee het meeste voorkomt bij het naar bed gaan. Overdag, bij het afscheidsmoment met ouders en als kinderen moe zijn wordt het ook gezien. Twee avonden worden specifiek genoemd door twee vrijwilligers. Dat is de dinsdag na het zwemmen als kinderen moe zijn en donderdagavond tijdens of voor de bonte avond.



Figuur 2.1 en 2.2- Moment waarbij heimwee voorkomt

4.4 Ontstaan van heimwee

In het ontstaan van heimwee spelen volgens de deskundigen de persoonlijkheidskenmerken zoals niet zo sociaal en niet flexibel zijn, introversie, rigiditeit, en laag niveau van dominantie mee.

4.5 Risico- en beschermingsfactoren voor het krijgen van heimwee

De hierboven genoemde persoonlijkheidskenmerken zijn volgens beide deskundigen risicofactoren. Daarnaast kan keuzevrijheid en separatieproblematiek, een angstige of gepreoccupeerde hechting meespelen. De deskundige noemt daarnaast nog dat mensen met heimwee snel angstig worden, niet uit zijn op positieve ervaringen, weinig dominantie en hoge afhankelijkheid, emotionele instabiliteit en gebrekkige controle hebben.

“Verder moeite met de sociale contacten, ze zijn absoluut sociaal vermijdend, dwangmatig in de persoonlijkheid, naast een onveilige gehechtheid.” (Eurelings- Bontekoe)

Of kinderen met autisme, adhd, hechtingsproblematiek etcetera eerder kans hebben om heimwee te ontwikkelen zeggen de deskundigen het volgende over. Een deskundige zegt:

“Gezien wat ik net opbouwde, hun problemen met rigiditeit, het gebrek aan flexibiliteit, angst voor nieuwe dingen, overprikkeldheid, moeite met nieuwheid, dat ze zeker een grote kans lopen in een nieuwe omgeving fors emotioneel te reageren ja. Dus ik kan me voorstellen dat kinderen met autisme héél risico, fors risico lopen op heimwee.” (Eurelings- Bontekoe)

“Hechting is echt denk ik een, een grote beschermende factor tegen het ontwikkelen van heimwee, want je kan gewoon waar je bent kan je je plek maken. Je bent onthecht of liever gezegd je bent niet meer hangend aan de oude plek en je kan overal je plekje maken. Wortelen dat kunnen mensen met een onveilige gehechtheid heel slecht, die wortelen niet.” (Eurelings- Bontekoe)

De andere deskundige zegt:

“ik weet dat niet, maar mijn inschatting is dat dat wel haast moet.” (Vingerhoets)

Beschermingsfactoren zijn eigenlijk precies de tegenovergestelde dingen volgens beide deskundigen. Dat zijn sociale vaardigheden, oefenen met weg zijn van huis, iets meenemen waar kinderen aan gehecht zijn zoals een foto, knuffel, poppetje, flexibiliteit en sociaal zijn. Ook emotionele stabiliteit, veilig gehecht zijn, extravert zijn, vrolijk zijn, uit zijn op prikkels, op leuke dingen, het leuk vinden als er nieuwe dingen gebeuren en een lage mate van rigiditeit zijn beschermingsfactoren.

4.6 Manieren voor het omgaan met heimwee, coping- strategieën voor kinderen

Hoe kinderen met heimwee om kunnen gaan is volgens deskundigen in de kern: begrijpen wat er aan de hand is, daar op anticiperen en afleidende activiteiten doen. Een deskundige noemt meerdere manieren zoals praten met elkaar, in contact komen met andere kinderen, iets van huis meenemen, het zoeken van sociale steun bijvoorbeeld door het maken van vriendjes. Zij noemen allebei dat kinderen met heimwee behoefte hebben aan steun, structuur en veilige mensen om zich heen en dat juist die kinderen die moeite hebben met het maken van vriendjes, ook een grote kans hebben om heimwee te ontwikkelen. Het maken van vriendjes kan wel helpen, vriendjes bieden afleiding en vriendschap is een soort hechting.

4.7 Hoe vrijwilligers een kind met heimwee kunnen begeleiden

Do's en	Dont's volgens deskundigen
Bespreekbaar maken	Zeggen dat het kinderachtig is
Onderzoek wat kind bang maakt	Kind contact op laten nemen met thuis
Plaats de tijd in een kader	Ouders bellen en kind op laten halen
Afleiding bieden	Niet over praten
In contact brengen met andere kinderen	
Angstreductie en controle geven	
Bekijk per kind wat nodig is	
Rust, structuur, regelmaat, veiligheid, steun geven	

Er zijn verschillende manieren waarop begeleiders een kind met heimwee kunnen begeleiden (zie tabel). Wat deskundigen beiden noemen is dat het belangrijk is om het bespreekbaar te maken. Één van de deskundigen stelt voor om aan het begin van het kamp meteen te vertellen dat het kan zijn dat een aantal kinderen de vakantie of het weekend niet zo leuk vindt en heimwee kan krijgen, dat de begeleiders hun best doen om het zo leuk mogelijk te maken voor de kinderen, maar als je het niet leuk vindt, praat er dan gewoon over met de andere kinderen of je begeleider.

“Heimwee mensen willen er best over praten, maar er zit schaamte overheen en als jij er dan ook niet over praat. Dan ga je dus eigenlijk de boodschap geven nou daar hebben we het niet over. Zeker, dus hier ook benoem het, het is heel gewoon en we kunnen er wat mee en we weten het en we weten wat het is, we herkennen het, dat kinderen meteen denken oké veiligheid.” “Dus eigenlijk denk ik dat je dan aan die kinderen moet vragen, bevragen of onderzoeken, wat maakt je nou precies zo bang?” (Eurelings- Bontekoe)

De andere deskundige zegt ook dat het belangrijk is om te weten waar het om gaat:

“Scheiding van je moeder of je vader, of scheiding van het huis?” (Vingerhoets)

Als je als begeleider ziet dat een kind heimwee heeft, kan je er op in spelen door uit te leggen wat heimwee is en het te bespreken met het kind. Dat het normaal is, dat iedereen er last van kan hebben vooral tijdens stille momenten zoals bij het slapen en eten, je normaliseert het. Plaats het in een kader, door uit te leggen nu heb je even heimwee maar straks gaan we weer leuke dingen doen en dan is het over. Volgens beiden kun je heimwee voor een deel bestrijden met afleiding. Allebei vinden ze dat het kan helpen om kinderen in contact te brengen met andere kinderen zodat ze steun ervaren en afleiding hebben.

“Laat ze met elkaar er over praten als het echt erg is. Je moet bedenken dat de kinderen dus heel erg angstig zijn. Op het moment dat ze zeggen ik ben, ik wil naar huis dan zeggen ze eigenlijk ik ben ongelofelijk bang hier.” (Eurelings- Bontekoe)

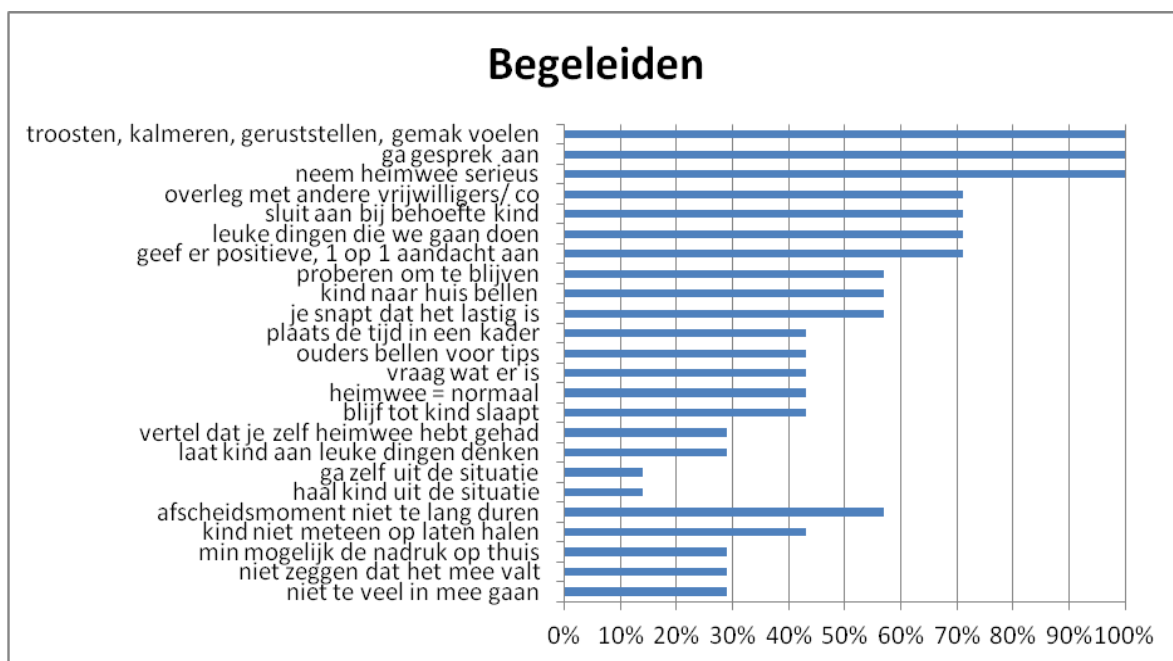
Het komt volgens haar neer op angstreductie en controle geven. Begeleiders kunnen volgens haar:

“Per individu bekijken wat heeft een kind nodig met altijd in je achterhoofd het is angst, angst, angst. Veiligheid bieden, open zijn, er over praten met ze, dan eens weer wat afleiden en niet overprikkelen. Ik denk dat als je die structuur geeft en die veiligheid en die openheid dat je dan in ieder geval daar wel wat mee kunt doen, dat geloof ik zeker.” (Eurelings-Bontekoe)

Beiden deskundigen raden af om naar huis te bellen. De kans bestaat dat het alleen maar erger wordt. Er wordt wel gezegd dat het om maatwerk gaat, wat voor de een wel kan werken, hoeft voor de ander niet te werken. Er niet over praten wordt ook afgeraden. Begeleiders kunnen denken dat dit heimwee verergert, maar daar is zij het faliekant niet mee eens.

Wat vrijwilligers in het algemeen, het meeste doen om een kind met heimwee te begeleiden (zie figuur 3) is het serieus nemen, een gesprek er over aan gaan en het kind troosten, kalmeren, geruststellen, het op zijn/ haar gemak laten voelen. Als ze het zelf even niet weten overleggen ze met andere vrijwilligers of de coördinator. Ze sluiten aan bij de behoefte van het kind, proberen er achter te komen hoe ze het kind kunnen helpen of bedenken samen een oplossing. Ze geven het kind positieve aandacht, kijken naar wat het kind wil en sluiten daarbij aan. Er worden creatieve dingen ingezet om dat te bereiken zoals: een tekening of kijkdoos maken of een brief of kaartje maken, er wordt voorgelezen, er worden heel wat heimweedrankjes of -pilletjes gegeven of er wordt beneden een kopje thee gedronken met het kind. Ze stimuleren het kind om op de vakantie of het weekend te blijven.

Meer dan de helft van de vrijwilligers heeft meegemaakt dat een kind naar huis mocht bellen. Ouders worden door sommige vrijwilligers voor tips gebeld. Ook wordt er door drie vrijwilligers aan het kind gevraagd wat er is. Al zeggen twee van de drie vrijwilligers die het vragen, dat zij niet specifiek aan het kind vragen of het heimwee heeft omdat ze bang zijn dat het daardoor erger wordt. Wat een aantal vrijwilligers belangrijk vinden, is dat je niet wegwuift dat het kind heimwee heeft en zegt dat het wel mee valt tegen het kind. Een paar vrijwilligers leggen niet te veel de nadruk op thuis en proberen dit onderwerp te vermijden.



Figuur 3- Algemene manieren van begeleiden van een kind met heimwee

4.8 De rol van de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie in de begeleiding van kinderen met heimwee.

Hier wordt, naast de hierboven genoemde algemene manieren, de specifiekere begeleiding die wordt geboden aan kinderen bij Heppie beschreven. Beiden deskundigen noemen dat bij kinderen met autisme het bieden van duidelijke structuur kan helpen. Ook niet te veel prikkels geven door allerlei leuke dingen te gaan doen. Voor kinderen die uit een onveilige thuissituatie komen, kan het bieden van veiligheid helpen. Bekijk per individu wat het nodig heeft met in je achterhoofd dat het kind angst heeft. Het maken van vriendjes kunnen kinderen bij Heppie moeilijk vinden, het helpt wel als het maken van vriendjes wordt gestimuleerd. Zoek naar wat het kind interesseert, koppel de kinderen zodat ze het kunnen delen met een ander, al is het alleen maar praten over heimwee, zodat de schaamte wordt weggehaald en ze zich in elkaar kunnen herkennen.

Vrijwilligers doen het volgende om een kind met heimwee bij Heppie te begeleiden.

Vaste rituelen, pictogrammen, voorspelbaar	Kennis laten maken met ruimtes
Los elkaar af	Vraag het bedritueel na
Bij hechting, maak duidelijke afspraken, geef keuzes, houd afscheid kort, kind kan ook geen signaal geven	Bij autisme structureren, pictogrammen, bespreek programma, maak zo concreet mogelijk, voorspelbaar, ritueel zelfde als thuis
Bekijk wat het kind nodig heeft	Overleg met elkaar
Bij angst zoek veilig vertrouwd plekje bijvoorbeeld tussen de kussens gaan liggen	Bij adhd kan pil zijn uitgewerkt, geef niet te veel prikkels, duidelijkheid

Meerdere vrijwilligers geven aan dat Heppie al veel doet om kinderen voor te bereiden, wat goed kan werken voor een kind met heimwee zoals: van te voren een foto opsturen van de groepsleiding, bij de weekenden wordt het programma opgestuurd. Een vriendenboekje opsturen zodat ze kunnen zien wie in hun groepje zitten en wie de leiding is. In de weekenden hebben kinderen dezelfde slaapkamer, hetzelfde bed en standaard een nachtlampje op de kamer. Verder worden de hierboven benoemde technieken uit de tabel ingezet. Eén vrijwilliger denkt dat zij haar begeleiding niet heel anders doet bij kinderen met deze specifieke problematiek, twee anderen noemen ook dat je in het algemeen op een bepaalde manier met kinderen met heimwee om gaat. De gemene deler is dat iedere vrijwilliger per situatie en per kind bekijkt wat het nodig heeft. Zes vrijwilligers vragen aan het kind wat helpt, of wat een mogelijk oplossing zou kunnen zijn.

Vijf vrijwilligers zien wel een relatie tussen heimwee en de specifieke problematiek zoals autisme, hechtingsproblematiek of kinderen uit een moeilijke thuissituatie waarbij ze gewend zijn om veel te zorgen. Ook bijvoorbeeld kinderen die in armoede leven en niet gewend zijn om op vakantie te gaan worden genoemd. Iemand denkt dat deze kinderen kwetsbaarder zijn om heimwee te ontwikkelen en staat er daardoor serieus bij stil, meer dan ze anders zou doen. Kinderen met hechtingsproblemen kunnen erg blijven hangen in heimwee en zijn moeilijk te stoppen. Het kan volgens twee vrijwilligers dan helpen om duidelijke afspraken te maken. Het geven van keuzes, wat ga je eerst doen, je pyjama aan doen of je tandenpoetsen kan ook helpen. Kinderen met hechtingsproblemen kunnen het afscheidsmoment rekken, de coördinator maakt dan een afspraak met ouders dat het helpt als ze nu weg gaan en dat er later gebeld wordt hoe het is gegaan. Meerdere vrijwilligers noemen dat een sterke band met ouders wordt opgemerkt tijdens het afscheidsmoment, het kind hangt aan de ouders en de ouders bevestigen het kind, wat heimwee kan versterken denken zij. Een enkeling denkt dat een kind met hechting zich snel onveilig zal voelen en dat zij geen signaal laten zien dat ze heimwee hebben. Bij kinderen met een stoornis in het autisme spectrum wordt er vooral gestructureerd, met pictogrammen gewerkt, het programma voor de volgende dag wordt besproken of het programma wordt concreter gemaakt. Een kind met autisme kan in zijn kokervisie blijven hangen, als hij eenmaal in zijn

hoofd heeft gehaald dat hij naar mama wil, blijft dat hangen. Maak het dan voorspelbaar voor een kind en bespreek het slaapritueel bijvoorbeeld. Bij een kind met adhd heeft iemand de ervaring dat hij tegen bedtijd steeds drukker werd, waarschijnlijk omdat zijn pilletje dan was uitgewerkt, geef hem dan niet te veel prikkels, maar biedt duidelijkheid. Bij kinderen die angstig zijn kan het helpen om lekker tussen de kussens te gaan liggen en een vertrouwd plekje te maken zodat het zich veilig voelt.

De meeste vinden dat het werkt om elkaar af te lossen. Veel vrijwilligers geven aan dat het lastig is om een kind met heimwee te begeleiden. Als je niet genoeg van heimwee af weet en weinig ervaring hebt wat je er mee kan doen kan je andere vrijwilligers of de coördinator om hulp vragen. Coördinatoren geven aan dat als zij het niet meer weten dat het fijn is om met de coach te overleggen.

Een beroepskracht van Heppie noemt dat een uitgangspunt bij het begeleiden van kinderen bij Heppie moet zijn dat je kijkt of het in het belang is van het kind en niet in het nadeel van andere kinderen. Het wordt niet aangeraden om een kind naar huis te laten bellen. Probeer het eerst met elkaar op te lossen. Je kunt ook voordat je het kind laat bellen met ouders overleggen over wat zij denken dat helpt en of het verstandig is om het kind aan de telefoon te laten komen. Je kunt als vrijwilliger afspraken maken met de ouders over het bellen. Zoals we zouden het leuk vinden dat uw kind blijft, het lijkt ons ook heel goed voor hem, dus probeer dat samen met ons te stimuleren. Het kan dat je met het kind even apart wil gaan zitten, doe dit in overleg met het team, communicatie is heel belangrijk. Als je twijfelt of iets wel of niet kan binnen Heppie, overleg dan met de coördinator. Die heeft het overzicht over de groep en weet wat wel of niet kan binnen Heppie.

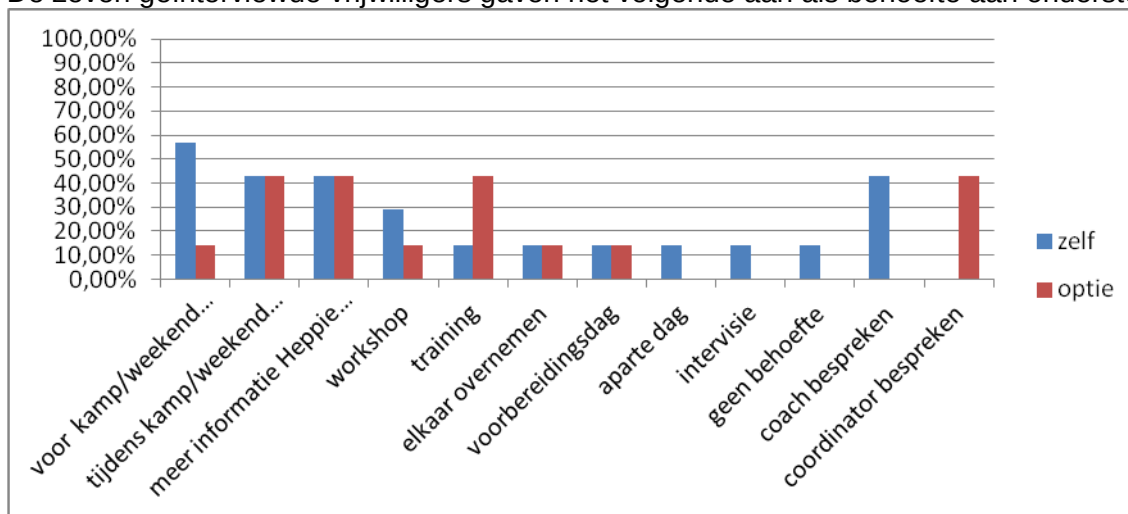
Als een kind erge last heeft van heimwee kan er worden besloten dat het beter is als het kind naar huis gaat. Er staat een procedure in het veiligheidsplan die de coördinator dan door loopt. Soms zeggen ouders of verzorgers wat helpt als ze het kind komen brengen. Er zijn ouders die afspraken maken met een kind en dan is handig om te weten wat er is afgesproken als begeleider.

Met betrekking tot de specifieke problematiek is het belangrijk dat je als begeleider achter het gedrag van kinderen kijkt en je afvraagt wat heeft dit kind nodig? Is dat duidelijkheid en structuur of warmte, aandacht en een knuffel? Er kan geen kant en klaar recept worden geschreven hoe je heimwee begeleidt per stoornis, ieder kind is anders. Er zijn wel dingen waar rekening mee kan worden gehouden. Kinderen die erg van structuur houden hebben moeite om zich aan te passen in een nieuwe omgeving en daar kunnen wel tips voor worden gegeven.

4.9 Mogelijke vormen van ondersteuning voor vrijwilligers van stichting Heppie.

Aan de deskundigen is gevraagd wat mogelijke manieren van ondersteuning kunnen zijn voor vrijwilligers van stichting Heppie. Eén van de deskundigen zegt dat een mogelijke ondersteuningsmanier het geven van voorlichting kan zijn, dat vrijwilligers weten wat heimwee is, wat voor eigenschappen die mensen hebben en hoe ze er mee om kunnen gaan, met een aantal do's en dont's. De andere deskundige zegt dat het houden van een aantal bijeenkomsten met vrijwilligers waarin zij hun ervaringen vertellen, samen met iemand die daar verstand van heeft nuttig kan zijn. Om dan te zeggen dit zijn de grote bulk van ervaringen, dit zijn de grote groepen kinderen die problemen hebben. Wat weten we uit de wetenschap en uit de klinische praktijk, wat je daar mee zou kunnen doen en dan kan je komen tot een soort handleiding: hoe om te gaan met kinderen met heimwee? Een soort informatie- avond organiseren bijvoorbeeld. Zij zou het leuk vinden om als dat gedaan wordt, dan langs te komen om de problemen aan te horen en te discussiëren daarover. Hoe kan je het beste met die en die type kinderen met die type heimwee omgaan? Of je voor autistische kinderen met picto's en regelmaat een soort begeleidingsstructuur kan ontwikkelen. Ik leg het idee van informatie op het Heppie hoekje en de training voor aan haar, zij beaamt dat ze dat een goed idee vindt. Ze zegt dat je het dan naar een hoger niveau kan tillen door te vergelijken wat voor ervaringen mensen hebben, waar dat mee te maken heeft en hoe je daar aan kan werken.

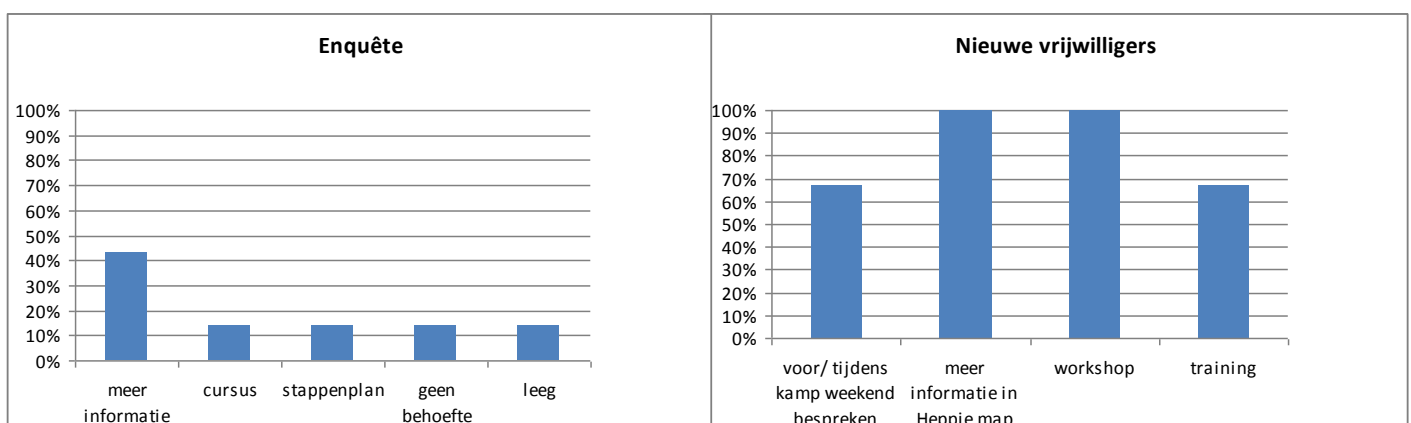
De zeven geïnterviewde vrijwilligers gaven het volgende aan als behoefte aan ondersteuning



Figuur 4- Ondersteuningsbehoefte van geïnterviewde Heppie vrijwilligers

Vrijwilligers gaven aan waar ze zelf behoefte aan hebben en daarnaast wat een optie zou kunnen zijn voor andere vrijwilligers. Uit de tabel blijkt dat vrijwilligers het belangrijk vinden dat er tijdens of voor een vakantie of weekend wordt besproken hoe je met heimwee om kan gaan in het team, ze daarnaast meer informatie of een workshop of training willen. De meeste vrijwilligers noemen dat ze meer willen weten over wat je aan heimwee kunt doen/ hoe je het kunt begeleiden, door welke factoren krijg je heimwee, hoe kan je het voorkomen, ervaringen van mensen met heimwee, een trukendoos met tips en wat betekent het voor het kind om heimwee te hebben? Twee noemen dat ze meer willen weten over hoe je heimwee kunt signaleren bij een kind wat het niet aangeeft en één iemand noemt dat ze handvaten zou willen hoe je een kind met heimwee met een stoornis begeleid.

Daarbij noemden ze vaak dat zij uit ervaring weten dat het als nieuwe vrijwilliger moeilijk kan zijn om met heimwee om te gaan. Om te kijken of nieuwe vrijwilligers zich hier in kunnen vinden heb ik 10 nieuwe vrijwilligers gemaild, 3 reageerden met de antwoorden hieronder in de tabel verwerkt.



Figuur 5.1 en 5.2- Ondersteuningsbehoefte Heppie vrijwilligers via enquête en mail

Hoofdstuk 5

Analyse

5.1 Inleiding

In dit hoofdstuk wordt vergeleken welke informatie in de literatuur en in de praktijk is verkregen. Eerst wordt algemene informatie over heimwee weergegeven, wat van belang is om het te kunnen begeleiden. Daarna wordt antwoord gegeven op de deelvragen.

5.2 Definitie en symptomen van heimwee

De definitie van heimwee die binnen dit onderzoek wordt gebruikt voor heimwee bij kinderen is: een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil. Allebei de deskundigen spreken van heimwee op het moment dat iemand niet thuis is, in de definitie die voor dit onderzoek is gebruikt komt dat niet expliciet naar voren. Heimwee heeft volgens allebei de deskundigen te maken met gehechtheid. Vooral voor kinderen met ouders, maar mensen kunnen ook gehecht zijn aan de fysieke omgeving. Één deskundige vindt dat daar een verschil in zit.

“Je ziet dus bij echte heimwee, dat zijn mensen die willen gewoon naar huis. Ook al hebben ze iemand bij zich waar ze ook aan gehecht zijn.” (Vingerhoets)

De symptomen die in de definitie voor dit onderzoek zijn beschreven zijn: verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil. De vrijwilligers en deskundigen herkennen dit. De deskundigen noemen meerdere symptomen, net zoals in de literatuur er ook onderscheid wordt gemaakt op lichamelijk, cognitief en emotioneel gebied.

5.3 Soorten heimwee

Opvallend is dat de verschillende soorten heimwee die gevonden zijn in de literatuur, door allebei de deskundigen niet hartelijk ontvangen werd. Een deskundige vindt het belangrijker om het onderscheid te maken tussen honden- en kattenheimwee. Wat ook in dit onderzoek als belangrijkste onderscheid wordt aangehouden.

5.4 Leeftijd en moment waarbij heimwee voorkomt

De vrijwilligers van Heppie zien het meeste heimwee bij kinderen van 6 tot 9 jaar. Op 9 tot 12-jarige leeftijd wordt het door beiden iets minder gezien en bij pubers bijna niet. In de literatuur is er geen overeenstemming wat betreft de leeftijd. Sommige onderzoekers denken dat het op een jonge leeftijd meer voorkomt, andere hebben hier geen bewijs voor gevonden of vinden dat het onder alle leeftijden voorkomt.

Uit de literatuur, interviews met deskundigen, interviews met vrijwilligers en de enquête blijkt dat 's avonds duidelijk naar voren komt als een moment waarop heimwee voor komt. In de literatuur staat dat het ook kan ontstaan tijdens mentale of passieve taken. Het afscheidsmoment met ouders komt uit de interviews als specifiek moment naar voren.

5.5 Ontstaan van heimwee

Bij het ontstaan van heimwee noemen allebei de deskundigen persoonlijkheidskenmerken als rigiditeit, inflexibiliteit, gehecht aan vaste gewoontes, niet makkelijk contact maken met anderen, introvert zijn. Een deskundige noemt daarnaast dat het een beetje aangeboren zou kunnen zijn en te maken heeft met problemen om los te komen van de oude omgeving en aan te passen aan de nieuwe omgeving. De echte problemen zie je bij mensen die moeilijk los kunnen komen. Beiden deskundige noemen dat het ontstaan van heimwee samenhangt met gehechtheid. Wat opvalt, is dat de deskundigen vooral de persoonlijkheidskenmerken, hechting en aanpassingsmoeilijkheden noemen als mogelijkheden voor het ontstaan van heimwee, dit is ook te vinden in de literatuur. Alleen staat in de literatuur ook dat bijvoorbeeld leeftijd, de afstand naar huis en weinig eerdere kampen bijdragen aan het ontstaan van heimwee, dat wordt door hen niet genoemd.

5.6 Risico- en beschermingsfactoren voor het krijgen van heimwee

De eigenschappen van mensen met heimwee zijn samen te vatten in risico- en beschermingsfactoren. Als je introvert, naar binnen gericht, snel angstig, subassertief, afhankelijk en emotioneel instabiel bent. Verder weinig dominantie, gebrekkige controle, moeite met sociale contacten en separatieproblemen hebt, zijn dat risicofactoren. De deskundigen noemen allebei dat kinderen met hechtingsproblemen en autisme mogelijk een groter risico kunnen hebben om heimwee te krijgen, maar dit is nog niet onderzocht. De beschermingsfactoren zijn het omgekeerde dus extravert, veilig gehecht zijn, sociale vaardigheden, een lage mate van rigiditeit hebben. Oefenen met weg zijn van huis en iets vertrouwds meenemen zijn ook beschermingsfactoren. Dit is in overeenstemming met de literatuur.

5.7 Manieren voor het omgaan met heimwee, coping- strategieën voor kinderen

Volgens de ene deskundige is dat begrijpen wat er aan de hand is en daar op anticiperen, afleidende activiteiten doen. Volgens de ander helpt praten met elkaar, in contact komen met andere kinderen, iets van huis meenemen, het zoeken van sociale steun. Zij noemen allebei wat in de literatuur ook genoemd is. Het gaat in de grote lijn om afleiding, acceptatie, sociale steun en iets vertrouwds meenemen wat kan helpen om heimwee te verminderen.

De deskundigen, vrijwilligers en beroepskracht van Heppie zijn allemaal niet per definitie een voorstander van bellen naar huis, omdat het hierdoor kan verergeren. Allemaal zeggen ze dat het daarbij belangrijk is om te kijken naar het kind, voor sommige kan het wel goed zijn. Goede ervaringen met weg zijn van huis wordt door Thurber (1997) genoemd, één deskundige beaamt dat dit een manier is om om te leren gaan met heimwee.

Het voor jezelf houden is geen goede manier om met heimwee om te gaan staat in de literatuur. Beiden noemen ze dat het goed is dat kinderen er over kunnen praten. Een van de deskundige zegt "een beetje praten met elkaar, dus kinderen een beetje in contact met andere kinderen brengen zodat ze kunnen praten, wat steun ervaren."

Mensen met heimwee hebben volgens beide deskundigen behoefte aan sociale steun en juist mensen met heimwee hebben moeite om vriendjes te maken. Het maken van vriendjes kan volgens beiden wel helpen, vriendjes bieden ook afleiding en vriendschap is een soort hechting. Het aanleren van nieuwe sociale vaardigheden en assertiviteitstraining word door de literatuur aangeraden om het maken van vriendjes te kunnen bereiken.

5.8 Hoe kunnen vrijwilligers een kind met heimwee begeleiden?

- *Maak het bespreekbaar.* Deskundigen en vrijwilligers zien het belang hiervan. Wel zeggen sommige vrijwilligers niet aan het kind te willen vragen of ze heimwee hebben, omdat ze bang zijn dat ze het erger maken. Één van de deskundigen is het hier faliekant niet mee eens. Het is juist belangrijk dat ze er over kunnen praten.
- *Heimwee is normaal.* Het is belangrijk dat kinderen dat weten volgens deskundigen en de literatuur. De helft van de vrijwilligers doet dit bij een kind met heimwee.
- *Contact met thuis.* Hier is enige discussie over. In de literatuur wordt het schrijven van een brief aangeraden. De deskundigen raden niet aan om naar huis te bellen. Toch zeggen vier van de zeven vrijwilligers mee te hebben gemaakt dat het kind naar de ouders mocht bellen. Twee vrijwilligers zeggen een brief of een kaart te hebben gemaakt met het kind. De beroepskracht van Heppie zegt eveneens dat niet wordt aangeraden om naar huis te bellen, maar dat in overleg met het team besloten kan worden dat dat op dat moment het beste is voor een kind, dat het wel mag.
- *Sociale steun.* Deskundigen noemen praten met elkaar, kinderen in contact met andere kinderen brengen als belangrijk aspect in de begeleiding. In de literatuur is hier geen overeenstemming over. Acceptatie in brede kring is volgens sommige onderzoekers belangrijk, maar het kan ook negatieve effecten hebben. Mensen met heimwee zijn geneigd zich aan te sluiten bij mensen die vergelijkbare ervaringen hebben. Dit kan ervoor zorgen dat heimwee erger wordt, door positieve bekrachtiging. Dat is ook wat een van de vrijwilligers noemt. Zij had twee meisjes met

heimwee op een kamer en zij versterkten elkaar in het hebben van heimwee. Één van de deskundigen is het niet eens dat het praten met vriendjes het erger kan maken. Er is herkenning, je kunt het uitwisselen en het haalt de schaamte weg. Hier is dus geen eenduidig antwoord op.

- *Begeleiding.* Afleiding komt in de literatuur en in de interviews naar boven als belangrijke techniek. Vrijwilligers zetten van alles in om een kind af te leiden. Deskundigen noemen het praten over heimwee als een vorm van afleiding. In de literatuur staat als kern van de begeleiding: het normaliseren van heimwee, kinderen coachen door op een goede manier ermee om te gaan, het opbouwen van een nieuw sociaal netwerk, perspectief bieden over de duur en ze betrekken in de nieuwe omgeving. Als je dit vergelijkt, komt dat overeen met wat de vrijwilligers van Heppie doen.

Vrijwilligers kunnen algemene begeleiding inzetten, maar bij Heppie wordt er nog meer ingezet omdat er sprake is van specifieke problematiek, dat lees je hieronder.

5.9 Begeleiding van kinderen met heimwee van stichting Heppie.

- *Problematiek.* Door meerdere vrijwilligers wordt wel een verband gelegd tussen heimwee en autisme en heimwee en hechting. De deskundigen noemen dat zij zich voor kunnen stellen dat deze kinderen een groter risico hebben om heimwee te ontwikkelen. Hechting wordt specifiek door beiden deskundigen genoemd als risico.
- *Structuur en helderheid.* Dit wordt door deskundigen, vrijwilligers en de beroepskracht genoemd. Meerdere vrijwilligers zeggen dat Heppie al veel doet om kinderen voor te bereiden, zoals het sturen van een foto van de leiding. In de literatuur komt het belang van continuïteit naar voren. Één vrijwilliger zegt na te vragen hoe bijvoorbeeld het bedritueel thuis gaat, zodat dat bij Heppie hetzelfde kan worden gedaan.
- *Kijk naar het kind.* De vrijwilligers, deskundigen en beroepskracht van Heppie noemen allemaal het belang van het individu. Het is belangrijk om te kijken wat werkt voor welk kind. Er kan geen kant en klaar recept worden geschreven hoe je heimwee begeleidt per stoornis, ieder kind is anders.
- *Overleg met elkaar.* De meeste vrijwilligers noemen dat het werkt om elkaar af te wisselen. Als je niet genoeg van heimwee af weet en weinig ervaring hebt wat je er mee kan doen kan je andere vrijwilligers of de coördinator om hulp vragen. Coördinatoren geven aan dat als zij het niet meer weten dat het fijn is om met de coach te overleggen. De beroepskracht van Heppie noemt dat zij het belangrijk vindt dat het gestimuleerd wordt dat vrijwilligers onderling raad vragen aan elkaar als een moeilijke situatie zich voordoet, het dan bespreekt met elkaar en van elkaar kan leren. Wat dat betreft komt dit binnen Heppie overeen.

5.10 Samenvatting

Veel van wat in de literatuur is gevonden komt overeen met wat vrijwilligers en deskundigen zeggen over heimwee. Bijvoorbeeld de overeenstemming over de definitie en symptomen van heimwee. De jongere leeftijd van kinderen met heimwee en dat het vooral 's avonds voorkomt. De vormen van heimwee vinden de deskundigen niet zo belangrijk, maar wel de vraag wat het kind mist van thuis. De risico- en beschermingsfactoren komen in grote mate overeen met de literatuur. Wat betreft de coping- strategieën hebben de deskundigen ook overeenstemming met de literatuur, ze zijn geen voorstander van het bellen naar huis. Dit wordt bij Heppie soms wel ingezet, al wordt eerst geprobeerd het op een andere manier op te lossen. In het begeleiden van kinderen spreken de deskundigen en vrijwilligers elkaar soms tegen. Wat deskundigen denken dat werkt, blijkt in de praktijk niet altijd te werken. In het begeleiden van een kind met heimwee bij Heppie komt bij alle partijen het belang van structuur, regelmaat en duidelijkheid naar voren.

Hoofdstuk 6

Conclusie

6.1 Inleiding

In dit hoofdstuk wordt antwoord gegeven op de vraagstelling van dit onderzoek. Op welke wijze kunnen vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie of weekend? De resultaten hiervan zijn besproken in hoofdstuk 4. De deelvragen zijn eerder beantwoord, dus in dit hoofdstuk komt alleen de hoofdvraag aan bod.

6.2 Conclusie

De vrijwilligers hebben behoefte aan ondersteuning voor of tijdens een vakantie of weekend in het begeleiden van kinderen met heimwee. Die informatie kan gegeven worden door teamleden, een coördinator of coach. Alle vrijwilligers vinden het belangrijk dat er tijdens een vakantie of weekend besproken kan worden hoe je met heimwee om gaat, bijvoorbeeld aan de hand van een meegemaakte situatie. Meer informatie wordt als behoefte door alle vrijwilligers genoemd. Zij willen dan informatie over: wat je aan heimwee kunt doen/ hoe je het kunt begeleiden, door welke factoren krijg je heimwee, hoe kan je het voorkomen, ervaringen van mensen met heimwee, een trukendoos met tips en wat betekent het voor het kind om heimwee te hebben?

Ook het volgen van een training of workshop kan er aan bij dragen dat zij zich meer ondersteund voelen in het begeleiden van een kind met heimwee. Jaarlijks organiseert Heppie een trainingsdag voor vrijwilligers, waar deelgenomen kan worden aan workshops of een training. Een workshop duurt ongeveer anderhalf uur, daar kun je er twee van bezoeken op een dag. De training is uitgebreider, daar staat 3 uur voor en wordt dieper op het onderwerp in gegaan.

6.3 Uitwerking

De resultaten zijn met de beroepskracht van Heppie besproken. Er is uitgelegd wat een mogelijke manier van ondersteunen zou kunnen zijn, vanuit de resultaten van dit onderzoek. Vrijwilligers vinden het belangrijk om tijdens een vakantie of weekend ondersteund te worden door het team, de coördinator of coach in het begeleiden van kinderen met heimwee. Daarnaast zouden ze meer informatie in de Heppie map willen. Dat heeft het voordeel dat je voorafgaand aan een vakantie of weekend met het team kan bespreken en tijdens het kamp kan je het actueel laten zijn en je kunt zelf de informatie tijdens een kamp of weekend opzoeken, of je kunt het na een situatie met heimwee in het team of met de coördinator of coach bespreken aan de hand van die informatie die er in de map staat.

Ze gaven aan dat ze tijdens een trainingsdag een workshop of training er over zouden willen volgen zodat de theorie in praktijk kan worden gebracht. Hier is wel het nadeel van dat het tijdens een kamp wat meer is weggezakt en niet iedereen wordt bereikt. Heppie zou eerst het onderwerp heimwee onder de aandacht kunnen brengen door meer informatie over heimwee en het begeleiden daarvan te geven en daardoor aan de behoefte van de vrijwilligers tegemoet te komen. Zo hebben de vrijwilligers, coördinatoren en coaches meer informatie over heimwee ter beschikking en worden meer mensen bereikt dan tijdens een training, zo kan het onderwerp heimwee ook tijdens de vakanties en weekenden actueel zijn. De beroepskracht en directrice van Heppie begrijpen dit voorstel. Het lijkt hen zinvoller om iets op het Heppie hoekje te schrijven. Zo wordt voorkomen dat de Heppie map te groot wordt en vrijwilligers het overzicht in de map kwijt raken en dan kunnen vrijwilligers als ze daar behoefte aan hebben het opzoeken op internet. Verder gaan ze bij Heppie kijken of er behoefte is om een training over heimwee aan te bieden, dan kunnen mensen zelf beslissen of ze meer over heimwee willen weten. De beroepskracht van Heppie vindt het belangrijk dat het gestimuleerd wordt dat vrijwilligers onderling raad aan elkaar vragen als een moeilijke situatie zich voordoet, het dan met elkaar bespreken en van elkaar kan leren.

Heppie wil voldoen aan de behoeften van vrijwilligers door meer informatie aan te bieden in de vorm van informatie op het Heppie hoekje wat het eindproduct van dit onderzoek zal zijn. Hier wordt in besproken wat heimwee is, wat kenmerken van heimwee zijn, wat bij kan dragen aan het ontstaan van heimwee, eigenschappen die een risicofactor zijn voor het krijgen van heimwee en hoe je een kind met heimwee kunt begeleiden. Daarnaast zegt de medewerkster van Heppie dat als er behoefte is aan een training of workshop dit een mogelijk onderdeel is van de trainingsdag. Heppie sluit zich er bij aan dat het belangrijk is dat er voor of tijdens een vakantie of weekend een vorm van ondersteuning is door heimwee een centraal onderwerp te laten zijn bij de en het met het team te bespreken. Hiervoor ligt de verantwoordelijkheid bij de vrijwilligers zelf. Als Heppie signalen krijgt van vrijwilligers dat zij moeite hebben met een bepaald onderwerp kunnen zij hier op inspelen.

Er is voor gekozen om in de stijl van de Heppie map iets te schrijven voor de vrijwilligers wat zij zelf op kunnen zoeken. Dat is te vinden in hoofdstuk 7.

Hoofdstuk 7

Richtlijnen voor de begeleiding van een kind met heimwee voor vrijwilligers van stichting Heppie.

7.1 Eindproduct

Dit is het eindproduct wat gemaakt is voor dit onderzoek, informatie voor vrijwilligers wat in het Heppie- hoekje op internet komt te staan. Het Heppie- hoekje is een site alleen voor vrijwilligers waar ze allerlei informatie op kunnen zoeken.

Lotte is gewend om thuis veel mee te helpen, omdat haar moeder chronisch ziek is. Deze zomer gaat ze voor het eerst mee op een Heppie vakantie. Ze vindt het wel erg spannend allemaal. Wat als ze het niet leuk vindt? Misschien klikt het niet met haar leiding of maakt ze geen vriendjes en vriendinnetjes. Ze is bang dat ze heimwee krijgt, ze heeft tot nu toe alleen een weekendje bij oma geslapen. Daar hoorde ze allemaal andere geluiden, ze vond het niet fijn in een ander bed en wilde het liefste terug naar mama. Lotte wordt door haar vader en moeder naar Heppie gebracht, moeder vertelt dat Lotte en zij het wel erg spannend vinden en erg benieuwd zijn hoe de vakantie gaat. Als Lotte de eerste avond in bed ligt moet ze huilen, ik wil naar mama!

Kenmerken van heimwee

Kinderen die bij Heppie komen kunnen heimwee krijgen. Een kind wat heimwee heeft kan zelf zeggen dat het heimwee heeft, dat het zijn vader, moeder of verzorger mist of naar huis wil. Het kind kan zich terugtrekken, obsessieve gedachten hebben over thuis, maag- en darmklachten, hoofdpijn, weinig eetlust hebben, huilen, spanning voelen, zich somber, onzeker of eenzaam voelen. Opstandig gedrag komt soms voor, het kind wil niet mee doen met activiteiten of wil bijvoorbeeld niet naar bed.

Kinderen van alle leeftijden kunnen heimwee krijgen. Bij jongere kinderen wordt heimwee het meeste gezien. Bij oudere kinderen kan het ook voorkomen, alleen zullen zij het niet altijd aangeven omdat ze zich hiervoor kunnen schamen. Heimwee komt het meeste voor tijdens het naar bed gaan. Een kind kan overdag ook last van heimwee hebben. Bijvoorbeeld als het kind pijn heeft, als iets niet goed gaat of moe is.

Kinderen met heimwee kunnen heimwee hebben naar de plaats of naar personen. Als een kind op vakantie is en het wil graag naar huis, is dat heimwee naar de plaats. Als een kind ouders mist, is dat heimwee naar personen. Hoe groter het verschil is tussen de oude en nieuwe situatie en hoe minder manieren een kind heeft om met heimwee om te gaan, hoe intenser heimwee is. Als je weet waar het kind naar verlangt kan je hier de begeleiding op aanpassen.

Wat bij kan dragen aan het ontstaan van heimwee:

- *Een kind kan zich voordat het bij Heppie is zorgen maken om heimwee te krijgen.* Dit is de belangrijkste factor voor het ontwikkelen van heimwee. Zo is Lotte bang dat ze heimwee krijgt, dit kan zorgen dat ze negatief denkt over de scheiding met haar ouders. Door de gedachten aan thuis kan ze zich moeilijker aanpassen aan de nieuwe omgeving bij Heppie.
- *Negatieve verwachtingen* over de vakantie of het weekend kunnen er voor zorgen dat het kind het bij Heppie niet naar zijn zin heeft en heimwee krijgt.
- *Scheiden van de vertrouwde omgeving.* Heimwee is een directe reactie op het verlaten van thuis.
- *Weinig ervaring* met weg zijn van huis zorgt ervoor dat een kind een grote kans heeft om heimwee te krijgen.
- *Een onveilige hechting,* deze kinderen kunnen veel stress voelen bij een scheiding van huis. Ze kunnen angstig gehecht zijn, zich vastklampen aan de ouders, ze zijn niet gewend om op eigen benen te staan, los van de ouders.

- *Een hoge angst van de ouders over de scheiding.* Ouders kunnen bevestigen dat het moeilijk is om op vakantie of weekend te gaan, waardoor een kind zich nog meer aan de ouders vast klampt.
- *Weinig controle ervaren tijdens de tijd van huis.* Bijvoorbeeld Lotte is erg gehecht aan haar moeder en is gewend is om thuis mee te helpen. Bij Heppie heeft ze niet meer die controle om voor haar moeder te zorgen.
- *Het voelen van een grote afstand naar huis.* De mogelijkheid om contact op te nemen met thuis en een zo gelijk mogelijke omgeving, verkleinen dit.
- *Weinig controle om te beslissen of je mee gaat op een vakantie of weekend, speelt ook mee.* Als ouders of anderen dat voor je beslissen, heb je als kind zelf geen controle over die beslissing. Dat kan er aan bijdragen dat ze het tijdens een vakantie of weekend niet naar hun zin hebben en heimwee krijgen.

Eigenschappen van kinderen die een risicofactor zijn voor het krijgen van heimwee:

- *Starheid/ weinig flexibiliteit en rigiditeit.* Starheid zorgt voor sterke hechting aan het normale leven en een afweer tegen nieuwe situaties. Starre personen hebben meer moeite met het verlaten van de vertrouwde omgeving en om een nieuwe omgeving toe te treden, wat een grotere kans op heimwee vormt. Ze verlaten hun oude omgeving, moeten zich aanpassen aan de nieuwe omgeving, routines en regels en er is een dagelijkse confrontatie met situaties die aanpassing eisen. De meeste mensen vallen zulke kleine verschillen niet op, maar starre mensen ervaren enorme moeite om met deze veranderingen om te gaan.
- *Behoeft aan controle*
- *Moeite met sociale contacten.* Ze zijn niet zo sociaal vaardig, terwijl ze wel behoefte hebben aan steun van bekende personen.
- *Een hoge mate van afhankelijkheid (van bijvoorbeeld ouders)*
- *Ze zijn introvert en subassertief.* Ze laten snel over zich heen lopen, komen niet voor zichzelf op.
- *Lage mate van extraversie, dominantie en assertiviteit*
- *Negatieve emotionele stabiliteit.* Ze zijn onzeker, hebben weinig zelfvertrouwen.
- *Ervaren sneller angst.* Wat hen kwetsbaar maakt om heimwee te krijgen.

De hiervoor beschreven risicofactoren komen in een bepaalde mate overeen met de doelgroep die bij Heppie komt. Bijvoorbeeld kinderen met autisme hebben behoefte aan een gestructureerd leven, vinden het vaak moeilijk om zich aan te passen aan een nieuwe omgeving en kunnen moeite hebben met het maken van sociale contacten. Kinderen uit niet zo'n stabiele thuissituatie kunnen behoefte hebben aan controle, wat ze bij Heppie niet hebben omdat ze weg zijn uit de thuissituatie. Kinderen met een onveilige hechting kunnen veel moeite hebben met het afscheid van hun ouders en om zonder hun ouders een week of weekend door te brengen. Kinderen die bij Heppie komen kunnen door hun problematiek mogelijk een grotere kans op heimwee hebben.

Begeleiding van kinderen met heimwee

Er zijn verschillende manieren om een kind met heimwee te begeleiden. Kijk altijd eerst naar wat het kind nodig heeft, probeer achter het gedrag te kijken en daar je begeleiding op aan te passen. Houd ook in je achterhoofd dat deze kinderen uit een moeilijke thuissituatie kunnen komen.

- *Acceptatie van heimwee.* Vertel dat het normaal is om heimwee te hebben, bijna iedereen mist wel iets van thuis. Geef steun aan het kind. Dat zorgt er voor dat het kind zich niet alleen voelt en dat het kind durft te vertellen dat het heimwee heeft. Zodat het bij jou zijn verhaal kwijt kan en er over kan praten met anderen, waardoor het zich serieus genomen voelt. Als je zelf heimwee hebt gehad kun je dit vertellen, met daarbij wat jij dan deed en hoe trots je was als je het volhield.
- *Bied afleiding.* Dit kan al bij het afscheidsmoment zijn met ouders, vertel bijvoorbeeld wat voor leuke dingen we allemaal gaan doen en vraag aan het kind wat het leuk

vindt, of doe een spelletje. Doe iets wat het kind leuk vindt, bedenk bijvoorbeeld samen een oplossing met het kind, probeer het kind aan leuke dingen te laten denken, geef een heimweepilletje, lees een verhaaltje of drink beneden een kopje thee. Overleg even met de coördinator wat mogelijk is.

- *Geef de mogelijkheid om contact met thuis te hebben.* Dit kan zijn door het schrijven van een brief, het maken van een mooie kaart, tekening of kijkdoos. Bij Heppie kan dit op de post worden gedaan, overleg hierover met de coördinator. Het wordt niet aangeraden om het kind naar huis te laten bellen, probeer het in eerste instantie anders op te lossen. Jij of de coördinator kunnen eerst naar de ouders bellen om te vragen of zij nog tips hebben, of zij denken dat het wel of niet werkt als het kind aan de telefoon komt. Als je besluit dat het goed is dat het kind zijn ouders of verzorgers kan spreken, kun je eerst met de ouders spreken. Bijvoorbeeld dat je ziet dat het kind het wel naar zijn zin heeft, dus dat het goed zou zijn dat het kind blijft bij Heppie en of zij willen proberen om dat ook te stimuleren bij het kind.
- *Geef duidelijkheid aan het kind.* Verken samen de ruimtes en laat jouw en zijn/ haar slaapkamer zien. Zorg dat de omgeving wat vertrouwd wordt. Maak duidelijk hoe lang het kind weg is van huis. Maak bijvoorbeeld een kalender waarop te zien is dat het maar een paar dagen duurt en schrijf ook alle leuke dingen er op die we bij Heppie gaan doen. Bij een kind met een hechtingsstoornis kan duidelijkheid goed werken. Deze kinderen kunnen erg in hun heimwee blijven hangen en moeilijk stoppen met huilen. Je mag bijvoorbeeld 5 minuten de brief van mama lezen, of naar een foto kijken en dan gaan we slapen of verder met de activiteit. Dit kan ook helpen bij autistische kinderen.
- *Bied structuur.* Bespreek met een autistisch kind het dagprogramma/ weekprogramma door. Het slaapritueel van het kind zoveel mogelijk hetzelfde als thuis houden kan fijn voelen voor het kind. Vraag hoe het thuis gaat als het kind naar bed gaat.
- *Sociale steun.* Moedig het kind aan om nieuwe vriendjes te maken en help als begeleider daarin mee, als het kind daar zelf moeite mee heeft. Kijk of er kinderen zijn met dezelfde interesses zodat het kind sociale steun krijgt van andere kinderen en zich niet alleen voelt.
- *Help elkaar.* Als je even niet meer weet wat je voor dit kind kan doen, wissel elkaar af. Overleg met een andere groepsleiding of coördinator wat je kan doen. Die hebben vast wel tips, of kunnen het even van je overnemen.

Je hebt met Lotte even gepraat over haar heimwee, ze mist haar mama zo. Jullie hebben bedacht dat ze morgen een mooie kaart kan knutselen en dat ze die dan aan mama kan geven als ze haar komt halen. Verder weet je nu ook dat Lotte houdt van meidendingen, dus dat jullie als ze nu lekker gaat slapen morgen haar haren mooi gaan vlechten. Ze heeft het die week 's avonds nog één keer moeilijk gehad, maar een knuffel, wat begrip en afleiding bieden was toen genoeg. Toen haar vader en moeder haar kwamen halen vertelde ze over alle leuke dingen die ze gedaan heeft en wilde ze zelfs nog wel langer blijven!

7.2 Verantwoording

Met stichting Heppie is afgesproken dat de beroepskrachten dit stuk op het Heppie hoekje plaatsen. De site wordt op dit moment aangepast, daarna komt het er op te staan. Dit wordt kenbaar gemaakt via een mail aan de vrijwilligers. Stichting Heppie kan dit product de komende jaren gebruiken om kinderen met heimwee te begeleiden. Heimwee is namelijk een universeel verschijnsel, wat door de jaren heen niet veranderd is. De deskundigen die zijn geïnterviewd zijn een informatiebron geweest voor dit product. Het is moeilijk te gebruiken voor andere kampen omdat het specifiek op de doelgroep van Heppie is gericht. Wel kan de informatie over heimwee ook geschikt zijn voor andere vakanties, er is ook een algemeen deel over het begeleiden van kinderen met heimwee. Daar zou mogelijk best behoefte aan kunnen zijn, omdat er in Nederland erg weinig over heimwee en hoe daar mee om te gaan bekend is. Het is dus een volkomen nieuw product, wat dat betreft.

Hoofdstuk 8

Discussie

8.1 Inleiding

In dit hoofdstuk worden de keuzes die zijn gemaakt in dit onderzoek besproken en verantwoord hoe deze keuzes tot stand zijn gekomen. Door deze keuzes kunnen de resultaten van dit onderzoek zijn beïnvloed.

8.2 Aanpassingen tijdens het onderzoek

De definitie van heimwee bij kinderen is iets aangepast naar aanleiding van het interview met een deskundige. Deze definitie is verder gebruikt tijdens de interviews. Er stond in de definitie een kind verlangt naar zekerheid zoals thuis én naar ouders of verzorgers. Er is een verschil tussen hondenheimwee waarbij iemand gehecht is aan personen zoals ouders en kattenheimwee waarbij iemand is gehecht aan een plek zoals thuis. Dit is allebei mogelijk daarom is de definitie aangepast naar: een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis óf naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil.

8.3 Doelgroep van dit onderzoek

De enquête is naar 100 vrijwilligers gestuurd, deze is ingevuld door 54 vrijwilligers. Ik heb de keuze voor deze vrijwilligers gemaakt op basis van de criteria dat ze afgelopen jaar een vakantie of weekend hebben begeleid. Het is naar groepsleiding van de leeftijdscategorieën 6-9 jaar, 9-12 jaar en 12-15 jaar gestuurd die een weekend of vakantie hebben begeleid. Toen ik een oproep voor mijn interviews plaatste bleek dat daar vier coördinatoren en drie groepsleiders op hadden gereageerd. Hierdoor is de doelgroep veranderd van groepsleiding, naar groepsleiding en coördinatoren. In eerste instantie werd verwacht dat vooral groepsleiding behoefte aan ondersteuning op het gebied van heimwee zouden willen en dat deze behoefte minder zou zijn bij coördinatoren. Deze keuze is beïnvloed door informatie van Heppie, zij dachten ook dat coördinatoren hier minder behoefte aan zouden hebben. Toen bleek dat coördinatoren wel degelijk ondersteuningsbehoefte hadden, heb ik besloten hen ook bij de doelgroep te betrekken. Zij vertelden te denken dat nieuwe vrijwilligers ook behoefte hebben aan ondersteuning, vandaar dat dit bij nieuwe vrijwilligers is gecontroleerd door hen te mailen hierover.

8.4 Specificering doelgroep

Zeven vrijwilligers zijn totaal geïnterviewd. Vier van hen zijn coördinator, dan stuur je de groepsleiding aan, er zijn meestal 2 coördinatoren op een vakantie of weekend, één om het programma te coördineren en één als organisatorisch coördinator die is eindverantwoordelijk voor de vakantie of het weekend, een solocoördinator begeleidt tijdens een vakantie of weekend 18 kinderen en is eindverantwoordelijk. Zij zijn zelf vroeger groepsleiding geweest. Drie van de zeven vrijwilligers zijn groepsleiding, waarbij je verantwoordelijkheid hebt over een groepje van 3 kinderen. Twee van hen zijn ook logeerweekend begeleider, zij coachen studenten die een groepje kinderen begeleiden. De meeste van de vrijwilligers die ik heb geïnterviewd hebben meerdere jaren ervaring, de vrijwilliger met de minste ervaring heeft 2 vakanties begeleid, de rest is ongeveer 4, 6 à 7 jaar actief als vrijwilliger bij Heppie. Op één iemand na hebben ze allemaal vakanties en weekenden begeleid. Bijna alle vrijwilligers gaven aan dat zij dachten dat het voor nieuwe vrijwilligers goed zou zijn om meer informatie over heimwee te krijgen. Dit baseerden zij op eigen ervaring. Niet allemaal hadden zij zelf behoefte aan ondersteuning. Dit was ook geen criterium voor de interviews. Ik had in een oproepje gevraagd naar vrijwilligers die een interview wilden geven over heimwee. Dit hoefde dus niet te betekenen dat zij hier zelf een probleem mee ondervonden in de begeleiding.

Om te controleren of nieuwe vrijwilligers inderdaad behoefte hebben aan meer informatie over heimwee, heb ik naar 10 vrijwilligers gemaild die afgelopen jaar voor het eerst zijn mee geweest op een vakantie of weekend van Heppie, deze resultaten neem ik mee in het beantwoorden van mijn hoofdvraag op welke wijze vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie of weekend.

Van de vrijwilligers die de enquête hebben ingevuld is de 91% vrouw, heeft de helft als groepsleiding aan een vakantie of weekendcyclus deelgenomen, 19% aan een weekend en 30 % aan allebei. De meerderheid (76%) is 1 tot 3 keer mee geweest als groepsleiding op een vakantie of weekendcyclus. 13% is 4 tot 6 keer mee geweest, 6% 7 tot 9 keer en 6% vaker dan 9 keer.

8.5 Betrouwbaarheid en validiteit

Voorafgaand aan de interviews heb ik de vragen naar de vrijwilligers en beroepskracht van Heppie gemaild. Bij één deskundige is het niet gelukt de vragen op tijd te mailen, bij de andere zijn ze wel van te voren gemaild. Dit zorgt ervoor dat de geïnterviewden even de tijd hebben gehad om de vragen door te lezen en er over na te denken. De interviews zijn met een memorecorder opgenomen, waardoor de antwoorden zo min mogelijk vertekend zijn in het verwerken. De interviews zijn allemaal verbatim uitgewerkt, wat inhoudt dat alles letterlijk is uitgetypt. De interviews zijn zo snel mogelijk na het afnemen verwerkt, meestal de dag na het interview, soms zat er een aantal dagen tussen. De deskundigen vroegen beiden of ik de verwerking naar hen wilde mailen, wat ik gedaan heb. Een van de deskundigen heeft de resultaten van opmerkingen voorzien, wat ik heb verwerkt. Het ging bijvoorbeeld om rigiditeit en daar is een hoog niveau van rigiditeit van gemaakt.

De begrippen die zijn gebruikt zijn geoperationaliseerd. De definitie die voor heimwee wordt gebruikt in dit onderzoek is in ieder interview genoemd, zodat de geïnterviewden weten wat er onder heimwee wordt verstaan. Er is gebruik gemaakt van verschillende databronnen zoals: kranten, boeken, tijdschriften en literatuur. Daarnaast zijn er personen geïnterviewd. Van de tien interviews die zijn gehouden, waren er zeven face tot face en drie telefonisch. Bij een telefoontje verliep het begin wat rommelig door een slechte verbinding, de vraag is daarna opnieuw gesteld, vanaf toen verliep het interview normaal. Dit zal verder weinig invloed hebben gehad op de resultaten. Wat wel invloed op de resultaten kan hebben gehad, is dat ik als onderzoeker merkte dat ik wel eens suggestieve vragen stelde. Daar was ik mij bewust van, ik heb informatie over interviewen in het boek van Migchelbrink (2006) nog eens doorgelezen en daarna leek het iets minder te worden. Verder is er één interview met twee personen tegelijkertijd gedaan. Dit kan de antwoorden die zij geven beïnvloeden, het kan elkaar ook juist aanvullen en versterken.

De interviews zijn geanalyseerd aan de hand van twee punten: het ontleden en expliciteren welke aspecten relevant zijn en zoeken naar samenhang. De volgende labels zijn gebruikt: definitie, symptomen, leeftijd, moment, begeleiden algemeen, doelgroep begeleiden, ondersteuning, zelf behoefte.

Voor vervolgonderzoek is tijdens dit onderzoek een idee geboren. Door het interview met een van de deskundigen is er namelijk een mogelijk verband ontdekt. De vraag of kinderen met een stoornis in het autisme spectrum of hechtingsproblematiek mogelijk meer risico hebben voor het krijgen van heimwee is nog niet onderzocht. In dit onderzoek zijn wel de verbanden duidelijk geworden. Persoonlijkheidskenmerken zoals rigiditeit en moeite met sociale contacten en onveilige hechting zijn voorspellers voor het krijgen van heimwee en dat is juist wat kinderen met autisme of hechtingsproblematiek hebben. Zij zou het interessant vinden om wetenschappelijk te onderzoeken of dit mogelijke verband klopt.

Literatuurlijst

- Anoniem (z.d.) <http://www.ad.nl/ad/nl/1015/Gezondheid-wetenschap/article/detail/2254029/2007/07/02/Ik-wil-naar-huis.dhtml?redirected> geraadpleegd op 16-01-2012.
- Anoniem (z.d.) <http://www.armekant-eva.nl/jongeren/watis.html> geraadpleegd op 27-02-2012.
- Anoniem (z.d.) <http://www.heppie.nl/wat-doet-heppie.php> Wat doet Heppie? Geraadpleegd op 15-01-2012.
- Anoniem (2011). "Stichting Heppie" P. 1 *Heppie- map*.
- Anoniem (z.d.) <http://www.jmouders.nl/Themas/Opvoeding/Gedrag-kinderen/Heimwee.htm> geraadpleegd op 17-02-2012.
- Anoniem (z.d.) <http://pdf.swphost.com/sph/bijlage.pdf> geraadpleegd op 14-02-2012.
- Anoniem (z.d.) <http://vandale.nl/opzoeken?pattern=begeleiden&lang=nn> geraadpleegd op 16-01-2012.
- Anoniem (z.d.) <http://wetenschap.infonu.nl/onderzoek/12137-onderzoeksmethoden-het-interview.html> geraadpleegd op 14-03-2012.
- Anoniem (z.d.) http://www.ldawe.ca/DSM_IV.html geraadpleegd op 17-03-2012.
- American Psychiatric Association (APA) (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, fourth edition, Text Revision (DSM-IV-TR)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Chapeskie, A.E. (2008). *But I want to go home!* Waterloo: University of Waterloo.
- Fisher, S. (1989). *Homesickness, cognition and health*. London: Erlbaum.
- Kerns, K.A., Brumariu, L.E., Abraham, M.M. (2008). "Homesickness at summercamp." *Merrill-Palmer Quarterly*, 54 (4), p. 473-498.
- Lieshout, T. van (2009). 'Autismespectrumstoornissen (ASS)' Pp. 275 – 305 'Hechtingsstoornissen' Pp. 155 – 182 'Aandachtstekortstoornissen met en zonder hyperactiviteit (AD(H)D)' Pp. 183- 219 in *Pedagogische adviezen voor speciale kinderen*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Migchelbrink, F. (2006). "de vraagstelling en doelstelling" "het onderzoeksontwerp" "het verzamelen van gegevens" en "analyseren van gegevens." *Praktijkgericht onderzoek in zorg en welzijn*. Amsterdam: SWP.
- Montfoort, A.J. van., Tilanus, C.P.G. (2007). 'taken van bureau jeugdzorg' p.118 'zorg voor jeugdigen met een (lichte) verstandelijke handicap' p. 153 in *Jeugdzorg en Jeugdbeleid*. SWP: Amsterdam. P.
- Oei, K.(2011). 'Heimwee als thema in pathologie en delinquentie, speciaal in zaken van kinderdoding en brandstichting' Pp. 98-100 in *De forensische psychiatrie geanalyseerd*. Apeldoorn; Antwerpen; Portland: Maklu- uitgevers.

Poel van der L., Blokhuis A. (2008). 'De ontmoeting met de wereld van mensen met een verstandelijke beperking' Pp. 61-72 in Wat je speelt ben je zelf. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Rigter, J. (2002). *Ontwikkelingspsychopathologie bij kinderen en jeugdigen*. Bussum: Coutinho.

Rollins, J.A. (2010). "There's no place like home for the holiday's." *Pediatric Nursing*, 36 (6), p. 283.

Sprang, A. van (2005). 'Cognitieve stoornis, beperking of handicap' Pp. 143-173. *Orthopedagogiek, een eerste oriëntatie*. Soest: Uitgeverij Nelissen.

Thurber, C.A., Scanlin, M.M., Scheuler, L., Henderson, K.A. (2006). "Youth Development Outcomes of the Camp Experience: Evidence for Multidimensional Growth." *Youth Adolescence*, 36. Pp. 241-254.

Thurber, C.A., Sigman, M.D. (1998). "Preliminary Models of Risk and Protective Factors for Childhood Homesickness: Review and Empirical Synthesis." *Child Development*, 69 (4), Pp. 903-934.

Thurber, C.A., Sigman, M.D., Weisz, J.R., Schmidt, C.K. (1999). "Homesickness in Preadolescent and Adolescent Girls: Risk Factors, Behavioral Correlates, and Sequelae." *Journal of Clinical Child Psychology*, 28 (2), Pp. 185- 196.

Tilburg, M.A. L. van (1998). *When it hurts to leave home. Meaning, manifestations, and Management of Homesickness*.

Tilburg, M.A.L. van, Vingerhoets, A.J.J.M. (1997) 'Children's Coping with Homesickness: Phenomenology and Intervention' door C. Thurber, Pp. 143-163. 'Personality, Temperament and Homesickness' door G. van Heck, A. Vingerhoets, A. Voolstra, I. Gruijters, H. Thijs en M. van Tilburg, Pp. 181-196. 'Homesickness, Personality and Personality Disorders: An Overview and Therapeutic Considerations' door E. Eurelings-Bontekoe, Pp. 197-212 in *Psychological Aspects of Geographical Moves: Homesickness and Acculturation Stress*. Tilburg: Tilburg University Press.

Thurber, C.A., Walton, E.A. (2007). "Preventing and Treating Homesickness." *Child and Adolescent psychiatric clinics of north America*, 16 (4), Pp. 843-858.

Thurber, C.A., Weisz, J.R. (1996). "Describing boy's coping with homesickness using a two-process model of control." *Anxiety, stress and Coping*, 10, Pp. 181-202.

Veen, P.F.E. van (2011). Enquête uitgevoerd onder vrijwilligers bij Heppie.

Verschuur, M.J., Eurelings- Bontekoe, E.H.M., Spinhoven, P. (2000) Construction and validation of the Homesickness Vulnerability Questionnaire. *Elsevier*, 30. Pp. 11-19.

Verschuur, M.J., Eurelings- Bontekoe, E.H.M., Spinhoven, P., Duijsens, I.J. (2003). Homesickness, temperament and character. *Elsevier*, 35 (4), Pp. 757-770.

Vingerhoets, A.J.J.M, samenvatting gemaakt van zijn lezing over heimwee voor het Schippers Internaat in Dordrecht.

Vliet, A.J. van (2001). *Homesickness: antecedents, consequences and mediating processes*. Wageningen: Ponsen en Looijen.

Bijlagen

1. Enquête	43
2. Interviewvragen deskundigen	47
3. Uitwerking interview Ad Vingerhoets	49
4. Uitwerking interview Liesbeth Eurelings- Bontekoe	62
5. Interviewvragen vrijwilligers Heppie	76
6. Uitwerking interview Hellen 't Mannetje	77
7. Uitwerking interview M. v. L.	89
8. Uitwerking interview Robert Westra en Nikki ter Brake	101
9. Uitwerking interview Ellen Bouw	135
10. Uitwerking interview Marike Deutz	148
11. Uitwerking interview Marleen van Dijk	158
12. Interviewvragen Joyce van Heiningen	169
13. Uitwerking interview Joyce van Heiningen	170
14. Mail naar vrijwilligers ter behoefte aan ondersteuning van begeleiding kinderen met heimwee	185
15. Resultaten mail vrijwilligers	186

Enquête

Gehouden onder Heppie vrijwilligers door Peggy van Veen in 2011.

1. Wat is je geslacht?
 - Man **5**
 - Vrouw **49**
 - Totaal **54**
2. Heb je als vrijwilliger deelgenomen aan een:
 - Vakantie **28**
 - Weekend **10**
 - Allebei **16**
3. Hoe vaak ben je mee geweest op vakantie/ weekendcyclus?
 - 1-3 keer **41**
 - 4-6 keer **7**
 - 7-9 keer **3**
 - Vaker dan 9 keer **3**
4. Heb je wel eens te maken gehad met een kind met heimwee in jouw groepje?
 - Ja **22 > 41%**
 - Nee (verder naar vraag 13) **32 > 59%**

Een kind met heimwee verlangt naar zekerheid en bekendheid zoals thuis en naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil. Er volgt een aantal vragen over heimwee:

5. In welke leeftijdscategorie kom je heimwee het meeste tegen?
 - 6-9 **14 > 64%**
 - 9-12 **6 > 27%**
 - 12-15 **2 > 9%**
6. Waar zie jij aan dat een kind heimwee heeft? (**meerdere opties** mogelijk)
 - Het kind vertelt het zelf **17**
 - Het kind trekt zich terug **13**
 - Het kind huilt **15**
 - Het kind is boos **5**
 - Anders, namelijk... **1** doorvragen wat er aan de hand is
7. Hoe vaak kwam heimwee voor in jouw groepje tijdens afgelopen vakantie/ weekendcyclus?
 - Geen enkele keer **2 > 9%**
 - Soms (1 of 2 keer) **18 > 82%**
 - Regelmatig (meer dan 2 keer) **2 > 9%**
 - Vaak (iedere dag) **-**
 - Anders, namelijk... **-**
8. Tijdens wat voor moment zie jij dat heimwee het meest voorkomt?
 - Tijdens het opstaan **-**

- Tijdens het naar bed gaan **19 > 86%**
- Overdag tijdens vrije- tijdsmomenten **2 > 9%**
- Anders, namelijk... **1 > 5%** tijdens de eerste avond

Een probleem wat je tegenkomt in het begeleiden van kinderen kan zijn: je twijfelt, je weet niet hoe je het beste kunt handelen of hoe je het kind het beste kunt begeleiden.

9. Ervaar je een probleem in het begeleiden van een kind met heimwee?

- Ja **7 > 32%** (van 22 mensen die met heimwee te maken hebben gehad)
- Nee (verder naar vraag 13) **15 > 68%**

10. Wat vind je moeilijk aan het begeleiden van een kind met heimwee?
(meerdere opties mogelijk)

- Dat het zijn/ haar ouders/verzorgers mist **1**
- Je weet niet hoe te reageren op heimwee **1**
- Je reageert vanuit je gevoel maar weet niet of dat goed is **4**
- Je weet niet hoe je het kind kan steunen **3**
- Je weet niet hoe je de heimwee kan verminderen **5**
- Anders, namelijk ...

11. Kun je het probleem wat jij ervaart bij het begeleiden van kinderen met heimwee beoordelen met een cijfer op een schaal van 0 tot 10? Bij 1 ervaar je geen probleem, bij 10 erg/ zeer groot probleem.

0 ----1----2----3-----4-----5-----6-----7----8----9----10
 1x 2x 1x 3x
 14,2 % 28,6 % 14,2 % 42,8 %

Gemiddeld cijfer = 4,9

6 mensen **86% van 6-9 jaar** (6:0,07)

1 iemand 14, % van 9-12 jaar

0% van 12-15 jaar

12. Is er iets wat jou zou kunnen helpen om een kind met heimwee te begeleiden? Zo ja, wat dan? (meerdere opties mogelijk)

- Nee **1 > 14,2%**
- Stappenplan **1 > 14,2 %**
- Cursus **1 > 14,2 %**
- Presentatie **-**
- Meer informatie **3 > 42,9%**
- Anders, namelijk ...
- Leeg **1 (niet ingevuld) > 14,2%**

Voorgaande vragen gingen over heimwee. Als je (ook) andere problemen ervaart in het begeleiden van kinderen kun je dat bij onderstaande vragen aangeven.

Een probleem wat je tegenkomt in het begeleiden van kinderen kan zijn, je twijfelt, je weet niet hoe je het beste kunt handelen, hoe je het kind het beste kunt begeleiden.

13. Tegen welk probleem anders dan de stoornis van het kind (vb. hechtingsstoornis, autisme, adhd of een licht verstandelijke beperking) loop jij het meeste aan tijdens het begeleiden van kinderen uit jouw groepje op een Heppie vakantie/ weekendcyclus?

- Bedplassen **3 > 6%**

- Weglopen 7 > 13%
- Agressie 12 > 22%
- Teruggetrokken gedrag 7 > 13%
- Pestgedrag 12 > 22%
- Niets 7 > 13%
- Anders, namelijk... 7 > 13%

54 totaal

(geen mogelijkheid gegeven om heimwee in te vullen bij deze vraag)

14. Hoe vaak kwam het probleem waar jij het meeste moeite mee hebt voor in jouw groepje tijdens afgelopen vakantie/ weekendcyclus?

- Soms (1 of 2 keer)
- Regelmatig (meer dan 2 keer)
- Vaak (dagelijks)
- Anders, namelijk: ...

Zie hieronder uitgewerkt

15. Kan je dit probleem beoordelen met een cijfer op een schaal van 1 tot 10? Bij 1 ervaar je geen probleem, bij 10 een erg/ zeer groot probleem.

Zie hieronder uitgewerkt

16. Is er iets wat jou zou kunnen helpen om dit probleem als minder groot te ervaren? Zo ja, wat dan? (meerdere opties mogelijk)

- Nee
- Stappenplan
- Cursus
- Presentatie

Anders, namelijk ...

Zie hieronder uitgewerkt

14 hoe vaak kwam het probleem voor?

	bedplassen	weglopen	agressie	teruggetrokken	pest	Niets	anders	heimwee
Soms	2	4	5	5	8			18
Regelmatig		3	4	1	2			2
Vaak	1		2		2			
Anders			1	1				

Bij vraag 13 niets (geen probleem), daardoor hier ook geen enkele keer dat het voorkomt 7. 1 heeft deze vraag niet ingevuld.

15 probleem beoordelen met cijfer 0 -10

	Bedplassen	Weglopen	Agressie	Teruggetrokken	Pest
3	1			1	1
4				1	1
5		1	3	1	2
6		3	4	2	6
7	2	2	2	2	2
8		1	2		
9					
10			1		

Gemiddeld 5,7

6,4

6,6

5,4

5,6

16 iets wat zou helpen om probleem als minder groot te ervaren?

	Bedplassen	Weglopen	Agressie	Teruggetrokken	Pest	Uitdage nd gedrag	Meerdere bovenstaande	Tegenwerken onbekende situatie
Nee	2	3	2	3	2			
Stappenplan		2	5	1	5			1
Cursus		1	5		4			
Presentatie		1	1		2			
Meer informatie		1	7		2			
Anders	Weten dat kind kampt met deze problemen	Vooraf afspraken met team maken		Overleg team			Praktische coaching	
			Meer bekendheid geven aan wat er gedaan mag/moet worden bij fysieke agressie tegen anderen, zichzelf, meubilair. Onderscheid per leeftijdsgroep	Meer ervaring mee opdoen				
Ervaring delen andere vrijwilligers			hulp ervaren heppie'ers			1	1	1
Blanco 9								

Conclusie

Heimwee heeft een gemiddeld cijfer van 4,9. Als mensen met heimwee te maken krijgen 41%, ervaart 32 % een probleem in het begeleiden. Daarvan zijn 86% uit groep 6-9 jaar en 14% uit 9 -12 jaar en 0% 12-15 jaar.

Deze percentages zijn hoog genoeg om een onderzoek op te baseren. Ik heb vanuit deze enquête een voldoende informatie gekregen over het probleem begeleiden van kinderen met heimwee, wanneer en voor wie het speelt etc. Hiermee kan ik verder met het uitwerken van mijn onderzoeksopzet.

Interviewvragen deskundigen

Interviewvragen Ad Vingerhoets

Eerst wil ik u bedanken dat u tijd voor mij vrij heeft kunnen maken, ik vind het erg fijn dat u mee wil werken aan dit interview.

Vindt u het goed dat ik het interview opneem, zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven? Uiteraard ga ik betrouwbaar om met deze informatie, de antwoorden zal ik na mijn afstuderen vernietigen.

Mag ik u citeren in mijn onderzoek?

Voor mijn SPH opleiding aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee.

1. Wat verstaat u onder heimwee?

De definitie die ik gebruik voor heimwee bij kinderen is: een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis en naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil.

Ik onderzoek op welke wijze de vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie/ weekend. Stichting Heppie is een organisatie die voor kinderen van 6 t/m 18 jaar vakanties en weekenden organiseert. Deze kinderen kunnen stoornissen zoals autisme, adhd, een lichte verstandelijke beperking, hechtingsproblemen hebben of bijvoorbeeld in armoede leven. Allerlei omstandigheden waardoor ze wel wat extra aandacht kunnen gebruiken.

2. Wat kan meespelen in het krijgen van heimwee bij kinderen?

U heeft onderzoek gedaan naar persoonlijkheidskenmerken van mensen met heimwee.

3. Zijn er risicofactoren voor het krijgen van heimwee bij kinderen?

4. Zijn er beschermingsfactoren die ervoor zorgen dat een kind geen heimwee krijgt?

5. Hebben kinderen met autisme, adhd, hechtingsproblematiek etc. eerder kans om heimwee te ontwikkelen of is dit voor ieder kind gelijk? Zo ja, waar ligt het dan aan dat het ene kind wel last van heimwee heeft en het andere kind niet?

6. Kunnen kinderen zelf iets doen om de heimwee te verminderen?

7. Wat kunnen begeleiders doen om kinderen met heimwee te begeleiden?

8. Wat kunnen begeleiders beter niet doen om kinderen met heimwee te begeleiden?

9. Op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens u een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

10. Zijn er methodieken geschreven over hoe begeleiders om kunnen gaan met heimwee bij kinderen?

11. Hoe zouden vrijwilligers ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie?

12. Ik heb gelezen dat het maken van vriendjes kan helpen om heimwee te verminderen, alleen hebben kinderen die bij Heppie komen daar moeite mee. Heeft u een idee of dit kan helpen ook al hebben ze hier moeite mee?

13. Heeft u nog vragen of opmerkingen?

Bedankt voor uw tijd en medewerking.

Interviewvragen Liesbeth Eurelings- Bontekoe

Eerst wil ik u bedanken dat u tijd voor mij vrij heeft kunnen maken, ik vind het erg fijn dat u mee wil werken aan dit interview.

Introductie: voor mijn SPH opleiding aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee.

Vindt u het goed dat ik het interview opneem, zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven? Uiteraard ga ik betrouwbaar om met deze informatie, de antwoorden zal ik na mijn afstuderen vernietigen.

Mag ik u citeren in mijn onderzoek?

1. Wat verstaat u onder heimwee?

De definitie die ik gebruik voor heimwee bij kinderen is: een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil.

Ik onderzoek op welke wijze de vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie/ weekend. Stichting Heppie is een organisatie die voor kinderen van 6 t/m 18 jaar vakanties en weekenden organiseert. Deze kinderen kunnen stoornissen zoals autisme, adhd, een lichte verstandelijke beperking, hechtingsproblemen hebben of bijvoorbeeld in armoede leven. Allerlei omstandigheden waardoor ze wel wat extra aandacht kunnen gebruiken.

2. Wat kan meespelen in het krijgen van heimwee bij kinderen?

U heeft onderzoek gedaan naar persoonlijkheidskenmerken van mensen met heimwee.

3. Zijn er risico- of beschermingsfactoren die samengaan met het wel of niet krijgen heimwee?

4. Hebben kinderen met autisme, adhd, hechtingsproblematiek etc. eerder kans om heimwee te ontwikkelen of is dit voor ieder kind gelijk? Zo ja, waar ligt het dan aan dat het ene kind wel last van heimwee heeft en het andere kind niet?

5. Kunnen kinderen zelf iets doen om de heimwee te verminderen?

6. Ik heb gelezen dat het maken van vriendjes kan helpen om heimwee te verminderen, alleen hebben kinderen die bij Heppie komen daar moeite mee. Heeft u een idee of dit kan helpen ook al hebben ze hier moeite mee?

7. Wat kunnen begeleiders doen om heimwee te voorkomen?

8. Wat kunnen begeleiders doen om kinderen met heimwee te begeleiden?

9. Wat kunnen begeleiders beter niet doen om kinderen met heimwee te begeleiden?

10. Op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens u een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

11. Zijn er methodieken geschreven over hoe begeleiders om kunnen gaan met heimwee bij kinderen?

12. Hoe zouden vrijwilligers ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie?

13. Heeft u nog vragen of opmerkingen?

Bedankt voor uw tijd en medewerking.

P= Peggy van Veen A= Ad Vingerhoets

P: Eerst wil ik u bedanken dat u tijd voor mij vrij heeft kunnen maken. Ik ben erg blij dat u mee wilt werken aan dit interview. Vindt u het goed dat ik het interview opneem, zodat ik het naderhand kan uitwerken en zo objectief mogelijk blijven? Ik ga betrouwbaar om met deze informatie, na het afstuderen vernietig ik dit interview.

A: daar lig ik niet zo van van wakker.

P: nee? haha

P: en ik wou ook graag even weten mag ik u citeren in mijn onderzoek?

A: ja, ja natuurlijk

P: ja?

A: ik bedoel anders heeft het weinig zin denk ik

P: nou ja ik dacht het is wel even handig om toestemming te vragen er voor

P: ik was wel benieuwd wat u verstaat onder heimwee? Onder het begrip heimwee, als eerste?

A: heimwee is voor mij een soort reactieve depressie en uhm die, ik beperk dat heel erg tot de reactie die optreedt wanneer iemand verwijderd is van eigen huis, thuisomgeving en

P: ja

A: want je hoort in het gewone spraakgebruik dikwijls van ik heb heimwee naar vroeger, ofzo, ja dat uhm, dat vind ik nostalgie.

P: mmm

A: dat is gewoon iets heel anders.

P: ja

A: heimwee is voor mij dus verwijderd zijn van de vertrouwde thuisomgeving en dan ga je daar heel heftig op, sommige mensen gaan daar heel heftig op reageren, een soort reactieve depressie.

P: ja

P: en dan uhm met symptomen van uhm huilen en niet meer eten, dat soort dingen

A: huilen, niet meer eten, soms koorts uh niet kunnen concentreren, niet kunnen slapen, nergens zin in hebben.

P: ja

A: alleen maar 1 ding, terug naar huis.

P: terug naar huis, haha ja, ja

P: oké, nou ja, ik heb voor, zeg maar vanuit de literatuur van alles erbij gepakt en zeg maar zelf een soort definitie voor kinderen uhm uhm gemaakt, voor de rest van het onderzoek.

A: ja, ja

P: en dat is dan een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis en naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil.

P: denkt u dat dat een beetje overeenkomt?

A: uhm, ja, uhuh wel is de vraag als je echt heel heel nauwkeurig gaat kijken uhm er zijn bijvoorbeeld als zijn kind bij zijn opa en oma gaat logeren ofzo en dat daar dan zeggen hij heeft heimwee, als je heel precies bent is dat nog maar de vraag, want dan heb je ook nog een net weer iets een ander concept en dat heet scheidingsangst.

P: ja

A: de vraag is nou van wat gebeurt er als vader of moeder ook bij opa of oma komt logeren als het dan over gaat, hè dus je hebt eigenlijk het verschil. Waar gaat het om, scheiding van je moeder of je vader of scheiding van het huis? Dat zijn eigenlijk 2 verschillende dingen.

P: mmm

A: en uhm nou ja je ziet dus bij echte heimwee, dat zijn mensen die willen gewoon naar huis. Ook al is, of hebben ze iemand bij zich waar ze ook aan gehecht zijn.

P: ook al zijn de ouders erbij, ja

A: hè? maar die die, dus ja. Heimwee heeft wat mij betreft alles te maken met met gehechtheid, een sterke band hebben en ja dat hebben we uiteraard met veel andere mensen zeker met onze ouders, kinderen zeker met de ouders, of met onze romantische partner of he en allen die ons dierbaar zijn. Het blijkt dus dat mensen ook zeer gehecht kunnen zijn aan die fysieke omgeving.

P: ja

A: aan hun eigen huis.

P: en bedoelt u daar dan ook mee het verschil tussen honden- en kattenheimwee?

A: ja, ja

P: ja

A: ja,ja

P: want, honden heimwee is dan wel van het gehecht zijn aan personen

A: ja

P: en kattenheimwee is meer eh

A: meer plaats

P: ja en ik las ook iets over ehm, die Miranda van Tilburg dan, die heeft verschillende vormen van heimwee, uhm onderscheid zij en herstelde heimwee, herhaalde heimwee en vakantie heimwee

A: ja, dat is

P: wat zegt u?

A: ik zei dat is één indeling hè?

P: dat is een indeling, ja.

A: ja

P: er zijn meer, er zijn ook andere

A: ja wat je net noemt van honden- en katten bijvoorbeeld.

P: ja,ja klopt. En uhm, ja ik vroeg me af van de kinderen bij Heppie hebben waarschijnlijk dan vakantieheimwee, denk ik, maar weet u daar uhm omdat ze daar zeg maar ze komen een weekje op kamp.

A: ja uhm vandaar uhm ik ben niet helemaal gelukkig met die indeling.

P: met die indeling?

A: van, van, van Miranda, ja.

P: nee?

A: ik bedoel ja, ja uhm als je heimwee hebt op vakantie heb je altijd vakantieheimwee! Dus ehh, ja haha haha.

P: ja, ja haha, das waar.

A: haha maar, maar mijn vraag is van, uhm dat vind ik een belangrijker onderscheid, van waar gaat het nou om? He dan toch maar even die honden versus katten. Zou het over zijn als papa en mama er is of, of willen ze gewoon echt, echt naar huis?

P: ja

A: uh uh of ja dan kan het eventueel ook nog wel dr eigen vriendjes of zo zijn natuurlijk, dat is niet altijd zo'n scherp onderscheid.

P: nee? En uhm ja uhm wat zou daar bij kunnen helpen, zeg maar? Bijvoorbeeld kan je het vragen aan het kind, of wat, hoe kan je erachter komen wat voor soort heimwee het kind heeft?

A: ja, er bestaat natuurlijk geen uhm geen uh, ja hoe kan je dat noemen? Geen gevalideerde meetinstrumenten voor, dat is toch gewoon een beetje praten.

P: ja, ja. Want er zijn niet echt methodieken geschreven over uh

A: niet veel, ja wij hebben een soort eerste vragenlijst, maar of dat voor kinderen, ja ik weet nie of, hoe oud dat die kinderen zijn, waar jij het over hebt?

P: ja 6 tot 18

A: 6 tot 18.

P: jaar, ja.

A: dat is nogal breed, ja wij hebben een vragenlijst, maar ik neem aan dat die vanaf de 12 best ingevuld kan worden, maar of een kind van 6 dat in kan vullen?

P: dat is de vraag.

A: dat betwifel ik.

P: ja, uhm

A: misschien met hulp van iemand.

P: met hulp, ja, ja.

P: uhm, nou ja ik onderzoek dan op welke wijze de vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een vakantie of een weekend, want dat hebben ze allebei daar. Ja ze organiseren dan vakanties en weekenden voor kinderen van 6 t/m 18 jaar en het zijn ook kinderen die autisme hebben, of adhd, hechtingsstoornis en verstandelijke beperking of in armoede leven. Dus het is wel zeg maar een specifieke doelgroep.

A: ja

P: en ik vroeg me af of u daar ook iets meer over kunt vertellen, over heimwee bij kinderen? Heeft u daar eh?

A: ja ik heb, wel jammer dat ik jou dat nou nog niet heb opgestuurd, ik heb wel een docu. Ik heb een keer, uh was ik uitgenodigd voor het schippersinternaat in Dordrecht.

P: oh? ja

A: want daar hadden ze dus ook die problematiek van heimwee.

P: ja

A: daar heb ik toen een documentje van gemaakt, uhm nou ja een soort samenvatting van mijn lezing.

P: oke

A: werd er geklopt? Ja?

P: ik denk het niet

A: en, daar staan wel een aantal uh tips in

P: oh nou dat zou handig zijn als ik uh, als u dat door zou kunnen sturen.

A: even wat kunnen we er aan doen, selectie. Ook wat uit Amerikaanse literatuur, uh, 14 ways to prevent kids homesickness, in Amerika, how to get over homesickness, dealing with homesickness. In de engelse taal, in de literatuur

P: is veel meer te vinden he?

A: daar heb je best wel een hoop wat daar over gaat.

P: ja, ja ik heb ook al verschillende artikelen van Chris Thurber gevonden.

A: ja

P: ook over risicofactoren

A: maar dus ook gewoon heel praktisch, dus met name die schoolkampen en universiteiten die met studenten met heimwee

(hij loopt de kamer uit en komt terug met een uitgeprinte versie)

P: oh u heeft het even uitgeprint

A: ja, 14 ways to prevent kids home en uh nou ja fijn, ja je moet dit

P: maar even lezen haha ja. oh dat is goed, dank u wel

A: want dat kan ik ook niet allemaal uit mn hoofd zo, uh repliceren

P: nee, nee.

P: uhm weet u wat uhm wat mee kan spelen waardoor iemand heimwee krijgt?

A: uhm ja voor een deel is het denk ik wel een beetje aangeboren, hangt wel samen met persoonlijkheidskenmerken. In het algemeen zijn het toch een beetje de types die, ook, nou ja, niet echt extravert zijn, die een beetje teruggetrokken, introvert, niet zo snel, makkelijk contact maken met anderen. Uhm ja en het zijn ook een beetje de personen kwam uit ons onderzoek, ja een beetje rigide

P: ja dat lees ik heel veel terug, ja

A: in de zin van, dus ze zijn niet flexibel, ze hebben moeite om zich aan te passen ook gewoon in nieuwe situaties in het algemeen.

P: ja

A: als ze in de thuissituatie, of op school, nieuwe baan, of nieuwe, moeten altijd erg wennen.

P: Ja, dus het zijn eigenlijk uhm eigenschappen van de mensen zelf die er in meespelen.

A: ja

P: wat heimwee kan

A: het is de verandering, he de dat is een beetje het grotere verhaal. Ze hebben moeite met veranderingen, aanpassingen aan nieuwe situaties. Maar uhm dat is een aspect, maar je kunt dus ook zeggen van heimwee het gaat eigenlijk om twee dingen. Het is enerzijds het loskomen van de thuissituatie en anderzijds het aanpassen aan de nieuwe situatie.

P: ja

A: dat zijn eigenlijk dus twee dingen en ik heb het idee dat, dat dat aanpassen als dat alleen het probleem is, dat dat meestal wel lukt na langere of minder lange periode, maar, maar dat de echte grote problemen dat je die ziet bij mensen die uh die niet los kunnen komen van de thuissituatie.

P: Het kan toch ook zo zijn dat ze van te voren al bang zijn

A: ja,ja

P: om heimwee te ontwikkelen?

A: ja, ja

P: dat is toch ook een grote voorspeller van het krijgen van heimwee?

A: ja anticipatie, hoewel wij, ik heb ook, tenminste wij hebben in ons onderzoek, hadden we een vrouw die zei ik ohh heb zo'n last van heimwee. Oké wil je alsjeblieft een dagboekje bij houden?

P: mm mm

A: Dat waren mensen die op vakantie gingen hè en dan moesten ze een paar dagen voor, voor ze op vakantie gingen, moesten ze al starten met dat dagboekje en wat bleek die had eigenlijk alleen maar heimwee, maar ja zo kun je het natuurlijk niet noemen, toen ze nog thuis was. De dagen voordat ze op vakantie was en toen ze op vakantie was..

P: nergens meer last van?

A: had ze nergens last van, terwijl ja terwijl ze wel echt zweerde van ja oh ik heb wel zo verschrikkelijk last van heimwee, maar dat was eigenlijk helemaal niet.

P: mm, nee, gek, ja. Die heeft dan meer moeite met het loskomen, misschien.

A: ja,ja

P: even kijken hoor, uh ik heb ook veel gelezen over risicofactoren die mee kunnen spelen bij het krijgen van heimwee, kunt u daar iets meer over vertellen, risicofactoren bij kinderen of volwassenen?

A: ja, nou ja voor een deel is dat natuurlijk wat we toen net al aan de orde stelden he?

P: ja, die starheid en uh

A: ja maar goed, ja verder verder heb je, heb je nog eh natuurlijk eh uhm ja kijk als je vrijheid hebt, om om om in je keuzes, dat maakt het makkelijker, maar goed van de andere kunt kun je ook zeggen van ja als je ergens last van heimwee hebt dan ga je niet of he

P: dan blijf je thuis

A: en een kind moet altijd, dan beslissen de ouders van jij moet nou daar gaan logeren of jij moet nou

P: ja

A: of je gaat mee met ons mee op vakantie of weet ik veel wat, dus ja dat dat zijn eh

P: dat kan meespelen of je zelf de keuze hebt

A: dat kan meespelen en uhm ja verder eh wat wij noemen gehechtheidsstijl, dus hoe dat eigenlijk al als baby door de moeder behandeld zijn, hoe dat is gegaan

P: dat heeft dan met angstige- ambivalente hechting te maken?

A: angstige gehechtheid dan te, ja, ja daar heeft Thurber ook over geschreven.

P: ja klopt en een paar onderzoeken zeggen weer dat het wel met hechting te maken heeft en anderen zeggen ook weer van niet.

A: mja
P: dus ja
A: ja en hij zegt ook nog dat als ik me niet vergis dat eh dat er een verschil was tussen heimwee in een ziekenhuis en ergens anders
P: ja kamp ja
A: dus ja heel duidelijk is het niet, maar er zijn aanwijzingen dat dat mogelijkwerijs meespeelt.
P: ja,ja hahaha
A: voorzichtig formuleren
P: ja, uhm, zijn er ook nog beschermingsfactoren voor een kind zodat het geen heimwee kan krijgen?
A: nou ja meestal sociale vaardigheden als het daar goed over beschikt. Uhm ja, nou goed. Het is nooit verkeerd om wat te oefenen. Zeker als ze op kamp gaan ofzo, het zou mooi zijn om ze eerst in de vertrouwde omgeving, in ieder geval, dat ze dat kunnen bij opa en oma of bij iemand bij wie ze zich prettig voelen.
P: prettig voelen, ja
A: en ja wat af en toe ook wel gezegd wordt dat dat helpt, is dat als ze iets, in ieder geval iets mee mogen nemen waar ze erg aan gehecht zijn en wat, wat
P: iets vertrouwds
A: iets vertrouwds, ja
P: ja,ja, een fotootje of
A: ja, of een, of een knuffel of een weet ik veel wat, wat kinderen van alles
P: ja hahaha
A: een poppetje waar ze erg aan gehecht zijn ofzo
P: ja, dan brengt het toch nog een beetje iets van thuis mee
A: ja,ja
P: ja, uhm oh ja en de doelgroep van Heppie bestaat dan inderdaad uit kinderen met verschillende stoornissen en nou ja u zei al dat rigide bijvoorbeeld iets is wat heimwee ja wat dat wel kan voorspellen
A: ja
P: **en nou zijn er bijvoorbeeld ook kinderen met autisme daar,**
A: ja,ja, ja
P: **hebben die dan misschien sneller kans om heimwee te ontwikkelen?**
A: dat ja, ik weet dat niet, maar mijn inschatting is dat dat wel haast moet.
P: ja want die hangen natuurlijk helemaal vast aan de structuur.
A: aan de structuur ja.
P: ja en ook ja kinderen met
A: ik ik ik heb een dochter die werkt met zware autisten en nou ja die hebben eigenlijk het liefst dat ze elke dag dezelfde kleren aandoen en en en
P: ja
A: nou ja goed met al als er een feestdag is ofzo doen wel alle scholen aan weet ik veel wat het is pasen ofzo en wij gaan een dag aan pasen besteden ofzo of aan kerstmis
P: daar maak je ze niet blij mee
A: daar maak je ze niet blij mee nee, he zelf al gaan ze naar de kapper als ze
P:mmm
A: nou ja goed met dat soort kinderen werken dat lijkt me hopeloos eigenlijk
P: ja haha ja toch gaan ze mee op kamp haha, ja , nou ja er zit natuurlijk ook wel verschil in gradatie
A: ja
P: ja en net zoals kinderen met uhm hechtingsstoornissen, want u zei al van hechting is ook wel iets wat mee speelt
A: ja
P: **zou dan een kind met een hechtingsstoornis uh die zeg maar angstig gehecht is meer kans hebben op het ontwikkelen van heimwee?**

A: dat sluit ik niet uit nee
P: nee, dat zou kunnen

P: ja uhm en weet u waar het aan kan liggen dat het ene kind wel last heeft van heimwee en het andere niet?

A: ja nou ja dan komen we weer terug op die dingen we die we net verteld hebben he met dat flexibiliteit en sociale

P: ja, ja dus als je flexibel bent en uh dan heb je er minder last van

A: ja en misschien dat het voor een deel ook nog wel een kwestie van aanleg is, dat sluit ik niet uit. Als vader of moeder er ook heel veel last van heeft gehad.

P: ja, ja zit dat in de genen dan?

A: zou kunnen

P: zou kunnen, ja.

A: dat je een bepaalde predispositie hebt.

P: mm, mm.

P: kunnen de kinderen zelf iets doen om de heimwee te verminderen?

A: zelf iets doen, om het, ik denk dat het meer een kwestie is van eh goed mee omgaan, begrijpen wat er aan de hand is en een beetje op anticiperen. Het idee is van je moet het in ieder geval aan de kinderen uitleggen wat het is, dat ze a dat het best normaal is dat het niet iets gek is, nou dat iedereen er last van kan hebben, uhm ook met name wanneer het op kan zetten, dat is toch vooral tijdens de stille momenten, je kunt het voor een deel ook wel bestrijden met met gewoon uh afleiding,

P: mmm mm

A: afleidende activiteiten, hou ze aan de gang.

P: ja

A: en maar ja dan eh

P: maar als ze dan

A: maar ja als er dan gegeten moet worden of als ze

P: ja, naar bed gaan

A: of als ze in bed liggen dat zijn de momenten dat

P: dat het stil is

A: of 's morgens als als iedereen nog slaapt en zij worden wel wakker

P: ja

A: dat zijn de momenten waarop dat op kan komen zetten, nou ja goed als ze uh

P: en wat kunnen begeleiders dan doen?

A: nou ja daar een beetje op op anticiperen en dat uitleggen en bespreken met die kinderen, die die er last van hebben en als het een beetje, ja als iets voorspelbaar is, is het tegelijkertijd ook een beetje beheersbaar en ik weet nou, nou zal ik dat wel weer hebben, maar dan gaan we straks weer leuke dingen doen en dan is dat, dan is dat weer over.

P: ja, ja, ja. Ja uhm kunnen begeleiders ook iets doen om heimwee te voorkomen bij die kinderen?

A: ja nou ja, dat staat ook, daar staan hier nog wel een aantal tips in (pakt uitgeprint document erbij)

P: oke

A: ja afleiding, maar goed maar dat dat heeft, alles heeft zijn beperkingen natuurlijk

P: ja

A: want eh ja ik bedoel eh kinderen moeten ook gewoon slapen

P: ja hahaha

A: en eten en eh

P: ja

A: dat zijn dan toch die momenten dat het de kop op kan steken en ja nogmaals gewoon over praten en vooral niet eh niet het kind met nog een extra probleem opzadelen, dat ze heimwee hebben en dat dat ook nog vreselijk kinderachtig of weet ik veel wat is

P: nee, je moet niet zeggen dat het heel gek is

A: nee, nee je moet het ja eigenlijk proberen het te normaliseren, oh bijna iedereen heeft daar wel een beetje last van en de ene weer net iets meer dan de ander, en eh

P: ja

A: maar goed je hebt nou veel, maar straks dan gaan we leuke dingen doen en dan ja eh

P: een beetje proberen positief eh

A: ja, ja

P: ja en u noemde al inderdaad dat ze beter niet kunnen zeggen van het is heel gek, zijn er nog meer dingen die begeleiders beter niet kunnen doen?

A: nou er is wat discussie over uhm uhm over contact op nemen met huis

P: ja klopt, ja

A: dat wordt eigenlijk toch wel afgeraden omdat eh zeker en dat hoorde ik daar ook, daar had ik nog nooit bij stil gestaan, maar dat hoorde ik daar ook in in Dordrecht. Zeiden die begeleiders, zeiden dan ja dan belden ze naar huis en dan begint moeder te huilen, nou ja dan wil zo'n kind natuurlijk helemaal naar huis!

P: ja

A: haha dan wordt het alleen maar erger als, als moeder begint mee te, mee te kweken (dialect, betekent jammeren)

P: hahaha

A: dus eh ja er wordt toch wel gezegd van nou u kunt toch beter geen contact eh

P: beter helemaal geen contact ook?

A: ja, ja nee en zeker niet als dit in het verschiet ligt

P: ja dat een moeder gaat huilen, of

A: ja,ja

P:ja, ik las het ook inderdaad wel dat ze soms ook wel instructies aan ouders geven

A: ja

P: van eh u moet überhaupt niet zeggen dat u het kind op komt halen, en eh het kort houden

A: ja,ja

P: ja dan zou het volgens sommigen weer wel kunnen en inderdaad anderen zeggen van beter helemaal niet, dat is dan toch een beetje uitvogelen.

A: ja en dat zal, ongetwijfeld zal het zo zijn dat voor de een het een beter werkt en voor de ander het ander.

P: ja, dat is zo

A: dat is altijd bijna met dit soort dingen, je moet maatwerk leveren.

P: ja

A: je hebt geen eh, niet

P: een algemeen recept

A: geen kant-en-klaar, algemeen recept

P: nee haha, nee.

P: uhm op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie eh volgens u een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

A: ja wat bedoel je nou, dat die extra gehandicapt zijn ofzo?

P: ja met stoornissen inderdaad, dat ze autisme hebben, hechtingsstoornis, speelt dat nog een andere rol dan bij normale kinderen zeg maar, met heimwee?

A: dat kan ik me wel voorstellen, dat dat het een stuk ingewikkelder maakt ja het probleem

P: ja

A: maar ja hoe precies dat weet ik ook niet, dat eh, nou ja kijk voor een deel. Zijn ze ook verstandelijk beperkt?

P: sommigen wel ja

A: dat is natuurlijk ook een probleem dat het moeilijk is om dingen uit te leggen of zo.

P: ja, het is een licht verstandelijke beperking.

A: mm

P: dus eh, maar net zoals ik zou me voor kunnen stellen bij kinderen met autisme door dan wel een duidelijke structuur te bieden dat dat kan helpen als, als

A: ja

P: als ze die rigide persoonlijkheid hebben

A: ja uh ja haha het wordt natuurlijk nog erger als je zegt nou gaan we allemaal leuke dingen doen

P: mmm mm, ja dat is natuurlijk wel op kamp, een dagje naar het zwembad of een dagje, biedt dan ook wel weer afleiding misschien maar haha

A: ja maar het is toch een beetje wel van, ja doe ik ze er echt wel een plezier mee?

P: ja, ja

A: Tenminste als ik dat hoor van mijn dochter,

P: dan is dat niet zo.

A: van die groep

P: nee.

P: uhm nou ja en er zijn verder niet echt methodieken zei u al, geschreven?

A: niet dat ik weet en nog maals daar heb ik het ook over gehad he die dvd, daar in Amerika

P: ja dat klopt, dat zei u ja, dat is wel, die Chris Thurber heeft zelf een dvd gemaakt dan

A: ja

P: ja ik heb er verder nog niet eh, ik heb wel op internet een stukje gezien ervan, maar eh

A: oké ja ik ken hem verder ook niet maar

P: nee

P: uhm heeft u een idee hoe de vrijwilligers ondersteund zouden kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie?

A: nou ja in ieder geval voorlichting geven, die moeten gewoon de dingen weten die wij nou vertellen.

P: ja

A: en en ja, je kunt wel een aantal, ook voor hun een aantal do's en dongs, denk ik opstellen, dat staat tenminste ook wel eh

P: dat staat hier in (document).

A: dat staat daar wel in ja.

P: ja dus dat ze een beetje weten wat heimwee is

A: ja, ja, ja

P: en wat er eh, voor eh, ja inderdaad wat voor eigenschappen die mensen hebben

A: ja

P: en hoe ze er mee om kunnen gaan, ja en dat is dan eigenlijk vooral informatie geven

A: Ja

P: of een cursus

A: ja

P: ofzo

P: uhm, ik heb ook gelezen dat het maken van vriendjes kan helpen om heimwee te verminderen.

A: kan ook ja

P: alleen nou ja sommige kinderen hebben daar wel moeite mee

A: ja, ja dat is een beetje het probleem, want kinderen die daar, daar moeite mee hebben dat zijn ook juist kinderen die haha

P: heimwee krijgen

A: die kans hebben op heimwee

P: ja en ehm maar ondanks dat ze daar moeite mee hebben met het maken van die vriendjes zou het wel een beschermende, is het wel een beschermende factor?

A: ja dat kan, het geeft natuurlijk ook afleiding en je hebt ook iemand waar je een beetje gehecht aan bent dan. Vriendschap is toch ook een soort hechting he?

P: ja, ja en dan zouden begeleiders bijvoorbeeld uhm ja want net zoals autisten die maken niet zo snel vriendjes bijvoorbeeld, dan als de begeleiders ze daarbij helpen, dan eh

A: ja

P: zouden ze zo ervoor kunnen zorgen dat een kind weer vriendjes maakt

A: dat, ja als ze dat voor elkaar krijgen op de ene of andere manier, dat zou wel

P: dat zou mooi zijn

A: kan in bepaalde gevallen goed helpen denk ik.

P: ja uhm

A: of zelfs eh zelfs denk ik misschien nog wel met een huisdier, met een hond ofzo.

P: hoe bedoelt u, dat ze die meenemen of?

A: ja in een kampsituatie is dat ingewikkeld.

P: ja

A: maar in een andere situatie,

P: op vakantie met ouders,

A: op vakantie ja, als de hond mee mag of weet ik veel wat .

P: ja ja dan is het een soort van vervangende vriendschap.

A: ja, ja

P: ja ja oh uhm even kijken hoor, ik heb al heel wat, aardig wat vragen gesteld eigenlijk.

A: wij hadden dat is trouwens ook wel een mooie anekdote, wij hebben ook twee kinderen die, nou mijn zoon heeft extreem last van heimwee gehad.

P: ja?

A: en mijn dochter een beetje en dat was wel een mooie anekdote die ging toen logeren bij mijn broer en daar was ze toch niet zo vertrouwd mee en vanaf het allereerste moment, daar hadden ze een hond. Nou ja die kenden elkaar dus niet en nou ze had bijna in 3 dagen niet gegeten en niet gedronken,

P: oh?

A: nou mijn schoonzus, nou ja dat eten a la maar dat drinken dat vonden we echt heel eng.

P: ja

A: maar ze hadden daar een hond en van het begin af aan tot helemaal het eind waren die hond en zij waren onafscheidelijk.

P: echt waar?

A: en zo zijn zij, zo is ze er door gekomen.

P: ja? Oh.

A: die hond die week geen moment van haar zijde.

P: nee? Ahuh echt een soort maatje dan?

A: ja

P: ja, bent u zo ook er bij gekomen om heimwee te gaan bestuderen dan? Door u kinderen of?

A: ja wel een beetje, toen wel mijn zoon ja dat eh

P: want die, wat voor last had hij of wat voor symp..

A: nou ja, ja goed, dan denk je van inderdaad is dat nou heimwee of scheidingsangst?

P: ja ja

A: maar ja zo ben ik daar wel op gekomen ja. Van mijn god wat moeten we hiermee? haha

P: hij had wel een heftige reactie dan?

A: ja die werd ook echt, ja die kreeg gewoon 40 graden koorts ofzo.

P: ja?

A: ja

P: ja, ik heb het wel gelezen inderdaad dat dat kan, maar dat je daar echt ziek van kan worden.

A: het is echt wonderlijk gewoon, je bent thuis en hup als bij toverslag..

P: was het verdwenen?

A: helemaal gewoon de oude, bijna doodziek en terug thuis en klaar hahaha

P: ja het is wel heel wonderbaarlijk hoe dat kan gaan ja.

P: Uhm ja dus dat zijn ook enkele symptomen toch? Dat mensen koorts kunnen krijgen en wat zijn er nog meer uhm?

A: die ik toen straks al noemde hè. Niet kunnen eten, niet kunnen slapen, niet kunnen concentreren, apathie, lusteloosheid, nergens zin in hebben, veel huilen ja

P: terug aan thuis denken en

A: idealiseren van de thuissituatie, thuis is alles veel leuker, beter, fantastischer. Net een soort liefdesverdriet hè?

P: daar kan je het mee vergelijken?

A: ja

P: ja, oké,

P: nou ja heeft u nog iets van vragen of opmerkingen of extra?

A: nou ik, ik, ik, jij hebt het over onderzoek hè? Betekent dat nou ook dat je, wat houdt dat in dat onderzoek?

P: nou ik ga zeg maar niet echt onderzoeken hoe kinderen op heimwee eh, ik ga niet zeg maar daar op het kamp echt de kinderen bekijken met heimwee, maar meer hoe de vrijwilligers van Heppie dan ondersteund kunnen worden. Dus wat zij nodig kunnen hebben, dus ik ga dan ook de vrijwilligers nog interviewen.

A: ik snap het, ja, ja

P: ja

A: en de bedoeling is dat jij met een product komt waar zij iets aan hebben?

P: ja, ja

A: informatie

P: bijvoorbeeld

A: oh oké

P: ja dat ze er wat meer over weten en wat ze er aan kunnen doen, want nu is er eigenlijk nog helemaal niets over geschreven of bekend over en eh

A: dat is gek, ik ken Heppie helemaal niet

P: nee?

A: nee

P: het is ook ooit op tv geweest met Rene Froger en Natasja Froger

A: ja

P: die hebben ooit een programma gemaakt dat ze met een caravan op vakantie stonden zeg maar voor kinderen en dat is Heppie, dat is op tv uit gezonden, dus daar kennen heel veel mensen het van.

A: ja, ja

P: het zit wel in de buurt, in de buurt van Eindhoven gaan ze nou een hotel openen, in juni in Mierlo.

A: oh oké, en is dat ook voor, voor lichamelijk gehandicapte kinderen, dubbel gehandicapte kinderen?

P: nee, nee

A: dat niet?

P: het is meer voor kinderen met, ja eigenlijk is zeg maar een beetje de omschrijving kinderen die wat extra aandacht nodig hebben,

A: ja, ja

P: die het thuis bijvoorbeeld moeilijk hebben doordat ze een ziek zusje of broertje hebben of eh zelf een stoornis hebben, we werken ook wel heel veel met pictogrammen en zo daar, dat het toch wel een beetje de structuur wordt eh, duidelijk wordt, in ieder geval ja het is natuurlijk anders dan thuis maar ja

A: ik ken wel de Wielewaal, die heeft dat dus ook. Dat is meervoudige gehandicapten kinderen ook.

P: oké, die hebben ook kampen?

A: ja, nou ja kampen ook? Kampen dat weet ik eigenlijk niet, maar in ieder geval wel vakantie, vakantiehuisjes dus eh dat zijn denk ik maximum hoe groot waren die groepen? 8 misschien 10, ik weet niet, 8 denk ik.

P: oh dat is wel klein.

A: ja

P: bij Heppie zijn er zeg maar in de grote vakantie echt wel groepen van 30 soms.

A: ja nee dat hebben ze bij de Wielewaal niet.

P: nee en dat is voor ernstig gehandicapten?

A: ja onder andere ook meervoudig gehandicapten hè, dus die zitten allemaal sowieso in een rolstoel, dan moet je met, die begeleiding is bijna 1 op 1 ofzo hè?

P: ja en die hebben ook iets over heimwee, of dat verder niet?

A: niet dat ik weet.

P: nee, nee. Oké nou heel erg bedankt voor de informatie!

A: succes ermee!

P: ja, ja het is wat anders dan wetenschappelijk onderzoek wat u doet, maar het zou wel mooi zijn als hierdoor de vrijwilligers een beetje weten wat ze er mee kunnen en eh

A: ja

P: dat is eigenlijk de bedoeling, dat ze er wat aan hebben.

P= Peggy van Veen L= Liesbeth Eurelings-Bontekoe

P: oké uh nou ik wil u eerst bedanken nog

L: ja graag gedaan

P: dat u tijd heeft vrij kunnen maken en ehm ik zal even mijn introductiestukje doen.

L: ja

P: voor mijn SPH opleiding aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee en vindt u het goed dat ik het interview opneem zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven?

L: ja hoor dat is goed

P: oké en ik ga betrouwbaar om met deze informatie, dus ik zal eh de antwoorden na mijn afstuderen vernietigen

L: oké prima

P: en mag ik u citeren in mijn onderzoek?

L: ja zeker ja

P: oké en wat verstaat u onder heimwee?

L: oké nou dat is al een begin haha

P: haha

L: uh nou er zijn heel veel definities van heimwee, maar eh je zou kunnen zeggen het is een, een toestand van eh heel heftig verlangen naar een eh thuissituatie op een moment dat mensen daar dus niet zijn

P: mm mm

L: uhm eh waarbij eigenlijk misschien de gedachten niet anders gaan dan over het huis waar men vandaan komt, de plek waar men vandaan komt en eh ja eigenlijk een aantal eh symptomen heeft. Je zou kunnen zeggen qua denken, dus cognitief vooral heel erg bezig met hoe was het thuis en soms ook idealiseren maar hoe is het thuis, hoe zou het thuis gaan eh helemaal geen aandacht voor de nieuwe situatie. Dan zijn er veel fysieke symptomen hè dus vooral maag- darmklachten, misselijkheid, lichte koorts kan uhm uhm spierpijn, dat soort een beetje malaise- achtige klachten.

P: mm mm

L: en als derde heel duidelijk gevoelens van somberheid hè

P: ja

L: dus depressieve gevoelens eh, dat zijn de drie kenmerken van heimwee en eh en alles draait dus om het verlangen om weer terug te gaan naar huis

P: ja oké eh nou ja ik gebruik dan een soort definitie voor heimwee bij kinderen

L: ja

P: en dat is een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis

L: ja

P: of naar ouders of verzorgers

L: ja

P: en het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil

L: ja, ja absoluut, ja, ja, ja

P: oké nou dat is fijn om te horen haha, dat het klopt ja

L: ja, maar je maakt dan wel een veronderstelling dat het dus verlangt naar zekerheid, ik denk dus dat dat inderdaad zo is

P: mm mm

L: maar dat is inderdaad iets wat je zou moeten onderzoeken wat we ook gedaan hebben maar

P: oké

L: het is inderdaad zo dat, dat mensen met heimwee erg gericht zijn op zekerheid uh duidelijkheid, vaste gewoontes

P: ja

L: daar zijn ze erg, houden ze erg aan vast, dat klopt, klopt, ja, ja

P: ja oké

P: en uh nou ja ik zal even een beetje uitleggen

L: ja hoor

P: ik onderzoek op welke wijze de vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie of weekend

L: mm mm

P: en stichting Heppie is een organisatie die voor kinderen van 6 tot en met 18 jaar vakanties en weekenden organiseert

L: ja

P: en deze kinderen kunnen ook stoornissen zoals autisme, adhd, lichte verstandelijk beperking of hechtingsproblemen hebben of bijvoorbeeld in armoede leven, dus allerlei omstandigheden waardoor

L: ja

P: ze wel wat extra aandacht kunnen gebruiken

L: ja, ja, ja

P: is de doelgroep dan een beetje duidelijk?

L: ja duidelijk ja, ja, ja ik kan me voorstellen dat daar ook wel heimwee bij kan voorkomen

P: ja

L: ja, ja

P: en weet u wat mij kan spelen in het krijgen van heimwee bij kinderen?

L: ja dat we, daar is eigenlijk wel veel onderzoek naar gedaan. Dat hebben wij ook gedaan en uhm uh je zou kunnen zeggen je hebt dus op de eerste plaats eh gaat het om gehechtheid hè dus je noemt nou al kinderen met hechtingsstoornis uh eigenlijk zou je kunnen zeggen zijn, mensen met heimwee hebben toch een probleem met de gehechtheid hè dus die zijn eh erg gehecht, angstig gehecht of gepreoccupeerd bijna, hangend aan de ouders en aan de steun van de ouders en de ouders geven vaak ook omgekeerd veel steun hè en zijn dus ook erg steunend

P: mm mm

L: het werkt natuurlijk op elkaar in en ehm en zij zijn, dus die kinderen die, die hebben moeite met zelfstandig, los van de ouders iets ondernemen met anderen hè dus de separatie, de eh het vrij zijn en je zelf wat ontwikkelen als een individu dat niet meer gekoppeld is aan ouders

P: mm mm

L: dat is duidelijk een verstoord proces

P: oké

L: uh dus kinderen met hechtingsstoornissen zullen denk ik een groot risico lopen inderdaad op heimwee

P: ja

L: als een soort reactie op een nieuwe situatie

P: ja

L: nou dan heb je natuurlijk, noem je kinderen met autisme spectrum, nou daarvan is natuurlijk bekend dat kinderen met autisme hebben héél veel behoefte aan structuur

P: ja

L: aan helderheid, aan eh niet veel nieuwe prikkels, uh het kan natuurlijk leiden tot een hele, ja heftige emotionele reactie, als ze maar de kleinste dingetjes in hun omgeving veranderen en we weten van heimwee mensen ook, mensen met heimwee dat ze vrij rigide zijn, vrij inflexibel, uh ze willen het zo en niet anders, gehecht aan vaste gewoontes, dus eh dat is iets wat ook bij heimwee in het algemeen voorkomt hè we hebben nooit gekeken naar de relatie heimwee en autisme

P: mm mm

L: en uh door jou uh, uh vragen kwam ik daar wel op, van het zou wel eens een heel interessant onderzoek kunnen zijn

P: ja

L: want inderdaad eh binnen het autisme spectrum heb je dus kenmerken als rigiditeit en niet tegen prikkels kunnen

P: ja

L: en niet tegen vernieuwing kunnen en niet, nou flexibel zijn, die we ook vinden als risicofactor bij mensen met heimwee. Dus ik kan me voorstellen als je, dat kinderen met autisme héél risico, fors risico lopen op heimwee

P: ja

L: juist door die eh die kenmerken

P: ja

L: ja, ja

P: ja

L: dus ja al met al is het dus, zeg maar die persoonlijkheid speelt een rol hè, wat ik al zei: rigiditeit, geen uh laag niveau van dominantie eh niet eh grip op je leven hebben, uh introversie

P: mm mm

L: dat is eh ook een belangrijk punt, uh neuroticisme natuurlijk, uh een beetje instabiel zijn, maar wat ook nog belangrijk is bij die kinderen met autisme is dat ze natuurlijk niet zo sociaal zijn

P: nee

L: ze hebben moeite om uh contacten met mensen te leggen en zeker

P: ja

L: als die nieuw zijn en wat wij dus ook weer bij heimwee mensen vonden, bij de militairen met heimwee, waar we jaren geleden onderzoek naar hebben gedaan, zonder dat we ooit hebben gekeken nogmaals naar autisme, maar zagen we dus dat die jongens allemaal uhm uhm al van jongs af aan heel veel moeite hadden met het leggen van sociale contacten, eh heel erg gericht waren op de ouders voor hun sociale contacten en ook in het leger niet uh contacten legden met anderen, dus eigenlijk heel sociaal vereenzaamd waren en

P: oké

L: ook geen steun konden eh konden vinden, terwijl we eigenlijk wel weten dat mensen met heimwee enorme behoefte hebben aan sociale steun

P: ja

L: maar en daar militairen met heimwee blijkt uit onderzoek, die bleken dus ook heel sociaal uh ja moeilijk te functioneren en geen contacten te leggen

P: ja

L: en dat zie je natuurlijk ook bij autisme

P: ja

L: dus ja autistische kinderen denk ik hebben door hun kenmerken een héél groot risico op het ontwikkelen van heimwee, zeker als ze niet zo veilig gehecht zijn en ja de autisme spectrum stoornis kan natuurlijk ook zijn invloed hebben op de hechting. Dat kan ik me heel goed voorstellen, daar hebben we nooit onderzoek naar gedaan

P: nee

L: maar ik kan het me heel goed voorstellen, dat als je zo'n aandoening hebt

P: ja

L: dat je hechting daar toch ook onder te lijden heeft

P: ja

L: ja dat kan ik me voorstellen dat die daar heel erg eh at risk voor zijn

P: ja

L: ja

P: ja dus het zijn eigenlijk ehm een persoonlijkheidskenmerken die zeg maar meespelen

L: ja

P: dat iemand heimwee kan krijgen

L: juist de persoonlijkheidskenmerken die sowieso bij heimwee spelen

P: ja

L: maar die ook heel kenmerkend bij autisme zijn

P: ja

L: je kan begrijpen dat patiënten of mensen met autisme spectrum stoornissen, die kinderen meer heimwee hebben

P: ja, ja

L: ja dat kan ik me goed voorstellen

P: ja

L: ja

P: oké

P: en ja u heeft onderzoek gedaan naar die persoonlijkheidskenmerken van

L: ja

P: mensen met heimwee en ehm zijn er nog risico- of beschermingsfactoren die samengaan voor het krijgen van heimwee?

L: ja die zijn er, risicofactoren zijn introversie, erg naar binnen gericht zijn, erg snel uh angstig worden, uhm uh niet uit zijn op positieve ervaringen hè introverte zijn een beetje van het glas is half leeg, extraverte het glas is halfvol. Ik bedoel het is maar net hoe je er tegen aan kijkt

P: ja

L: dus introversie, afhankelijkheid hè bij mensen met heimwee eh ze zijn erg afhankelijk eh rigiditeit, hoog niveau van rigiditeit dus eh erg gericht op het moet zo en niet anders en liever geen nieuwe dingen, weinig dominantie dus eh ze laten een beetje over zich heen lopen

P: mm mm

L: hè een beetje subassertief, het laat een beetje gebeuren, staan dus niet voor zichzelf en komen niet voor zichzelf op uhm ja dat zijn wel en neuroticisme, maar ja dat is eigenlijk, dat is een algehele factor van instabiliteit en ik denk dat er geen een pathologisch beeld of problematisch beeld niet gepaard gaat met neuroticisme

P: mm mm nee, nee

L: mensen die instabiel zijn die hebben

P: dat is emotionele instabiliteit?

L: ja emotionele instabiliteit hè

P: ja

L: dus dat zijn een beetje de risicofactoren in de persoonlijkheid, nou dan natuurlijk inderdaad de moeite met de sociale contacten, mensen ze zijn absoluut sociaal vermijdend dus eh dat zie je ook in de persoonlijkheid. Ze zijn dwangmatig in de persoonlijkheid, maar dat is natuurlijk eigenlijk een beetje hetzelfde dus ehm en wat eh, of ja dat is misschien hier niet zo, ik kom er straks wel op, dat zijn de risicofactoren voor het ontwikkelen van heimwee, naast natuurlijk ook eh wat ik al net zei een, een onveilige gehechtheid dus

P: ja

L: een erge sterke band met de ouders, zonder dat je de moed hebt en de durf hebt, want dat is het vaak ook of agressie weet te mobiliseren want dat heb je nodig eh voor separatie hè, dus mensen gaan hun eigen leven niet lijden, blijven een beetje hangen

P: ja, ja

P: en zijn er ook beschermingsfactoren die samengaan met het wel of niet krijgen van heimwee?

L: ja je zou dan zeggen de omgekeerde dingen hè

P: ja

L: dus als je stabiel bent, veilig gehecht, uh wat extroverter, wat vrolijk, wat uit op prikkels en op leuke dingen een het leuk vindt als er nieuwe dingen gebeuren, je bent niet te rigide uh dan heb je denk ik een hele kleine kans om heimwee te, op te lopen

P: ja

L: ja, ja

P: en heeft dat ook nog met uh zelfverzekerdheid te maken?

L: ja, ja mensen dus met heimwee hebben een heel laag gevoel van zelfwaarde

P: ja

L: weinig assertief, weinig dominant, uh ja zeker en het is natuurlijk echt allemaal een beetje van eh ja niet vrij zijn, niet daar, daar hebben ze last van ja

P: mm

L: ja

P: oké

P: en nou ja we hadden het net al een beetje er over maar hebben kinderen met autisme, adhd, hechtingsproblematiek etcetera eerder kans om heimwee te ontwikkelen?

L: ja ik denk, ik heb dat dus nooit onderzocht dus ik, wat ik al zeg toen ik dat las vond ik dat een hele interessante vraagstelling, want ik ben de laatste tijd ook wat meer met autisme spectrum bezig

P: oké

L: dus uh ik, ik, maar ik gezien wat ik net opbouwde de, eh hun problemen hè met, met rigiditeit, het gebrek aan flexibiliteit, angst voor nieuwe dingen, overprikkeldheid uh, uh, moeite met nieuwheid uhm dat ze zeker een grote kans lopen in een nieuwe omgeving

P: ja

L: fors emotioneel te reageren ja

P: ja

L: ja zeker

P: uhm

L: ja

P: oké, dus ja dat zou goed kunnen dat zij nog meer kans hebben

L: ja, ja

P: dan andere kinderen?

L: absoluut, absoluut ja

P: en eh ja die hechting heeft daar ook heel sterk mee te maken dan?

L: absoluut ja hechting is echt denk ik een, een uhm een uh grote beschermende factor tegen het ontwikkelen van heimwee, want je kan gewoon uh waar je is, waar je bent kan je je plek maken hè, je bent onthecht of liever gezegd je bent niet meer hangend aan de oude plek en je kan overal je plekje maken en daar

P: ja

L: wortelen dat kunnen mensen met een onveilige gehechtheid heel slecht, die wortelen niet, die zitten daar en ja die kunnen elders

P: en heeft dat dan met de plek te maken vooral of ook met de ouders?

L: uh ja ze zeggen wel eens je hebt verschillende type heimwee hè een beetje de, heimwee naar de plek en heimwee naar de mensen uh ik weet niet of dat nou zo'n uhm goed onderscheid is. Ik denk dat het is het, het, het, het gevoel van een vertrouwde omgeving, de steun, de veiligheid en dat is denk ik, veiligheid is ook wel een heel belangrijk punt. Want wat wij ook in onderzoek hebben gezien is dat de kwetsbaarheid om heimwee te ontwikkelen, die hangt met angst samen dus mensen met heimwee

P: ja

L: die het krijgen te krijgen zijn eigenlijk gewoon angstig, maar heimwee zelf

P: mm mm

L: voelt als een depressie dus als je angstig bent, dan zoek je natuurlijk naar zekerheid

P: ja

L: naar steun, naar veilige mensen die jou een beetje door het leven heen trekken en dan, is, als dat weg is hè op een bepaald moment kan dat natuurlijk, dat angstniveau heel erg doen oplopen

P: ja

L: ja

P: ja

P: en uhm kunnen kinderen zelf iets doen om de heimwee te verminderen?

L: uhm ja kijk ik, dan moet je zeggen heimwee hebben we het natuurlijk over als één ding, maar je moet, moet bedenken dat je dus eh het hebt in een enorme variëteit aan, aan ernst.

P: mm mm

L: hè je hebt dus de eh zeer ernstige heimwee, nou ik denk dat je dan over een procent of 10 praat hè die echt ernstige heimwee-reacties, nou ik denk dat de enige mogelijkheid is en dat geldt ook voor volwassenen die in het buitenland zitten of wat dan ook, teruggaan punt uit.

P: teruggaan naar huis?

L: ja ik heb mensen uit, een kennis aan de telefoon gehad, een tijd geleden alweer, die was twintig jaar geleden naar Engeland verhuisd en eh zijn vrouw had heimwee en die had ook van mij daar over gehoord. Wat moet ik nou doen? Nou meneer terug

P: mm

L: dat, dat gaat niet over, dat, dat blijft knagen

P: mm

L: maar, ja minder ernstige vormen zou je kunnen zeggen dat zijn wat heftige reacties op de nieuwe omgeving en dat hangt natuurlijk af van het kind wat je voor je hebt, denk ik dat het helpt om, om wat af te leiden, afleiden helpt enorm hè heimwee is het ergst als je 's avonds alleen zit of alle afleiding is weg, maar als je bezig bent dan gaat het nog wel

P: ja

L: afleiding, een beetje praten met elkaar, dus kinderen een beetje in contact met andere kinderen brengen

P: mm mm

L: zodat ze kunnen praten, wat steun ervaren ehm ja iets van huis meenemen kan misschien ook helpen het eh maar en ik denk vooral, je moet bedenken dat de kinderen dus heel erg angstig zijn. Op het moment dat ze zeggen ik ben, ik wil naar huis

P: mm mm

L: dan zeggen ze eigenlijk ik ben ongelofelijk bang hier

P: ja

L: dus eigenlijk denk ik dat je dan aan die kinderen moet vragen, bevragen of onderzoeken, wat maakt je nou precies zo bang? En de één kan het, het kan zijn dat die zegt ja de eh ik ken het hier niet hè, een autistisch kind, het is allemaal zoveel

P: ja

L: dan zou ik zeggen rust, rust, rust en ga met het kind praten en geef hem een zo stabiel mogelijke ruimte hè dat ie

P: mm mm

L: nou als het kan, als het kan

P: ja we werken ook, we werken wel met picto's ook bij Heppie

L: oké

P: dus dat kan dan eventueel wel hè

L: ja, ja

P: schelen

L: juist

P: om het dagprogramma door te nemen bijvoorbeeld

L: juist, nou dat, dus veiligheid, rust, structuur, regelmaat. Dat zijn enorm belangrijke dingen

P: ja

L: om de, dus niet nog wat meer bovenop gooien, nog wat prikkels en nu gaan we dit nog even doen en leuk en gezellig

P: mm mm

L: nee want dan loopt het angstniveau op dus heel, 's morgens zeggen wat we overdag gaan doen

P: ja

L: en wie er mee gaan en wanneer we thuis zijn en

P: ja

L: en dat kan heel veel, enorm helpen

P: heel veel duidelijkheid bieden

L: ja

P: ja

L: zeker en dat is dan bij autistische kinderen en maar sowieso bij kinderen uhh los van autisme moet je bedenken dat het dus ongelofelijke angst is en en uh dus alles doen wat het angstniveau vermindert.

P: ja

L: en dat is inderdaad afleiden en met elkaar praten en een spelletje doen en een beetje uh uh ja eh inderdaad de gedachten afleiden, een hele goede zaak denk ik

P: ja en heeft het dan ook met die aanpassingsmoeilijkheden te maken?

L: ja

P: in de nieuwe omgeving?

L: ja, ja, ja, dat denk ik zeker dus dat eh eh daar kan je natuurlijk heel veel ideeën over hebben, hoe, ja hoe rigider mensen zijn dus ook in het autisme spectrum deel, ook bij adhd denk ik, hoe meer ja behoefte hebben aan zekerheid

P: ja

L: en dan denk ik is aanpassen niet even wat je zomaar doet, nou bij andere kinderen zonder adhd of autisme kan het best zijn dat ze uh uh ja je kan allerlei dingen bedenken uh dat ze bijvoorbeeld uh thuis uh zich zorgen maken om thuis

P: mm mm ja

L: en dat niet zo durven te zeggen of misschien niet eens kunnen verwoorden, maar dat ze echt ja de gedachte hebben dat

P: ja ze komen wel uit problematische thuissituaties

L: juist, juist dat denk ik

P: hè ja

L: dat als zij weg zijn, dat daar van alles gebeurt

P: jaa

L: waar zij geen controle op hebben

P: nee

L: kinderen met heimwee, volwassenen met heimwee ook willen controle hebben hè

P: ja

L: hè rigide, dus in control

P: ja

L: en als je weggaat, ja die ouders kunnen maar van alles bedenken, je kan wel terug komen en je huis is weg of ze zeggen dat ze gaan scheiden of wat dan ook. Dus ik kan me heel goed voorstellen dat, dat die heimwee dan in feite een, een gevoel is van oh mijn hemel wat gebeurt er nu ik er niet ben?

P: mm mm

L: dus dat die kinderen, het zijn waarschijnlijk kinderen die uh overmatig zich verantwoordelijk voelen voor het welzijn van hun ouders

P: ja

L: en dan zijn ze weg, ja dan zijn ze out of control en dat is denk ik eh heel heftig

P: ja

L: dat kan zich dan manifesteren in heimwee

P: mm mm

L: dus ik denk dat je echt heel goed moet onderzoeken bij kinderen die problemen hebben wat zit er achter? En dat zou het ook nog kunnen zijn, dus ook hier weer niet zo'n veilige thuisbasis

P: mm mm

L: en als je van onveiligheid weg springt, dan spring je altijd toch een beetje mis

P: ja en dan kan het bij ons wel een hele veilige en structuurvolle omgeving zijn

L: ja haha dat klopt

P: nee

L: nee dan is het daar hè dan, dan is de springplank, is niet goed en dan zit men er over in en hoogstens kun je dan zeggen van het komt wel goed, maar dat is natuurlijk flauwekul, het hoeft helemaal niet goed te komen

P: voor dat kind

L: voor dat kind komt het niet goed, die komt weer terug en het gaat weer door

P: ja

L: maar dus hier heb je dan een probleem van hechting, separatie en een veilige basis missen en kinderen zonder veilige basis nogmaals die springen niet ver zonder eh zonder botbreuken zal ik maar zeggen

P: mm

L: en je kunt pas springen vanuit een eh stevige basis

P: ja

L: en daar gaan allerlei ideeën in het hoofd krijgen en

P: ja

L: ja dat kan heel veel denk ik verdriet oproepen en angst dus ook

P: ja

L: ja

P: en uhm nou ja het helpen van, het maken van vriendjes

L: ja

P: dat kan helpen zeg maar om heimwee te verminderen

L: ja maar je moet het wel kunnen

P: ja en kinderen bij Heppie hebben daar ook moeite mee

L: precies dus sowieso zien we dat, militairen met heimwee idem dito maken geen vrienden

P: mm mm

L: gingen vroeger al, hadden ze weinig vriendjes, in het leger hebben ze ook geen sociale contacten. Laat staan kinderen met autisme spectrum, die maken niet zomaar vriendjes

P: nee, nee

L: dus dat is problematisch ja

P: en uhm nou ja zouden, of ja kan het dan toch helpen om het vriendjes maken te stimuleren of?

L: ja, ja om al, al is het maar voor even dat ze met elkaar praten

P: ja

L: ik bedoel het is natuurlijk niet zo dat eh

P: een spelletje

L: dat kinderen met autisme helemaal niet of geïsoleerd zijn

P: nee

L: maar ze hebben bepaalde onderwerpen die ze interesseren nou

P: ja

L: zoek naar wat het kind interesseert en, en kijk of er iemand is met wie je het kind kunt koppelen, al is het alleen maar praten over het heimwee hè

P: ja, ja

L: je kunt niet verwachten dat ze een beetje ja uhm makkelijk sociaal wat met elkaar ondernemen

P: nee

L: maar ja als ze zich ergens voor interesseren, geboeid door zijn en als ze dat kunnen delen met een ander is het hartstikke goed

P: ja

L: ja, ja

P: en u zegt dan ook het praten over heimwee maar is dat dan niet dat het ook weer kan verergeren daardoor?

L: nee, nee dat niet want je herkent elkaar er in en je kan het uitwisselen en het haalt de schaamte weg hè

P: ja

L: zo van oh heb jij het ook?

P: ja

L: want er zit natuurlijk toch een soort drempeltje over van heimwee is iets voor sulletjes hè

P: mm mm

L: nou dan kan je zeggen nee helemaal niet, dus ik denk dat dat ook heel belangrijk is, als je dan zegt over voorkomen. Dat als die kinderen bij elkaar zijn voor het eerst bij zo'n weekend of zo'n uitje

P: mm mm

L: dat je daar iets over verteld, van nou het kan zijn dat een aantal van jullie, niet zo hè eh het niet zo leuk vindt hier en nou een beetje heimwee gaat ervaren

P: ja

L: ja wij doen ons best natuurlijk om het allemaal jullie leuk te maken, maar

P: ja

L: dus een heleboel, of een aantal vindt het niet zo leuk, nou zeg het gewoon, praat er over

P: ja

L: zoek mekaar op erover, gewoon zeggen, dan heb je het meteen in the open gebracht en de kinderen kunnen ook naar de mensen die mee gaan, hè begeleiders dan daar naar toe gaan om er over te praten

P: ja

L: dus ik zou bij de eerste introductie als iedereen er is, dat even zeggen

P: ja oké

L: dat het helemaal niet gek is, het kan gebeuren en eh dat jullie er voor zijn en dat je misschien, dat er misschien anderen ook zo zijn hè

P: ja

L: wat je delen kan, samen delen, is meteen de

P: ja

L: de spanning er uit

P: dan is het een beetje open gebroken, ja inderdaad

L: ja, ja

P: ja want ook niet iedereen die zal het zeggen dat ze heimwee hebben

L: nee, nee, nee zeker niet als je het niet vraagt

P: of op een andere manier laten merken

L: dat hebben we ook gehoord als je het niet vraagt als je het ziet, dan hoor je het niet, je moet het vragen hè het eh geldt sowieso in ons vak uh als je de dingen niet vraagt, neigen patiënten dingen niet te zeggen, omdat er schaamte over zit. Dus heimwee is van, ik voel me zo somber, zo somber, hè oudere mensen die verhuist zijn

P: mm mm

L: dan is het goed als je als arts, of huisarts of wat dan ook denkt zou jij gewoon heimwee hebben, je bent ontworteld

P: mm mm

L: alle mensen die verhuizen moeten, nou daar worden ze somber en depressief van nou benoem het meteen

P: ja ik heb ook al interviews met begeleiders gehad

L: ja

P: en die, dan vroeg ik ook van goh waarom zou je het niet vragen? ja maar daar maak je het alleen maar erger van

L: nee

P: of dan help

L: nee

P: je iets in de wereld wat er misschien niet is

L: nee, nee, nou dat is, daar ben ik het dus faliekant niet mee eens. Ik bedoel uh, uh dat zeggen ze ook wel eens met suicide je moet er niet over praten, juist wel, in the open hè

P: ja

L: laat mensen er over praten, mensen willen er over praten en en eh depressie of heimwee mensen willen er best over praten maar er zit schaamte overheen en als jij er dan ook niet over praat, seksualiteit idem dito in een behandeling, nou als er één ding niet is, praten we daar niet over. Dan ga je dus eigenlijk de boodschap geven nou daar hebben we het niet over

P: het mag niet

L: het is een beetje, niet doen, gewoon praten erover open en eh dat is zo bekend in, dat je in je diagnostiek het echt moet vragen hè

P: ja

L: er zijn mensen die, die milde psychotische symptomen hebben hè en zich voor het eerst melden bij, bij de ggz

P: mm mm

L: en dan niet zeggen ja ik eh hoor af en toe een stem, want dat is een beetje, dan denken ze oeh

P: die is gek

L: juist

P: haha

L: nou dan zegt ie ik ben zo angstig, ik durft de straat niet op en zo, waarom niet vanwege die stemmen dan gaan ze hop zo voor een angststoornis en weet je je moet het dus vragen. Al dat soort symptomen, maar waar schaamte over heen kan zijn. Zeker, dus hier ook benoem het, het is heel gewoon en eh we kunnen er wat mee en we weten het en we weten wat het is, we herkennen het, hè weet je dat kinderen meteen denken oké veiligheid

P: ik ben niet de enige

L: juist en dat geeft veiligheid

P: ja

L: want anders wordt je nog angstiger, als je denkt nou ik zit hier in mijn eentje me een beetje

P: ja

L: raar te voelen en ik moet en ik moet, het moet leuk zijn want hè iedereen zei goh het is zo leuk

P: ja, ja

L: nou zit ik hier en moet het dus leuk zijn hè en zeker voor die autistische kindjes want die doen wat je vraagt, dus hè goh we hebben het nou allemaal leuk en nee dus, ze hebben het niet niet leuk

P: niet iedereen, nee

L: gewoon zeggen, klaar

P: ja

L: ja

P: en zijn er nog meer dingen die begeleiders kunnen doen om het te voorkomen?

L: nou ja ik denk alles, alles, alles eh ten eerste kijk naar het individuele kind hè

P: ja

L: dus kijk je kinderen aan eh daar zijn natuurlijk geen protocollen voor, kijk naar je kind uhm maar kijk ook dus naar en ik denk dat het allerbelangrijkste is eh geef veiligheid. Veiligheid, structuur, zekerheid, erkenning, wees er open over en eh benoem het en eh laat ze met elkaar er over praten als het echt erg is en ook uh geef ze inderdaad eh als het zeker autistische kinderen zijn rust, structuur en helderheid. Per dag dat ze weten dan doen we dit en dan doen we dat en dan is, zijn we weer thuis hè

P: ja, ja

L: en dat is heel belangrijk, het is angst, het is angst, het is angst, ja

P: ja oké en wat kunnen begeleiders, nou ja we hadden het over voorkomen en wat kunnen ze doen om ze te begeleiden?

L: nou ja hetzelfde veiligheid bieden, open eh zijn, er over praten met ze ehm dan is weer wat afleiden he en eh niet overprikkelen eh en ehm en ehm ik denk dat als je die structuur geeft en die veiligheid en die openheid dat je dan eh in ieder geval daar wel wat mee kunt doen, dat geloof ik zeker

P: ja, ja

P: uhm en zijn er dingen die begeleiders beter niet kunnen doen om de kinderen met heimwee te begeleiden?

L: uhm nou ja wat ik zei als het autisten zijn, het gaat altijd weer welk kind heb je voor je hè
P: ja
L: dus iedereen, ieder individu is anders maar
P: mm mm
L: heb je een autistisch kindje niet nog meer prikkels geven, denken van nou lekker afleiding hè dan denkt ie er niet aan
P: ja
L: nee want dan wordt ie alleen maar angstiger, geldt ook voor adhd kinderen ehm ja
P: dus afleiden maar met eh met mate
L: met mate en veiligheid en structuur en eh beter niet doen is denk ik er niet over praten of eh de ouders bellen en zeggen kom hem maar halen hè ik bedoel want dan, het verstoor je de groep en dan gaat, komt de een en wil de ander ook naar huis en dan
P: ja
L: krijg je de poppen aan het dansen en eh dus ik zou zeggen nee eh geef ze de rust en de veiligheid dat dit gewoon te doen valt, maar laat ze er in hemelsnaam over kunnen praten
P: ja
L: ja

P: oké en op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens u een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

L: nou daar hebben we het ook al over gehad natuurlijk hè, dus inderdaad als je een autistisch kind hebt, dan moet je doen wat voor autistische kinderen goed is
P: ja
L: en uh dat is dus weer die structuur, die helderheid, die duidelijke eh dagindeling
P: ja
L: en dat vermindert het angstniveau en dan kunnen ze daar ook minder last van hebben en uhm uh dus ik denk dat uh elk kind heeft zijn eigen aspecten en eigen individuele kenmerken maar dat voor autisme dat heel belangrijk is. Voor kinderen die uit een onveilig thuis komen denk ik inderdaad ook die veiligheid bieden en eh en eh
P: kan het dan nog helpen om ze bijvoorbeeld wel eh als ze thuis bijvoorbeeld heel veel zorgen om dan iets er nog in te houden.? Dat ze bijvoorbeeld ook taakjes mogen doen of
L: ja bijvoorbeeld
P: dat je het niet te groot
L: nee, nee, nee dat ze ook een beetje hier nog de verantwoordelijkheid kunnen dragen zeker
P: ja, ja
L: ja, ja zeker want dat is natuurlijk waar ze hun identiteit aan ontleen
P: ja
L: van ik ben degene die zorgt dat
P: ja
L: daar de boel goed loopt hè dat is, die illusie natuurlijk, maar oké zo voelt het dus als je nou hier een beetje degene bent die ook maakt dat het, dus je kan die kinderen bijvoorbeeld weer een beetje laten praten met die andere kinderen hè
P: ja
L: geef ze de rol
P: ja
L: van, van degene met wie ze een beetje praten
P: ja
L: dat zou heel eh leuk zijn, kijk dan doe je natuurlijk, dan ga je wel wat mee met de problematiek maar dat denk ik is voor zo'n korte periode het enige en beste wat je kunt doen
P: ja
L: hè dat eh
P: ja dus nou ja per, per individu bekijken en dan een beetje
L: ja
P: van

L: juist wat heeft een kind nodig met altijd in je achterhoofd het is angst, angst, angst. Angst voor controleverlies, angst voor overprikkeling, angst voor het alleen moeten doen niet, niet op je eigen benen staan

P: ja

L: het is angst ja, dus alles wat angst verminderd moet je doen en vaak is dat gewoon rust, structuur, regelmaat, praten over, beetje steun geven en voorzichtig dan toch weer een beetje afleiding geven ja

P: ja

L: ja

P: oké

P: en zijn er methodieken geschreven over hoe begeleiders om kunnen gaan met heimwee bij kinderen?

L: nee volgens mij niet

P: oké

L: nee

P: nee

L: nee volgens mij niet, ik neem aan dat jij het ook wel gezocht hebt?

P: ja er is niks eh

L: nee, nee, nee het is toch een beetje een raar eh rare aandoening hè, het is natuurlijk heel preferent althans heel veel mensen hebben er toch wel in hun leven ooit last van

P: ja

L: maar ja dat gaat wel weer over

P: en je vindt bijna niks over eh geschreven ook

L: maar het is een onderwerp waar maar een paar mensen werken er over en eh

P: klopt

L: nee het is heel vreemd, terwijl

P: ja

L: ik denk het ook bij ouderen een heel belangrijk probleem is

P: ja

L: het staat natuurlijk een beetje als aanpassingsstoornis in de DSM, maar die is er ook uit althans die mag niet meer behandeld worden in de tweede lijn

P: oké

L: ja en we zien zoveel mensen hebben wel wat somber en angstige stemming na een aanpassing aan een gebeurtenis hè

P: ja

L: dus eh

P: en ook bij de separatieangststoornis staat het

L: ja daar staat het ook in ja, ja

P: ja

L: dus als je het wil plaatsen in een DSM, dan moet je het plaatsen bij de aanpassingsstoornis bij de angstige en sombere stemming of bij de separatieangststoornis van de kindertijd ja

P: ja

L: maar het wordt homesickness wordt eigenlijk nergens eh zo heel expliciet genoemd

P: nee, nee

L: nee het is manuals nee nee

P: nee ik was ook heel verbaasd dat toen ik eh

L: ja

P: want ik dacht goh ik ga een onderzoek doen over heimwee

L: ja

P: ik ga even in de databank zoeken maar

L: ja

P: er staat gewoon niks in het Nederlands

L: nee niks, nee, nee, nee dus je moet echt op basis van het onderzoek dat er is

P: ja

L: zeggen wat zijn de risicofactoren

P: ja

L: en dan komen we toch op die angst en gebrekkige controle of controleverlies en separatieproblematiek en angstige hechting, dat je op basis daarvan je beleid moet aanpassen

P: ja

L: en het komt er allemaal op neer angstreductie

P: ja

L: en controle geven

P: ja ook een beetje de dingen laten doen

L: ja, ja, ja

P: bepalen

L: exact ja

P: dat ze voor hun gevoel inspraak hebben

L: exact, ja exact

P: ja

L: exact

P: oké en hoe zouden vrijwilligers ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie?

L: nou ja je zou kunnen zeggen eh, je zou dat, kijk als het er niet is wat zou je eh laten om, om, of wat zou je tegenhouden om het te maken hè wat, wat natuurlijk heel leuk zou zijn is om een aantal bijeenkomsten met vrijwilligers te hebben die hun ervaringen vertellen met iemand die daar een beetje verstand van heeft om dan te zeggen oké dit zijn de grote bulk van ervaringen eh dit zijn de grote groepen kinderen die problemen hebben. Nou wat weten we nou uit de wetenschap en uit de klinische praktijk van wat je daar dan mee zou kunnen doen en dan kan je natuurlijk komen tot een soort handleiding van uh hoe om te gaan met kinderen met heimwee?

P: ja, ja

L: dus ik zou eh ja

P: een soort informatie eh

L: ja informatie eh avond organiseren ofzo ja

P: ja oké

P: heeft u nog vragen of opmerkingen?

L: nee nou ja ik zou het wel leuk vinden, ik bedoel ik eh als, als jullie dat doen

P: mm mm

L: zou ik het wel leuk vinden om daar een avondje te komen ofzo

P: oh ja?

L: ja en dan is gewoon de problemen aan te horen en daar eens over te discussiëren

P: ja

L: en dan te kijken van hoe eh, eh hoe kan je het beste die en die type kinderen met die type heimwee eh omgaan, hoe kan je het beste mee omgaan?

P: ja

L: nou dan is het leuk als mensen dat een beetje implementeren van nou dan kijken we bij de autistische kinderen van dat, wat je wil doen hè

P: mm mm

L: die picto's en die, die regelemaat eh nou dan kun je eens kijken of, of je inderdaad daarmee een ehm ja een soort begeleidingsstructuur kan maken waardoor die kinderen het ook echt leuk hebben en de begeleiders ook een beetje

P: ja, ja dat is bij Heppie is er dan een soort informatiemap en dat is nou het plan dat ik ook zoiets op internet dan

L: ja

P: dat de vrijwilligers het zelf op kunnen zoeken

L: ja

P: dus daar een soort van handleiding van maak van hè tips en trics hoe je om kan gaan met heimwee en eh er is ook al uit de interviews gekomen dat mensen, er is dan altijd één trainingsdag per jaar

L: oké

P: en eh misschien dan daar een soort van training

L: ja

P: omgaan met heimwee

L: ja, ja, ja precies, precies

P: dus eh ja om dat een keer te organiseren

L: ja, ja dat lijkt mij een heel goed idee

P: ja

L: en dan juist op basis van de ervaringen die mensen hebben

P: ja dat dat

L: zodat je dat naar een hoger plan kan trekken, ja maar dat heeft te maken met dit en dat heeft te maken met dat

P: ja

L: dus daar moet je daar aan werken en daar moet je daar aan werken

P: ja

L: ja, ja

P: nou helemaal goed, dat ga ik onthouden haha

L: mooi ja

Interviewvragen vrijwilligers Heppie

Voor mijn opleiding SPH aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee.

Vind je het goed als ik het interview opneem, zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven? Uiteraard ga ik betrouwbaar om met deze informatie, de antwoorden zal ik na mijn afstuderen vernietigen.

1. Hoe vaak ben je al mee geweest op een vakantie of weekend van Heppie?
2. Wat is je functie bij Heppie?
3. Wat versta jij onder heimwee?

De definitie die ik gebruik voor heimwee bij kinderen is: een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis en naar ouders of verzorgers. Het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil.

4. In welke leeftijdscategorie kom je heimwee het meeste tegen?
5. Tijdens welk moment kom je heimwee het meeste tegen?
6. Waar zie jij aan dat een kind heimwee heeft?
7. Wat voor gevolgen denk jij dat heimwee heeft voor een kind?
8. Kun je een of meerdere ervaring(en) met heimwee bij een kind van Heppie beschrijven?
9. Weet jij hoe je een kind met heimwee bij Heppie kunt begeleiden?
10. Wat denk je dat in het algemeen zou kunnen helpen om heimwee voor kinderen van Heppie te verminderen?
11. Wat denk je dat jij als begeleider kan doen om kinderen met heimwee bij Heppie te begeleiden?
12. Op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens jou een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?
13. Zou je meer willen weten over het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie? Zo ja, wat?
14. Wat zou Heppie kunnen doen om jou te ondersteunen in het begeleiden van kinderen met heimwee?
15. Heb je nog iets gemist, of wil je nog iets vragen?

Uitwerking interview Hellen 't Mannetje 19 maart 2012

P= Peggy van Veen H= Helen 't Mannetje

P: ja volgens mij doet ie het.

H: oké

P: oké, uhm nou ja ik zal even beginnen met mijn intro. Dat is dat ik voor mijn SPH aan de Haagse hogeschool een onderzoek doe naar het begeleiden van kinderen met heimwee.

H: oké

P: en uhm vind je het goed als ik het interview opneem, zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven?

H: is prima

P: ja en ik ga betrouwbaar om met deze informatie, dus naderhand na mijn afstuderen vernietig ik het.

H: oké, is goed

P: en dan wou ik ook nog even weten of ik je mag citeren?

H: mag ook, ja hoor.

P: ja, dat is mooi en

P: nou ja dan de eerste vraag: hoe vaak ben je al mee geweest op een vakantie of weekend van Heppie?

H: ik zit sinds 6 jaar bij Heppie en ik heb eigenlijk altijd weekenden gedraaid. Dus ik denk dat ik ongeveer een weekend of 40 heb gedraaid

P: ja

H: en ik denk iets van 7, 8 kampen.

P: ja, ja, dat is al behoorlijk wat ervaring.

H: ja

P: ja, leuk.

P: uhm en wat is je functie bij Heppie?

H: uhh sinds een aantal jaar ga ik eigenlijk altijd als coördinator mee. Meestal als organisatorisch coördinator, soms als programmatisch coördinator.

P: oké

H: en daarvoor ben ik ook als groepsleiding mee gegaan.

P: ja en hoeveel vakanties heb je dan als groepsleiding gedaan?

H: uhm ik denk 3 en ook 2 jaar weekenden.

P: ja, ja, ja oké en mm even kijken hoor wat is, want je zegt program, programma, programmatisch

H: programmatisch

P: ja en organisatorisch en heb je, want ik denk dat je als uhm organisatorisch coördinator, maakt dat nog uit het verschil met zeg maar, of je dan meer met heimwee te maken hebt of niet?

H: ik denk dat het in de praktijk niet heel veel uitmaakt

P: nee

H: maar feitelijk is het wel zo dat je als organisatorisch coördinator

P: ja

H: uh meer verantwoordelijkheid hebt voor de zorg voor de kinderen hè?

P: ja

H: en dat de programmatisch coördinator meer er is om het programma netjes neer te zetten

P: ja

H: dus eh in de praktijk doe je het met elkaar natuurlijk, maar op papier zou het zo zijn dat je als organisatorisch coördinator meer met de heimwee kinderen te maken hebt.

P: ja, maar in het geval van jou zeg maar maakt het eigenlijk niet uit

H: nee, nee,

P: nee

H: ja ik help altijd aan alle kanten dus
P: ja
H: ik kom ze altijd wel tegen
P: oké nou dat is goed om te weten

P: en ik wou graag ook even weten wat jij zelf onder heimwee verstaat?

H: uhm de kinderen die op de een of andere manier zich verdrietig voelen of iets missen van thuis en op dat moment eigenlijk liever thuis willen zijn dan op de plek waar ze nu zijn omdat dat gevoel zo groot is.

P: ja, ja dat is een mooie omschrijving haha

H: oké haha

P: uhh nou ja de definitie die ik dan gebruik voor heimwee bij kinderen is een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers

H: mm mm

P: het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil

H: inderdaad, ja

P: en uhm nou je hebt op 6-9 kampen vooral meegedraaid?

H: vooral 6-9 ja

P: is dat ook de leeftijdscategorie waar je heimwee het meeste tegenkomt?

H: ik denk dat je het overal wel tegenkomt omdat ook pubers net zo goed heimwee kunnen hebben naar huis uhm omdat je toch in een kampsetting zit en het toch anders is dan thuis en je best soms even thuis kan missen

P: ja

H: maar ik kan me wel voorstellen dat bij de jongste kinderen je het misschien wel het meeste ziet

P: ja

H: ja

P: ja, uhm dus ja dat is gewoon ook even, ja het is moeilijk om te zeggen in welke leeftijdscategorie je het het meeste tegen komt als je alleen maar 6-9 kampen heb gedraaid natuurlijk

H: ja dat is ook zo en ik heb wel een keer een kamp 9-12 gedaan en dan weet ik niet meer specifiek uit mijn hoofd of daar ook net heimwee kinderen bij zaten,

P: nee

H: maar ik denk je ziet het overal, maar bij de kleintjes is het misschien nog net wat moeilijker om van huis weg te zijn

P: ja daar komt het misschien net iets meer naar voren

H: ja

P: ja, oké en tijdens welk moment kom je heimwee het meeste tegen?

H: eigenlijk bijna altijd voor het slapen gaan,

P: ja

H: maar soms ook wel als de kinderen net gebracht zijn, de ouders zijn net weg en dat ze dan al beginnen

P: mm mm

H: met ik wil naar huis, of ik mis mama, of uh maar het meeste toch wel voor het slapen gaan

P: ja, ja en niet ook bijvoorbeeld 's ochtends bij het opstaan of uh?

H: merk ik eigenlijk niet zo vaak, nee

P: nee echt vooral 's avonds,

H: ja, ja

P: oké waar zie je aan dat een kind heimwee heeft?

H: sommige kinderen kunnen het zelfs benoemen, ook zelfs al bij 6-9, daar ben ik altijd wel verbaasd over dat ze echt weten, nou ja dat dat gevoel bij heimwee hoort, maar soms is het ook dat je kinderen gewoon heel erg ziet uhh draaien en wiebelen in hun bed en onrustig ziet

zijn en met hun kussen gooien en om maar een beetje een plekje te vinden om tot rust te komen zeg maar, dus uhm maar op een gegeven moment kan het ook dat ze gaan huilen, of dat ze inderdaad noemen, ja ik mis papa of ik mis mama of ik wil naar huis

P: ja, ja

H: dus ik denk inderdaad de onrust

P: daar herken je het dan aan

H: ja en soms het benoemen

P: ja en dan zeggen ze zelf van ik heb heimwee of?

H: ja of soms gewoon ik mis papa of ik mis mama, of ik wil naar huis

P: ja

H: ja, ja

P: oké uhm en heb je bijvoorbeeld ook, want je zegt inderdaad meer dat het een beetje aan het draaien is en ja in bed de gang niet eh helemaal kan vinden zeg maar

H: nee

P: heb je ook wel eens gezien dat een kind agressief wordt, of eh juist gaat slaan of schoppen vanuit heimwee?

H: vanuit heimwee heb ik dat eigenlijk nog niet gezien, nee

P: nee, nee

H: nee, het is meer misschien wel weerstand tegen het niet willen slapen, zeg maar, dat het gewoon zo spannend is om te gaan slapen dat een kind dan, ja toch maar boos wordt om in ieder geval niet te hoeven slapen

P: mm mm

H: maar volgens mij niet heel gericht, met als achterliggend idee ik wil eigenlijk graag naar huis

P: nee

H: nee

P: dus het is eigenlijk eerder het teruggetrokken gedrag, wat je ziet?

H: ja ik denk het wel, ja

P: oké uhm even kijken hoor, ja wat gevolgen denk je dat heimwee heeft voor een kind?

H: uhm nou ik moet zeggen dat ik zelf als kind altijd heel veel heimwee had als ik ergens ging logeren

P: mm mm

H: dus uhm waar ik eigenlijk meteen aan moet denken is, ehh brok aan je keel, buikpijn, ehh hoofdpijn

P: ja

H: ja gewoon verdriet, dat je gewoon ja je heel intens verdrietig voelt uhm en daardoor ook last van je lijf hebt, omdat je je misschien wel zorgen maakt of eh ja..

P: ja, ja dat kan

H: ja een combinatie van, van

P: ja, je hebt zeker ook inderdaad lichamelijke uitingen bij kinderen

H: ja

P: en denk je dat het behalve lichamelijke klachten ook nog andere gevolgen heeft voor een kind?

H: ja ik denk sowieso wel vaak ook zorgen maken, zeker bij de kinderen van Heppie is er, speelt er vaak ook veel in de thuissituatie

P: ja

H: en als een kind dan van huis is terwijl die weet dat het misschien thuis niet goed gaat met papa of met mama

P: mm mm

H: kan het ook heel vaak zijn een stukje zorgen maken of uhm ja bang zijn dat vader of moeder juist hen heel erg mist

H: dat dat

P: ja

H: zie ik ook wel eens bij kinderen, dat ze denken oh jee papa of mama is nu helemaal alleen
P: ja, ja
H: dat dat ook niet fijn voelt
P: nee
H: dus ik denk ja inderdaad en liefelijk, maar ook wel de zorgen in je koppie en daardoor nog onrustiger worden waardoor je al helemaal niet meer kan slapen
P: nee, nee best zielig eigenlijk hè?
H: ja,ja
P: als je het zo hoort
H: ja, ja is het ook
P: ja, ja uhm dat is ook wel goed om het duidelijk een beetje te krijgen, want heel vaak sta je er niet bij stil wat voor gevolgen het heeft en
H: nee, nee
P: en inderdaad als je het zo op een rijtje zet is het toch best wel eh
H: is het best veel
P: ja
H: ja

P: en heb je, kun jij zelf een of meerdere ervaringen beschrijven van een kind met heimwee bij Heppie?

H: uhh ja iets wat nog wel, me concreet bij staat is van een aantal weekenden geleden, van een meisje die 9 jaar is en die naar bed ging en niet kon slapen en uh zij lag op de kamer bij een ander meisje en dat meisje was haar vader verloren en uhm die was heel erg over dr vader aan het praten en toen merkte ik dat beide meisjes elkaar een beetje versterkten in: ik mis papa en mama en
P: oké
H: ik wil eigenlijk thuis zijn
P: ze hadden allebei heimwee?
H: uiteindelijk wel ja,
P: ja, ja haha
H: ik weet niet waar het begonnen is haha
P: nee haha
H: maar uiteindelijk allebei inderdaad en echt ook ja ook heel verdrietig over uhm ja dat ze op dat moment bij Heppie waren
P: mmm
H: en niet thuis bij papa of mama of eh
P: nee
H: en daar inderdaad over gingen praten en ehm ook om moesten huilen en daar best wel vragen over konden beantwoorden, maar daardoor wel zo onrustig waren dat ze niet konden slapen
P: nee en jij was daar zelf bij als begeleider of als coördinator?
H: ja, ja ik weet eigenlijk niet meer of ik het op dat moment uhh ja van iemand over heb genomen, maar ik was op dat moment in ieder geval bij die meisjes
P: oké, ja
H: ja, dus ik heb er eh ja met ze over gepraat en we zijn nog even een kopje thee gaan drinken eh en
P: oh oké,
H: uhm ik probeer dan inderdaad vaak eerst eventjes de aandacht te geven aan, ja het verdriet van de kinderen en op een zeker moment probeer ik het om te buigen naar, ja iets anders
P: mm mm
H: waardoor hopelijk de aandacht er een beetje van af gaat
P: ja

H: en nou meestal na een kopje thee en een gesprekje en wat begrip en soms uhh bedenken van dingetjes die ze nog kunnen doen om er minder aan te hoeven denken of uh

P: mm mm

H: zoiets dergelijks ja, dan kan je vaak die rust wel weer vinden waardoor ze uiteindelijk wel weer gaan slapen

P: ja, ja, geef je ze dan een opdrachtje mee ofzo, van denk aan leuke dingen of?

H: ja dat sowieso dat benoem ik inderdaad vaak en ik noem ook wel eens dat hun vader of moeder heel graag wil dat ze het naar hun zin hebben en eigenlijk helemaal niet wil dat ze verdrietig zijn

P: ja

H: dus dat ze ook juist om, ja als ze aan hun vader of moeder denken dat het juist handig is om blij te zijn, zeg maar en dat er heel veel leuke dingen thuis zijn waar je leuk aan kan denken

P: ja

H: en ik bedenk ook wel eens met haar samen om de volgende dag iets moois voor papa of mama te maken

P: oké ja

H: waardoor ze dan misschien ook weer net iets dichter bij zijn dan dat ze eigenlijk denken te zijn

P: mm mm

H: ja

P: ja oh dat is al echt ehh wel heel goed zeg maar, dat is ook wel wat ik al terug lees uit de literatuur

H: oké,oké

P: komt helemaal overeen haha

H: kijk gelukkig haha

P: haha en uhm even kijken hoor

P: ja, vind jij het zelf dan als begeleider ook nog wel eens lastig dat een kind heimwee heeft of weet jij precies wat je?

H: nou ja ik handel eigenlijk altijd heel erg op mijn gevoel en het is ook vaak een beetje zoeken, naar wat voor kind is het, wat heeft dit kind op dit moment hard nodig, dus het zoeken is natuurlijk altijd wel lastig, want het ene kind wil dat je er juist even lang over praat en wordt daar rustiger van, het andere kind wordt juist nog veel onrustiger als je er veel op door gaat. Dus het is sowieso altijd even zoeken bij, wat werkt voor welk kind

P: mm mm

H: en uhm wat het wel lastig maakt is als het steeds terug blijft komen, dus elke keer dat je denkt van oh nu gaan we de goede kant op en wordt een kind rustiger en dan komt het toch opeens weer, op het moment dat een kind richting zijn eigen bed weer gaat

P: ja

H: toch weer, ja maar ik mis ...

P: ja

H: op het moment dat een beetje je trukendoos op is zeg maar, ja dat is lastig natuurlijk

P: ja, ja

H: dus het is altijd toch een beetje zoeken weer

P: ja

H: ook al heb je al heel veel situaties gezien, je kan het nooit meer precies op dezelfde manier weer oplossen zeg maar

P: nee het is ook ja op een gegeven moment moet het toch gaan slapen

H: ja

P: want het is ook vaak inderdaad bij het slapen

H: ja

P: dan worden ze toch rustiger en gaan ze nadenken

H: ja

P: ja

H: is ook zo

P: dus dan is het eh ja lastig om dat dan echt te voorkomen haha

H: is ook zo,

P: ja

H: wat ik wel vaak merk is dat het helpt om te benoemen dat je zelf ook altijd heimwee hebt gehad toen je zo oud was

P: oh ja?

H: dat was bij mij dan ook daadwerkelijk het geval

P: ja

H: maar ik merk ook dat ze dan jou vragen gaan stellen over wat deed jij dan en hoe was dat dan voor jou?

P: oké

H: uhm dat ze daardoor ook een soort van iets meer, ja begrip voelen en denken van oke het komt daarna vanzelf wel weer goed ik ben niet de enige inderdaad.

P: ja

H: ja

P: oh leuk ja en heb je nog meer ervaringen die indruk hebben gemaakt of die handig zijn om te vertellen?

H: uhm even denken ja het zijn vaak wel een beetje vergelijkbare situaties. Ik heb sowieso wel meerdere kinderen gezien die dan ja voor het slapen gaan, eigenlijk ook op deze manier ja niet kunnen slapen of gewoon opeens beginnen te huilen, je hebt soms ook kinderen die in taal niet zo goed kunnen vertellen wat er is, maar gewoon onbedaarlijk moeten huilen.

P: ja

H: en dat is natuurlijk ook wel lastig, want dan weet je niet precies wat je op moet lossen zeg maar

P: nee

H: om er iets aan te doen. Ik weet ook inderdaad een heel klein jongetje die ging voor het eerst ook uit logeren volgens mij, die was een nachtje bij oma geweest, maar verder nog nooit ergens anders geweest en die ging nu voor het eerst naar Heppie

P: ja

H: en

P: dat is ook best wel

H: ja en die moest gewoon onbedaarlijk huilen

P: ja

H: ja dan is het nog meer zoeken denk ik naar ja heel veel vragen stellen, mis je papa, mis je mama, ligt je bed niet fijn, moet je nog plassen?

P: mm mm

H: een soort van en ja dan kom je op een gegeven moment soms wel op het idee van oké ja het kind mist gewoon papa en mama en het is hartstikke spannend

P: ja

H: uhh ja dan ga je proberen daar op in te haken en te kijken of je het toch wat meer veiligheid kan geven

(mogen we binnenkomen vragen mensen van de verwarming, ja even op pauze en dan verder)

P: we gaan weer verder

H: oké

P: uhm je had het over een, over dat jongetje dan

H: ja, ja

P: en hoe heb je dat uiteindelijk of hoe heb je dat begeleid?

H: ja door heel veel vragen te stellen, er dus toch achter komen dat een kind gewoon zijn vader of moeder mist en dan daar weer een stukje begrip voor tonen en ja luisteren naar het verhaal en nog eventjes kletsen over hoe het dan thuis is en wat een kind dan mist

P: ja
H: en vervolgens kijken of ik het om kan buigen naar, maar morgen gaan we weer allemaal leuke dingen doen
P: ja
H: en eh willen we er weer een leuke dag van maken en daarom is het wel belangrijk om lekker te gaan slapen want dan ben je morgen weer uitgerust en ik zal bij je blijven totdat je lekker ligt te slapen en
P: ja
H: en op die manier kijken of je het eh
P: een beetje gerust eh
H: ja een beetje gerust stellen en ja kan kijken of het dan wel lukt
P: ja
H: en soms ga ik inderdaad even bewust naar beneden, nog een kopje thee drinken dat even die slaapsituatie nog niet zo uhm ja groot is want ergens anders gaan slapen is natuurlijk sowieso spannend, spannender dan ergens een kopje thee drinken samen.
P: mm mm
H: dus dan probeer ik een kind eventjes uit de situatie te halen en even het slapen minder groot te maken en lekker te kletsen over de volgende dag of over het lievelingsdier of de lievelingskleur
P: ja
H: en daarna gaan we nog een keertje opnieuw
P: ja
H: proberen te slapen
P: ja, ja dan is het inderdaad even onderbroken
H: ja
P: het hele grote
H: ja
P: ja
H: ja
P: en dan heb je misschien ook weer net iets meer van een band opgebouwd met een kind in dat eh
H: precies
P: dat stukje
H: en soms is het ook nog dat ze zich onveilig voelen
P: ja
H: vanwege dat thuis de deuren beter op slot zitten dan bij Heppie en eh
P: mm mm
H: bij de kleine kinderen kan je natuurlijk dan zelfs een grote knuffel voor de deur zetten of eh
P: ja
H: op een of andere manier daar nog wat veiligheid in inbouwen
P: dat is wel een leuk idee eigenlijk
H: ja dan staat er gewoon een waakhond voor de deur zeg maar
P: ja haha
H: jonge kinderen vinden dat hartstikke fijn
P: ja, ja inderdaad
H: ja, ja
P: een beetje creativiteit
H: dat leer je wel ja, ja
P: ja, leuk
P: uhm nou ja dat zijn dan een beetje jouw belangrijkste ervaringen?
H: ik denk het

P: ja oké, en nou ja we hebben het er al wel een beetje over gehad, maar weet je hoe je een kind met heimwee bij Heppie kunt begeleiden?

H: ik denk dat het sowieso een beetje situatie afhankelijk is, afhankelijk van wat gebeurt er op dat moment, maar ook hoe is het kind en wat vind dit kind in dit specifieke geval juist fijn?

P: mm mm

H: maar ik denk inderdaad dat het een combinatie is van een stukje serieus nemen en even praten over het gevoel en benoemen dat je het begrijpt en dat je het snapt en dat je samen graag een oplossing wil bedenken en daarnaast een beetje afhankelijk van het kind denk ik of je, ja er juist wat langer over gaat kletsen met een kopje thee of juist over andere dingen gaat proberen te praten of uh iets gaat bedenken voor de volgende dag wat helpt of benoemen dat je nog even met papa of mama zal bellen dat het goed met je gaat.

P: ja, ja

H: of uhm ja

P: ja, laat je de kinderen zelf ook wel eens naar huis bellen of niet?

H: eigenlijk niet,

P: nee

H: nee, dan moet ik daar wel een heel goede reden voor hebben, want meestal als ze papa of mama aan de telefoon horen wordt het huilen nog erger

P: ja

H: en dan eh maken misschien de ouders zich ook meer zorgen dan wat eigenlijk nodig is

P: mm mm

H: dus ik bespreek dan juist meestal af dat we samen een brief schrijven aan papa of mama of een tekening maken en die dan op de post doen

P: ja

H: in plaats van echt het directe contact

P: ja

H: ja

P: oké heel goed haha

P: en uhm en wat denk je dat in het algemeen zou kunnen helpen om heimwee van kinderen van Heppie te verminderen?

H: uhh ik denk sowieso heel veel uitleggen over hoe allerlei dingen bij Heppie gaan en dat het soms anders is dan thuis

P: mm mm

H: en uhm ja ook benoemen wat daar allemaal leuk aan is en wat daar misschien allemaal lastig aan is, dus dat het voor een kind ook oké is om het moeilijk of spannend te vinden uhm en dat niet altijd alles maar ja...

P: leuk hoeft

H: leuk hoeft te zijn, precies

P: ja

H: ik denk een stukje, uhm ja zorgen dat leiding het benoemen naar kinderen toe, dat je, dat het logisch is dat je heimwee hebt, dat er meer kinderen zijn die dat hebben

P: ja

H: en dat we altijd samen een oplossing gaan bedenken die ehm fijn is voor het kind en ik denk ook zorgen dat groepsleiding verschillende trucjes weten, zeg maar om uit te kunnen proberen wat op dat moment werkt

P: mm mm

H: dus ja

P: ja, dat is dan denk ik inderdaad wat je als coördinator zeg maar ehh, dat als de groepsleiding het dan soms niet meer weet heb jij het wel eens over genomen vertelde je

H: ja, ja, ja

P: en uhm heb je het idee dat de groepsleiding voldoende trucjes van zichzelf heeft al, of?

H: ligt er denk ik ook een beetje aan hoe lang ze al ehh ja hoeveel ervaring ze al hebben of hoe lang ze al bij Heppie zitten

P: mm mm

H: ik kan me voorstellen dat als het je eerste jaar is dat je heel vaak, dat je wel kan benoemen ja dat het lastig is en dat we toch moeten gaan slapen en eh zeg maar dat je de

basisdingen wel goed in je hebt zeg maar. Dat als je graag met kinderen werkt kun je dat heel goed aanvoelen natuurlijk, maar ik denk ja heel veel groepsleiding weten niet dat ze best even met een kind een kopje thee mogen gaan drinken beneden

P: ja, ja

H: of dat ze mooie eh tekening of een mooie kijkdoos kunnen maken voor papa of mama en dat dat eh ja allemaal prima is, dus ik denk dat het misschien soms juist een stukje ook de ruimte geven aan groepsleiding om die creatieve dingen te mogen oplossen en ook ehh

P: mm mm

H: zorgen dat ze weten dat ze daar in mogen doen wat hun gevoel daar in zegt

P: ja

H: dat dat ook al heel veel helpt

P: ja

H: omdat je anders ja maar op die kamer blijft zitten en soms wordt het dan alleen maar groter en groter

P: mm mm

H: terwijl het kind er eigenlijk gewoon eventjes lekker uit, ja gehaald moet worden

P: ja inderdaad

H: voor wat afleiding

P: ja

H: dus ik denk dat het en de trucjes benoemen en ja zeg maar daar zorgen dat groepsleiding daar een beetje een breed assortiment in heeft zeg maar zodat je uit verschillende dingen kan kiezen, maar ook het zorgen dat er de ruimte voor is om daar in, ja te handelen zoals jouw dat gevoel, op dat moment goed lijkt

P: ja, ja, ja

P: ehm even kijken hoor, ja op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens jou een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

H: uhm ik denk sowieso dat er een stukje voor alle kinderen een beetje hetzelfde zal zijn bij heimwee, dat gewoon elk kind hoe dan ook heimwee kan hebben zeg maar

P: mm mm

H: maar dat het zich wel anders kan uiten doordat kinderen misschien soms wat minder overzicht hebben, van hoe lang blijven we hier dan, wanneer komen papa en mama dan weer terug en eh hoe gaat het dan morgen? Dus dat er een stukje misschien extra angst of onzekerheid bij zit doordat er niet helemaal overzicht is over hoe alles precies werkt en ehm ja wanneer het dan weer wordt zoals altijd thuis zeg maar

P: mm mm

H: en ik kan me ook wel voorstellen dat kinderen eh eh met een stoornis of een beperking misschien eerder ehm ja in paniek raken of verdrietig worden of eh ja wat meer in hun emoties zitten doordat eh zichzelf daar wat moeilijker in kunnen remmen of sturen

P: ja

H: en ehm ik zat nog iets anders te bedenken, ik ben het alleen eventjes kwijt

P: haha ja

H: uhm nou daar ga ik zo op terug komen als ik het weer weet

P: ja, misschien nog iets over die stoornissen, nog wat je zegt van dat ze het moeilijk hebben, of misschien moeilijk kunnen hebben met die emoties

H: ja, ja

P: en ehm nou ja bijvoorbeeld iets wat zou kunnen helpen om heimwee te verminderen is het maken van vriendjes

H: ja

P: en denk je dat de kinderen van Heppie daar bijvoorbeeld nog iets eh ja in kunnen leren of?

H: ja nou ik kan me sowieso voorstellen dat de eerste nachten dat er nog niet, ja dat een kind zich nog niet heel erg verbonden voelt met de andere kinderen en dat het daardoor ook nog spannender is dus je kan inderdaad natuurlijk sowieso ehh ja daar dingen in benoemen en ik denk als 3 kinderen bij elkaar op een kamer liggen dan is het ook al, kan je het ook al

gezellig maken en zorgen dat ze een beetje voor elkaar zorgen of samen werken in het leuk maken

P: mm mm

H: dat stukje en ehm ik zat, ik weet inmiddels weer wat ik net wilde zeggen.

P: ja, ja

H: ik denk ook dat bij deze kinderen heel vaak de thuissituatie wel een rol speelt waardoor het groter kan zijn

P: ja

H: het zijn inderdaad toch vaak kinderen die wat kwetsbaarder zijn doordat er iets ehm ja speelt in de thuissituatie, het kan, ja ruzies tussen ouders of een vader of moeder die ziek is of overleden is, of

P: mm mm

H: broertjes of zusje waar het niet goed mee gaat en dat juist, ja bij deze kinderen nog meer die zorgen zullen spelen in hun hoofd en het daardoor groter is dan wanneer je misschien, ja simpel bij een vriendinnetje gaat eh slapen die je heel goed kent en eh

P: ja, ja dat is inderdaad een iets andere thuissituatie

H: ja

P: ja

H: ja

P: ja

P: ja, eh even kijken dus ja eigenlijk de thuissituatie zei je dan en uhm de emoties en denk je dat er nog meer eh dingen kunnen spelen, ja zeg maar dat het eh, dat je misschien toch een andere benadering nodig hebt naar deze kinderen dan naar andere kinderen of?

H: eh vind ik wel lastig te zeggen, omdat ik denk dat ik het eigenlijk bij elk kind een beetje op deze manier op zou lossen

P: mm mm

H: maar ehm misschien nog wel wat meer ja het serieus nemen, het aandacht geven in plaats van er aan voorbij gaan zeg maar

P: ja, ja

H: ik kan me voorstellen dat je misschien eh bij een kind waarvan je denkt van ja die is gewoon even verdrietig dat gaat wel weer over, dat je daar misschien wat sneller over heen zou stappen, ja dan dat je bij deze kinderen doet omdat je gewoon weet dat er heel veel speelt en dat het heel veel groter is waarschijnlijk dan, ja zo op het eerste gezicht ehm

P: ja

H: dat het alleen maar verdriet is om, eh dat het kind graag naar huis wil zeg maar

P: ja, ja maar dus niet een hele andere aanpak of, je denkt in het algemeen komt het wel overeen?

H: ja

P: denk ik?

H: ja ik denk het wel, ja

P: oké, uhm zou je meer willen weten over het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie?

H: ik denk dat je er vooral veel ervaring in op moet doen

P: mm mm

H: en ook op momenten dat je er niet meer uit komt er voor moet zorgen dat iemand anders jou even over kan nemen, zodat je daarna na kan bespreken hoe een ander het uiteindelijk heeft opgelost, eh ik kan me voorstellen dat als je al, weet ik veel uren met een kind bezig bent en alle trucjes uit je ehh

P: ja

H: trukendoos hebt gehaald dat het gewoon ook eventjes op is en ehh ja dat je dan hulp van een ander nodig hebt en ik kan me voorstellen ehm dat je eh ja door middel, ja in in eh de voorbereidingsdagen of op een trainingsdag eh wel aandacht kan besteden aan wat je allemaal kan doen op zo'n moment

P: ja

H: om te zorgen dat, dat groepsleiding daar sterker in staan en daardoor ook makkelijker oplossingen kunnen bedenken in plaats van eh ja dat ze op een gegeven moment met de handen in het haar zitten of onzeker zijn en niet meer weten hoe ze het op kunnen lossen

P: ja oké, en dus ja dat zouden manieren kunnen zijn om het voor de begeleiders en de vrijwilligers duidelijker te maken

H: ja, ja

P: en zelf zou jij daar behoefte aan hebben?

H: uh ik denk niet direct

P: nee

H: nee, omdat ik eigenlijk niet meer echt situaties heb waarin ik er niet meer uit kom en ik dan ook wel vaak weet hoe ik het met het team onderling op kan lossen, er is altijd wel iemand die dan nog wel weer iets in zijn hoofd heeft wat ik nog niet geprobeerd heb zeg maar

P: ja, ja

H: maar ik kan me wel voorstellen bij de start van uhm ja je Heppie kampen /weekenden dat het wel heel leuk is om daar wat aandacht aan te besteden, omdat ik ook merk dat de groepsleiding er vaak wel onzeker van worden als een kind maar elke keer weer moet huilen en ze willen toch graag hun eigen groepje naar bed brengen

P: mm mm

H: maar als dat niet lukt dan zie je soms ook wel, ja dat het vervelend is om overgenomen te worden

P: ja, ja

H: ja dat het gewoon zo leuk is als je het zelf op kan lossen en dat kan je beter door er meer zelfvertrouwen in te hebben en eh ja meer trucs in huis te hebben

P: ja, dus jij denkt zeg maar, of ja misschien zeg maar bij de start had jij het prettig gevonden en nu heb je ondertussen al zoveel ervaring opgebouwd dat je het eh zelf hebt geleerd

H: in de praktijk heb geleerd

P: ja

H: ja

P: ja

H: ja

P: oké nou dat is goed om te weten haha

P: uhm uhh wat zou kunnen, wat zou Heppie kunnen doe om je te ondersteunen in het begeleiden van kinderen met heimwee? Misschien is er nog iets wat jij van Heppie eh zou willen?

H: ik denk dus inderdaad dat wat ik net noemde, dat je er best een thema van zou kunnen maken op een trainingsdag en dat er denk ik best wel startende groepsleiding zijn die daar interesse in hebben en daar meer over willen leren dus ik denk dat het best wel een onderwerp zou kunnen zijn waar, om iets mee te doen.

P: mm mm

H: en ehm ik kan me ook voorstellen, ehm begeleiders krijgen altijd een map met informatie over de stoornissen

P: ja

H: dat er misschien ook best wel praktische tips in kunnen staan voor dit soort onderwerpen

P: ja

H: dus dat je in ieder geval ergens een keer gelezen hebt wat je op dat moment kan doen

P: ja

H: je map mee kan nemen

P: een soort tips en trics

H: ja, ja

P: in het kort

H: precies

P: ja nou oké goed idee, uhm heb jij zelf nog iets gemist of wil je nog iets vragen?

H: uhhm ik geloof het niet

P: nee?

H: nee hoor

P: alles is aan bod gekomen ?

H: ik denk het wel, ja

P: ja oké nou helemaal goed, dank je wel

H: graag gedaan

Uitwerking interview M v L 20 maart 2012 (telefonisch)

P= Peggy van Veen M= MvL (ze gaf naderhand aan anoniem te willen blijven)

P: uh ja hij doet het, ik zal even beginnen met mijn introductie zeg maar, zoals het op mijn papiertje staat

M: ja

P: haha

M: haha

P: uh nou ja voor mijn opleiding SPH aan de Haagsche hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee.

M: mm mm

P: uhm nou ja vind je het goed als ik het interview opneem, zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven?

M: prima

P: ja en uiteraard ga ik betrouwbaar om met deze informatie, dus ik zal ze na mijn afstuderen, zal ik je antwoorden vernietigen

M: ja

P: en dan wou ik ook nog even weten of ik je mag citeren in mijn onderzoek?

M: uh echt zeg maar met mijn naam enzo erbij?

P: uhm ja dat kan handig zijn zeg maar, dat ik uhm zeg maar dat ik gegevens uit het interview uh dan kan gebruiken voor uhm de verwerking, maar als je dat niet wil

M: nee ik vind het prima

P: oh je vind het prima, oke

M: ja prima hoor, ja ik weet niet volgens mij zijn er geen hele schokkende dingen dus eh

P: nee, nee

M: van mij mag het

P: maar het is meer zeg maar ik uhm schrijf jou naam dan zeg maar bij het interview en dat komt ook in de bibliotheek van de Haagse hogeschool bijvoorbeeld, dus dat je, dan zouden ze jouw naam nog een keer tegen kunnen komen zeg maar

M: ja nou ja, ja dat kan, dat mag van mij

P: oké nou dat is mooi

M: dus eh

P: maar het is meer even ja handig om te weten zeg maar, dat het ergens in kan terecht komen, je naam

M: nee prima

P: oké uhm nou ja de eerste vraag is hoe vaak ben je al mee geweest bij een eh Heppie vakantie of weekendcyclus?

M: uhm ik heb nu even kijken 2 ehm zomervakanties gedaan en ehm dat waren tienervakanties

P: ja

M: en ik heb eh doe nou al, ik heb 2 jaar doe ik al weekenden

P: oké en welke leeftijdscategorie is dat dan?

M: dat is 6-9

P: oké de weekenden zijn dan 6-9 en de vakanties zijn dan 12 of?

M: 12-15

P: 12- 15 ja ja

M: ja en ik heb wel een aantal keer ingevallen nog bij 9-12 dus ehm

P: oh dat is wel

M: ik heb in principe alle leeftijden gedaan nou

P: ja nou das heel goed

M: ja dat scheelt

P: ja inderdaad en ehm ja, nee ja dat is eigenlijk een verdere vraag, maar ik kan 'm nu ook al wel stellen want kan jij dan ook zo zeggen in welke leeftijdscategorie je heimwee het meeste tegen komt?

M: uhm ja ik heb de vragen zitten bekijken en ik zat, toen ik die vraag las zat ik me te bedenken uhm op me eerste gevoel zegt dat ik het meer tegenkom bij 6-9,

P: mm mm

M: gewoon omdat dat heel duidelijk is uhm dat ze echt letterlijk roepen van ik wil mama en dit en dat

P: ja

M: en ehm ik heb het bij 12-15 wel ook een keer gezien, maar dat was niet heel duidelijk maar dat bleek achteraf meer uitprobeer gedrag te zijn zeg maar

P: oké

M: dat ze gewoon keken hoe lang het duurde voordat ze weggestuurd werden omdat ze nog nooit weggestuurd, omdat ze nog nooit ergens lang gebleven waren en ze dus eigenlijk ook naar huis wilden

P: ja

M: maar dan weet ik niet zeker of je dat dan weer onder heimwee kunt scharen, dus ik zou zeggen 6-9

P: ja, ja en uhm is het dan ook zeg maar want de uhm de uhm, ja de weekenden waren bij 6-9

M: ja

P: toch?

M: ja

P: en jij had meerdere vakanties bij 9-12 toch?

M: uhm bij 12-15

P: oh 12-15 sorry

M: ja, ja maakt niet uit haha

P: haha en ehm heb je, ben je daar dan ook nog heimwee tegen gekomen bij die 12-15 groep?

M: uhm ja 12-15 heb ik een keer een geval gehad, maar dat was niet heel duidelijk heimwee dan echt, het was meer echt die jongen was heel erg aan het uhm, ja aan het uitproberen enzo en gewoon ons aan het uittesten en die wilde uiteindelijk, bleek dus dat die gewoon ook weer heel graag naar huis wilde

P: oké

M: uhm maar ik weet niet of je dat dan echt de heimwee is, of dat dat meer de gedragsproblemen is vanuit hem

P: ja

M: dus uhm dat vind ik wel een lastige

P: dat is wel lastig, ja

M: om dat dan echt te zeggen van het is heimwee

P: ja en nou ga ik, want nou zie ik alweer dat ik een stukje oversla want het is natuurlijk ook wel handig

M: ja

P: om te weten wat jij verstaat onder heimwee, maar uhm wat is jouw functie ook eigenlijk bij Heppie?

M: uhm ik heb wel altijd groepsleiding geweest en ik ben nou voor het eerste jaar, ben ik een coördinator

P: oké en dat ga je aankomend jaar doen of dat heb je al een jaar?

M: nee, ik ben nou de weekenden 6-9 ben ik orco,

P: oké

M: dus gewoon organisatorisch coördinator

P: ja

M: en ehm ik ga, in de zomer ga ik een 9-12 eh vakantieweek coördineren

P: oké ja leuk, dan ben je zo doorgegroeid

M: dan heb ik ze allemaal, haha dan heb ik alles gedaan
P: ja, ja inderdaad haha
M: dus eh

P: en eh wat is de, wat versta jij zelf onder heimwee?

M: ehm ik denk het, ehm dat iemand heel graag, eh het gevoel, echt het gevoel heeft om naar, dat ie naar huis wil en eh niet het idee heeft ehm dat ie op zijn plek is

P: mm mm

M: op dat moment, zeg maar als wij het zelf overdraaien dat ie dan uit zich zelf verteld dat hij niet op zijn plek is

P: ja

M: en ehm dat ze zich dan niet veilig voelen en toch weer terug willen naar de veilige omgeving, wat dan vaak de ouders zijn of eh, ik denk wel dat het vaak samen hangt met angst

P: dat het vaak samen hangt met?

M: met angst

P: angst

M: ja, omdat het nieuwe situaties zijn, nieuwe kinderen, je ligt in een keer met andere kinderen op een kamer

P: ja

M: en je hebt je ouders daar niet bij, dus eh

P: ja, je hebt niet je veilige vertrouwde stukje

M: ja

P: ja dat klopt en ehm had je dan ehm, zeg maar want je hebt het al doorgelezen, had je dan ook de definitie al gezien die ik dan gebruik?

M: nee

P: oh oké, nou ja dan zal ik m nog even vertellen

M: ik heb van te voren, ik heb het wel gelezen, van te voren heb ik even zelf zitten bedenken wat vind ik nou heimwee?

P: ja, ja

M: dus eh, want wat had jij ook alweer als exacte?

P: ja ik zal 'm even oplezen dan weten we dat we over het zelfde praten haha

M: ja

P: het komt wel aardig overeen hoor, een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers

M: mm mm

P: het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil

M: ja, ja dat is inderdaad eh, dat is ook wel mijn idee

P: ja hahah oké nou dan weten we dat we over hetzelfde praten haha

M: haha wel handig dat het niet over iets heel anders gaat

P: ja, ja en uhm, weet je ook tijdens welk moment, of ja tijdens welk moment kom jij heimwee het meeste tegen?

M: uhm de meest duidelijke keer dat ik heimwee tegen ben gekomen was uhm een van mijn weekenden de afgelopen cyclus, uhm en toen was, uh een jongetje werd afgezet bij ons, uh bij de weekenden en die overgang ging eigenlijk heel snel. Uhm waardoor zijn moeder eigenlijk meteen weg was en hij eh werd eigenlijk meteen in de groep gezet. Uhm wat hij heel slecht aan kon, waarop hij eigenlijk de hele avond daarna heeft eh lopen uhm lopen huilen, lopen krijsen, boos is geweest

P: mm mm

M: en uh dus volgens, ik heb het meestal echt meegemaakt bij overgangsmomenten van thuis naar Heppie toe of bij het slapen gaan.

P: oké ja, nou dat is duidelijk

P: en ehm nou ja je noemde het net al, dat jongetje was heel erg aan het huilen en aan het krijsen en waar zie je nog meer aan dat een kind heimwee heeft?

M: ehm ja ik vind, het verschilt per kind, maar een beetje terug getrokken

P: mm mm

M: ehm ja verdrietig, ook wel boos, uhm

P: en hoe uit zich

M: heel veel nee gedrag, heel veel nee zeggen op alles

P: mm mm

M: niet te motiveren om iets mee te gaan doen, uhm ik denk dat dat het voornaamste is

P: ja, want je zei dat jongetje was dan ook boos, ging hij dan ook schoppen of slaan of dat soort dingen of?

M: ja, vooral niet op mensen gericht, maar meer die ging met het bed schuiven en die ging eh, die moest je echt een beetje tegen zichzelf in bescherming nemen

P: oké

M: maar dat had ook meer met zijn problematiek eh, had dat te maken

P: ik wou vragen, heeft dat meer met de heimwee te maken of heeft dat met de stoornis te maken?

M: nee dat was meer met hem, met zijn stoornis had dat te maken, maar dat kwam doordat hij zo graag naar huis wilde, werd hij zo boos, dat ie op een gegeven moment echt begon te krijsen: "ikmama, ik wil mamaaa"

P: ja

M: en dat echt 30 duizend keer zo hard zeg maar

P: oh ja

M: dus eh

P: dat is wel lastig haha

M: ja

P: en ehm even kijken hoor, want ehm denk jij ook? Of ja, wat voor gevolgen denk jij dat heimwee heeft voor een kind?

M: uhm ik denk dat het heel erg kan belemmeren in het hebben van plezier

P: mm mm

M: eh omdat ze, omdat ik het idee heb dat ze heel erg in een soort inderdaad van nee- fase komen. Ik heb geen zin om dit te doen, want ik wil naar huis, dit is niet leuk, want ik wil uh toch naar huis en dat ze daarmee eigenlijk uhm, ja gewoon heel veel dingen missen terwijl ze het eigenlijk best wel leuk vinden

P: ja

M: maar dan meer misschien, misschien ook met de kop op ofzo dan toch echt niet willen en uhm ik denk vooral plezier missen en zichzelf eigenlijk nog vervelender gaan voelen daardoor

P: ja, ja dat is wel, uhm wel moeilijk

M: ja

P: ja dat ze t dan, ja dat ze t plezier minder mee maken

M: ja dat is vooral, ja dat ze het eigenlijk dan ook even niet mee willen maken, maar dat ze daar ook heel lastig uit te trekken zijn, uit zo'n situatie

P: ja, ja, ja en je bent inderdaad al een beetje aan het vertellen over een ervaring en dan met die jongen en kun je nog meerdere ervaringen beschrijven met kinderen met heimwee?

M: uhm even denken, ja ik heb uh 2 of 3 jaar geleden, ik weet even niet meer precies welke, hoeveel jaar geleden het was hoor. Maar toen heb ik inderdaad een keer een meisje gehad en die was ook heel erg verdrietig en ehm die heeft eh, ja die had vooral gewoon dat ze slecht in slaap kwam dus dat je daar echt wel even mee bezig was om haar gewoon te kalmeren, dat je haar echt wel even moest vermaken dat ze in slaap viel

P: mm mm

M: omdat ze gewoon thuis miste

P: en wat deed je dan?

M: hm?

P: en wat deed je dan?

M: tjeetje uhm bij haar zijn we gaan voorlezen en uhm ja gewoon proberen met de andere kinderen op, van het groepje op de slaapkamer gewoon wel wat leuke dingen te doen

P: mm mm

M: zodat ze eigenlijk zo min mogelijk aan thuis hoefde te denken zeg maar en ehm ja en haar ook zo veel mogelijk afleiden gewoon daar van, zo min mogelijk nadruk leggen op thuis, wel natuurlijk benoemen van ik snap dat je het heel lastig vind

P: mm mm

M: maar we zijn hier nou om een leuk weekend te hebben en ehm hoe vind jij dat leuk om te gaan doen?

P: ja

M: en ehm ja dat dan, haar zoveel mogelijk afleiden daar mee

P: ja, ja

M: en we hebben nou een meisje in de weekenden die heeft heel veel heimwee ook en die ehm, daar ga ik echt iedere avond even mee bellen

P: naar huis?

M: ja, die wil, dat is ook de afspraak uhm met die ouders

P: ja

M: nou is het ook zo dat zij hele bezorgde ouders heeft

P: mm mm

M: dus ehm het eerste weekend heb ik echt eh, heeft ze een half uur aan de telefoon gehangen met haar ouders en was het aan een stuk door huilen, huilen, huilen

P: oh

M: en ehm dat was vooral ook omdat ze echt nog niet de groep kende en ehm was eigenlijk nog niks en eigenlijk vanaf het tweede weekend heeft ze nou ik denk ehm maximaal 5 minuten aan de telefoon gehangen met dr ouders

P: oké

M: en dat was vooral lachen en leuk

P: oké

M: maar zij heeft het wel echt nodig dat er nog steeds gebeld wordt, gewoon even die stem horen en dan is het ook goed

P: ja, ja en maak je dan ook afspraken met ouders over het bellen?

M: uhm ja ik heb met haar, ik heb met die ouders afgesproken ik ga gewoon met haar bellen, uhm maar ik kap het ook af zodra ik het gevoel heb dat het niet, dat het de verkeerde kant op gaat

P: mm mm

M: dus ik blijf ook bij het gesprek zitten dat heb ik ook tegen die ouders gezegd, van ik laat haar niet ergens alleen bellen

P: nee

M: ik wil wel het gesprek enigszins kunnen volgen zeg maar, dat ik, ik hoef natuurlijk niet allemaal te horen wat er allemaal letterlijk gezegd wordt, maar wel ja dat je een beetje controle hebt er over.

P: mm mm

M: niet dat zij dadelijk helemaal panisch in bed ligt uh ja

P: nee

M: dus daar hebben we ook niks aan

P: nee

M: maar zij is ook wel een ouder kind al hoor, ze is, die hoort eigenlijk al bij een oudere leeftijd, dus die eh, ik denk zo dat zij

P: hoe oud is zij?

M: zij is eh 11

P: 11 oké, ja

M: ja

P: en denk je, want jij zegt van de ouders hebben uhm, die zijn wel vrij bezorgd of?

M: ja, ja die zijn gewoon eh, ja zij heeft gewoon best wel veel mee gemaakt dat meisje en die eh in groepsverband, niet alleen bij Heppie, maar bij heel veel dingen

P: mm mm

M: dus ehm die ouders zijn daar gewoon best wel bezorgd over dus dat hoor je wel aan de telefoon ook dan

P: ja

M: dus eh dat is ook een van de redenen dat ik wel heb gezegd van ik blijf er bij zitten

P: ja

M: om het juist te voorkomen dat het erger wordt

P: ja en ehm ehm nou wilde ik net iets vragen haha

M: kom je dadelijk misschien wel weer op

P: uh ja, ja uhm ja ik vroeg me ook sowieso af van want je hebt dan ehm, oh ja denk je dat het meespeelt dat de ouders bezorgd zijn in het hebben van het heimwee bij haar?

M: uh ja ik denk dat, even specifiek deze ouders, dat die het in stand houden

P: ja

M: uhm ze vragen bijvoorbeeld aan haar aan te geven van, maar ik kom je wel halen als je je echt rot voelt en ehm eh was het eh, ze gaan heel erg in op het negatieve zeg maar

P: oké

M: en ehm zij weet ook wel heel goed hoe ze dat kan bereiken bij haar ouders dus

P: ja

M: het is een beetje een wisselwerking

P: ja, ja, ja want ehm ja dat zijn ook dingen die zeg maar mee kunnen spelen in het krijgen van heimwee dus eh

M: ja

P: ik vroeg me af of je dat herkende zeg maar

M: ja, nee bij deze, bij dit gezin is dat echt wel het geval

P: ja

M: dus eh

P: en denk je dat je daar nog ehm ja, wil je daar nog uhm, ja ik moet ook weer niet te ver door gaan weer maar hahaha

M: hahah

P: uhm even kijken hoe ik dat kan vragen, uhm zou dat bij haar eh kunnen helpen als je bijvoorbeeld duidelijke richtlijnen heb in het verminderen, of wat, ja wat

M: in welke zin bedoel je?

P: nou ja ook voor die ouders, zou het misschien uhm helpen als die ouders meer weten over heimwee of? Ja dat is natuurlijk lastig voor jou.

M: uhm nou ik denk dat bij hun, uhm scheelt het al heel erg als je eh ze erkent wel in hun gevoel van nou weet je we gaan gewoon verder en ehm als zij meteen al aangeven, ik werd een week voordat de weekenden startten werd ik al gebeld van uhm ja we willen wel bellen van te voren en eh we balen echt heel erg dat we niet de oude coördinator hebben en uhm dus dat had al meteen zo'n lading

P: ja

M: uhm een beetje vanuit die ouders, zonder dat ze überhaupt mij of de andere kinderen gezien hadden

P: ja

M: en ehm dus toen ben ik gewoon heel erg mee gegaan van hé prima als jullie willen dat we bellen, dan gaan we gewoon bellen en als jullie ehm dit willen, dan gaan we dat ook zo doen

P: mm mm

M: maar ehm misschien, ja ik weet niet of, ik denk dat sommige ouders misschien het niet meteen inzien dat het door hun komt heimwee, dat ze het meer als compliment zien van oh mijn kind wil me heel graag zien

P: mm mm

M: en dat ze dat niet zien als, dat zij het in stand houden, maar ik heb wel tegen die ouders, tegen deze ouders heb ik wel letterlijk benoemd van hé we gaan wel, het bellen heb ik expres kort gehouden want ze wordt er niet gelukkiger van als ze langer belt

P: nee

M: en dat begreep die moeder, ik heb het tegen die moeder verteld en die begreep dat wel dus uhm misschien dat je dat wel zou kunnen zien inderdaad als dat je daarbij nog wat meer informatie over heimwee zou kunnen geven

P: ja, ja

M: gewoon meer als extra motivatie nog naar hun toe,

P: ja

M: van waarom zou je dit soort dingen doen

P: mm mm ja of zeg maar dat jij als vrijwilliger er iets van af weet over het onderwerp heimwee, dat je dat dan

M: ja, ja ik denk dat dat ook heel handig is

P: ja

M: plus het scheelt, ik heb ehm, ik heb zelf orthopedagogiek gestudeerd dus ik heb daar een keer wel een aantal colleges over gehad, over dit soort dingen

P: ja

M: dus ik weet er redelijk, ik wil niet zeggen dat ik er veel vanaf weet, maar wel ehm ik weet een klein beetje wat zoiets kan doen

P: mm mm

M: en ehm nou ik denk dat er, dat het vooral voor nieuwe vrijwilligers wel echt heel handig is

P: ja

M: als je gewoon nog nooit bijvoorbeeld een kind hebt, in real life een kind hebt gezien wat heimwee heeft,

P: mm mm

M: dan is het wel handig als je wat achtergrond informatie hebt

P: ja, ja

M: en ook voor ou, voor uh vrijwilligers die al langer bij Heppie zijn

P: wat zei je, en?

M: ook voor vrijwilligers die al langer bij Heppie zijn

P: dat ook?

M: die echt niet alleen voor eh nieuwe vrijwilligers, maar ik denk wel vooral voor nieuwe vrijwilligers

P: ja

M: en ehm de oude vrijwilligers zal meer zijn denk ik als opfrisser of even van de ogen open, van oh ja

P: ja

M: we kunnen daar ook aan denken

P: ja inderdaad dat je er weer wat meer bij stil gaat staan

M: ja, ja dat is wel handig af en toe haha

P: ja

P: en eh weet jij hoe je een kind met heimwee bij Heppie kunt begeleiden?

M: uhm nou ik, ik zou geen eh, directe richtlijn ofzo daarvoor weten, maar ik weet natuurlijk alleen hoe ik het zelf altijd doe, en dat is dan ja wat ik net al wel zei is, ik probeer gewoon zo veel mogelijk af te leiden en het wel te benoemen naar ze

P: mmm

M: maar ehm

P: ga je er ook een gesprek over aan met ze?

M: wat zeg je?

P: ga je er ook een gesprek over aan met ze?

M: eh nou 6-9 sowieso niet, eh ligt aan het kind, maar bijvoorbeeld dat jongetje wat heel erg boos werd

P: mm mm

M: uhm daarmee heb ik echt alleen gezegd ik snap dat je het echt heel lastig vind, maar die werd alleen maar bozer zeg maar als je daarover door ging, als ik hem de ruimte gaf om daarover te vertellen dan was hij niet meer te stoppen in zijn boosheid

P: oké ja

M: en ehm dus daarbij hebben we het niet gedaan, maar bijvoorbeeld dat meisje wat gaat bellen daarmee ben ik wel het gesprek aan gegaan en, maar met haar kon dat ook wel weer goed

P: ja

M: die wist het ook echt van zichzelf, ook waardoor ze dan papa en mama mistte

P: oké

M: dus eh dat ligt echt aan het kind

P: ja en dat zijn dan

M: en ook de situatie denk ik

P: ja ook, ja inderdaad en ehm ja net zoals die begeleiding van heimwee, dan doe je zelf eigenlijk je eigen dingetjes net als afleiden

M: ja wel ik probeer het wel, nu als co zoveel mogelijk wel steeds te doen in overleg met mijn andere co

P: mm mm

M: dat wij gewoon samen dezelfde, hetzelfde standpunt hebben zeg maar en ook ik bedoel als ik op sommige situaties niet in kan springen, dan springt zij in voor mij, ehm

P: ja

M: dus dan is het eh wel handig als wij sowieso dezelfde aanpak hebben, en ehm dus dit soort dingen hebben wij wel samen doorgesproken al,

P: ja

M: van te voren van hé wat, als we de kinderen evalueren van hé wat, hoeveel ruimte geven wij dat en dat kind als er zoiets gaat gebeuren

P: ja, ja en dat doe je dan ook met betrekking tot heimwee?

M: nou we hebben ehm van dat jongetje wisten, zagen we het al aankomen en van dat eh eh meisje wat ging bellen wisten we het ook van, dus van die twee hebben we het eh even snel doorgesproken

P: en wat?

M: van eh hoe gaan we dit nu aanpakken

P: mm mm

M: en ehm dat is dan wel heel handig want dat weet je wel gewoon van oké wij staan er nu in ieder geval hetzelfde in en eh dat dan kun je elkaar ook aflossen, want soms kan het best heftig zijn als zo'n kind de hele tijd blijft schreeuwen

P: mm mm

M: dan is het wel fijn als je even afgelost wordt op een gegeven moment

P: ja zeker

M: dus eh dat je zelf niet 3 uur lang er bij staat

P: nee, haha inderdaad

M: haha

P: en ehm dus jij hebt zelf wel ehm het idee dat je voldoende informatie hebt voor een kind met heimwee te kunnen begeleiden of?

M: nee ik zou op zich nog wel meer willen

P: oké

M: denk ik, uh ik weet niet en dan vooral op uhm wat, weet je als er nou echt handige dingen zijn waarmee je ze echt kunt eh, ja ik vind het lastig het is echt per kind verschillend hoe het zich uit

P: ja

M: en dat uhm, het lijkt mij heel handig om te weten van hé waardoor, uh door welke factoren zou het nou allemaal kunnen komen want ik weet niet, ja gewoon door de ouders die kunnen heel erg mee spelen maar en natuurlijk het kan spannend zijn om in een nieuwe situatie te zijn

P: mm mm

M: uhm ja, ja, nee het lijkt mij wel gewoon, ik zou niet specifiek iets kunnen noemen waar ik nou echt meer informatie, maar meer van wat, wat is het nou eigenlijk en hoe gaan anderen daarmee om? Ik bedoel niet, mijn manier is natuurlijk niet de enige manier

P: nee dat klopt

M: om er mee om te gaan, ik weet dat het bij sommige kinderen werkt, maar het hoeft echt niet altijd te werken

P: nee dus je zou bijvoorbeeld met eh

M: daarom is het handig om ook andere dingen te weten

P: ja met andere mensen er over te praten

M: ja

P: ja, oké en wat denk je dat in het algemeen zou kunnen helpen om heimwee voor kinderen van Heppie te verminderen?

M: uhm ik denk vooral het eh ja het zo voorspelbaar maken van de situatie

P: mm mm

M: maar daar zijn we bij Heppie natuurlijk redelijk goed in

P: ja

M: en haha uhm, ja ik eh en ik denk dat, misschien de afscheidsmomentjes met de ouders niet te lang maken

P: ja

M: eh dus als je al merkt dat een kind en een moeder het lastig vinden als ze binnenkomen, daar op in springen als groepsleiding of als co en meteen eigenlijk die spanning weghalen en dat afscheidsmoment relaxed maken

P: ja

M: want niet dat dat kind dadelijk in spanning achter blijft zeg maar

P: nee, en hoe zou je dat doen dan?

M: uhm, ja mijn advies aan onze groepsleiding is eigenlijk altijd ga gewoon lekker een spelletje spelen met ehm, met de kinderen en eh biedt die ouders een kop koffie of een kop thee aan en laat ze mee een spelletje doen of, laat ze met andere ouders kletsen, of met een andere groepsleiding

P: ja

M: en zodat die ouder in ieder geval denkt van ja mijn kind heeft het hier naar dr, naar zijn zin en het is goed en zodat het kind meteen in die groep bezig is en niet meer de hele tijd bang of angstig bij moeder blijft hangen of bij vader

P: ja

M: dus dat je het eigenlijk meer op een natuurlijke manier al enigszins uit elkaar trekt

P: ja, ja, ja, ja en

M: maar er zijn heel veel manieren voor denk ik

P: ja dat is ook, ja ehm

M: in ieder geval iets gaan doen

P: ja, afleiden haha

M: ja

P: en ehm even kijken hoor want ik weet nou niet zeker of ik deze al gesteld heb, maar want denk jij dat jij als begeleider kan doen om kinderen met heimwee bij Heppie te begeleiden?

M: uhm ik denk vooral uh, dat ik persoonlijk wel goed kan geruststellen en gewoon kan ja ze op hun gemak kan laten voelen

P: mm mm

M: en ehm dat dat wel belangrijk is voor kinderen, zeker als ze in een gestreste situatie zitten even

P: ja

M: ehm ja en dat, je moet ze wel gewoon die veiligheid kunnen bieden waar ze eigenlijk naar op zoek zijn

P: ja

M: dus ik denk dat dat het voornaamste is

P: ja, ja

P: en ehm op wat voor manier, want we hebben het net al een beetje over ervaringen van jou gehad en daar speelde ook wel een nou ja, een stoornis hè en?

M: ja

P: op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens jou een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

M: uhm ttt ja, uhm vind ik een lastige, ik denk dat het ehm, mmm voor dat meisje die altijd gaat bellen, die is ehm die is heel angstig,

P: ja

M: die heeft ook echt een angst eh stoornis erbij

P: ja

M: ik denk dat het bij haar juist echt die angst nog versterkt

P: mm mm

M: die is heel bang dat ze 's nachts wakker wordt en dan weet ze echt niet wat ze dan moet gaan doen uhm dus dat is eh denk ik als je even kijkt stoornis heimwee bij haar

P: mm mm

M: uhm dat jongetje, mm die was heel erg adhd, autistisch, hechtingsproblemen

P: oké een heleboel

M: dus die had zeg maar, ja van alles een klein beetje

P: ja

M: en die uhm, die bleef gewoon heel erg in zijn eigen kokervisie hangen zeg maar, dus die had in zijn hoofd gehaald ik wil naar mama

P: mm mm

M: punt

P: oké ja

M: en zijn adhd werkte daar denk ik bij mee dat ie standaard zijn laatste pilletje had gehad en dat ie dan alleen maar drukker, drukker, drukker wordt

P: mm mm

M: en ehm dus dat ie dan eigenlijk niet meer te stoppen is en denk zijn autisme in zijn rigide denken, dat ie niet meer uit de ss, uit de situatie gehaald kan worden

P: ja

M: dat ie maar aan een ding kan gaan denken zeg maar

P: ja

M: en dan zich in kan leven in van hé wat kan ik nu wel doen

P: ja inderdaad

M: maar ik weet niet, ik vind het zo ver gaan om nou te zeggen van dat komt door zijn autisme maar dat

P: zou kunnen

M: ja het zou kunnen

P: ja, dus het eh speelt wel mee in de begeleiding?

M: ja, ik denk dat je daar wel rekening mee moet houden

P: ja en zou je ook weten op wat voor manier je er rekening mee kan houden?

M: uhm nou ik denk dat bij autisten dan vooral echt heel veel voor structureren

P: ja

M: uhm gewoon echt alles voorspelbaar maken alles wat je gaat doet, alles wat je gaat doen, uhm zodat dat in ieder geval eh duidelijk is voor een kind

P: mm mm

M: bij adhd zeg ik dat ik 'm vooral als ik 'm alleen, als ik een kind even alleen zet om even rustig te worden bijvoorbeeld, uhm dat je niet in een in een ruimte met 'm gaat zitten als een kind heel verdrietig is die heel veel prikkels met zich mee brengt

P: ja

M: dan ga je natuurlijk ook alleen maar versterken

P: ja, nou dat zijn wel

M: en ik heb met dat meisje met die angst eh dingen heb ik bijvoorbeeld een deken gepakt en zijn we tussen allemaal kussens gaan liggen

P: ja

M: meer een, dat je weer een soort veilig stukje krijgt

P: ja

M: wat zij dan weer heel fijn vond, maar ja, ja dat is weer zo kind afhankelijk

P: jawel, ja dat zijn wel goede tips die we mee kunnen nemen toch?

M: wie weet

P: ja en eh, nou ja we hadden 'm al wel een beetje maar ik wil 'm toch nog wel een keer vragen, zou je meer willen weten over het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie en zo ja wat?

M: ja, ja, ja vooral de, ik denk ook wel die tactiek inderdaad en wat voor, of er tips zijn eh om bepaalde stoornissen, als kinderen bepaalde stoornissen hebben en heimwee of er dan bepaalde dingen zie die je echt niet moet doen of wel moet doen of eh ja wat daar of daar handvatten voor zijn

P: ja, ja, ja dat is eh goed om te weten, haha kan ik dat meenemen

P: en ehm wat zou Heppie kunnen doen om jou te ondersteunen in het begeleiden van kinderen met heimwee?

M: uhm nou we hebben nou natuurlijk onze coach al, waarmee ik de meest, toch wel als co heb je dan je coach die je dan kan bellen als het echt niet lukt tijdens een weekend

P: oh ja

M: uhm en die uhm, wanneer ik echt een kind heb wat heel lang eh wakker is geweest bijvoorbeeld, dan bespreek ik dat wel even in het telefoontje met haar, van hé hoe kan ik dat nou misschien aanpakken de volgende keer of wat gaan we hier morgen mee doen als het kind wakker wordt

P: ja

M: uhm dat je even kunt sparren zeg maar

P: ja bij de coach

M: omdat je zelf natuurlijk helemaal in de situatie zit en zij staat daar buiten

P: ja

M: uhm dus dat is vooral op het moment zelf heel handig, uhm maar dat is natuurlijk niet als groepsleiding, ja als groepsleiding heb je denk ik weer vooral je co, dat je daar dan, dat dat dan weer, juist weer de persoon is waar je dan naar toe trekt, of je hele team, dat je gewoon even gaat sparren met zijn allen

P: ja

M: uhm en ik denk dat het wel vooral handig is om net als van die trainingsdagen die we altijd hebben, uhm daar heb ik laatst een workshop pesten over gehad, bij gehad, uhm van wat doet nou pesten met een kind en wat, hoe zou je dat aan kunnen pakken. Ik denk dat dat voor heimwee bijvoorbeeld ook wel handig is.

P: ja, ja zeker

M: dus dat is meer denk ik wat Heppie dan

P: kan doen

M: kan doen

P: ja en eh nou ja dan zijn we eigenlijk al bij de laatste vraag denk ik. Heb jij nog iets gemist of wil jij nog iets vragen?

M: uhm nee

P: nee? haha

M: ik vond dat je wel goede vragen had

P: ja

M: ik bedoel als je nog iets moet weten dan eh, je hebt mijn telefoonnummer, dus eh

P: ja

M: dan bel gerust en eh ja

P: oké

M: en als me nog iets te binnen schiet, dan laat ik het nog weten

P: dat is goed, dat is goed, heel erg bedankt

M: graag gedaan

Uitwerking interview Robert Westra en Nikki ter Brake 21 maart 2012

P= Peggy van Veen

R= Robert Westra

N= Nikki ter Brake

P: ja oké uhm nou ja ik begin even met mijn introstukje

R: ja

P: voor mijn opleiding SPH aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee en vinden jullie het goed als ik het interview opneem?

R: ja

N: ja

P: zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven en ik ga betrouwbaar om met deze informatie dus na mijn afstuderen zal ik eh dit, dit eh bandje zeg maar vernietigen

R: oké

N: prima

P: en mag ik jullie citeren?

R: ja

N: mm mm

P: ja?

P: en even kijken hoor ik denk dat ik dan eerst aan jou vraag en dan aan jou?

R: prima

P: **hoe vaak ben je al mee geweest op een vakantie of weekendcyclus van Heppie?**

R: ik heb nu 10 vakanties gedraaid en qua weekenden iets van 4 jaar, dus dat is hoeveel weekenden dat weet ik niet precies maar in ieder geval eh, ik zit nu 8 jaar bij Heppie.

P: ja, ja oké en jij?

N: ik doe ook al 4 jaar weekenden en ehm vakanties ik gok een keer of 6, 7

P: ja, ja

N: kan ik me niet zo goed herinneren

P: nee, nee maar echt al heel wat allebei haha

N: een lange tijd

P: **ja en wat is je functie bij Heppie?**

R: eh nou voornamelijk de laatste jaren vooral coördinator, eh zowel eh eh solo- co in Scheerwolde, omdat je natuurlijk alleen staat als coördinator

P: ja

R: en daarnaast ben ik vooral programmatisch coördinator geweest en eh daarnaast ook gewoon bij de weekenden vooral groepsleiding en dit jaar voor het eerst selecteur

P: wat?

R: selecteur, is het werven, selecteren eh van nieuwe vrijwilligers

P: oh oké, oh ja, oh leuk en jij?

N: ja eigenlijk ongeveer hetzelfde, ik was natuurlijk begonnen als groepsleiding, eh nu de laatste jaren aan de slag als or-co, ik heb ook wel een keer gepro-co't maar dat was niet helemaal mijn ding en ehm verder ja help ik gewoon met extra dingen bij Heppie zoals selectie, basistrainingen,

P: ja

N: die dingen doen we ook

P: leuk en ik moet trouwens opletten dat ik niet heel vaak mijn mening zeg, dat vind ik altijd moeilijk maar, dus je zal me heel vaak ja, ja horen zeggen haha

N: oh dat is goed

P: **en eh Robert wat versta jij onder heimwee?**

R: ik versta onder heimwee zowel het lichamelijke bij een kind, dus echt gewoon de klachten in zijn lijf als in zijn hoofd dat ie zo uhm, uh bezig is met de oude, met het eh verlangen naar het oude bekende, dus dat kan thuis zijn, maar ook gewoon het missen van oma, of eh de groep, waar ze maar vandaan komen dat ze gewoon niet meer kunnen functioneren op de plek waar ze zijn

P: ja

R: dus gewoon dat het ook in hun lijf, want daar gaat het, daar komen we misschien straks ook nog wel op, echt gecombineerd met buikpijn, lichamelijke klachtjes, dus

P: ja

R: echt dat extreme gevoel van niet meer kunnen functioneren

P: ja oké

N: ja voor mij zijn het echt, het het gevoel wat je hebt, wat dan in alles doorwerkt, dat dat kan je niet meer naar de achtergrond uhm weg stoppen zeg maar, het is altijd op de voorgrond aanwezig en zo heftig dat je uhm ja, vooral het missen denk ik dat voor mij heel, in heimwee heel erg naar voren komt, het missen van thuis, of het missen gewoon van je moeder, of eh het bekende eigenlijk

P: ja

R: ja

N: iemand die er voor jou is

P: ja, ja oké nou ja ik zal ook nog even mijn definitie noemen die ik dan gebruik, eh een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers, dus inderdaad komt dat wel overeen en het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil

N: ja

P: en ehm Robert kan jij vertellen in welke leeftijdscategorie je heimwee het meeste tegenkomt?

R: uh heb je het dan over Heppie of in het algemeen?

P: eh Heppie ja

R: ja nou ja bij Heppie heb ik het, ik heb het, de laatste jaren vooral 9-12 gedaan dus eh, ik weet van mijn beginjaren toen ik vooral 6-9 deed dat ik het daar eigenlijk het meest tegen kwam

P: mm mm

R: dat je daar echt nog wel vaak de, ja de wat kleinere kinderen die vaak toch wel voor het eerst van huis weggaan, dat ik het daar het meest zie

P: ja

R: al moet ik zeggen dat ik het bij 9-12 toch wel, ja verassend veel klinkt een beetje positief, maar toch wel weer best wel veel tegen kom

P: oké

R: dus ook bij 9-12, maar het meest toch wel bij 6-9

P: ja

R: is mijn ervaring

P: ja, ja, ja oké en Nikki?

N: nou ik doe bij Heppie eigenlijk altijd 9-12,

P: ja

N: ik heb maar een keer 6-9 gedaan en toen had ik héél veel kindjes die heel erg heimwee hadden

P: bij 6-9?

N: bij 6-9, maar bij 9-12 komt het ook gewoon heel veel voor

P: ja

N: en over de tieners kan ik niets zeggen

P: nee

R: ik ook niet, nog nooit gedraaid

P: nee, nee, nee

N: maar ik zie het bij 9- 12 eh véél, wat ik eigenlijk zelf inderdaad niet zo verwacht had

P: nee?

N: toch dat kinderen, toch heel vaak

R: kinderen die ook al heel vaak mee zijn, dan verwacht je op een gegeven moment, ik heb, we komen straks nog wel een casus natuurlijk, kinderen die echt al heel vaak bij Heppie, dan verwacht je het op een gegeven moment niet meer

P: mm mm

R: en uhm toch blijft het echt dat basis missen, maar ik heb zo nog wel een interessante casus daarover, dus dat komt straks wel

P: ja, nee is goed

N: ja ook in de weekenden als kinderen al wel voor het 3^e weekend komen

R: ja

N: toch nog het 3^e weekend huilend in de auto zitten

P: ach

N: dat je denkt oh ja maar dit is al weekend 3 dus eigenlijk zou jij gewend moeten zijn

P: ja, ja

N: maar dan is het toch allesoverheersend ofzo

P: ja, dus jullie hebben eigenlijk zoiets van bij 6-9 komt het ehm misschien het meeste voor, maar zeker ook bij 9-12?

R: ja, ja wij hebben natuurlijk ook allebei wat minder ervaring bij 6-9

N: haha

R: ik doe al iets van 4 jaar geen 6-9 meer

P: nee

R: dus ik vind het ook lastig om te zeggen hoe dat momenteel is

P: ja

R: ik weet niet of je nog mensen van 6-9 spreekt?

P: ja, ja inderdaad, ja maar het is ook goed om te horen dat het toch bij 9-12 zeker ook speelt want dan eh

R: ja als ik op een gemiddeld kamp kijk, echt nog wel op de, ik heb dan een paar kampen van 18 kinderen, toch echt nog wel 2 of 3

P: ja

R: nou dat is best eh, ja wat is veel?

P: ja

R: maar ik vind het best veel

P: nou ja als ze daar echt last van hebben. Ja, zeker, ja en heb jij ook, zou jij ook ongeveer weten hoeveel?

N: ik doe nu weekenden met 18 kinderen en daarvan hebben er 3 heel erg heimwee en die zijn 9 tot 12 jaar oud

P: ja

N: eentje zelfs van 13 dus ja dat, dat is best een hoop

P: ja

N: en als ik die van jou mee tel zijn het er zelf 4 op 18

P: oké ja, nou dat is toch best wel behoorlijk wat

P: uhm en tijdens welke momenten kom je heimwee het meeste tegen?

R: uhm vooral natuurlijk in eerste instantie bij het punt dat de ouders of verzorgers weer naar huis gaan dan is pas echt het besef oh chips ik ben hier alleen zonder mijn ouders met een leiding die hartstikke grappig doet, maar die ken ik nog eigenlijk helemaal niet

P: mm mm

R: dat is vaak het moment, maar ook uhm vaak de dinsdag merk ik als ze moe zijn na het zwemmen, dinsdag gaan we heel vaak zwemmen en dan zijn ze daarna echt vaak moe en dan komt natuurlijk het moment van pff en dan komen de tranen en het gemis/ verlies van thuis, we zien het heel vaak dinsdagavond

P: oké

R: en eh

P: dat is wel opvallend

R: ja en toch ook nog wel de bonte avond juist

N: ja

R: dat is altijd, de bonte avond is voor heel veel kinderen een onbegrip, een onduidelijk begrip, bonte avond het is feest, met dansen, maar wat is het dan? En dan zijn ze toch best

wel moe al op die donderdag en dan merk ik wel dat ze heel vaak eerst een beetje nou ja jengelig doen

N: jengelig ja haha

R: een beetje jengelig worden haha, maar dan uiteindelijk, ik heb er wel eens eentje, uhm echt voor de bonte avond is naar huis gegaan. Zo vanwege heimwee en juist het onbekende, dat trekken, sommige trekken zo'n bonte avond toch niet. Wij denken altijd die kinderen zo'n plezier te doen

P: mm mm

R: maar daarom heb ik juist ook weleens gekozen voor een hele suffe bonte avond, om het juist voor de kinderen heel leuk te houden

P: ja

R: dus nee echt die dinsdag, na het inkakken, bij het vertrek, aan de andere kant zie ik juist ook wel eens uhm heimwee andersom. Kinderen die echt niet meer naar huis willen, of naar de groep willen, die uit zo'n nare situatie komen

P: ja

R: die gewoon niet meer mee willen

P: oh

R: die echt bij ons willen blijven

P: ja

R: dus dat is omgekeerd een beetje heimwee, maar dat zie ik ook

P: ja en zie je ook dat kinderen juist vrijdag voor het vertrek nog meer heimwee hebben, of is het puur donderdagavond?

R: nee het is echt donderdagavond, vaak is het gesust en vrijdagochtend dan zitten we van joh nog ff we gaan er nog een leuke ochtend van maken, want papa en mama of de groepsleiding of wie dan ook is er over 2 uurtjes al weer

P: ja

R: dat kunnen wij wel volhouden

P: ja

R: dus als ik gewoon zo zeg van joh dat kan je volhouden, dan hebben ze zoiets van oh ja dat kan ik volhouden

P: ja

N: positief

R: ja precies en je pakt je tas al

N: je pakt je tas in en het is je allerlaatste ontbijt, dus alles is voor de laatste keer,

R: gericht op thuis

N: dus je weet al van nou ze komen zo

P: ja

N: de pictolijn is heel kort

R: ja

P: ja

N: je bent allemaal ingewerkt, ik ga zo naar huis

P: ja

P: en wanneer kom jij het, tijdens welke momenten kom je heimwee het meeste tegen?

N: nou ik herken heel erg van het moment dat je gebracht wordt, als ouders weg gaan, maar ik zie het ook al op het moment dat ze uit de auto moeten, want dan wordt het echt

R: ja, ja, ja

N: dan moet je dus zeg maar naar Heppie, dan moet je naar binnen en op het moment dat je die deur binnen bent kun je eigenlijk al een soort van niet meer terug

P: mm mm

N: dus ik zie ook heel vaak kinderen die dan huilend in de auto zitten en daar niet uit willen

P: oké

N: ja dat, die auto hoort toch nog een beetje bij thuis denk ik, want die gaat ook straks weer naar huis

P: ja

N: dan zie ik het, inderdaad die donderdagavond merk ik heel sterk, als ze heel moe zijn, als het bijna zover is, maar je moet nog een nachtje blijven, dat is een moeilijk moment

R: ja

N: maar ook gewoon 's avonds met slapen gaan, want dan komt natuurlijk het moment dat je alleen in het donker ligt

P: mm mm

N: en dat je heel veel tijd hebt om na te denken

P: ja

N: en dus ook tijd hebt om je mama te missen

R: ja of juist niet, alleen als je met twee onbekende kinderen op een kamer ligt

N: ook spannend

R: nou dat is voor, behoorlijk slapende kinderen, echt heel, dat daar staan wij niet altijd bij stil, hoe naar het is om met twee onbekende kinderen op een kamer te liggen, waarvan eentje bijvoorbeeld heel druk is en niet wil slapen

N: ja of beweegt, of praat, of snurkt

R: ja dat is ook wel een goede, ja dat gebeurt ook veel

P: en wat was het nou precies, wat zei je net? Daar haakte je heel snel op in maar

N: oh dat je beweegt, of praat of snurkt en je slaapt toch met twee kindjes die je niet kent en die gekke geluiden maken die je niet kent

P: ja, ja

N: en de begeleider gaat weg, die slaapt niet bij jou dus ja, je moet jezelf een beetje redden

P: ja

N: vind ik die wel 's nachts en waar is dan ook alweer die slaapkamer?

P: ja

N: ik denk dat er heel veel spannende dingen zitten 's nachts

R: ja

N: mag ik dan wel naakt uit bed, of wat als ik in mijn bed plas ik denk dat, dat er heel veel spannende dingen zitten 's nachts omdat, maar vooral de tijd om na te denken althans ja

R: ja

P: om er bij, ja

N: stil te staan dat je mama er niet is

P: ja en dat is dan eigenlijk iedere nacht want?

N: ik heb niet het geheugen van het kind, maar ik merk de eerste avond is het heftigst en het neemt wel af naarmate ze ook meer gewend zijn aan de kinderen in hun groepje, aan het ritueel wat jij hebt want dat verschilt toch van thuis

P: mm mm

R: ook echt hoe jij er mee om gaat

N: ja en dat je, maar dat ze ook weten wat ze aan jou hebben, want ik stel zelf altijd voor dan blijf ik bij jou tot je slaapt

P: mm mm

N: nou ja als ze dat fijn vinden dan en als je ziet dat dat helpt of werkt dan, neemt het wel af

P: oké

N: maar er komt wel weer vaak een piek op donderdagavond

P: ja, ja

N: niet altijd

P: nee

R: nee

P: maar en heb je ook wel eens kinderen gehad waarbij het alleen maar toe neemt?

N: ja die gaan dan echt naar huis

R: ja

N: dan wordt het zo erg dat ze niet willen blijven meer

P: nee

N: gewoon ook niet durven te slapen, niet hun ogen dicht durven te doen want dan ja, is toch wel eng

P: ja

R: ja nee ik zie, ik wilde net, ik zit me onwijs in te houden want ik zie zo komt dat met die casus, maar die komt zo,

N: haha

R: dus ik sluit me een beetje aan op wat je zegt

P: haha oké

P: uhm en waar zie je aan dat een kind heimwee heeft?

R: heel verschillend, kijk het eh het gemakkelijke type, weet je de herkenbare zijn natuurlijk degene die erg gaan huilen en letterlijk vragen ik wil naar huis, ik mis mijn moeder, maar ook juist in het opstandige gedrag, kinderen die juist niet mee willen doen, het is stom hier en eh dat kan alleen al zijn bijvoorbeeld omdat ze een spel niet hebben begrepen, dat kan al heimwee opwekken en eh

P: dat is ook gewoon overdag dan?

R: ja het kan bijvoorbeeld eh, hè zo'n 1-2-3 keuze maar ik vind het alle drie niet leuk en thuis hoef ik niet te kiezen

P: ja

R: en eh dan begint het al weer, nou dan gaat het ongetwijfeld bij de lunch gaat het een keer over ouders of over thuis nou dat eh nemen ze allemaal mee in dat koppie en dan kan het zo opeens eh 's avonds terwijl ze eigenlijk zich heel opstandig gedragen en jij dus geneigd bent om op de boosheid te gaan zitten van dat kind, zit er eigenlijk bijvoorbeeld heimwee achter. Dus het is eigenlijk waar zie je het aan, heel divers.

N: ze zeggen het niet altijd

R: nee, het is echt bij doorvragen dat je vaak, dan zullen ze het woord heimwee niet gebruiken, maar ik wil gewoon naar huis en maar soms kan heimwee ook meer zijn ik wil hier gewoon niet zijn.

P: mm mm

R: ik hoef ook niet zo nodig naar huis, of ik vind het gewoon hier nu even niet fijn

P: mm mm

R: dus ik zie het niet echt aan een ding, aan alles

N: ja of wat je zegt ik begrijp het niet

R: nee

N: het is onduidelijk en thuis is alles natuurlijk makkelijk en veilig en vertrouwd

R: ja op sommige plekken juist ook weer niet, dus eh hebben ze juist een hele onveilige thuissituatie, is het alleen maar fijn dat het zo gestructureerd is en strak en eh

N: maar wel anders

R: ja maar dan hoor je ze nog zeggen, vaak inderdaad dat soort signalen het is anders hier, of het is stom hier, of uhm ja dat soort zinnnetjes

P: ja

R: en je moet gewoon heel erg op de, op het non-verbale letten en van wat ziet hier achter en is het inderdaad puur dat het kind ook echt het spel niet begrijpt? Nou dat merk je want dan leg je het spel uit en hé een beetje positieve boost en hij doet weer mee of blijft ie in heel veel dingen hangen?

P: mm mm

R: nou dan is er blijkbaar meer aan de hand

N: ja

R: en dan kan, het hoeft het nog steeds geen heimwee te zijn, maar het is, het is dus heel lastig om de vinger er op te leggen

P: mm mm

R: er kan heel veel spelen

N: of heel veel stampij maken voordat je naar de slaapkamer moet

R: precies

N: wegrennen,

R: ik ga niet douchen

N: ja ik wil niet, ik wil mijn pyjama niet aan, ik ga heus geen tanden poetsen uh nou ja want dan komt het moment van slapen toch wel dichtbij

R: ja
P: ja
N: en als ik dan maar niet ga, dan eh hoof ik ook niet naar bed
P: nee
R: maar ook dan hoeft het nog geen heimwee te zijn
N: nee
R: dat het lastige blijft, dat je altijd heel erg moet doorvragen en moet kijken, moet observeren voordat je een beetje door hebt wat er aan de hand is, heel erg ja op in moet spelen
N: ja
P: ja
R: dus daarom is heimwee ook een heel lastig iets
P: ja
R: misschien heeft het kind, is het kind wel gewoon uhm nou zichzelf, ik bedoel, is het een odd-ertje die van zichzelf gewoon even weerstand wil om te kijken wat jou grenzen zijn en heeft het niks met heimwee te maken
P: nee
N: nee het makkelijkst is inderdaad als ze huilen of eh heel stil worden
R: ja N. natuurlijk die was gewoon standaard, ik wil naar huis, ik heb heimwee
P: oh ja?
R: nou had zij het zichzelf ook wel een beetje aangeleerd, maar
N: maar dan weet je het wel meteen
R: ja
P: ja, ze kunnen het zelf zeggen, maar ze kunnen het ook niet zeggen
R: het merendeel is mijn ervaring zegt het niet
P: en dan laten ze het eh?
R: mee, mee, meestal vind ik toch wel met opstandig gedrag eh blijken
P: oké ja
N: of kinderen die je over het hoofd ziet, die dan met hun knuffel tegen zich aan gedrukt op de bank zitten
R: ja
N: die je eigenlijk even had gemist,
R: ja
P: mm mm
R: ja klopt
N: want hij zit daar zo stil in zijn eentje,
P: ja
N: stiekem of een Donald Duckje te lezen of met zijn knuffel te knuffelen ja die zijn ook wel dat ik denk ja
R: ja
N: die moet ook een hoop zien
P: dus het kan allebei de kanten op
R: ja
N: ja
P: ja

P: uhm wat voor gevolgen denk je dat heimwee heeft voor een kind?

R: ik vind het heel erg afhankelijk van hoe er mee om wordt gegaan, ik denk als je op een hele goede manier, als groepsleiding heimwee kan begeleiden, uhm dat de gevolgen klein kunnen blijven. Als je het gewoon oké, heimwee is oké, weet je het hoort erbij, je mag heimwee hebben, want je hebt ook fantastische ouders of

P: mm mm

R: als ze op een groep zitten, ik denk dat het dan heel erg mee kan vallen. Ik heb zelf als kind nooit heel erg heimwee gehad, dus ik zit ook ff te denken van, dus ik weet, ik kan me er niet zo heel goed in, in dat inzicht helemaal in verplaatsten, maar ik denk dat als jij als

groepsleiding heel, als Heppie groepsleiding daar heel goed mee om gaat en ook gewoon eh als het echt niet meer gaat gewoon, eh stel dat ze naar huis gaan, het nog steeds heel positief houden, dat het geen traumatische ervaring hoeft te worden bij een volgend logeerpartijtje bij een oom of tante

P: mm mm

R: dus ik denk dat, ik zelf denk dat de gevolgen klein kunnen zijn

P: maar wat, wat zijn dan de gevolgen?

R: oh ehm

N: ja wordt het een faalervaring

R: ja dat het natuurlijk een faalervaring wordt van een stukje afwijzing voelen, van zie je wel ik kan niet eens op zo'n kamp, ik kan het niet en ik mis nu de lol want alle kinderen hebben het leuk samen

P: mm mm

R: en ze vinden me stom wel, want ik heb heimwee of eh het eh ook gelijk andere dingen, angstig worden, ook niet meer naar andere dingen durven

P: oké

R: ik kan me voorstellen dat dat doortrekt

P: ja

R: maar wat ik zeg, ik was zelf vroeger eigenlijk nooit van de heimwee dus ik vind het heel, wat dat aan gaat wel wat lastiger, zeg maar om me in te leven

P: ja, ja, je zou niet weten wat eh een kind met heimwee en dan van ja wat gaat

R: ja tuurlijk voel ik me wel eens onrustig weet je wel als ik het selectieweekend binnen stap, dat vind ik ook pff, weet je dan voel ik ook een soort van onrust, maar het is niet een heimwee, het is bij mij meer de onrust en de spanning van het onbekende

P: ja, ja

N: ik denk niet de gevolgen achteraf, maar vooraf denk ik dat dat heel veel stress oplevert

R: ja

N: meer de gevolgen vooraf, dat je wel wil, maar je eigenlijk al aanvoelt dat je het niet gaat kunnen

P: dus je bedoelt zeg maar voor het weekend of voor de vakantie?

R: ja dat je met heel veel stress er in gaat

N: heel veel stress vooraf en dan die stress bouwt zich op vanaf dag 1 tot aan het slaapmoment en dat zal het hoogtepunt zijn van je stress en dinsdagochtend is het de vraag uhm viel het mee en kun je gewoon verder of was het verschrikkelijk en wordt de stress nog meer en dan zal het keerpunt komen dat je naar huis wil

P: ja

R: ja

P: dus je hebt het inderdaad over stress dat dat er bij kan komen

N: ja maar dan vooral vooraf

P: ja

N: en achteraf misschien inderdaad een faalgevoel van zie je wel ik kan het niet of ik ben de enige kinderachtige of eh

P: en tijdens het kamp?

R: zich eenzaam voelen natuurlijk vooral

P: ja

N: ja verdrietig zijn

R: ik bedoel uh je voelt je tenslotte niet begrepen want daarom heb je heimwee of tenminste er is iets dat je naar huis wil en uhm en dan valt het inderdaad ook echt met de goede begeleiding omdat het kind dat is heel eenzaam en die wil hier helemaal niet zijn

P: mm mm

N: ja dat je het gevoel hebt alleen met het probleem te lopen en als er geen aandacht voor je is dan wordt het natuurlijk erger, maar ik denk als je, wat jij beschrijft als de groepsleider er goed mee om kan gaan of en de andere kinderen in het groepje tonen ook begrip dat je dan uhm de gevolgen heel klein kan houden

R: ja

P: ja

N: de stress afneemt of misschien het verdriet afneemt, vooral het gevoel van eenzaamheid afneemt en dat iemand het dan best een week kan volhouden

P: ja

R: ja en wat ik wel heb geleerd weet je de eerste jaren was ik best wel onervaren met dit onderwerp en heb je gewoon de neiging, weet je je leert altijd van niet de ouders laten bellen, weet je want dat is alleen maar heimwee verhogend

P: mm mm

R: terwijl ik juist een paar keer kinderen wel ouders heb laten bellen en dat die dan ook echt, nou dat, ik heb wel eerst met de ouders gebeld van joh je dochter of zoon heeft echt last van heimwee, maar hoe gaan jullie daar normaal mee om?

P: ja

R: wat kan ik het beste doen?

P: oké

R: en dat ze dan juist zeggen van joh laat hem echt maar bellen, want dat, dan is het ook over, maar pas op het moment dat hij er even goed in zit

P: ja

R: dat heb ik gedaan, perfect

P: ja

R: dus ik ben ook wel een beetje van mn eh basale theorieetje afgestapt, weet je dat leer je dan of dat hoor je een keer die kreet

P: mm mm

R: dan denk je nou dat moet ik dan maar ik mag niet de ouders bellen

P: haha

R: en dan merk je nu juist, nu ik een paar jaar ervaring heb dat het, soms ook juist niet, maar dat het dus ook echt per kind afhankelijk is die gevolgen

P: ja

R: dat je dus echt

P: en waar baseer je dat dan op, dat het ene kind het wel kan, bellen naar huis?

R: eh door ja ik overleg altijd met de ouders, ik heb zoiets of groepsleiding van zij kennen het kind het beste

P: ja

R: dus dan ga ik niet zomaar, ik overleg met hun van joh dit is de situatie wat kan ik het beste doen?

P: ja, ja en spreek je dan van te voren ook nog dingen af met de ouders?

R: nou het ligt er aan, vaak staat wel van te voren in de papieren van heimwee, in de aanmeldpapieren een kind is heimwee gevoelig en dan staat er vaak al bij hoe ouders daar mee omgaan. Staat dat er niet dan spreek ik vooral als co de ouder even aan van joh ik las dit in de papieren, wat kunnen we het beste doen als dit gebeurt en wat verwacht je zelf? Is hij al eerder mee geweest met Heppie, hoe ging dat toen?

P: mm mm

R: en ehm

N: ja

R: als de nou, soms heb ik ook wel vaak dat meer de ouders heel erg heimwee hebben naar hun kind en het dan groter maken

N: haha

R: en dat het kind eigenlijk de hele week denkt van joh ik zie jullie toch vrijdag, maar inderdaad een kind wat heel erg heimwee heeft ehm en moeder zegt van nee hij mag me bellen dan spreek ik wel af op welke momenten is dat dan, als die echt in zijn tranen zit denk je dat jouw kind dan, stel ik ook wel een beetje suggestieve vraag natuurlijk, maar denk je dat jouw kind er dan uit komt? Ja of dat ouders zeggen ja nee maar dat werkt echt, nou dan probeer ik het en vaak werkt dat ook wel. Weet je ouders hebben

P: ook al zijn de kinderen aan het huilen dan?

R: ja ehm heb ik met ehm

N: ja je doet het alleen maar met goede ouders, want ik weet ook dat

R: nou goede ouders haha
 N: sommige ouders gaan het dramatiseren,
 R: ja dat klopt
 N: als je weet dat ouders zelf ook een beetje heel erg eh
 P: plotseling een huilend kind aan de telefoon krijgen
 N: dat het alleen maar grote drama's worden
 P: ja
 N: als zo'n moeder dan tegen een kind zegt hé joh ik ben zo trots op je, je doet het zo goed en wat heb je voor leuk, wat heb je vandaag gedaan?
 P: ja
 N: dat ze het een beetje positief brengt dan kan het heel goed werken
 R: en om ff namen te noemen, weet je je vernietigd de boel toch, alleen voornamen D. bijvoorbeeld bij de weekenden, dat jongetje wat jij hebt bij de weekenden, die heb ik op een kamp gehad en die huilde echt elke avond, hij wist niet dat ie op kamp ging, maar dat was voor het herfstkamp er was onverwacht plek
 P: haha ik volg het even niet meer
 R: er was zeg maar een jongetje en die ging onverwacht mee op Heppie kamp
 P: ja
 R: er was onverwachts plek
 P: ja
 R: maar hij is zwaar autistisch en die moest echt schakelen want hij zou nog in de herfstvakantie thuis zijn
 P: oh
 R: en zijn broertje was mee en hij vond het fantastisch en hij was op maandag bij Heppie en hij lag 's avonds in bed, ja hij kon het helemaal niet bevatten dat ie bij Heppie was, zware heimwee, heeft hij de hele week gehad
 P: oh
 R: en hij wilde, heb ik het ook met de ouders overlegd van joh wat kunnen we doen, nou bij hem werkte bellen duidelijk niet want dan kreeg hij nog meer heimwee, dus hebben we niet gedaan
 P: dat wist je van te voren of dat heb je?
 R: dat heb ik ouders gevraagd
 P: ja, ja
 R: tijdens het kamp, want daarvoor had hij bij mij nog niet eerder heimwee gehad, ik heb hem al een paar jaar in mijn kampen gehad dus ehm en toen heb ik ook met ouders, zegt vader ja het zou ook kunnen, weet je hij is op het laatste moment ook op Heppie kamp gegaan dus ik denk dat dat toch, dus ik met de ouders overlegd laten we hem blijven, we merkten eigenlijk dat het overdag wel heel goed ging, dus toen heb ik met D. overlegd dat ie toch bleef en dat hij 's avonds extra veel eh aandacht en knuffels kreeg en ehm en toen hebben we hem toch de week doorgekregen
 P: oh kijk
 R: maar ja voor hetzelfde geld ik was zelf meer een voorstander van moeten we hem niet gewoon lekker naar huis laten gaan en zijn broertje laten blijven bijvoorbeeld
 P: mm mm
 R: maar ja uiteindelijk er toch voor gekozen in overleg met de ouders en D. zelf om 'm te houden
 P: ja
 R: maar ehm
 P: dus je betreft ook het kind erbij, dat is ook wel
 R: ja wel afhankelijk van de leeftijd, sommige kinderen weet je die blijven, nou N. dat is bijvoorbeeld een bekende van
 N: die blijft er in hangen
 R: die blijft er in hangen, die moeder die zegt ook gewoon van nou ze heeft heimwee, die moeder dramatiseert het zelf ook een beetje en dat merk je ook gewoon nou je kon de klok

er op gelijk zetten wanneer de tranen kwamen, het was een beetje, op een gegeven moment een beetje aangeleerd

P: mm mm

N: ja

R: dus dan merk je wel, we nemen het wel, of ik, ik werkte toen niet met jou samen, we namen het wel serieus maar

P: en wanneer gebeurde dat dan, want je zei ik kan de klok er op gelijk zetten

R: nou 's avonds voor het slapen gaan

P: ja, ja

R: alleen als ze dan bijvoorbeeld niet haar zin kreeg op welk bed ze mocht, boven of onder, dan was het ik heb heimwee

P: oké

R: het was ook een beetje instrumenteel, maar het kwam wel echt tot dramatische en vooral als je dan nieuwe en onervaren groepsleiding er op had, die dan toch wel heel gevoelig was voor zo'n huilend meisje

P: mm mm

R: en dan toch ook, wanneer ik dan toch heel hard zei, ik ging op een gegeven moment bij haar ook echt heel erg op de afspraken zitten van joh we weten dat je heimwee hebt, zij had dan altijd iets bij zich van moeder, een een

N: een foto

R: of een brief, of een brief of een foto, je weet dat je die hebt, dan mag je daar nog even naar kijken en over 5 minuten heb jij geen heimwee meer en gaat het licht uit

P: oké

R: dat is natuurlijk heel raar om dat misschien zo in te zetten, maar bij haar was het dan ook gewoon klaar

P: ja

R: dat vonden mensen soms ook wel heel bruto van mij, nieuwe groepsleiding, maar dat meisje, dan zeg ik nee het is echt instrumenteel

P: en jij was dan coördinator?

R: ik was dan coördinator, ja nee want anders dan bemoei ik me er niet mee

P: en jij nam het over dan van de groepsleiding?

R: nee ik liet het, ik zag het gebeuren, nam ik de groepsleiding even apart en dan benoem ik van joh ik heb N. echt een paar jaar, ik zie dit en dit, ik weet gewoon dat dit zo doorgaat

P: mm mm

R: dit meisje heeft namelijk altijd heimwee dus ehm heb ik haar in eerste instantie zo ingezet, maar het lukte haar toch niet, dus toen heb ik aan haar, aan die groepsleiding gevraagd van joh mag ik eh dit zo en zo inzetten?

P: mm mm

R: nou graag want ze, het was voor haar ze had natuurlijk nog twee andere meiden in het groepje, dus toen heb ik ook gewoon bij N. gezeten, N. kent mij ook al een tijd, dus dat scheelt ook

P: ja

R: N. ik weet dat jij heimwee hebt, dat heb je morgenavond ook

P: ja

R: het hoort er eenmaal bij

P: ja

R: en over 5 minuten, ga je nog even, je gaat 5 minuten de brief van mama lezen en daarna ben je klaar

P: ja

R: en de helft van de tijd werkte dat gelukkig ook

N: kan goed werken

P: ja en heeft zij een bepaalde stoornis die, waardoor?

R: volgens mij heeft ze een hechtingsstoornis, pdd-nos en hechtingsstoornis had zij volgens mij

P: oh oké

N: hechting ja, ja
P: dus dan is het wel goed om duidelijk je grenzen
R: nou en vooral op de afspraken te gaan zitten
P: ja
R: ja ik doe het zeker, net zoals bij dat ventje van net die D., daar ben ik gewoon echt heel teder en joh kom een knuffel, maar bij N. weet ik dat die aanpak niet werkt
P: nee
R: want die gaat zo tot 4 uur 's nachts door
P: ja
N: maar dat heeft ook wel met haar stoornis te maken
R: ja
N: dat hechting speelt dan wel een grote rol
R: ja absoluut
P: ja en daardoor hè die hechting en die heimwee samen
N: dan kies je een andere aanpak
R: precies, kijk en dat ventje van net die D. die heeft gewoon puur pdd- nos dus eh om aan te geven dat bij hem gewoon een andere omgeving, even ik verwacht thuis te zijn, in mijn hoofd was ik thuis deze week
P: ja
R: opeens ben ik bij Heppie dat veroorzaakte echt duidelijke heimwee
P: en toch is dat ook een aan autisme verwante stoornis, toch pdd-nos?
R: ja dat is zo
N: ja, ja
P: en jij geeft hem dan juist wel eh knuffels en eh daar reageert hij wel eh?
R: ja hij wel, ja weet je elk kind, ik bedoel mijn pleegzoon heeft ook pdd-nos en is toevallig echt een knuffelkont
P: ja, ja
R: weet je het is echt, de ene pdd'er mag je niet aanraken
P: nee
R: dus dat is natuurlijk ook inschatten en dit ventje kende ik dan toevallig
P: ja
R: maar ik merk dat ik dat vaak toch wel doe, want je voelt als ik mijn hand zo doe en ik merk een rilling laat ik los
P: ja
R: maar als ik merk hé dit kind heeft wel deze knuffel nodig of niet van mij, maar eerder van een vrouw, van de vrouwelijke groepsleiding
N: dat kan ook verschil maken
R: uhm
N: maar ik snap jou vraag dat je zegt, zou je niet bij een autisme spectrum stoornis eerder met een programma aan komen zetten van zo gaat de dag er uit zien, zo gaat het slaapritueel er uit zien zodat je een kind ook meer hè voorstructureert
R: ja
N: ja dat doe jij ook
R: ja
N: maar dat is zo'n automatisme dat je dat helemaal eh
R: ja
N: vergeet te melden
P: ja en ook het aanraken dat is ook eh, dat is ook belangrijk dat je daar rekening mee houdt
R: ja
N: ja
P: uhm even kijken hoor, want bij welke vraag waren we nou?
N: ja deze hadden we net gehad
P: ja want had je, ja nee daar had jij ook al wat over gezegd hè?
N: ja

P: uhm nou dan komen nu de ervaringen, brand los

R: we hebben de helft al genoemd, we hebben er nog wel een paar maar uhm

P: **ja ik zal hem even duidelijk stellen hoor, kun je een of meerdere ervaringen met heimwee bij een kind van Heppie beschrijven?**

N: ja ik heb nu in de weekenden een meisje die heeft ook een enorme hechtingsstoornis en die eh, ja die, die huilt dan, eh de hele dag. Op een moment dat iets haar niet zint, dat lijkt wel een beetje op dat meisje wat jij net vertelde, dan eh gaat ze huilen en mist ze haar moeder, of als ze het niet begrijpt, of als er iets is wat ze niet leuk vindt uhm moet ze huilen. Vooral bij binnenkomen uhm kan ze heel moeilijk afscheid nemen van haar moeder, ze zit helemaal vastgeplakt aan haar moeder, ze kan het niet loslaten, moeder kan haar ook niet loslaten. Dus je moet echt zeggen uh nou over 5 minuten gaat jouw mama weg, dat klinkt heel gemeen om dat tegen een moeder te zeggen van over 5 minuten moet jij gaan, maar anders kunnen die 2 niet uit elkaar.

P: mm mm

N: uhm het meisje krijgt ook altijd een brief mee en een foto van haar moeder in haar koffer uhm en moeder wil dan als belofte als zij het weekend vol houdt dat ze dan op zondag het hondje mee neemt als verrassing of dat ze dan een cadeautje krijgt

P: oké

N: dus moeder versterkt heel erg het, het, het gevoel wat het meisje heeft en eh

P: versterkt ze de heimwee of?

N: ja heel erg, door zo aan haar te gaan hangen en door te zeggen mama mist jou ook

P: mm mm

N: het wordt een soort dramatisch afscheid, wordt het gemaakt en dan het meisje staat boven aan de trap en dan moeder die staat dan onder aan de trap te zwaaien en ja, nou ja moeilijk, moeilijk

P: en mag ik vragen

R: en wat, nee ga jij maar eerst

P: uhm want je zegt zij heeft hechtingsstoornis en weet je ook of zij dan, wat voor soort hechtingsstoornis dat is?

N: uh nee, maar ik zie zelf heel, dat staat er niet bij, maar ik zie zelf heel erg dat aantrekken, afstoten bij dat meisje dus de ene keer ben je haar heldin en de andere keer ben je echt het aller stomste van de wereld en ehm, ja ze kan helemaal geen grenzen van mensen aanvoelen

P: mm mm

R: maar ik herken wel, als ik er even op door mag gaan, ik herken wat jij zegt over de rol van ouders, ik heb eh, als je inderdaad kinderen hebt die heimwee gevoelig zijn en je merkt een moeder die toch, wel heel liefdevol maar gewoon echt zegt van joh lieverd mama is er vrijdag weer en deze groepsleiding gaat heel goed voor jou zorgen en eh zo'n moeder die mij dan zelf 's avonds even belt als coördinator van hoe is het gegaan? Maar niet de kinderen praat, ik merk dat dat echt heel goed gaat

N: ja

R: en ik heb ook een moeder die dan zelf met tranen op haar wangen en daar kan ze niks aan doen, want dat is haar emotie, het is voor ouders ook echt best heftig om je kind een week kwijt te zijn, maar die dan zo en mama snapt precies hoe je je nu voelt en nou ja

N: mama mist je ook, ja dan, het kind denkt dan mama mist mij ook

R: het is goed bedoeld, maar je merkt ook, kijk wij kunnen ouders natuurlijk niet voorbereiden op heimwee, want we zien ze vaak maar een keer, nou ja als we niet van te voren weten en we zien zo'n moeder die maandagochtend, kunnen we er niet zoveel meer mee, dan kunnen we alleen nog maar zeggen van joh het helpt nu jouw dochter om, al vind ik dat soms ook wel belerend, van wie ben ik

N: ja ik zeg het wel

R: ik zeg het soms wel van joh het helpt als je kind nu even gedag gaat zeggen en weg gaat, dan bel ik jou vanmiddag even hoe het gegaan is

P: ja

R: dat doe ik vaak wel

P: ja
R: als coördinator dan tenminste
P: ja
R: uhm maar er zijn ook wel echt, ik zie ook wel echt de invloed van hoe de ouders daar mee om gaan en wat ik bijvoorbeeld ook een hele opvallende conclusie vindt en daar hadden we het thuis bij mij nog even over, toen we het voorbespraken
N: haha
R: dat eh ik werk zelf op een groep, en ik zie met jongens van mijn werk gaan ook heel veel naar Heppie, maar ik zie ook heel veel groeps kinderen binnen Heppie, die hebben vaak helemaal geen heimwee.
N: nee
R: je merkt dat die zo gewend zijn aan het structuurtje van groepsleiders en ehm
N: andere gezichten
R: dat strenge gezeik op de groep even in hun taal, die zijn alleen maar blij bij Heppie, want daar mag veel meer en eh geen leerdoelen en geen gezeur en eh die wisseling van de wacht, nee het hele weekend dezelfde groepsleiding.
P: mm mm
R: ik heb namelijk ook onderzoek, ik heb zelf een presentatie gegeven over jongeren op de groep binnen Heppie en dat viel me ook echt op, daar komt heimwee niet voor
P: nee?
R: wie mist er nou zijn groepsleiding,
P: nee
R: ja bijna niet, ja misschien die kleintjes maar bij 9-12 zie ik het niet, die vinden het fantastisch
N: nee helemaal niet
R: en daar komt, daar zit geen eh met tranen, daar zit gewoon een professional, eh een groepsleiding van
N: joh nou we gaan
R: nou de dienst zit er op, weet je dat is ook wel eens naar om te zien, maar dat is veel centraler
P: dat is een heel andere situatie
R: dus ik zie daar bijna geen heimwee
N: nee het zijn echt
R: als ik terugkijk op mijn kampen, want ik weet nog wel welke kinderen heimwee hadden, want dat blijft je toch wel bij, dat zijn bijna altijd wel kinderen uit gezinnen
P: ja
R: volgens mij ja
P: dus de rol van de ouders is ook een belangrijke rol?
R: natuurlijk
N: ja absoluut
R: maar ik ken dat wel, weet je ik had zelf geen heimwee, maar mijn moeder had daar vroeger altijd heel veel moeite mee, als we op schoolkamp gingen nou die stond te grienen weet je en ik dacht oh please, weet je maar dat is ook iets wat bij ouders vooral natuurlijk, wat hun kind ook ja overneemt of voelen
P: mm mm
N: ja of kinderen inderdaad die het dan niet leuk mogen hebben van zichzelf omdat mama ze dan mist
P: ja
N: ik mag het hier ook niet leuk hebben, maar mama mist mij en die heeft het nu ook niet leuk dus dat
P: en heeft mama dat dan tegen dat kind gezegd, weet je dat?
N: ja, ja dit meisje zegt wel van mama mist jou en dat meisje krijgt dan echt zo'n gevoel van ik mag het niet leuk hebben
P: ja
N: want mijn moeder is nu ook verdrietig op dit moment, dus ik moet ook een soort van

P: het niet naar mijn zin hebben?

N: ja zoiets, niet mogen genieten van jezelf

R: terwijl als ik het toch inderdaad even over mezelf heb, ja hoe vaak ik wel niet tegen mijn pleegzoon zeg als hij een weekendje weg is van oh ik mis je wel heel erg hoor, het is ook heel automatisch

N: ja maar het kan ook bij kinderen denk ik wel

R: maar het is inderdaad heimwee verhogend

P: je kan wel zeggen ik mis je wel heel erg, maar ik wil, je wil ook graag dat ie plezier heeft

R: ja daarom

P: en als je dat er achter aan zegt

R: tuurlijk, maar dat merk je inderdaad hoe snel dat eh en wat ik inderdaad wel zie met heimwee uhm wat wil ik zeggen dat eh

N: dat ouders wel eens met handen in het haar zitten met zo'n kind

R: ja precies, dat ze elke avond gaan bellen

N: ja niet weten wat hun kind doet, heel bang zijn dat het mis gaat. We hadden afgelopen weekend een jongetje die niet uit de auto wilde komen, die zat heel hard te huilen in de auto en moeder probeerde uit alle macht dat kind uit die auto te krijgen en op een gegeven moment wordt ze gefrustreerd, gaat aan dat kind lopen trekken en je moet op Heppie en mama kan je niet hebben, maar dat moeder echt ja niet meer wist wat ze moest doen

P: nee

N: echt geen idee meer had

P: ja en hoe is dat toen eh?

N: ja dan gaan wij natuurlijk helpen, maar ja zo'n kind in de auto ja het is wel eh

R: maar hoe is dat uiteindelijk gegaan?

N: uiteindelijk is de groepsleiding bij hem in de auto gaan zitten en heeft met hem gepraat, uhm maar het kwam uiteindelijk zo ver dat we hem naar binnen hebben ge- geloodst en dat we de deur dicht gedaan hebben en moeder is gegaan. Dat we echt gezegd hebben van nou mevrouw hè we bellen u vanavond

R: waarom kies je er dan niet voor om hem dan toch met moeder mee terug te laten gaan?

N: omdat het al zijn derde weekend is, omdat hij hartstikke naar zijn zin heeft ook heel erg nodig heeft omdat het thuis gewoon heel zwaar is

R: ja dat je dan weet als

N: voor zowel moeder als het jongetje

P: mm mm

N: en dit is een bekende van onze co, dus het is een cliënt van onze co, dus die weet precies hoe het gezin in elkaar zit, die weet ook wat er gebeurd als we dit jongetje nu eigenlijk dwingen hier te blijven

P: mm mm

N: en een uur later zijn ze tranen gedroogd en zeg ik joh R. het is stiekem toch wel leuk hè? En dan zegt hij ja

P: ja

N: ik zou het alleen maar doen als ik weet, wat zeg maar, wat er uiteindelijk over een uurtje komt, bij een nieuw kind

R: vind ik altijd belangrijk met de ouders te communiceren, ik vind het über belangrijk hoe wij, maar ook als co, ook als groepsleiding van het groepje met de ouders te overleggen en wij moeten niet en ik zie het ook niet als schande weet je om ouders om hulp te vragen

N: nee

R: het eerste jaar als co, toen was ik nog een stuk jonger en vond ik het echt heel spannend

P: mm mm

R: denk ik oh en straks denken ze dat ik het niet onder controle heb

P: hm hm

R: weet je dus je gaat toch ff, ja nee het gaat hier allemaal goed hoor, maar nee eh het gaat hartstikke goed ik maak me alleen wel zorgen omdat hij last heeft van heimwee, jullie kennen hem beter. Daar moet je je wel even over heen zetten, want ik vond het in het begin heel lastig om ouders te bellen

N: ik vraag ook vaak het bedritueel na, wat doen jullie altijd?
P: ja
N: als je altijd voor leest of hij heeft altijd een lampje naast zijn bed liggen of eh
P: ja
N: dan benoem ik dat naar het kind hé mama leest je altijd voor dus we zullen hier ook een verhaaltje lezen, weet je wel, zo hier heb je een lampje, krijgt ie zo'n lichtstaafje, zodat het een beetje hetzelfde gaat als thuis
P: mm mm
N: dat het misschien helpt
R: en bij een groot deel
P: en werkt het denk je ook?
N: ja best wel goed
P: ja
N: ook het serieus nemen zeggen van joh ik zie dat je verdriet hebt, kom we gaan een kopje thee drinken hè en dan ga je daarna lekker slapen
P: ja
N: dan heeft hij even aandacht gehad
R: ja
N: kan die kletsen, even het verhaal kwijt en dan
R: eerst het serieus nemen, maar daarna ook echt even afleiden inderdaad want ik merk
N: ja
R: zeker bij 6-9 het gros uh is dan ook wel weet je, als je nou zegt van wat vind jij leuk om thuis te doen? Voetballen is het vaak bij de jongens, nou dat is toevallig wij hebben hier hartstikke veel voetballen of eh ik hou van tutten, nou dat is toevallig, eigenlijk gingen we dat niet doen, maar ik ga wel even regelen bij de co dat jij toch ff met de strijkkralen kan
P: en dan de volgende dag?
R: huppakee, nou eigenlijk zo snel mogelijk, om het eh de afleiding
P: en ja zo snel mogelijk dat is dan als ze overdag heimwee hebben?
R: ja precies, oh ja en als ze 's avonds heimwee hebben, nee maar dan ook, wat helpt jou?
Uhm uhm, wat ik ook wel eens doe lekker onpedagogisch van nou weet je wat ik heb een lekker ranja- drankje en dat mogen we eigenlijk eh alleen 's avonds of eh alleen overdag
N: ik weet wel wat ik met melk en stroop en ranja
R: toverdrankje, nee maar ook gewoon, dan ook met het hele groepje want anders stel je de anderen twee achter, dan mogen jullie, ga ik voor jullie groepje nog even lekker een glaasje limo regelen, alleen voor vanavond, dus wel even structureren, mocht het morgenavond weer tranen zijn, mag het niet, maar het is ook na zo'n eerste avond,
P: mm mm
R: huppakee
P: ja en dan beloon, of ja nou ja je beloont niet echt de heimwee maar je maakt er iets speciaals van
R: ik beloon niet nee, ja ik snap
N: ik snap je vraag, maar het is meer dat je het gewoon eventjes
R: een positieve keer
N: ja dat je ook iets anders brengt, je gaat lekker met zijn allen even wat drinken en je komt even bij elkaar op bed zitten
P: afleiding
R: plus ik doe het ook pas op het moment dat de heimwee, als het ergste voorbij is hè. Ik vind de volgorde wel echt, eerst serieus nemen, signaleren, serieus nemen, van joh ik zie het ook het is heel kl, nou klote zeg je niet, maar het is wel heel naar
P: haha
R: het is ook gewoon heel vervelend,
P: ja
R: joh wat heb jij nodig, sommige kunnen dat ook wel zelf zeggen, of ik ga nu met jou mee denken wat jou nu helpt, want als je het helemaal serieus hebt genomen of ze hebben even

gehuild of gezegd hoe stom het hier is, het is ook af en toe wel heel stom, want ik mis ook wel eens mijn kind en mijn man en daarna, daarna dat ranja- gedeelte zeg maar

P: ja, ja als de heimwee klaar is, dus je beloont het goede

R: ja

N: even positief afsluiten ofzo

R: precies

N: een beetje iets anders

P: ja

R: dan hebben ze ook geen tijd meer om er over na te denken, want het is veel te leuk hier joh, dan is het vaak ook een beetje

N: een knop om

R: knop om

N: of van oh weet je wat ik voor jou heb en dan kom ik met een lichtstaafje aan, pak je joh leg het naast je kussen

R: het is wat anders als je inderdaad dan maak je het instrumenteel, als je ze gaat omkopen van joh als jij nou eh, weet je wat ik snap dat je heimwee hebt maar hier heb je een lichtstaafje

P: haha

R: ja weet je want dan denkt het kind ook echt, oh ik ben benieuwd wat ik volgende keer met huilen krijg

N: nee dat is

R: het is echt het achteraf positief afsluiten

P: ja

R: en ik doe ook niks waarmee ik andere kinderen benadeel en al zouden ze wel tegen die andere kinderen zeggen van oh wij mochten gisterenavond limo, nou dan krijgt de hele groep van mij 's avonds limo in bed, ja voor het tanden poetsen, ja nee weet je

P: ja hoor

N: ja, ja

R: maar om aan te geven we hebben echt wel hele diverse casussen van heimwee gehad

P: ja

R: echt van er instrumenteel in blijven hangen van echt kijk het meest voorkomend is toch echt wel op die maandag, ouders gaan weg

N: en vastklampen aan ouders, niet meer loslaten, huilen, huilen

P: ja

R: en dan is het toch inderdaad een kwestie van eerst weet je, wat ik toch nog wel vaak zie bij groepsleiding, dat stoort me wel eens, ah nee joh dat valt hartstikke mee, dat is oh, oh dan kan ik me echt opvreten, dat kind

N: nee het valt niet mee

R: je ontnemt zo dat gevoel van het kind

N: ja

P: ja

R: omdat ze niks, weet je dit kind heeft echt heimwee, dus neem het even serieus

P: ja

R: dat vind ik wel echt, dat irriteert me wel. Als ik er iets over mag aanbevelen, dat is wel eens iets wat ik zie, dat ik denk van nee dat vind ik, dat kan niet

P: mm mm

N: en ik heb zelf heel erg heimwee gehad, ik vertel ook altijd over mezelf

P: ja

N: dat ik heel goed begrijp hoe ze zich voelen en wat ik zelf altijd wilde en deed

P: ja

N: uhm

P: en weet je dan ook nog wat dat was?

N: ja ik heb het heel lang gehad dus ik weet dat nog goed

P: ja?

N: ik wilde altijd naar mijn moeder

P: ja

N: en toen ging ik huilen en dan kon ik nergens slapen, dus ik begrijp heel goed dat je dan je moeder niet los kan laten ofzo

P: mm mm

N: maar ik vertel er wel altijd bij hoe trots ik dan was als ik wel gebleven was en hoe leuk ik het dan eigenlijk vond

P: ja

N: en ik zie wel dat dat dan werkt, dat eigenlijk alle kinderen het liefst willen blijven

P: mm mm

N: dat het oké is dat je het dus eigenlijk stiekem ook niet wil ofzo

P: ja

N: ik merk wel dat het helpt als je over jezelf vertelt, maar ik vind dat je het alleen moet doen als je het ook echt gehad hebt, dat je niet

R: precies, ik kan dat niet doen

N: nee, zo is, nee

R: je moet gewoon

N: ja maar ik denk dat dat altijd heel goed werkt

P: ja, ja en wat vertel jij dan wat jij er aan hebt gedaan?

N: oh dat ik altijd, dat ik altijd in bed altijd moest huilen of dat ik altijd heel erg gauw aan mijn moeder moest denken of dat ik dan nooit durfde te slapen en dat ik het dan heel fijn vond als er een lichtje aan was en dat iemand bij me bleef tot ik ging slapen en dan vertel ik bijvoorbeeld van joh vind jij dat ook fijn? Dat kan ik ook voor jou regelen, weet je wel zo.

Uhm, ik haak vooral in op het gevoel wat je hebt als je wel gebleven bent, hoe leuk het dan wel was

P: ja

N: dat je dan eigenlijk een overwinning op jezelf hebt

P: ja

N: ik probeer daar echt de nadruk op te leggen, omdat ik weet dat eigenlijk alle kinderen dat ook zullen hebben aan het eind

P: ja

N: en het is nog nooit voorgekomen dat een kind het niet heeft, ook al ga je naar huis op donderdagavond, dan is hij wel heel trots op alle dagen die hij dan al heeft

R: ja

N: gehad heeft

R: en dat is ook belangrijk om het ook positief af te sluiten

N: ja

R: die kinderen bij de eerste kampen, het is echt, mijn allereerste 6 tot 8 jarigen, het is gewoon heel, want er is een jongetje toen echt op donderdagavond naar huis gegaan door heimwee en eh, het is een beetje langs mij heen gegaan want uit mijn groepje ging er toen ook eentje naar huis, dat vond ik echt niet leuk, maar ik weet ook nog dat het wel echt heel positief met hem is afgesloten en dat hij ehm, dat toen wel echt de overweging is gemaakt dit kind heeft het gewoon echt niet leuk bij Heppie meer en dat is, dan moet je het ook gewoon, de co's hebben het toen ook echt weloverwogen, maar ik denk ik heb dat zelf als co nog niet gehad, maar ik zou dan ook echt mijn coach vragen om te observeren, joh welke signalen zie jij? Eh ik geloof wel dat als je daarin de verkeerde keuze maakt dat het echt hele nare gevolgen kan hebben qua weet je angstervaringen voor de volgende keer

N: ja maar als je het afsluit met positieve, van je hebt het 4 dagen volgehouden en ik ben zo trots op je en kijk eens wat voor leuks je allemaal gedaan hebt en eh

P: ja

N: hè

P en vier dagen is voor dat kind waarschijnlijk al heel wat

N: bijvoorbeeld, ik denk dat het dan hoeft het niet meteen een faalervaring te zijn. Uh maar ik zou wel het moment van ophalen kiezen want ik zou er nooit voor kiezen om een kind 's avonds als ze al op bed liggen, te laten ophalen.

R: nee

N: want dat wordt wel een faalervaring, dat kun je nooit positief afsluiten

R: nee, maar dan zou ik het juist ook plannen bijvoorbeeld, ik heb eh suggestief vragen niet meegenomen, dan zou ik bijvoorbeeld gewoon zeggen. Stel dat je echt als team hebt besloten en co's, dit gaat echt niet, kind draait door aan de andere kant positief af, dan zou ik zeggen joh M. jij gaat morgen nog ochtend, dat je dat het kind, joh wanneer zou je naar huis willen morgenvroeg?

P: ja

R: dan heeft het kind ook de regie

P: overleggen met het kind

R: ja en dan heeft die besloten wanneer die naar huis gaat, want dat is het toch geen heimwee meer, want het is gewoon zijn eh of haar

N: ja op die avond dan heb je zoveel heimwee, dan kun je ook niet meer helder denken

R: je bent ook jong, het is ook raar om

N: van joh je mag gaan

R: uit het ene bed, je eigen bed weer in te gaan

N: dat zou ik nooit doen

R: op de een of andere manier klopt dat ook niet

P: nee

N: en dan ga je

P: dus bij dat jongetje, dat was dan niet?

R: dat was voor de bonte avond is hij weer opgehaald

P: ja, ja

N: zeg zeven uur, acht uur

R: ja mijn kind werd toen echt tijdens de bonte avond die had ook op een gegeven moment paars gekregen, die mag dus niet meer terugkomen. Ik was met dat jongetje mee naar zijn groep om hem terug te brengen, dat was echt heel naar, die had geen heimwee dan. Die van mij die was gewoon agressief ha en dat heimweejongetje is tijdens of net, vlak voor de bonte avond dus opgehaald.

P: ja, ja

R: dus ik heb dat toen een beetje gemist, maar ik vond het wel heel naar

P: ja

R: toen was die als team ook, was bij dat kamp 3 kinderen, wij stond als team met zijn allen echt te huilen

P: mm mm

R: echt als stoere kerels, het heeft toch ook op jou als team gewoon impact

N: het voelt voor jou ook een beetje als falen, dat je niet een kind het gevoel van veiligheid of vertrouwen hebt kunnen geven dat het heeft durven blijven

R: wij hebben het ook met de groepsleiding als co, heb ik het wel ook met de groepsleiding wel over uh nou wat bepaalde situaties zeker ook heimwee met ze doet. Bijvoorbeeld D. dat jongetje die had een nieuwe groepsleiding en zij wou t zo goed doen en D. elke avond huilen en zij kon daar zo niks aan doen. Want ik weet hoe dat ging en ik heb het ook uitgelegd, van het verhuizen of eh niet van het verhuizen dat was bij E. onverwachts

N: onverwachts ja

R: om bij Heppie te zijn en zij trok het zichzelf toch heel erg aan merkte ik. Dus dan is het ook echt belangrijk om zo'n groepsleiding ook gewoon gerust te stellen. En dat ook uhm, laat ik bijvoorbeeld gesprek met vader, laat ik haar bij staan, zodat ze ook hoort dat vader ook echt verteld eh dat het bij D. zit.

P: ja

R: want het is ook voor ons wel eh

N: voor de groepsleiding niet fijn

R: nee

P: en waarom is dat niet fijn?

N: ja je hebt een huilend, bijvoorbeeld je hebt een huilend meisje eh in bed liggen en ja dat is heel, ik vind dat heel naar om te zien dat een kind. Je hoort blij te zijn bij Heppie, je hoort het naar je zin te hebben.

R: je wilt het goed doen

N: ja

R: maar dat ook, je wil de kinderen een leuke tijd geven en dan ga je ze, tenminste ik ben ook wel zo onzeker dat ik aan mezelf ga twijfelen

N: wat doe ik dan niet goed? Hoe komt het dat je elke dag moet huilen?

R: ja precies nou ja maar ook van had, wat hadden wij kunnen doen? Hebben we iets, signalen gemist uhm

N: had ik eerder iets moeten doen? Of had ik anders iets moeten doen?

R: daarvoor zijn de evaluaties 's avonds ook zo belangrijk

N: ja

R: als groep om ook eh rationeel te blijven denken

N: ja maar heimwee kan je niet toeschrijven aan een stoornis. Je kan heel vaak gedrag heel erg plaatsen, maar heimwee is natuurlijk heel erg uhm onafhankelijk van

R: ja

N: een stoornis, het kan bij elk kind gebeuren en natuurlijk hangt het wel samen met uhm problematieken die in het aanmeldformulier staan maar het hangt ook heel erg af van de band die ouders met kinderen hebben en de manier waarop ouders met kinderen omgaan en dat is niet te omschrijven in een aanmeldformulier, dus dat

R: nee

N: dat weet je niet

R: daarom moet je ook heel scherp zijn die maandagochtend

N: ja goed kijken

R: dat kan niet altijd als co's want je elke groepsleiding is met zijn groepje bezig en jij moet ondertussen al die medicatie innemen, maar ik probeer altijd wel heel scherp te kijken wat gebeurt er om me heen?

P: mm mm

N: hoe mensen afscheid nemen, wat ouders zeggen eh

R: of bepaalde opmerkingen, nou je zal zien ze gaat zo hartstikke huilen en weet je zo'n opmerking dan sta ik al op scherp

P: ja

R: weet je en dat is wel een hele makkelijke natuurlijk, maar ook minder wat minder

P: en hoe reageer je daar dan op?

R: uh van uh ik zit even te denken, heel verschillend

N: nou ik zal altijd iets gaan vertellen over hoe leuk het bij Heppie is en wat we zometeen gaan doen

R: uhm

N: heb jij de pictolijn al gezien, weet je

R: ik heb volgens mij ook wel een keer tegen moeder gezegd, ik zeg nou ik denk dat als we inderdaad zo praten dat we dan, nou dat het er niet leuker op wordt ofzo, zo iets dat heb ik ook wel eens gezegd, afhankelijk van het, echt het moment

N: dat moet je ook durven

R: ja maar ik ben wel vrij direct dus ehm

N: nee zou ik niet doen, ik zou het kind denk ik afleiden

R: nee ik heb wel eens echt zo, ja ik noem het even, het wordt opgenomen hè nou boeiend, zo'n groot bek, zo'n grootmondmoeder die echt, die was ook heel negatief richting haar dochter. Nou je zal zien hoor dat wordt straks weer blèren, ja weet je en toen dacht ik ho eens even, dat raakt mij dan ook en ik zeg nou als we zo beginnen wordt het helemaal niks, laten we het wel gezellig houden, wat ik zeg volgens mij, bent u al eerder, hier al eens eerder geweest zo iets? Ik zeg nou we hebben dit en dit en dit, wat gaat u deze week doen? Dan ga je wel afleiden, maar eerst gewoon even kaderen. Ja wij zijn wat dat aan gaat, ik ben wat directer

N: directer

P: ja
R: het is niet altijd goed hoor
P: het is maar net wat bij je past dan
R: ja, ja
N: ja is ook
R: jij bent daar tactischer in daar kan ik ook wel wat van leren
P: haha
P: uhm dat zijn een beetje jullie belangrijkste ervaringen of heb je nog iets wat je heel erg bij is gebleven?
R: ja uhm ja weet je de meeste gevallen, of gevallen klinkt zo onaardig, maar de meeste situaties zijn toch wel op de maandag inderdaad en ehm ik, er zijn echt maar een paar gevallen geweest dat het echt de hele week door zette.
N: ja maar en wat mij het meeste raakt zijn de jongetjes die dan op de bank zitten met hun knuffel in een hoekje die je dan in eerste instantie niet zo goed hebt opgemerkt
P: mm mm
N: dat ik denk oh, bij jou doet het echt pijn ofzo. Meer van het, het, je kan het niet eens kwijt.
R: nee
N: je kan niet eens zeggen tegen iemand, of je kan niet eens huilen, dan denk ik oh jeetje joh
R: ja want benoemers die heb je eigenlijk wel heel makkelijk te pakken natuurlijk
N: ja inderdaad
P: ja
N: en die jongentjes die niet kunnen zeggen, maar die ook niet zo goed te porren zijn voor een activiteit, die vind ik het moeilijkst
R: ja, ja dat klopt wel
N: want dan denk ik joh wat gaat er allemaal in jouw hoofdje om en hoe erg maak je het van binnen? Eh en dan heb je ook zoiets van ik kan jou niet zo goed helpen, want ik kan jou niet zo goed bereiken.
P: en wat doe je dan?
N: uhm nou ja gewoon bij ze in de buurt zijn en kijken wat ze leuk vinden. Als ze het liefst, namelijk nog niet een activiteit doen, maar even een Donald Duck willen lezen, ook oké maar dan ga je er naast zitten of dan ga je, ik laat, ik zou ze in ieder geval niet alleen laten.
R: dat heb ik toen in de weekenden gehad, die jongen waar ik zo fan van was, bij jouw weekend. Die stevige jongen die wat ouder was, die er echt buiten viel die ook nergens voor te porren was
N: oh
R: ik weet even niet meer hoe die heet, maar die was in ieder geval een oudere jongen en dat plaatste ik niet eerst als heimwee, want dat
P: hoe oud was hij?
R: uh ja 13 al
N: ik denk al wel oud ja
R: hij was twee, misschien al 15. Die jongen die toen fan was van truckers of van uh grasmotormaaiers. Nou misschien wordt ik ook een beetje
N: nee joh
R: in ieder geval had ik hem twee weekenden in mijn groepje dan, omdat ik wel een klik met hem had, maar hij was weinig. Hij vond het leuk om met mij te babbelen, want volwassenen vond ie leuk, maar echt bij Heppie had hij, vond totaal geen aansluiting, had hij. Ik legde de link niet gelijk met heimwee, omdat hij ook bijna niks zei, maar uiteindelijk had ik ook door dat hij eigenlijk het niet erg vond om thuis te zijn. Uh dus ehm met de ouders ook wel overlegd op dat moment, weet je nog wie ik bedoel?
N: nee
R: oh nou ja in ieder geval ook met ouders wel overlegd van joh, wat is dit wel handig? Nou hij geniet er op zich wel van en uiteindelijk ga je dan toch meer zoeken van hoe heeft hij het toch leuk?
P: mm mm

R: en ja eigenlijk, wil je natuurlijk dat kind onderling mengen, niet alleen met groepsleiding, maar ja als hij er van geniet. Dus uiteindelijk heb ik wel hem toen veel meer één op één aandacht gegeven en hij wilde graag, het liefst zo'n gras ding rijden en H. of hoe heet dat, had zo'n gras en dan mocht hij daar een keer op. Weet je op die manier dan eh naar zijn zin te maken.

P: ja

R: maar dat ben ik wel met je eens hoor, die praten er niet over.

N: die praten niet en dan weet je ook niet hoe je dan kan helpen.

P: nee, kan je dan een gesprek met hem aan gaan daar over?

R: lastig want ik wil niet in de mond leggen uh joh waar heb je, heb je heimwee of want vind ik te suggestief joh. Uhm vaak begin ik toch van joh wat is er, ik merk dat je stil bent en is er iets stom? Weet je stom is vaak wel een woord waar ze wat mee kunnen.

P: mm mm

N: ja

R: en uh dat merk ik dan vaak ook nog wel eens, ja uh mama dit of, maar nee bij hem was het, hij kwam echt heel weinig, bijna niks uit. Nee niks, gaat wel goed.

P: mm

R: en op een gegeven moment omdat hij wat ouder was en ik denk wel dertien hij had ook een normaal, bovennormaal iq, dus je kon ook echt als volwassen man met hem praten. Ben ik ook wel echt met hem in gesprek gegaan, van joh ik zie wat anders en eh je kan het ook gewoon aangeven als je het niet wil zeggen, want ik bedoel wie ben ik? En dan met een beetje humor en dan uiteindelijk mocht ik wel iets dichterbij komen, ik had hem dan ook met de weekenden dus dan zie je hem vaker, maar ik heb met hem uiteindelijk wel, hij vond het oké maar hij vond het ook best wel over, overmachts. Dus ik heb ook wel het idee gehad dat er ook iets van heimwee achter zat, of gewoon misschien het niet zo heimwee, niet zo zeer aansluiting vinden dus er niet per se willen zijn.

P: mm

N: ja

R: ja dat vind ik dan inderdaad wel lastig

N: dat zijn de moeilijkste

R: ja, ja

P: ja ik denk ook van uhm net van je zei ook dat groepsleiding snel gaan afleiden ofzo en ja waarom is het dan zo, ja hoe moet ik de vraag gaan stellen, maar wat is er zo lastig om het aan het kind te vragen of die heimwee heeft?

R: uhm ja goede vraag

N: je wilt ook niet dramatiseren of erger maken dan het is of iets in de mond leggen wat misschien niet zo is, maar waar een kind van denkt van oh misschien is dat het wel, dus dat zal ik dan wel hebben.

R: precies dat is het, want zeker voor sommige is het heel lastig om te benoemen wat er is. Soms weten ze het ook niet altijd, het ligt er aan, soms help ik ze, zeker bij autisten als ze niet weten. Weet je mijn pleegzoon zegt standaard er is niks en dat komt omdat hij niet kan benoemen, dus dan benoem ik van ben je boos, die vier b's, dat helpt hem dan om echt om het een richting te geven. Maar ik vind heb je heimwee vind ik dan te, te gericht dat het kind ja zal zeggen terwijl die het misschien niet heeft. Ik zou dan kiezen van joh ben je boos, bang of eh ben je verdrietig of blij of boos en dan verder door te vragen.

N: voordat hij iets denkt van oh ja misschien heb ik wel heimwee, oh ja ik heb heimwee en dan

P: mm mm

R: iets aanpraten

N: dat je ja

P: maar ja, je kan het misschien ook op een andere manier vragen?

N: ik zou het inderdaad bij de emoties houden

R: ja, maar ik zou niet gaan zeggen zou je liever thuis zijn of wat dan ook, op die manier. Ik zou toch gaan zeggen van joh ik merk, ik heb het idee dat je niet helemaal lekker in je vel zit,

want ik zie je veel aan de kant zitten en ik zie een boos gezicht. En uh weet je, vaak helpt het om het gewoon echt letterlijk te benoemen en dan van het is stom zeker? Ja, dat is vaak al dat ze zeggen van eh of nee het is niet stom, het is, ik wil gewoon mijn, weet je er komt, het roept altijd een reactie op.

P: ja

N: er komt altijd iets

P: dus dan gaan ze vertellen?

R: ja, ja, nee ik zou nooit ook al is het misschien beter of zo, ik zal dat niet, ik zal het niet doen

N: ik ook niet zo snel

P: nee, nee

R: nee

P: maar dan weet je natuurlijk ook niet wat het kind mist

N: nee maar dat komt er dan, dat komt er dan vanzelf wel uit

P: ja?

R: ja ik zou gewoon doorvragen, joh wat is er aan de hand? En dan is het van ja ik snap het spel niet en eh dan merk je namelijk, dan ga je eerst gewoon van uit dat het aan het spel ligt. Van joh uh wat vind je lastig aan het spel? Want ik heb vaak dan wel de regel dat iedereen mee doet met het spel of ze zitten er bij aan de kant want anders gaan kinderen bepalen

P: mm mm

R: dus ik heb vaak dat ze dan mee doen en als je dan na het spel merkt dat ze inderdaad, dat hou ik dan wel in de gaten. Nou dan lig het dus inderdaad aan dat spel. Geef ik de groepsleiding wel de tip, mogelijk vindt hij spellen lastig, dus leg het extra goed uit of bespreek het voor. Als ik merk dat het gedrag blijft, dan is het dus iets van joh ik dacht dat je het spel niet snapte, maar ik zie je nou alweer zo boos kijken. Heeft iemand een wind gelaten? Doe ik vaak met een grapje bijvoorbeeld, weet je dan komt er nee want eh, zo op die manier.

P: ja, ja en dan kom je er ook achter wat het kind mist?

R: ja, ja

N: wat er is

R: ja, nee ik ga niet gericht naar heimwee vragen, ik zou inderdaad gewoon vragen wat is, om het echt in het hier en nu te houden.

P: mm mm, ja?

N: ja

P: oké

P: uhm weet je hoe je een kind met uh heimwee bij Heppie kunt begeleiden?

R: over het algemeen w

N: wel

R: ja eigenlijk die stappen die ik net zei, eerst het signaleren vind ik heel belangrijk, dan het gewoon echt het serieus nemen, dat vind ik echt de belangrijkste stap, die echt nog wel eens gemist wordt en daarna ook gewoon, ook uh keuze maken van uh afleiden of waar mogelijk nog even wat langer serieus nemen of even, maar in ieder geval kijken wat het kind nodig heeft.

N: ja heel erg op gevoel bekijken, wat werkt.

R: ja en ook vooral een stap daarin kan zijn, om ouders te benaderen

P: wacht even hoor, haha die gaat 12 keer (de klok)

R: oh sorry

N: oh

P: ja, ja

R: en ouders daarin desnoods te betrekken, zie je nadat je het serieus neemt, dat het afneemt zodat het voor u oké is uhm maar zeker bij een tweede keer zou ik toch al wel. De eerste keer zou ik niet gelijk ouders bellen. Ook even heel praktisch,

N: nee

R: daar hebben we gewoon geen tijd voor, weet je je hebt zoveel kinderen, ik denk niet je hebt er gewoon geen tijd voor. Bij de tweede keer zou ik toch wel als ouders van joh, we zien nu twee keer in korte tijd dat ze toch best wel verdrietig is, dus wat eh en dan de volgende stap. Dus een beetje die volgorde.

N: ja

P: ja, dus jullie weten allebei wel hoe je heimwee kunt begeleiden bij kinderen van Heppie?

N: ja

R: ja tot nu toe, laat ik het zo zeggen alle gevallen die ik tot nu toe heb gehad wel. Ik weet niet, hoe zou, als ik coördinator geweest zou zijn bijvoorbeeld van die jongen die dus op donderdag naar huis ging, ik weet niet hoe ik dat gedaan zou hebben, maar ik ken die situatie ook niet meer zo goed, maar tot nu toe, ja.

N: ja maar ik zie wel eens, dat mensen wel eens moeite hebben als uh een kind blijft huilen. Dat zijn vaak van die over gedramatiseerde meisjes met hē hechtingsprobleem die blijven huilen, huilen, huilen en ook niet geneigd zijn om te gaan stoppen en dan moet je meer de tactiek toepassen, die jij toepast, van joh nu is het klaar over vijf minuten gaan we slapen en hē het is goed dat je mama mist maar morgen weer een dag, ja

R: ja

N: in eerste instantie was ik zelf ook helemaal niet geneigd die tactiek toe te passen, maar ik zie wel dat het heel erg werkt en dat het soms echt moet. Dat je ook ge, het moet afkappen omdat ze anders blijven gaan.

R: en en ze ook afleiden, in de zin met keuzes, weet je wel. Joh ga je zo eerst je tanden poetsen of ga je eerst je pyjama aan trekken, ja ma ma, ik zeg, anders kies ik voor je. Nee maar ik ga echt niet eerst mijn tanden poetsen, nou wat goed dat je dan een keuze heb gemaakt, waar ligt je pyjama, weet je echt zo.

P: ja

R: en daar moet je even doorheen

N: maar dat moet je wel leren, want ik was natuurlijk mijn eerste kamp ook heel erg geneigd om dat lieve en lief te blijven, te blijven luisteren, te blijven troosten waardoor je een, dat eindeloos

R: ja maar ik heb het op mijn werk ook heel veel, een jongetje die op zondag terug komen van weekend, terwijl ik werk dan met de jongens van 10 tot 14 en ook twee van 9. Dat is altijd huilen, of altijd, vaak huilen als ze zondagavond weer worden terug gebracht, maar ja ik werk met die ouders, dus die ouders kan ik natuurlijk heel makkelijk instrueren hoe ze daar het beste mee om kunnen gaan en dan ken je de trucjes wat meer, maar dat, daar zit ik ook echt zo. Joh wat ga je eerst doen?

P: ja

R: eerst serieus nemen, maar dan wel ook echt gewoon, zeker bij die types die er in blijven hangen

P: ja

N: gewoon afkappen

P: ja oké

P: uh wat denk je dat in het algemeen zou kunnen helpen om heimwee voor kinderen van Heppie te verminderen?

N: ja ik denk dat er al heel veel gebeurd om het te verminderen, door dat je heel erg weet wat er gaat komen, het programma, de pictolijn, eh vaste rituelen. Dat dat sowieso heel erg helpt, dat je een vast aanspreekpunt hebt, je eigen groepsleiding die veel van jou weet

R: een foto vooraf van het team

N: ja

P: ja

R: dat vind ik heel erg uh helpen

N: ja

R: je zou er misschien nog eventueel voor kunnen kiezen, maar dat is natuurlijk niet, nee dat is niet zo mogelijk want uh om van te voren te zeggen wie jouw groepsleiding wordt, maar

N: doen wij in de weekenden wel altijd bij alle kinderen die krijgen echt van te voren te horen

R: ja precies maar op zomerkamp

N: wie de groepsleiding wordt en die krijgen ook van te voren het programma, dat ze zich gewoon heel erg goed kunnen voorbereiden. Dat ze precies weten

R: ja

N: hoe het gaat, ze slapen altijd in dezelfde slaapkamer, ze krijgen altijd hetzelfde bed eh

R: nou het programma vooraf sturen, ik hoor wel eens coaches die zeggen ja maar je kan het programma niet vooraf sturen want dan kan ik tijdens het kamp niks meer wijzigen. Dat vind ik echt onzin, ik stuur ook weleens het programma van te voren op bij een gespannen kind en dan wijzig ik het gewoon van joh heb ik iets stoms gedaan, ben ik de voetballen kwijt geraakt, dus dan halen we de picto van de voetballen weg.

R: weet je dat kan je prima

N: kan altijd

R: dus ehm ja ik ben wel, dat zou inderdaad wel een goede zijn denk ik, om bij alle kinderen gewoon standaard het programma op te sturen

N: ja dat doen wij ook vaak en wat we in de weekenden doen is dat we ehm op elke kamer een nachtlampje hangen en dat we die dan ook gewoon zeggen van dit is bij Heppie zo. Dat kinderen er niet zelf om hoeven te vragen, maar het is er al het lichtje

R: ja

P: mm mm

N: kinderen die bang zijn en dat niet hoeven te vragen

P: oh ja

N: of eh niet bang hoeven te zijn dat hun groepsleden zeggen van joh eh je bent stom of kinderachtig, nee het lampje is gewoon bij Heppie en wat ik zelf altijd doe is dat ik vind dat groepsleiding op de slaapkamer moeten blijven tot ze slapen

R: ja dat

N: is geen standaard Heppie regel, maar eh ik vind die zelf heel fijn en dat verwacht ik ook altijd van mijn groepsleiding

R: ja tenzij je echt het gedrag versterkt dan eh

N: ja als het echt niet gaat

R: maar weet je het binnenlopen moment, die spanning denk ik haal je niet weg

N: nee

R: want dat is voor iedereen, de eerste dag dat ik een school binnen stap, de eerste dag dat ik weet ik veel wat, alle eerste keren zijn spannend dus ik denk dat je dat niet weg gaat nemen, moet je ook niet willen.

N: ik denk dat Heppie al heel veel doet om ze voor te bereiden

R: zo'n kaartje vooraf vind ik echt heel slim

N: vriendenboekje vooraf had ik ook

P: zo'n kaartje, vriendenboekje

N: kinderen krijgen altijd zo'n kaartje met een foto van het team

P: ja

R: ja

N: en nu was nieuw dat vriendenboekje, wat ik zelf echt een briljante zet vond, maar dat blijkt achteraf te duur te zijn.

R: ja het is bij mijn kampen allemaal mis gegaan, mensen hebben nooit een vriendenboekje gehad

N: ja maar dat was, maar kinderen die, er kwamen echt kinderen binnen uhm dat boekje al en dan kon ik al bij de tafel aanwijzen, je zit bij die en die in het groepje en dan gingen ze even kijken en dan heb je voordat je het kindje echt ziet, maar wel al eventjes

R: oh die houdt van Feyenoord haha

N: ja maar dan heb je wel in ieder geval al een beetje een beeld, maar ik had zelf kinderen die zo goed naar die foto keken dat ze zeiden oh je hebt dezelfde oorbellen in als op de foto

P: zo

N: dan weet je dus dat kinderen dus zo uhm

R: ja

N: met die foto bezig zijn

P: ja
N: geweest, dat dat heel belangrijk is, dat had ik me nooit zo beseft totdat dat meisje zei jaha je draagt dezelfde oorbellen, toen dacht ik nou wow
R: maar dat, als dat puur om geld ja
N: ja en het is ook een heel logistiek gedoe, want heel veel ouders sturen dat niet terug
R: dom
N: dus het is een heel logistiek eh
P: ja
N: ingewikkeld maar dat is volgens mij nog wel iets wat heel erg goed zou zijn
R: ja
P: ja dus ook vooral het voorbereiden?
N: ik snap dat dat niet kan, maar ja maar dat kinderen ook in alle rust zelf kunnen kijken en eh dat je niet gelijk geconfronteerd wordt met je groepsleden, maar dat je dus al eventjes
R: en wat ik denk, want ik zit dan even
P: mm ja
R: de basismap, nee de kico uh oh de kico, Heppie-map
N: Heppie-map
R: sorry de Heppie- map, je hebt al die standaard casussen, die bijzondere, omgaan met bijzondere kinderen, maar daar staat volgens mij heimwee niet eens bij. Je hebt seksueel misbruik, je hebt uhm agressie, adhd, ik heb die even doorgebladerd
N: ja
P: ja haha
R: ja ik zit er serieus over na te denken, maar volgens mij heimwee staat er, terwijl het een van de
N: komt veel voor
R: ja
P: ja
N: zou wel een goede zijn
R: om daar een casus aan toe te voegen
N: ja
R: hé
P: kijk haha
N: dat ook de groepsleiding beter wordt voorbereid, bedoel je?
R: ja want ik, als ik naar mezelf zit te kijken, ik met de eh met de zondag voor het kamp, bereid ik het team vaak echt voor op
N: boze kinderen
R: agressie, brandprotocol
N: drukheid
R: al dat soort, maar heimwee besteed ik eigenlijk helemaal geen aandacht aan
N: ik ook niet
R: ik merk dat heel veel nieuwe groepsleiders zijn vaak bang voor hechtingsstoornissen, dat hoor je tegenwoordig steeds meer
P: mm mm
R: steeds dat mensen zijn er echt bang voor
P: ja
N: ze willen dat niet
R: en eh dat klopt ook, want ik zie ook wel een verzwaring van de Heppie doelgroep
P: mm mm
N: ja Heppie is ook moeilijk
R: maar, ja maar heimwee besteed ik eigenlijk inderdaad zelf ook heel weinig aandacht aan, ja pas op het moment dan ben ik er voor de groep en dan sta ik bij, maar niet vooraf
N: nee
R: zou eigenlijk
N: zou goed zijn
R: terwijl als je dan toch voorbespreekt is vijf minuten om even kort de handvaten

P: ja
 N: ja
 R: van de zomer
 P: kijk
 R: ja nee serieus, het is wel wat je zegt
 N: gaan we doen ja
 P: ja
 R: ja
 P: oké dus nou ja de groepsleiding ook voorbereiden dan?
 R: ja
 N: ja
 P: en want, wacht even hoor, ja nee dat vraag ik zo wel. Uhm die heb ik ook gevraagd toch, wat denk je dat je als begeleider kan doen om kinderen met heimwee?
 R: ja
 N: we hebben al veel uitgelegd
 R: ja plus inderdaad ook het serieus nemen, dat zou ik wel, echt bij, aan, aan groepsleiding mee willen geven.
 P: ja
 R: doe ik nu niet altijd hoor dat zeg ik eerlijk, maar dat zou inderdaad wel dat zie ik nog te veel gebeuren. Ah nee joh weet je even zo'n opmerking, zo'n dooddoener.
 N: eerst proberen er een beetje zo overheen te kletsen, van nou ja dan hebben we daar
 R: dat is ook zo, dan heb je er zelf ook geen, als groepsleiding
 N: heb je er niet zo'n last van
 R: als het er niet is dan eh
 N: maar ik zie wel dat groepsleiding
 P: en denk je?
 N: dat ze er van schrikken zeker als, als kinderen, jongetjes huilend aan hun moeder vastgeklampt zitten
 P: mm mm
 N: dat ze echt denken hoe ga ik dit kind nu loswrikken van zijn moeder, dat
 P: ja
 N: dat je daar zeker als nieuwe groepsleiding niet aan durft te beginnen, terwijl als je gewoon als wat meer weet hoe je het zou gaan aanpakken dan, ga je daar gewoon wel aan staan.
 R: ja
 P: ja
 R: ja
 N: het schrikt een beetje af, tranen denk ik, in de eerste minuut al
 R: ja boosheid en tranen dat is toch een beetje, de afschrikkers
 N: ja
 P: ja
 N: dat denk ik wel

P: mm op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens jou een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

N: ik probeer wel heel erg te kijken naar wat eh, de problematiek is van een kind om dan ook een strategie te kiezen. Dus dan zou ik bij iemand met een autisme spectrum stoornis eerder de tactiek op gaan van het programma bespreken, het bedritueel uitleggen
 R: ja terug in de duidelijkheid
 N: ja dat daar, want dat zal waarschijnlijk een hoop schelen, maar bij een meisje met hechtingsproblemen zou ik eerder kiezen eh om het dan wat stricter aan te pakken en het eh anders op te lossen. Want ik denk dat dat, voor mij maakt dat heel veel uit
 R: nou ik denk ook sowieso dat het gewoon uh want je vraagt op welke manier speelt het een rol? Ik denk dat het sowieso een kind met een stoornis, heeft een best onoverzichtelijk leven, weet je ik bedoel eh
 N: ja

R: je hebt een soort van chaos in je hoofd, want het is allemaal anders. Je snapt de wereld niet helemaal, dat heb je thuis op de een of andere manier, zei het met ambulante hulp of wat dan ook. Heb je het voor je zelf geordend, weet je ik bedoel je hebt al je, met je adhd, pdd- nos wat dan ook, je hebt je ritueeltjes en dan kom je opeens op een andere plek en daar doen ze het heel anders

P: alles

R: ja alles, ja nou ja ik bedoel je zal maar net de mazzel hebben dat je van mama ook je groenten moet eten maar

P: haha

R: ik bedoel ja maar, ik, ik

N: haha

P: haha

R: ik ben zo'n zeurleiding van wie ze

N: van mij ook

R: van mij moeten ze een hap groente

N: ja

R: daarna mogen ze, een hap, ja bij mij kan je heimwee krijgen, ik bedoel als dat van mama niet hoeft

P: haha

N: haha

R: ja maar om aan te geven uh, je snapt de wereld al zo lastig met een stoornis en dan

N: ja ik snap wat je bedoelt, ja dat

R: al zie ik dan mijn pleegzoon bijvoorbeeld, die heeft jaren op een groep gewoond en die heeft dus ook een hechtingsprobleem. Bij hem vind ik het wel heel mooi, het boeit hem allemaal geen reet, weet je hij is zo onveilig gehecht, hij gaat wel zitten zonder heimwee want

N: ja

R: hij past zich wel weer aan aan de situatie, dus je ziet bij groeps kinderen die zijn wat verhard en dan merk ik toch wel dat die daar veel makkelijker mee om gaan

P: ja

R: en dat zijn dus ook pdd-nossers maar wel met een groepsachtergrond, dus dat heeft ook dan wel weer impact

N: dat maakt verschil

R: maar echt kinderen die thuis wonen daar zie je het vooral, toch wel vaak denk ik

N: gewoon bij problematische gezinssituaties

R: en dan bij kinderen met autisme inderdaad en hechting, dat zijn toch wel de twee waarbij, want bij een adhd'er zie ik het toch minder

N: veel minder maar die leven ook in het moment volgens mij

R: ja die kunnen even heel flink huilen, gewoon heimwee hebben, mama, dan is het echt dat het even anders gaat

N: maar dan stuitert die voetbal daar en dan denkt ie hé

R: afgeleid

N: dat is wel tof

R: maar ook met add en ja

N: ja ik zie dat ook een stukje minder, het zijn meer de denkers en de nou ja

R: ja want ook kinderen zonder stoornis zeg maar, komt het ook wel voor of licht verstandelijk beperkt maar toch

N: maar die zijn ook vaak nog nooit op vakantie geweest, dus dan zijn het mensen of met heel weinig geld thuis

R: precies

N: of die nog nooit van huis zijn geweest

P: mm mm

N: of kinderen waar, die dan heel erg voor hun ouders moeten zorgen. Daar zie ik het ook heel veel

R: ja

N: kinderen die heel erg voor hun ouders moeten zorgen thuis
R: die schieten dan gelijk bij ons in de zorg-rol
N: ja die dan even niet weten wat ze met die kinderrol aanmoeten
P: ja
N: en dan constant in hun hoofd hebben, maar mijn moeder is nu alleen thuis, red zij dat wel zonder mij? Daar zie ik het ook heel veel
R: want ik pas op mijn broertjes en zusjes, ja
N: ja en die zijn moeilijk te, af te leiden omdat zit zo sterk in zo'n kind
P: ja
R: had ik bij G. ook
N: dat is minder makkelijk op te lossen
P: en hoe ga je daar dan als begeleider mee om? Met die specifieke?
N: het zijn wel vaak wat volwassenere kinderen die dat dan hebben
R: ik zoek de balans, ik laat ze een deel, je moet die, heb ik het in het team wel eens over gehad, waren heel veel nee ze moet kind zijn, ik zei nee maar daar maak je denk ik dit meisje ongelukkig mee, tenminste dat is mijn persoonlijke opvatting. Dus ik heb een balans gemaakt, je mag een paar keer per dag helpen en we lieten haar gewoon helpen met de taken en eh omdat ze dat ook, dat is ze ook gewend
P: mm mm
R: en tussendoor pakten we juist de momentjes van dat mensen niet, niet G. maar een ander meisje die bleek heel erg van tutten te houden en die hebben we met de bonte avond, hebben we haar fotomodel gemaakt. Nou en helemaal opgemaakt en en weet je haar toch en dat was, toen was ze wel even kind
N: ja maar niet gelijk alles af te pakken, want dan raakt zo'n kind gewoon in paniek
P: ja
R: ja
N: en omdat ze wat volwassener vaak zijn wat, wat ja ouder
R: ja wij denken altijd sommige kinderen moeten genieten, maar dit is hetzelfde als
N: dat willen ze
R: die rustige jongetjes die een boekje zitten te lezen, die naast een ander kind van ah wat zielig
N: nee
R: nee een een autist die speelt alleen
N: die wil graag alleen
R: die wil alleen spelen
N: ja
R: die is helemaal niet zielig die heeft het hartstikke naar zijn zin joh
N: dus eigenlijk de conclusie is gewoon van kijk naar wat het kind nodig heeft
R: precies
N: en proberen dat te versterken, joh dit meisje houdt van tutten dus probeer eh
P: ja het maakt niet uit welke stoornis?
N: nee
R: dat is wel een mooie conclusie, dat we daar nu een uur over hebben gedaan
N: haha
P: haha
R: haha dus skip dit, je hoeft maar één zin
N: dat is wel echt de conclusie, ik denk dat wij heel erg kijken, zijn we allebei wel, van waar kunnen we dit, wat past bij dit kind?
R: ja
P: kan je dan niet bijvoorbeeld heimwee en autisme, daar moet je dit en dit en dat, heimwee en hechting
R: nee maar ook elke autist is weer anders
N: ja
R: nee dus dat vind ik ook niet
N: nee

R: bij hechting zie je het wel, ik merk ook, je hebt toch na zoveel jaar hulpverlener heb je wel je aannames, oh dat zal wel weer zo'n tante zijn weet je

N: komt vaak wel uit

R: maar toch vind ik elke, zeker vaak autisten die zijn zo anders, want structuur is ook niet altijd genoeg. Ik vind echt elk kind anders.

N: ja

R: dus ik vind daar geen, er is geen to do boekje van eh oh autisme en heimwee dan moet je dit en dit, nee. Het is elke situatie is anders.

N: je moet echt heel erg kijken naar het kind zelf

P: ja

N: hoe het is, wat zijn zin

R: maar toch is een standaardvraag bijvoorbeeld, van joh wat helpt je thuis, bijvoorbeeld, dat kan je bij elke stoornis

N: en standaard lees ik nog wel vaak het programma door van de dag daarna, wel even toch die duidelijkheid want dat wil iedereen denk

R: ja

N: of ik geef er eentje voor onder het kussen of nou ja

R: en ja toch afleiden, ik ben altijd van de gekke, idiote acties. 's Nachts over het sportveld rennen met een handdoek om je heen, ja weet je even whhaa gooi het er maar uit, ja ik bedoel, iedereen moet het op zijn eigen manier doen

P: ja

N: ja ik ben meer van de kopjes thee

R: ja precies en de toverdrankjes

N: de theekransjes

R: haha ja maar inderdaad ieder zijn aanpak

N: ja

P: ja

N: als het maar werkt en werkt het niet dan ben ik ook wel zo iemand die zegt we wisselen even, ga jij is even met deze aan de slag want dan eh

R: ja vind ik ook, doe ik ook, ook wel de zachte en dan de duidelijke van nu is het gewoon tijd

N: ja ik denk dat je heel erg moet samenwerken ook in dit soort gevallen

P: ja

N: met alle gevallen, maar nu ook

P: oké dus ja ehm je houdt rekening met de specifieke problematiek

N: maar dat gaat verder dan een stoornis

R: ja

N: dat gaat echt, dat gaat echt helemaal over de thuissituatie en en eigenlijk de persoonlijkheid van het kind zelfs misschien wel

P: je houdt meer rekening met de persoon?

N: ja en daar hoort de stoornis dan toevallig wel bij maar

R: dat is één van de omgevingsfactoren, of één van de kindfactoren, maar het is een van de dingen die mee speelt

N: ja

R: je maakt heel veel, heel snel in je hoofd. Op dat moment het gaat zo snel, oh dat is, dat zal, je maakt even snel een screening van joh wat werkt nu en wat heeft het kind nodig nu

P: ja

R: en is dit, je voelt wel of het instrumenteel is of dat het oprecht is, dat voel je gewoon

N: is moeilijk uit te leggen

R: ja

P: ja dus je past je begeleiding aan op wat het kind nodig heeft?

R: ja

N: ja, ja

R: ik heb het een keer uiteindelijk ook wel eens bij eentje benoemd, nou dat is wel toevallig, krijg je, krijg je nou voor de derde keer van de groepsleiding niet je zin en nou heb je alweer

heimwee? Ik zou bijna denken dat het samenhangt, dan zie je bij hechting zei je dat toch nog wel eens

N: ja

R: dan zie je zo'n gemeen lachje huh, ik zeg nou jammer dat ik dat door heb, ik zeg gaan we dat niet meer doen

P: hm

R: weet je dus het is ook ja

N: het moet passen bij het kind

R: ja, ja

N: ja absoluut goede strategie

P: ja oké

P: en zou je meer willen weten over het begeleiden van kinderen met heimwee?

N: ja nu niet meer omdat je nu door, door ervaringen best wel veel geleerd heb, maar ik denk dat het best een, ehm wat meer benadrukt mag worden bij Heppie, want je krijgt natuurlijk die basistraining heel erg over al die stoornissen, héél sterk.

R: van structuur neerzetten, structuur neerzetten

N: ja terwijl dit ook heel veel voorkomt en ik denk dat wordt helemaal niet zo benoemd

R: nou ik ben nu even door dit gesprek gaan nadenken, wat jij inderdaad al zegt, de lastige gevallen, dat zijn toch juist de stille

N: ja

R: die hun heimwee niet aangeven, weet je, ik denk dat je, bij iedereen die je interviewt ongeveer wel weet hoe je met heimwee ehm om kan gaan

N: met van die huilende meisjes om gaat

R: ja of jongetjes, maar in ieder geval degene die het op welke manier van gedrag laten zien, dus of negatief gedrag en nou stilzitten natuurlijk ook wel, maar juist bij degene die niet opvallen en in hun eentje, hoe daarmee omgaan? Als ze echt niet aangeven wat er is, weet je

P: dat zou je wel willen weten?

R: ja

N: of juist heel erg in bed liggen, met heel erg buikpijn en dan gewoon nooit

R: maar dan geven ze het alsnog aan, weet je dan is het ik heb buikpijn, misschien een middel, maar echt de types die gewoon een beetje zitten weg te kwijnen, zonder dat ze het gewoon leuk hebben in hun eentje zeg maar want die heb je natuurlijk ook. Echt degene die gewoon niet uh, uh, niet benaderbaar zijn. Daar zou ik nog wel, dat is voor mij dan, daar zou ik nog wel eh

N: wat meer eh

P: dat komt dan door de heimwee dat ze zich zo terugtrekken?

N: dat denk je dan

R: dat denk je dan precies, je weet het nooit 100 procent zeker, maar nee maar eh dat type heimwee

N: wat ja in ieder geval dat type gedrag wat wij onder heimwee scharen dan

R: hoe signaleer ik het bij de kinderen die het niet gelijk aangeven?

N: ja

P: ja, ja

N: ja

P: dat is een hele goede

R: of ben ik nou, door mijn zoveel jaar omdat ik ook zelf als hulpverlener werk, ben ik zo, heb ik zo'n grijze vlek gekregen zeg maar dat ik wel denk

N: nee maar die hele stille, want dat jongetje waar jij het over hebt, dat type. Hij heeft niet gehuild dus wij hebben het gevoel dat hij het leuk heeft, maar stiekem kan je niet in zijn hoofd kijken dus. Hij loopt wel en hij heeft wel de hele dag zijn knuffel vast en hij kijkt wel, maar hij speelt niet met andere kinderen, maar goed dat kan dan nog passen bij hem, maar je weet niet uhm hoe, wat er in zijn koppie om gaat, hij zal het nooit zeggen en dat zijn die jongetjes waarvan je achteraf, aan het eind van het weekend van denkt, ik heb helemaal niet

gevraagd hoe het met hem gaat of ik heb helemaal niet gezien wat hij toen deed omdat ze overall tussen door glippen omdat ze zo

R: ja

N: onzichtbaar zijn en dat zijn best gevaarlijke gevallen die dan eigenlijk misschien heel ongelukkig zijn wat je niet ziet

R: klopt

P: ja

R: maar ik denk dat ik sowieso inderdaad voor, voor, voor het trainingenaanbod. Ik bedoel we hebben natuurlijk net een trainingscyclus gehad en daar stond ook niks van heimwee tussen.

P: nee

N: nee

P: zou je dat willen?

R: ja nou ja tenminste ik zit zelf al jaren dat ik denk dat dan zie ik af en toe alleen serieus maar training over structuur waarvan ik denk dat weten we nu, daar worden we zo op gedrild, weet je we hebben, we hoeven allemaal

N: mm mm

R: met die eetsituaties dat er eentje met zijn pasta gaat

P: ja

R: dat er eentje, weet je daar worden we allemaal op gedrild

P: haha

R: maar juist wat meer, ja dit

N: ja, ja absoluut

R: ik heb er gelijk wel even een leuke vraag over voor mijn selectieweekend

N: haha

R: ik heb over twee weken selectie van oh goh hoe gaan mensen, hoe zou je met heimwee om gaan?

P: ah ha

R: vind ik wel een leuke

P: haha je gaat hem gelijk gebruiken

N: haha ik vind het een hele goede van jou

R: haha

P: uhm dus ja, eigenlijk zei je in eerste instantie van ik wil niet meer weten over het begeleiden van heimwee

R: ja haha

N: mm mm en toen gingen we er over praten en toen kwamen we, dat zijn wel de moeilijke dingen

P: ja

P: en uhm nou ja wat zou Heppie dan kunnen doen om je te ondersteunen in het begeleiden van kinderen met heimwee?

R: goede coach, dat is voor mij altijd een heel belangrijke

N: ja als co zijnde

R: oh als coördinator, ja sorry, ja

N: dat is voor jou als co zijnde maar als groepsleiding zou je inderdaad meer een training ter info willen zien over

P: ja en voor jullie zelf, wat zou jij willen of waar zou je wat aan hebben?

R: oh iemand die er buiten, ja ik ben bijna altijd coordinator, dus even voor mezelf een goede coach die daar, die je kan vragen om langs te komen en eh zo'n dag en gewoon te observeren, wat zie jij, werkt deze aanpak wat wij doen, missen we iets? Weet je we zijn toch moe, weet je je zit midden in die week, je ziet het ook niet altijd meer helder. Die laat je natuurlijk niet alleen voor dat ene heimwee kind komen maar ook gewoon voor wat er nog meer speelt, maar ook gewoon van joh observeer eens heeft dit kind het nou gewoon naar zijn zin of uhm laten wij nu steken vallen?

N: ja je wil echt een objectieve mening

R: ja

N: want jij zit zelf nog heel erg in dat verdriet van dat kind want dan, dat is dan

R: ja en als groepsleiding zijnde weet je training is allemaal prachtig, maar laten we heel eerlijk zijn. Op het moment dat, je wordt volgestouwd op een training en op het moment dat het kamp zelf is, de helft is toch al weer een beetje gezakt. Dus tuurlijk zou een goede aanbeveling zijn gooi er een training in, maar mensen krijgen zoveel trainingen en degene die hem dan niet hebben gevolgd die hebben er dan niks aan.

P: mm mm

R: dus ik zou echt tijdens het kamp zelf. Als groepsleiding zou ik eh van de coördinator daar wat in verwachten en als coördinator van de coach.

P: ja

N: geheel mee eens

P: ja?

N: ja absoluut

P: en uhm want je zegt dan inderdaad een training dat kan helpen maar dat vergeet je heel snel, is er iets?

N: dat is niet zo praktisch genoeg want je kan wel een rollenspel spelen, maar het is toch anders als een meisje of een jongetje met echte, echt met tranen tegenover je staat

R: nou ik heb zelf uh het nog niet helemaal, ook een beetje gejat van een medecoördinator maar uh je hebt die co-map, of nee die kico, uh de heppie-map

P: ja, ja

R: zo'n hele dikke map, ja sorry je leest het van te voren door, maar wat onthoudt je? Dus ik heb toen een keer samen met een andere groepsleiding, hebben we eh vier a4-tjes die hebben we toen op het voorjaarskamp gebruikt. Heel samengevat eigenlijk de Heppie-map samengevat in vier kantjes, van even hoe zit het ook alweer, waar moet je op letten, bij het doucheritueel. Ik zou er bijvoorbeeld voor kiezen om daar een stukje heimwee aan toe te voegen. Wat werkt wel, do's en dont's bij heimwee

P: mm mm

R: of om dat toe te voegen aan de Heppie -map, bij omgaan met bijzondere kinderen. Kinderen met heimwee

N: ja

P: ja

R: ik denk dat als bijvoorbeeld op papier staat

N: dat je even kan zoeken

R: er zijn best veel vrijwilligers die die map echt wel nog een keer doorlezen volgens mij voor het kamp

P: en kan je eventueel mee nemen op kamp?

R: precies

N: je kan op maandagavond kijken van bij het stukje heimwee, oh oké wat heb ik allemaal geprobeerd, wat nog niet, wat kan helpen?

R: precies en zo'n training weet je eh ik heb niet al mijn trainingsmateriaal op zak

P: haha

N: nee

R: weet je het is wel goed, het is zeker wel goed wat er blijft altijd wel iets hangen, maar toch minder dan als het op papier staat

P: dus wat zou je dan willen?

R: een toevoeg, wat ik net al zei een toevoeging aan de Heppie-map

P: ja

R: met ook een stukje omgaan met bijzondere kinderen

N: ook heimwee

P: en daarnaast eventueel nog iets anders of?

R: nou het bespreken op zondag, niet om jou nou te pleasen, maar ik denk dat ik dat serieus ook nu gaan doen, want sommige spreken natuurlijk altijd de worst case scenario's

N: meest voorkomende, ja

P: ja

R: en ik denk dat dit wel eentje is om toe te voegen

P: ja

R: ja , ja

N: ja

P: nou helemaal goed. Uh en dan was dit alweer de laatste. Hebben jullie nog iets gemist of wil je nog iets vragen?

R: nee ik vind het wel interessant omdat je toch weer aan het denken wordt gezet

P: ja

R: ja ik vind het echt wel leuk

N: ja

R: we hebben het er net onderweg wel even over gehad, over de vragen maar eh

N: ja absoluut

R: dus nee verder niks

P: oké nou helemaal bedankt

Uitwerking interview Ellen Bouw 21 maart 2012

P= Peggy van Veen E= Ellen Bouw

P: ja oké, voor mijn opleiding SPH aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee. Vind je het goed als ik het interview opneem, zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven?

E: ja

P: en uiteraard ga ik betrouwbaar om met deze informatie ahum de antwoorden zal ik na mijn afstuderen vernietigen. En mag ik je citeren in mijn onderzoek?

E: ja mm mm

P: en de eerste vraag hoe vaak ben je al mee geweest op een vakantie of een weekendcyclus van Heppie?

E: uhh twee vakanties

P: ja

E: eigenlijk 2010 en 2011

P: ja oké en wat is je functie bij Heppie?

E: groepsleidster

P: ja en wat houdt dat in?

E: uhh het begeleiden van, van kinderen tijdens een vakantieweek en uhm ja 1 op 3, dus je bent verantwoordelijk voor 3 kinderen

P: ja

E: tijdens de vaste momenten

P: ja en wat versta jij onder heimwee?

E: uhm onder heimwee versta ik kinderen die, die moeite hebben met uhm ja vooral met het slapen gaan en heimwee voor mij is echt het het missen, thuis missen of één persoon missen thuis of eh en daar gewoon tijdens zo'n week als ze dan niet met diegene zijn of minder dan nog minder in een hele andere omgeving nog meer last daarvan krijgen en echt eh ja verlangen naar het eh naar thuis

P: ja

E: of naar een persoon die er op dat moment niet is, dus dat is voor mij heimwee

P: ja nou de definitie die ik gebruik voor heimwee bij kinderen is een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers en het kind kan verdrietig zijn, zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil

P: en in welke leeftijdscategorie kom jij heimwee het meeste tegen?

E: uhm nou ja ik heb alleen nog maar vakantieweken gedaan van 6 tot 9 dus ja, ik denk dat het in die leeftijd eh ook voorkomt. Ik weet niet hoe het is in andere leeftijdscategorieën

P: nee

E: dus voor mij 6-9

P: ja en daar ben je het wel tegengekomen?

E: ja ik ben wel eh, nou ja mijn eerste week, andere weken nog niet, of die andere week niet, maar de eerste week wel een kindje wat inderdaad eh nou ja steeds vroeg om haar moeder en ook aan gaf dat ehm, ja dat ze, dat ze echt, dat ze gewoon ook aangaf dat ze gewoon eh naar huis verlangde. Naar haar moeder verlangde

P: ja

E: die ze nou ja thuis niet vaak zag, maar toch wel eh daar heel veel moeite mee had tijdens zo'n week.

P: mm, ja

E: dus mm

P: en eh tijdens welk moment kom je heimwee het meeste tegen?

E: 's avonds als ze naar bed gaan dan eh, ja dan kom je gewoon eh ja dan gaan ze denk ik ook beseffen dat ze weer alleen zijn, normaal hebben ze natuurlijk afleiding overdag en overdag kom je het ook wel eens tegen om ja als ze eventjes, even aandacht willen dan eh, dan, dan, dan, op dat moment heeft dat meisje ook wel eens een keer gezegd dat ze haar moeder mistte, maar 's avonds had ze er echt moeite mee en echt huilen en eh. Dus dan kom je het vaak, ja dat is natuurlijk ook heel herkenbaar van vroeger. Als je in bed ligt dan ga je gewoon eh piekeren en dan voel je je in één keer heel alleen, dan kan je je heel alleen voelen. Dus dat eh voor mij heb ik het vooral 's avonds gezien bij haar.

P: ja en is dat dan de aanloop naar het naar bed toe of is het echt als ze in bed ligt?

E: nee ik denk dat ze ook de aanloop een beetje misschien gebruiken van eh, zolang mogelijk uitstellen. Dus het moment dat ze echt in bed liggen en echt beseffen van ik moet nu gaan slapen, dat is volgens mij echt het moment dat eh dat zij daar dan wel echt last van kreeg

P: ja

E: en ehm ja het eh de aanloop, dan heeft ze nog afleiding van het eh nou ja het, het naar bed gaan, met de andere kinderen zijn en als je dan eenmaal in bed ligt en het licht gaat uit dan ehm nou ja toen kreeg zij daar last van vooral

P: ja

E: dat zag je wel aan haar

P: ja en dat was dan echt het moment dat ze gingen slapen zeg maar, dat jij eigenlijk van de kamer af ging en het licht uit deed of?

E: nee van de kamer af ben ik niet geweest, want dan moet je echt wachten tot je slaapt, tot ze slapen ehm ja en dan gaan ze een beetje, dan, dan blijven ze toch een beetje, ze bleef dan wel een beetje wakker en toch een beetje het, het slapen gaan uitstellen en het, het stil zijn uitstellen dat is toch een beetje dat onrustige en ehm nou ja zij gaf het wel gelukkig aan dat ze er last van had. Ze ziet haar moeder één keer in de nou ja volgens mij één keer in de maand ofzo want ze woonde bij haar oma en ze gaf dan wel aan van ja ik mis mama zo en ik wil zo graag naar mama toe en ehm dus ja en dat was vooral dan 's avonds voordat het licht uit ging en dat je dan eh, dat je dan eh, dat ze dan begon te huilen

P: mm

E: en ze daardoor ook niet kon slapen

P: mm

E: dus ehm ja en op zo'n moment moet je gewoon proberen zo'n kindje rustig te krijgen en te zorgen dat eh ja, ja gewoon vertrouwen geven dat je gewoon er bij blijft, weet je wel dat is het vaak ook gewoon, als ze weten dat je er bij blijft dan eh, dan eh gaat het wel, want dan voelen ze toch een vertrouwd iemand. Ze vertrouwen je toch en ik denk dat ze daar op dat moment ook behoefte aan heeft.

P: ja

E: dus ehm er bij blijven helpt vaak

P: ja

E: zeggen en in zicht blijven en zeggen dat je er bent en eh nou ja bij wijze van spreken aan haar bed gaan zitten

P: mm mm

E: en er bij blijven, dus dat ehm, dat heeft bij haar in ieder geval geholpen

P: oké ja, ehm nou ja, je hebt al een paar dingen ook al wel gezegd, maar ik ga ze toch nog vragen haha

E: ja mm mm

P: **waar zie jij aan dat een kind heimwee heeft?**

E nou ja in in dit geval, ik heb er niet heel veel ervaring mee, maar in dit geval gaf dat kindje het ook echt aan dus dan ehm ja goed er zijn ook wel eens kinderen waarbij je ziet dat ze het even moeilijk hebben, vooral in het begin van de week dus dan ieder kind heeft wel een beetje last van natuurlijk heimwee. Het afscheid nemen van ouders en dan zijn ze gewoon wat stiller, dan, dat merk je sowieso aan het begin van de week zijn kinderen rustiger, stiller en ook met slapen gaan onrustiger dat ze toch eh, ehm ja nieuwe omgeving, het is de eerste nacht dus dat is vaak toch al dat je denkt van spannend en ehm ja ehm op zo'n moment

kinderen worden vrij onrustig merk ik met slapen gaan dan en zij heeft het dan echt aangegeven, maar bij andere kinderen ook wel tijdens Heppie zie je dat ze wat onrustig zijn tijdens het slapen. De eerste nacht niet willen slapen en ehm nou ja je dan echt nog meer aandacht aan moet besteden dan naarmate de week vordert, dan gaan ze op een gegeven moment gewoon slapen omdat ze dan de omgeving vertrouwen, jouw vertrouwen en het en het wel goed is.

P: mm

E: en uhm

P: en hoe zie jij dat onrustige?

E: ja gewoon het draaien, het blijven, het wakker blijven het eh, een beetje dat, dat met elkaar praten of het eh onrustige in bed het, het, ja als je vraagt of ze gewoon rustig willen slapen of liggen en toch ja blijven, het slapen, het rustige uit willen stellen om

P: mm

E: zo lang mogelijk dus maar wakker te blijven en bezig te blijven en zien wat er gebeurt

P: mm

E: om zich uiteindelijk over te geven aan het slapen dat is dan net, ja de eerste nacht gewoon eh voor de meest kinderen het ja moeilijk. Dus hoe je dat ziet aan kinderen ja gewoon eh niet willen slapen en maar wakker proberen te blijven op wat voor manier door met jou te gaan praten, door met elkaar te gaan praten, door te gaan liggen draaien, door uhm nou ja van alles

P: ja

E: geluiden te maken en daar op te reageren waar op de ander nou ja

P: maar ehm dat heeft, of zie, zie jij zo dat een kind heimwee heeft? Door dat onrustige zeg maar

E: nou ja dat is niet eh niet helemaal het heimwee, maar meer het, ja ik kan niet echt, ja ik vind het lastig om te zeggen dat ze dan heimwee hebben

P: mm mm

E: het is meer misschien eh kijken naar vertrouwde omgeving en die die, dat ze dat missen dat ze even hun, hun eigen plek missen, maar het heimwee echt zoals dat meisje het had dat was echt puur omdat ze ging huilen en omdat ze gewoon niet wilde slapen en omdat ze het ook nou ja uiteindelijk aangaf dus, ja ieder kind

P: zij zei het zelf?

E: ja dat ze ook echt haar moeder miste en dat ze echt naar haar moeder wilde en ehm ja dat kwam er tijdens die week misschien nog even iets heftiger uit omdat ze helemaal los was van haar eigen persoonlijke of eigen vertrouwde omgeving, dus had ze nog meer de behoefte om naar haar moeder te gaan.

P: mm mm

E: terwijl ze die nou, terwijl ze die helemaal niet zo heel vaak zag

P: nee

E: dus dat is ja

P: en ze miste puur haar moeder, zeg maar niet haar eh, want ze woonde bij haar oma zei je?

E: ja ze woonde bij haar oma en nee ze had het echt wel over haar moeder

P: ja

E: ja dus het kan ook wel zijn dat het gewoon iets is, wat altijd wel bij haar zit en dat het niet zozeer aan die Heppie week ligt en dat ze thuis mist, maar meer dat gewoon uh ja heimwee naar haar moeder en dat dat ja, het kan ook zijn dat ze dat thuis wel heeft hoor, dat weet ik natuurlijk niet of ze thuis ook wel zo moeilijk is met slapen gaan

P: nee

E: dat weet je natuurlijk niet maar eh ja dat was mijn ervaring met een kind met heimwee weet je en echt dat ja en waarbij je het ook heel duidelijk zag, maar goed het kan zomaar zijn dat andere kinderen heimwee hebben en die gewoon heel stil worden en waarbij je het niet zozeer ziet

P: mm mm

E: als heimwee

P: ja en denk je dan ook echt dat het heimwee is of dat het scheidingsangst is?

E: ja dat weet ik niet zo goed

P: nee haha

E: scheidingsangst ja ik ben natuurlijk niet zo heel erg ervaren op dat gebied voor mij is het heel snel heimwee of iemand missen en ja weggehaald worden uit je vertrouwde omgeving en daar eigenlijk wel weer naar toe willen

P: ja, ja

E: dus dat voelt voor mij een beetje als heimwee

P: ja

E: ja en er zal vast nog wel meer achter zitten want zo'n kindje heeft natuurlijk wel, wel meer meegemaakt en dat is natuurlijk niet allemaal af te schuiven op heimwee, dat dat geloof ik niet maar uhm ja ik weet niet wat scheidings uh scheidingsangst verder voor voor symptomen of wat je, hoe je dat kan zien aan een kind

P: mm mm

E: zal vast wel dieper gaan dan heimwee alleen, dat denk ik wel

P: ja dat is echt puur dat ze echt naar haar vader of haar moeder verlangen en dat ze daar echt eh, ja daar kan een kind ook heel erg van gaan huilen en eh

E: ja

P: maar dat hoeft niet alleen op vakantie voor te komen

E: nee precies, ja en dat weet je niet, dat weet ik niet of dat eh ik denk dat ze dat thuis ook wel eens zal hebben omdat ze gewoon natuurlijk haar moeder weinig ziet

P: mm

E: maar ehm

P: maar denk jij dat ze, ja dat weet je, je weet dat niet, maar bij haar oma, zal ze daar, ja ook zo'n heimwee naar haar moeder hebben gehad? Dat is lastig na te gaan als je het niet weet

E: nee dat weet ik niet

P: nee

E: nee het viel mij op en het kan best zijn dat ze ook wel eens gezegd heeft dat ze naar haar oma, maar ik, het viel mij echt op dat het vooral haar moeder was

P: mm mm

E: en dat het echt er 's avonds uit kwam

P: ja

E: en wat je dan nog ja, ik bedoel wat je dan nog nou ja als kind hè, we hadden het net eh, dat je gewoon zelf ook wel weet dat 's avonds dat soort dingen gaan spelen, dat je dan in één keer gaat denken van goh ik wil hier helemaal niet zijn ik wil in mijn eigen bed liggen en ik wil eigenlijk het liefst eh, ja en dat versta ik dan gewoon een beetje onder heimwee

P: ja

E: dus dat eh ja

P: ja dat komt ook wel aardig overeen, het is ook moeilijk eh om het te scheiden hoor

E: ja ik, wat ik zeg het zal echt dieper gaan dan heimwee alleen en het is natuurlijk zo'n kind heeft zoveel mee gemaakt dat inderdaad ook wel scheidingsangst kan zijn, dat het dat geloof ik ook wel

P: ja

E: toch scheidingsangst zei je?

P: ja

E: maar op dat moment heb ik het gezien als heimwee en eh

P: dat is ook moeilijk om in te schatten als je niet weet hoe het thuis gaat

E: nee precies

P: want misschien heeft ze het bij haar oma wel helemaal niet en dan zou het dus wel heimwee kunnen zijn maar, stel dat ze bij haar oma daar ook iedere avond zo over haar moeder

E: ja

P: dan is het weer wat anders

E: ja, ja

P: maar ja dat weet je niet

E: nee

P: als je niet weet hoe het in de thuissituatie gaat

E: nee

P: dus dan schat je het onder heimwee

E: ja klopt

P: ja oké

P: uhm wat voor gevolgen denk je dat heimwee heeft voor een kind?

E: ja die vind ik wel lastig, wat voor gevolgen denk je dat een kind, want is dat echt dat je bedoelt uh op dat moment of ja ik denk gevolgen

P: kan

E: uh ja dat een kind niet, niet, niet aan voldoende slaap komt of dat het uhm ja je moet, ik denk dat je, dat het belangrijk is dat je een kind wel uit de heimwee uiteindelijk, dat je dat een kind er een beetje uittrekt, weet je dat het gevoel weggaat want een kind moet natuurlijk wel eh uhm ik denk dat het belangrijk is dat je er niet aan gaat toegeven, want als je er wel aan gaat toegeven dan kan het kind natuurlijk echt ook heel lang last van houden en als je gewoon zorgt dat een kind gewoon uh uhm nou ja doorheeft dat het wel in een, in een veilige omgeving is en dat het gewoon een hele leuke tijd kan hebben

P: mm mm

E: en anders dat ja gevolgen op langere termijn denk ik als je uhm, als je er teveel bij stil staat dat het heimwee is en te veel een kind meteen naar huis haalt ofzo, of meteen weer naar huis stuurt dat het dan wel voor later gevolgen heeft dat een kind nooit ergens kan wennen

P: mm mm

E: en uhm en voor op dat moment ja is het vooral eh

P: gewoon tijdens, ja die week zeg maar

E: tijdens die week, ja tijdens die week, wat voor gevolgen, ja dat een kind niet wil slapen en dat een kind eh niet met de groep bezig is maar alleen maar met de thuissituatie en uiteindelijk dan geen leuke week heeft

P: mm mm

E: dus ik denk dat dat eh, dat dat de gevolgen kunnen zijn van heimwee voor een kind

P: ja

E: en dat probeer je natuurlijk te voorkomen dus dat eh, maar voor die week denk ik dat dat inderdaad wel de gevolgen kunnen zijn

P: ja

P: uh en je heb het al wel een beetje over gehad, over nou ja je ervaring met heimwee, maar uhm zou je die ervaring met heimwee bij een kind van Heppie nog kunnen beschrijven?

E: uhm ja nou ja wat ik zei dat kwam vooral 's avonds voor uh zoals ik het zie dan als heimwee en eh ja dat kind werd, dat kindje werd gewoon heel verdrietig en eh uhm ja de ervaring was gewoon uh ja, is gewoon als ik dan bij haar kwam zitten en even rustig uhm met haar praatte en er gewoon even naar vroeg en eh er aandacht aan gaf en aangaf goh ik blijf gewoon de hele tijd bij je en ga maar rustig liggen en morgen kom het weer, ja morgen is er weer een nieuwe dag gaan we weer leuke dingen doen. Dus weer een beetje positief eh ja dan, dan op een of andere manier, ze ging wel slapen uiteindelijk gelukkig en ehm ja dat is een beetje mijn ervaring dus het heeft me niet heel veel moeite gekost om uiteindelijk, dat ze weer ging slapen gelukkig, dat vind je voor dat kind natuurlijk ook helemaal niet leuk als ze, als ze echt zoveel heimwee heeft dat ze er ook niet van kan gaan, kan slapen

P: mm mm

E: maar ehm ja en ik was gewoon heel blij dat zij het gewoon aangaf wat er, wat er dwars za, dwars zit

P: ja

E: je kunt ook iemand, of een kindje hebben wat heel stil is en waarvan je het echt niet uit krijgt van wat is er nou

P: mm mm

E: en zij gaf het gewoon aan en ja ze hilde er ook om en nou ja

P: hoe vond je dat?

E: ja dat is, vond ik wel fijn want weet je ik kan nog niet zo goed kinderen lezen dat ik precies weet van nou dit gedrag hoort en dat kan dan daarbij horen en dat zie je nu ook met heimwee dat het dus ook wel meer kan zijn maar dat zie ik gewoon niet, dus het is fijn als kinderen ook gewoon uhm kunnen aangeven wat er dan precies is en uhm ja ik zal ook als een kind, als een kind dat niet meteen aangeeft zal je er natuurlijk wat naar doorvragen, maar zij gaf het echt zo

P: mm mm

E: duidelijk aan dat ze iemand mistte, dan kun je daar ook concreet mee aan de slag, kun je ook meteen denken van oké nou hoe kan ik haar nou het gevoel geven dat ze gewoon rustig kan gaan slapen en dat het allemaal, dat ze ook weer over een weekje dat ze opgehaald wordt door haar moeder, nou ja hè op die manier. Dus ja ik vond het wel heel fijn dat ze dat eh

P: dat ze dat zei

E: dat ze dat zo zei ja

P: en dat ze dat ook liet merken door te huilen?

E: ja

P: wat eh wat deed dat met jou?

E: ja dat ja, dan zie je inderdaad dat het natuurlijk wel echt eh, echt is. Ik bedoel kinderen kunnen soms ook wel een beetje om aandacht vragen op, op zo'n manier maar je ziet wel echt dat het echt zo is en ehm dat ze echt iemand mist ja en dat ja dat is natuurlijk niet leuk om te zien maar uh ja je uiteindelijk is dan je doel om toch een kindje te laten slapen, dat ze gaat slapen en ja dat geeft dan ook wel weer een goed gevoel dat je haar rustig hebt kunnen krijgen

P: ja

E: dat, dat wel en eh ja het doet natuurlijk wel wat met je als je een kind ziet huilen en en weet wat de situatie thuis is en dat ze haar moeder gewoon zo mist en ehm dus dat ja, maar gelukkig

P: wat, wat vond je daarvan?

E: wat dat ze haar moeder zo mist of dat ze zo ging huilen?

P: ja alle, ja

E: ja je weet dat je het niet kunt veranderen, je weet dat je voor die week gewoon eh eh je bent echt gefocust op die week en op die week wil je zorgen dat ze er zo min mogelijk mee bezig is en eh ja het is heel, heel zielig en heel heftig als je dat allemaal hoort

P: mm mm

E: maar je moet ook wel realistisch blijven dat je er niks, dat je er niks aan kunt doen, anders dan haar op dat moment voor die week of in die week er voor haar zijn en dat is echt mijn doel op dat moment en ehm ja dat doet wel wat, dat doet zeker wel wat met je als je dat eh, maar elk kind bij Heppie heeft een verhaal en elk kind maar eh uiteindelijk ben je er in die week voor die kinderen en wil je ervoor zorgen dat ze dus uh zonder al te veel heimwee en al te veel problemen door die week eh een leuke week hebben dus eh dat was, dat is dan mijn voornaamste doel

P: ja

P: mmm weet je hoe jij een kind met heimwee bij Heppie kunt begeleiden?

E: nou ja er zijn wel wat, wat trucjes volgens mij maar als het echt heel lastig wordt dan eh dan zou ik het denk ik niet weten omdat ik dan te weinig ervaring heb. Er zijn natuurlijk wel wat trucjes van eh uhm een heimweedrankje of dat soort dingen en eh nou ja goed tot nu toe heeft het bij mij geholpen door gewoon rustig eh erbij te blijven maar ik denk dat echt, als het echt moeilijk wordt dat ik het wel eh ja dat ik dan echt op een gegeven moment want nou ja ook wat, wat dan afgelopen keer dat je op een gegeven moment echt niet meer weet hoe je een kind kunt helpen en als, als dat met heimwee zo extreem is dan

P: afgelopen keer?

E: ja afgelopen keer van uhm dat was dan geen heimwee maar dat een kind zo bang was om te gaan slapen

P: ja

E: dat je op een gegeven moment echt niet meer weet van wat moet je nou doen en als dat dan in het geval van heimwee ja dan zal ik dat hetzelfde hebben, nou dan zou ik op een gegeven moment ook niet meer weten hoe je een kind rustig eh kunt krijgen als een heimwee drankje niet helpt, als het er bij zitten niet helpt, als het rustig of een aparte kamer

P: mm mm

E: als dat soort dingen allemaal niet meer helpen dan ehm, dan, dan vind ik dat wel lastig

P: ja dus eigenlijk van weet je hoe je een kind met heimwee kunt begeleiden, dat is dan vooral van goh de manier die ik nu heb gedaan, dat is voor jou het begeleiden van heimwee of?

E: ja die, ja die helpen en het ja weet je, je kunt het is voor die week en het is, is heel erg korte termijn natuurlijk op dat moment moet je iets bedenken om een kind rustig te laten slapen zodat ze de volgende dag weer genoeg energie heeft dus ehm hoe je dat op lange termijn kunt begeleiden dat, dat weet ik niet en eh en ik heb mijn basistrucjes zeg maar, maar eh als het echt lastig wordt dan ehm ja

P: en wanneer zou het voor jou lastig worden?

E: nou ja als je inderdaad een kind echt niet meer rustig krijgt door bijvoorbeeld eh nou ja het, het toverdrankje, het heimweedrankje wat ze dan bij Heppie een beetje hebben eh of uhm ja als je de manier waarop ik het dan heb aangepakt, gewoon rustig blijven en praten en er bij zitten als dat niet meer helpt

P: ja

E: als het kind echt heel extreem eh heimwee heeft en gewoon echt niet wil slapen dan, dan wordt het voor mij lastig want dan eh ja heb ik te, gewoon te weinig ervaring om te, te weten wat ik dan moet doen

P: mm

E: dus dat eh ja en het zou fijn zijn als je daar dan wat meer ehm over te weten komt of wat meer misschien wat meer verdiept in het heimwee hebben, van wat is dat dan precies, wat voelt een kind dan, wat wil een kind op dat moment, wat kun je er aan doen als je daar iets meer eh gevoel bij krijgt, weet je wel. Ja goed er zijn natuurlijk heel veel stoornissen, verschillende stoornissen binnen Heppie dus je kunt ook niet van alles wat weten maar bepaalde dingen zoals heimwee ja dat is redelijk eh best wel een ding wat bij veel kinderen voorkomt of vooral de eerste nacht of nou ja wat ik zei de eerste nacht en dan neemt het wel af maar ja dus dat zijn, dat is wel iets waar ik dan eh wat meer over zou willen weten

P: ja

E: meer begeleiding in zou willen

P: ja daar komen we zo nog even op terug

E: ja dat weet ik haha

P: haha

P: uh ahum wat denk je dat je in het algemeen zou kunnen helpen om heimwee van kinderen van Heppie te verminderen?

E: wat mij zelf zou kunnen

P: nee ik zit hem verkeerd te, ja ik

E: wat in het algemeen

P: wat denk je dat in het algemeen zou kunnen helpen om heimwee voor kinderen van Heppie te verminderen?

E: maar wat voor mezelf dan zou kunnen helpen? Wat ik om, om uiteindelijk kinderen van Heppie te

P: nee uhm wat denk je dat bij die kinderen zou kunnen helpen om

E: oh oké

P: de heimwee te verminderen

E: ja dat zijn dan de dingen die ik net noemde bijvoorbeeld eh nou ja dat heimwee drankje, gelukkig van 6 tot 9 zijn kinderen nog heel erg eh dat ze dat soort dingen ook echt geloven,

dus dat is echt ja uhm volgens mij een wondermiddel wat ik ook wel bij andere mensen heb gezien eh of gehoord dat dat wel echt helpt

P: mm mm

E: en ehm ja het, het eh ja ik denk dat het vertrouwen dat je er gewoon bent en dat je wat er ook gebeurd, dat jij er gewoon bent voor ze en dat je dat gewoon echt continu, continu zegt en ook zichtbaar bent voor de kinderen als ze naar bed gaan, dat je er bij bent en eh ja ik denk dat dat eh, voor die kinderen helpt, maar wat ik zeg als het echt moeilijk wordt, als echt, als dat niet meer helpt dan weet ik het ook niet meer

P: nee, nee

E: dus dan weet ik ook niet wat

P: er zijn niet bepaalde dingen dat je denkt van oh dit

E: zou helpen, nee

P: wat je weet dat pas je toe

E: ja dat pas ik toe en als het inderdaad eh als dat niet helpt dan eh mijn trukendoos is zeg maar heel, heel, heel klein, ik dus dat eh en gelukkig heb je dan je collega's waar je het aan kan vragen natuurlijk en die kunnen het ook van je overnemen, maar het is fijn als je gewoon zelf wat meer kennis er van hebt

P: ja

E: dus eh

P: mm wat denk je dat jij als begeleider kan doen om kinderen met heimwee bij Heppie te begeleiden?

E: uhm ja ik denk wat ik gedaan heb

P: ja

E: ik denk dat ik

P: ja je als je vrij uitgebreid vertelt komen eigenlijk sommige vragen ook al aan bod haha

E: ja dat klopt nee maar ik denk dat je wel heel erg op je gevoel moet afgaan. Ik ga in ieder geval heel erg op mijn gevoel af en ik denk dat, dat ja dat spreekt natuurlijk voor de rest, maar ik denk dat de meeste dat wel doen

P: ja

E: want ook al heb je een achtergrond, ook al heb je de kennis uit een boek, uiteindelijk heb je, is ieder kind uniek en ieder kind reageert weer anders op iets

P: ja

E: dus ik denk dat je echt op dat moment gewoon op je gevoel moet afgaan en dat iedere Heppie vrijwilliger uh, uh zo ingesteld is dat ze ook dat kunnen. Ze zijn natuurlijk geselecteerd, we zijn geselecteerd dus iedereen kan gewoon vanuit zijn gevoel reageren, doet dat dan ook vaak uh sommige hebben dan de werkervaring maar wat ik doe is echt gewoon uh naar het kind kijken van wat, wat heeft het kind op dit moment nodig, wat helpt, wat denk ik dat helpt en dat toepassen en ja tot nu toe heeft dat geholpen gelukkig

P: ja

P: en op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens jou een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

E: uhm

P: dus dan gaat het echt over de stoornissen bijvoorbeeld of hè echt de kinderen die bij Heppie komen

E: en in in verhouding tot dat met heimwee wat, wat?

P: ja

E: ik denk dan dat dat kind wat ik dan als voorbeeld ehm, mijn ervaring, wat jij net zei uit die dat die scheidingsangst, dat dat dan wel weer, bedoel je dat, dat dat dan scheidingsangst is en dan daardoor

P: nou ik weet niet wat voor of had zij een stoornis of een eh?

E: uhm nee zij was vooral, even kijken wat had ze nou, lichamelijk, ze had niet echt een stoornis, zij was, zij was zeg maar wel, ze was jonger dan eh, uhm hoe zeg je dat geestelijk jonger dan dat ze was, hoe zeg je dat?

P: ja
 E: ze was gewoon jonger in haar doen en laten
 P: ja dan haar kalenderleeftijd zeg maar
 E: ja
 P: ja
 E: ze liep wat achter dat wel, door eh verschillende operaties, dus ze was vooral lichamelijk waardoor geestelijk, dat ze een beetje achter liep
 P: ja
 E: achter bleef uhm ja en ik denk dat zij niet echt een stoornis heeft, maar dat door de thuissituatie uhm dat zij dus inderdaad die, die scheidingsangst weet je wel, want zij is wel gescheiden van haar moeder dus dat, dat zal dan zeker er wel mee te maken hebben dat dan nog gevolgen heeft voor eh als ze ergens anders is, dat denk ik wel maar
 P: ja
 E: ik kan bij haar niet echt zo'n stoornis eh
 P: nee dat hoeft ook niet maar, net zoals de doelgroep van Heppie niet dat specifiekere geval, maar
 E: oh oké
 P: er zijn natuurlijk kinderen met autisme, adhd, hechtingsstoornis
 E: mm mm
 P: uh verstandelijk beperking, armoede situaties, dus hoe die problematiek
 E: ja
 P: uh nou ja hoe dat mee zou kunnen spelen in de begeleiding, dus hoe kan je daar rekening mee houden in de begeleiding van kinderen met heimwee?
 E: oh zo dus dat je, oh oké, als zo'n kind heimwee heeft hoe ga je dan om van hoe, je kijkt naar verschillende per naar de stoornis, van goh hoe ga ik dat en dan in dit geval met heimwee om?
 P: nou ja weet ik niet, zeg maar
 E: ja
 P: dat zou kunnen, maar denk jij dat dat eh?
 E: nou ik denk dat ik op dat moment niet zozeer stil sta bij de stoornis, dat ik denk van goh die heeft, ik denk dat ik dat op dat moment gewoon echt denk van goh wat heeft dit, wat heeft dit kind nu nodig en dat ik niet helemaal ga denken oké dit kind heeft een, een eh een angststoornis of een hechtingsstoornis van goh hoe kan ik dat dan weer, dat gaat bij mij niet, dat gaat ja, zo werkt dat niet. Ik ga ik denk gewoon van nou dit kind heeft gewoon heimwee en ik ga gewoon kijken hoe ik dat gewoon op kan lossen
 P: ja
 E: en ik denk dat, dat een stukje vertrouwen en er bij zitten dat dat al heel veel doet dat ik, ik ja ik weet gewoon die eerste nachten vooral dat alle kinderen gewoon moeite hebben om te slapen dat dan aandacht heel veel doet, dat ze dan heel erg rustig worden en dat, dat vanzelf gaat, dus ik denk dat dat in dit geval dat een stoornis niet zozeer, dat het niet heel veel uitmaakt en daar weet ik ook te weinig van eh stoornis, per stoornis dat wat dat dan precies voor uhm
 P: mm mm
 E: manier van aanpak is zeg maar
 P: nee maar dat zou kunnen dat jij zegt van goh een kind met autisme daar moet echt rekening mee worden gehouden als die heimwee heeft, maar als je
 E: nee
 P: als je dat niet hebt dan
 E: nee maar dat is denk ik juist ook omdat ik gewoon te weinig weet van de stoornissen, verschillende stoornissen
 P: mm mm
 E: wat dat dan in houdt
 P: jawel, maar stel dat het heel erg naar voren zou zijn gekomen in je afgelopen twee kampen
 E: mm mm

P: dan had jij nu wel gezegd van eh er moet rekening mee worden gehouden of denk je dat het?

E: nee ik denk dat het echt gewoon, nee ik denk dat ik daar niet eh, nee ja ik kan me dat niet zo voorstellen dat ik daar nou echt over na denk

P: nee, nee

E: nee dat, dat niet voor mij niet uitmaakt

P: dus er hoeft, jij zegt eigenlijk dat er niet zo heel veel rekening met die specifieke problematiek hoeft te worden gehouden in combinatie met heimwee?

E: uh ja kijk als je het kunt voorkomen, als je er iets aan kunt maar daar heb ik dus te weinig, ik weet niet wat je daar aan moet doen

P: mm mm

E: kijk ik kan wel, ja dat meisje had dan geen, geen eh geen stoornis dus ja en voor de rest heb ik

P: ja maar die heeft ook wel problematiek gewoon vanuit

E: mm mm

P: is het anders dan een

E: ja maar zou ik dan bijvoorbeeld, je bedoelt dan dat ik echt geen, tegen, tegen de mensen van Heppie zeg van goh daar moet je rekening mee houden of moet ik daar dan zelf, ja ik weet niet zo goed eh

P: ja hou jij daar rekening mee in je begeleiding zeg maar is het anders om een kind bij Heppie met heimwee te begeleiden of een tussen haakjes normaal kind?

E: uhh ik

P: zeg maar een 'normaal' kind met heimwee of een Heppie kind met heimwee

E: nee ik denk dat dat voor mij niet

P: moet daar rekening mee?

E: nee omdat ik vind ieder kind die kan eh die die kan heimwee hebben om wat voor reden dan ook en of daar nou een stoornis, of dat, of dat nou de oorzaak is of het gevolg is van een, van een stoornis of dat je gewoon uh uh heimwee hebt dat dat gewoon in je zit

P: mm mm

E: ik vind ieder kind uh moet daar dezelfde aandacht voor krijgen en eh ja voor ieder kind moet je gewoon uh nou ja op je gevoel afgaan en denken van op dat moment helpt dit het beste denk ik en uhm dus voor mij maakt dat niet nee, zou ik daar niet zo snel een onderscheid in maken of een

P: nee, nee

E: nee

P: uhm zou je meer willen weten over het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie?

E: uhm ja ik denk het wel ondanks dat ik er nog niet heel veel mee te maken heb gehad gelukkig, vind ik het wel fijn om eh als het, als het dan uhm uhm wel weer een keer is of wat extremer is dan afgelopen keer, dat ik dan weet wat ik kan doen en wat er in zo'n kind om gaat

P: mm mm

E: dus vooral dat, dat belangrijk, ik bedoel ja je kunt op je gevoel afgaan maar als zo'n kindje gewoon echt uhm ja als het gewoon echt niet werkt dan wil ik wel echt wat meer het kind kunnen begrijpen en wat meer in de huid kruipen zeg maar van, van wat voelt zo'n, wat voelt dat kind nou en wat heeft het kind nu nodig anders dan natuurlijk de thuissituatie want dat is natuurlijk waar ze naar verlangen maar, dus ik zou daar wel wat meer van af willen weten ja

P: ja

E: en hoe je dat het beste, hoe je zulke kinderen het beste kunt begeleiden

P: ja

E: ja

P: dus wat meer over uhm heimwee, wat het doet met kinderen en hoe je het kan begeleiden?

E: ja

P: ja
E: ja
P: oké

P: uhm wat zou Heppie kunnen doen om jou te ondersteunen in het begeleiden van kinderen met heimwee?

E: uhm nou ja ik denk dat, dat, dat het wel iets is wat een ehm, wat eventueel een workshop zou kunnen zijn in die, in die trainingsdagen en dan bijvoorbeeld een hele dag er aan besteden of een middag, weet je wel dat je echt eventjes uhh niet te kort maar dat je echt eventjes een uh uhm helemaal op kunt, kunt verdiepen, kunt verdiepen van wat is heimwee, nou ja wat, wat doet het met kinderen, wat kun je er aan doen? En dat heb je niet in een uurtje uitgelegd daar moet je echt eventjes de aandacht aan besteden en ik denk dat als ze dat op die trainingsdagen onder andere gaan eh of tijdens bijvoorbeeld het eh de voorbereidingsdag dat je, dat je een keertje zo'n situatie uhm dat je dat bespreekbaar maakt van goh uh heimwee, ja hoe ga je daar mee om, hoe

P: en dan bedoel je als je met het team bij elkaar komt voordat de vakantie begint?

E: ja stel dat je met het team bij elkaar komt inderdaad voordat de vakantie begint dat je dan eh gewoon aangeeft nou wat vind jij nou echt moeilijk en laten we daar dan eventjes eh de tijd voor nemen en eh dat we even kijken, stil staan bij je weet niet, je moet natuurlijk ook heel veel voorbereiden dus er is niet altijd even veel tijd maar uhm ja of je pakt dat en je doet dat in het weekend voor het Heppie- weekend of voor de Heppie- week, weet je wel echt dat je samen komt

P: ja

E: die zondag of die zaterdag, dat je dan nog een aantal dingen parkeert en dat je dan uh het dan oppakt, maar dat je specifiek per groep kijkt van wat is nou echt waar, waar behoefte aan is en eh nou ja heimwee is denk ik wel een ding wat eh ja, wat voor mij dan iets zou kunnen zijn en dat zou je dan kunnen bespreken tijdens

P: gewoon het bespreekbaar maken?

E: het bespreekbaar maken en tijdens die trainingsdagen zou ik gewoon echt een, een soort workshop, een lange workshop aanbieden en daar ook echt mee aan de slag gaan, ik denk dat dat wel eh

P: en als je die training dan hebt gehad, is dat voldoende of zou je dan nog iets meer eh?

E: uhm ja ik denk dat dat de eh dat zal best wel voldoende zijn want ik, ik ja denk dat je ook tijdens de tijdens de Heppie week dat als je er even niet uit komt, dat je dan ook heel veel hebt aan je Heppie- collega's

P: mm mm

E: dus dat je daar ook nog heel veel dingen aan kunt vragen, als je maar voldoende mensen hebt die ook echt al jarenlang het werk doen, ook nou ja echt professioneel zijn uhm dan heb je genoeg kennis in huis in principe tijdens zo'n week, maar als je de basiskennis hebt en dat zou in zo'n workshop kunnen ja ik weet niet hoe uitgebreid maar

P: en is het dan voor iedereen mogelijk om die workshop te volgen denk je of zou je ook op een andere manier eh?

E: ja je zou ook, je zou ook meerdere, meerdere trainingsdagen kunnen aanbieden, dat je eh ehm er voor kan, kunt kiezen om ehm nou als dat, nou ja moet je eerst onderzoeken in hoeverre daar natuurlijk behoefte aan is eh nou ja dat doe je natuurlijk en dan kijken van nou voor die mensen of, of hoeveel mensen komen er dan uit die er echt behoefte aan hebben en aan de hand daarvan bepalen of je er een hele aparte dag aan besteedt of dat je dat dan opneemt in die workshop uhm maar dat hangt gewoon een beetje af van hoeveel behoefte er aan is en hoeveel mensen er echt uhm maar ik zou er best wel, wel eh wel naar toe gaan zeg maar als er een aparte dag, los van de trainingsdag eh wordt ehm

P: over heimwee, speciaal één dag over heimwee bedoel je dan of?

E: ja misschien nog in combinatie met iets anders maar dan los van de trainingsdag, want die vind ik altijd vrij kort, dat wel, ik vind het eh ik denk dat je daar te weinig tijd eh tijd hebt om echt, ja om echt dingen te snappen en om echt dingen eh nou ja echt iets van te leren en ik denk als je er wat, wat een apartere dag van maakt of een gewoon wat langere workshop

dat je er dan wat meer aan hebt. Misschien is dan zo'n trainingsdag wel, want daar zijn volgens mij ook gewoon lange workshops mogelijk.

P: mm mm

E: ik denk dat het dan wel eh

P: en wat versta je dan onder een lange workshop?

E: nou ja volgens mij zijn er op die trainingsdagen uh, uh trainingen, van twee keer een training volg je dan of je kunt een workshop volgen van de, van de middag, van een hele middag. Dus dan plak je twee trainingen aan elkaar

P: een ochtend en een middag bedoel je dan?

E: ja, ja

P: toch een hele dag?

E: wat je normaal doet dan eh wij hadden vorige keer een trainingsdag dat je eh, eh de eerste twee uur, of anderhalf uur geloof ik dit doet en de andere dat, die training en als je dat dan samenvoegt en dan in totaal 3, 4 uur aan het thema heimwee besteedt en er dan ook echt, ik hoef niet alleen maar een verhaal te horen dat, dat wil ik echt niet want dan, dan haak ik al heel snel af, maar ik wil het ook echt doen dan en oefenen, rollenspellen, dat soort dingen dat zou je dan, dat zou voor mij denk ik wel werken en daar feedback op krijgen nou volgende keer zou je het zo kunnen doen of ik denk dat dat voor mij wel zou werken en dat maakt het ook wat leuker want dan zie je ook van anderen, hoe doen ze dat

P: mm mm

E: dus zo zou ik dan een workshop inrichten en dan gewoon eerste uur bijvoorbeeld aan theorie en daarna gewoon lekker aan de slag gaan en dan maak je dat dus uiteindelijk vier uur ofzo.

P: ja, ja dus een uur theorie, een uur rollenspel dat is wel en dan?

E: ja ik denk dat je iets langer bezig bent misschien met de rollenspellen, maar eh en evalueren, want je bent ook bezig met feedback, nou zo'n groep zal best groot zijn dus eh je kunt dan uiteen in groepen uhh en daar zeg maar de rollenspellen op zich spelen want als het, nou ja honderd man zijn, ik noem maar iets, als je er een aparte dag aan zou moeten besteden omdat er zoveel behoefte aan is dan zou je eh, eh nog aparte groepen kunnen maken en daar de rollenspellen in kunnen, maar ik denk dat je wel echt een tijd moet besteden aan die rollenspellen. Dat zou ik heel fijn vinden.

P: mm mm

E: en ook dat evalueren van nou jij deed dit, eh hoe zou je dat een volgende keer anders kunnen doen? En uhm nou ja, ik denk dat je daar zo wel twee, twee uur mee vult en dat laatste uurtje ja evalueren of eh nog nabespreken zo iets

P: mm mm

E: ik kan me

P: en wie zou dat voor jou, uhm zeg maar wie zou de workshop kunnen leiden, heb je daar een idee in?

E: nee ik denk dat

P: zou Heppie daar iemand van buitenaf moeten vragen of iemand van binnen Heppie?

E: nou ik denk misschien eh, nou sowieso iemand natuurlijk die Heppie kent, dat lijkt me sowieso handig, iemand die de kinderen kent van Heppie, wat voor kinderen daar komen uhm maar dat kan ook iemand zijn die eh uit het bedrijfsleven, of uit het bedrijfsleven maar uit de praktijk die eh ehm daar zelf ervaring mee heeft, alleen niet bij Heppie maar bij een soortgelijk uh er zijn natuurlijk genoeg eh ja

P: kampen?

E: kampen of, of instellingen of iets weet je wel waar, waar, waar uhm waar je dat tegenkomt. Dus er moet wel iemand zijn die, die daar echt ervaring in heeft en die ook echt daar goed kan begeleiden en echt, echt een kind kan begrijpen, zeg maar dat vanuit het kind kan vertellen

P: mm mm

E: ik denk dat dat belangrijk is, ja ik heb geen namen, ik zou het niet weten, maar uh dat kan iemand van Heppie zijn, het kan iemand extern zijn. Als ze maar ervaring hebben en weten waarover ze praten.

P: ja

E: dat is sowieso wel belangrijk

P: ja haha ja uhm en je had het net over een groep van bijvoorbeeld honderd man, zou jij dat een prettige groepsgrootte vinden?

E: nou voor het theoriegedeelte misschien wel, want dan is het toch vaak luisteren uhm maar daarna zou ik, de rollenspellen zou ik zeker niet voor zo'n grote groep willen doen, zelf niet.

Dat wil, ik wil zelf juist eh altijd wat kleiner, weet je wel want dan ben je meer op je gemak, dan durf je meer, dus dan zou je uit elkaar moeten gaan en dan heb, want je kunt met honderd man ook niet, dan wordt het heel vermoeiend om daar naar te gaan kijken dus ehh dan zou je afhankelijk van, kijk als er inderdaad bij Heppie zoveel mensen zijn die dat echt, waar echt dat, dat er echt behoefte aan is. Dan zou je het op zich wel zo kunnen organiseren, dat je theoriegedeelte, maar dat je daarna uit elkaar gaat en dat je dan eh ja dan kan je er een themadag van maken

P: ja

E: maar dat is dus een beetje afhankelijk, kan je het allemaal in die trainingsdag doen zijn er zoveel mensen of zijn er zoveel mensen dat je er een aparte dag aan zou kunnen besteden?

P: ja mm en een training komt dan het beste, voldoet dan het beste aan jou behoefte?

E: training slash workshop

P: ja slash workshop ja, ja, ja en maar verder niet nog iets uitgewerkt of eh

E: ja ik ben, ja ik ben vooral van de praktijk, ik ben echt meer van eh kijk ik kan het lezen, maar uiteindelijk wil ik het zien en wil ik het zelf ervaren

P: ja

E: en wil ik op die manier tips krijgen, dus ik ben gewoon meer van de praktijk, dat werkt voor mij het beste

P: ja, ja helemaal goed

P: uhm heb jij nog iets gemist of wil je nog iets vragen?

E: nee alles is wel eh gevraagd denk ik en duidelijk dus

P: ja oké dank je wel

E: graag gedaan haha

P: we beginnen met de intro

M: ja

P: uh voor mijn opleiding SPH aan de Haagse Hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee. En vind je het goed als ik het interview opneem zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven.

M: ja hoor dat is prima

P: oké, en ik ga betrouwbaar om met uh deze informatie dus ik zal de antwoorden na mijn afstuderen vernietigen.

M: ja is goed hoor

P: oké en mag ik je citeren in mijn onderzoek?

M: ja ik vind het, ik vind het allemaal prima

P: je vind t allemaal prima ha

M: ja

P: oké helemaal goed uhm hoe vaak ben je al mee geweest op een vakantie of een weekend cyclus van Heppie?

M: uhm ik heb eh 3 zomerkampen gedaan en uhm een weekendcyclus als uhm groepsleiding en ik doe nu een weekend cyclus als uh logeerweekend begeleider en ik heb al verschillende keren ingevallen nog bij weekenden

P: oké, en wat en logeerweekend begeleider wat is dat dan?

M: ja uh Heppie heeft ook logeerweekenden en dat is uh die worden eigenlijk gedraaid door studenten die stage lopen bij Heppie

P: ja

M: dat zijn studenten van social work van windesheim uhm of van pedagogische wetenschappen van de Uva bij ons en die van Scheerwolde en die doen het als stage en dan elke logeerweekend heb ik als begeleider heb ik 2 studenten onder mij en ze begeleiden dan weer groepjes. Van te voren sturen ze dan bijvoorbeeld leerdoelen op en reflectieverslagen en alle activiteiten daar geef ik ze feedback op en tijdens zo'n weekend coach ik hun eigenlijk in hoe zij met de kinderen omgaan.

P: oké leuk

M: dus het is net, ja net weer een iets andere functie want je bent eigenlijk zelf dan eigenlijk niet echt met de kinderen bezig maar je laat eigenlijk een soort van voorbeeldgedrag zien aan de studenten en je coacht hun gewoon en je hebt 's avonds reflectiegesprekken en ja je moet hun eigenlijk ook een beetje evalueren elk weekend. Ja zodat zij uiteindelijk zo veel mogelijk eigenlijk zelfstandig groepjes draaien.

P: ja ja oké

M: ja

P: en wat is jouw functie bij Heppie?

M: ja ik ben dus logeerweekend begeleider en dan bij mijn vorige kamp was ik uh boventallig teamlid en daarvoor gewoon groepsleiding

P: oké dus je

M: ik heb verschillende functies eigenlijk gedaan ja

P: ja ja

P: en uhm wat versta jij zelf onder heimwee?

M: ja als de kinderen, ja eigenlijk niet kunnen wennen op, bij Heppie en en bijvoorbeeld op een weekend of kamp maar ja heel graag naar huis willen en dat ook, daar ook moeilijk uit kunnen komen en daar dan een beetje in blijven hangen zeg maar uuh ja zo verdrietig zijn dat ze echt graag naar huis willen.

P: ja oké ik zal ook even mijn definitie noemen die ik gebruik. uh een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers

M: mm

P: en het kind kan verdrietig zijn zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil

M: ja ja precies

P: oké en in welke leeftijdscategorie kom je heimwee het meeste tegen?

M: ik heb bij Heppie eigenlijk alleen 6-9 gedaan en uhm ja daar binnen zie ik op zich niet echt verschil kunnen net zo goed kinderen van 9 zijn als de kinderen van 6

P: ja, ja

M: daar zie je niet echt een soort van patroon of zo, in zie

P: nee oké, en tijdens welk moment kom je heimwee het meeste tegen?

M: ja als de kinderen aankomen dus en uh bij het afscheid nemen van de ouders op een weekend op vrijdagavond of bij een kamp op maandagochtend dan uh en het kan dan ook wel terugkomen 's avonds als ze gaan slapen want dan is het wel ook wel heel spannend voor kinderen en doet dat natuurlijk ook wel veel aan thuis denken. Zeker als ze ook wel een beetje bangig zijn dan, dan komt de heimwee vaak weer of als ze bijvoorbeeld heel moe zijn weet je wel op zondagochtend of zo'n beetje aan het einde van een kamp als ze een beetje moe zijn dan kan het ook wel soms ineens terugkomen of als ze bijvoorbeeld een activiteit doen die net even niet zo goed ging of ze raken in een andere situatie waarin het met kinderen niet zo leuk is en ja dan kan het ook in een keer ook een beetje naar boven komen, niet dat dat dan perse heimwee is maar dan balen ze n beetje en dan kunnen ze ook nog wel eens zeggen ja ik wil graag naar huis en ja dan gewoon even een beetje een baalmoment hebben

P: ja oké duidelijk

M: je hebt verschillende momenten eigenlijk ja

P: ja ja, uhm waar zie je aan dat een kind heimwee heeft?

M: als een kind eigenlijk niet echt kan wennen dus bijvoorbeeld sommige kinderen gaan bijvoorbeeld huilen en die geven het aan dan zie je het vanzelf wel, maar je hebt ook kinderen die bijvoorbeeld een beetje gaan uh dwalen in de vrije tijd dat ze niet echt ja dat ze niet echt met plezier iets kunnen gaan doen. Dat ze een beetje, ja een beetje somber zijn en eigenlijk niks leuk vinden en nergens plezier in vinden ja en als je dan een beetje met ze gaat praten ja dan blijkt wel vaak dat daar ook heimwee achter zit.

P: oké

M: maar je ziet het meestal wel aan hun ja sombere, sombere kant, want ze kunnen ook wel een beetje bozig zijn bijv. maar het is meer inderdaad gewoon verdrietig zijn.

P: ja

M: ja je moet ook afscheid kunnen nemen dus heel erg aan de ouders blijven hangen en de hele tijd op schoot blijven zitten of de ouders niet los kunnen laten ja dat heel erg uitrekken dat moment

P: ja

M: of als ze dan net aankomen ja

P: ja en uhm, wat voor gevolgen denk je dat heimwee heeft voor een kind?

M: ja ik denk op zich, dat het niet, ja ik denk dat het uhm ja het hoort gewoon een beetje erbij en wat dat betreft denk ik niet dat het per se heel erg kwaad kan. Wat het ook wel in ieder geval zeker bij Heppie dat we ook wel gewoon zeggen van het is ook wel spannend en weet je wel het is best wel logisch dat een kind misschien soms heimwee heeft, maar ik denk vooral dat het gevolgen kan hebben hoe de situatie uiteindelijk opgelost wordt.

P: mm mm

M: en dat het echt, ja een succes ervaring kan worden als een kind blijft op een weekend of op een kamp en ja zelfvertrouwen kan opdoen in dat ze alleen ergens kunnen zijn en dan heel trots zijn als ze op zondag naar huis gaan na een weekend en ze hebben het een heel

weekend volgehouden. Maar het kan ook heel negatief uitpakken als, ja als een kind bijvoorbeeld naar huis zou gaan dat ze een beetje een soort van faalervaring hebben en dan, dan volgende keer ook niet meer goed durven te komen. Dus ik denk dat dat wel heel belangrijks is hoe je er mee om gaat in wat het voor het kind uiteindelijk betekent. Als het gewoon goed opgelost wordt en het kind blijft dan heeft dat kind er alleen maar iets van geleerd ervan waarschijnlijk

P: ja, en zeg maar tijdens het kamp als het kind heimwee heeft uh wat

M: ja

P: ja wat voor gevolgen denk je dat het dan heeft?

M: ja het kind heeft gewoon, kan veel minder plezier beleven dus het trekt zich dan vaak een beetje terug en trekt zich terug uit de groep doet niet mee aan de activiteit en ja dan dan missen ze gewoon leuke ervaringen op het kamp en dan uh ja dan is het gewoon voor hun zelf gewoon minder leuk.

P: ja oké

M: ja ze kunnen gewoon wel ja ze zijn op zich zelf ja ze hebben niet het plezier dat je wil dat ze hebben.

P: nee, haha, nee

P: en kun je een of meerdere ervaringen met heimwee van een kind bij Heppie beschrijven?

M: ja uh ff kijken dit weekend hadden we toevallig nog twee keer een situatie met een kind met heimwee, een keer toevallig een jonger jongetje die kwam samen met zijn broer naar het weekend hij is 6 en zijn broer is 9 of 10 jaar volgens mij. Dat ging het eerste weekend en tweede weekend eigenlijk heel erg goed maar het derde weekend was zijn broer was gevallen of zo dus die kwam niet mee, dus toen kwam hij zelf en nou ja toen was het bij het afscheid nemen vond ie dat eigenlijk al best wel moeilijk toen ging ie uh huilen ook bij uhh bij zijn moeder dan toen wilde die eigenlijk ook mee naar huis en mee naar zijn broer en ja hij was heel verdrietig en uh nou ja uiteindelijk of ja uhm kwam het er een beetje op neer we gingen met hem praten en ja dat hij het heel erg spannend vond zonder zijn broer en ja dat vond hij gewoon heel erg eng en zeiden we zo'n beetje van oh het is wel spannend he of zo gek zonder je broer dat vond hij allemaal wel heel spannend

P: mm

M: door uiteindelijk met hem uhm ja gewoon geprobeerd zo positief mogelijk alles te benoemen van het weekend en alle leuke dingen, die we gingen doen en ja want uh dat die al heel groot was en dat hij dat al kon zonder zijn broer en dat hij dan hè zondag daarop dat ie uh grote broer ook een weekend was geweest ja uh kaartjes gaan knutselen voor zijn broer en toen uiteindelijk uh ja uh is het wel, ging die wel huilen maar op een gegeven moment tegen zijn moeder hebben we gezegd van ja ga maar gewoon en toen ging het op zich wel een beetje, was ie nog wel een beetje verdrietig toen is het dat weekend nog wel een aantal keer teruggekomen dat ie ineens heel erg baalde van iets, ging die onder de tafel zitten ja het ging niet meteen helemaal over, maar uiteindelijk was hij op zondag wel heel blij eigenlijk dat ie gewoon geweest was.

P: oké

M: en ja wat gewoon al hielp was uh ja het gewoon al benoemen denk ik dat is al een heel groot iets. Dat het gewoon spannend is en dat dingen anders zijn bij Heppie en dat het ook heel gek is als je eh in een ander eh bed gaat slapen en dat alles net een beetje anders is en dat ik het bijvoorbeeld ook soms spannend vind of ook dingen thuis anders heb en dat is al een heel groot deel. Want net als bijvoorbeeld hij dan een kaartje ging knutselen voor zijn broer en dan zijn ze toch een beetje met thuis bezig

P: ja

M: en voor de rest ook afleiden en er zo'n leuk mogelijk weekend van maken, veel positieve aandacht geven maar ja dat doen we natuurlijk bij alle kinderen bij Heppie maar ja probeer hier ook weer niet te veel in te blijven hangen

P: ja

M: dus dat uh ging wel. En bij een ander meisje die was ouder, die was 9 denk ik. Dat ging eigenlijk altijd heel erg goed op die weekenden en toen één keer kwam ze en toen uh was ze ook ineens heel verdrietig. Die ging huilen en ja die moeder die ging uh of die was eigenlijk al weg en toen was ze ja heel erg aan het huilen dat ze echt graag naar huis wilde en uh ja ze was heel erg verdrietig, uiteindelijk ze bleef maar zeuren had een beetje buikpijn of ja dat heeft dan wel met elkaar te maken, maar die bleef echt eh en ja die was heel erg verdrietig en ik kon er niet zo goed uithalen ja hoe je haar daarin moest helpen. Ja ze bleef eigenlijk gewoon huilen en alleen maar zeggen ik wil naar huis, ik wil nu echt naar huis en ja die had eigenlijk al bij alles wat ik zei wilde ze dat

P: mm

M: uiteindelijk ben ik met haar uh naar beneden gelopen rustig naar uh de coördinator en zijn we daar, hebben we daar nog even gekletst. Die heeft haar uiteindelijk even op schoot genomen en gewoon even gekletst en wat we allemaal nog gingen doen en dat het wel spannend was en ja dat ze moest proberen om gewoon te blijven en als ze zich morgen dan echt nog eh ja heel verdrietig zou voelen dat zouden we altijd nog kunnen kijken maar dan zou ze misschien altijd spijt van hebben dat ze al die dingen ging missen en zo en ja en toen ging het uiteindelijk wel wat beter en daarna was het bij haar ook wel, wel echt over voor de rest van dat weekend

P: oké

M: ja dat uh was al een soort van voor haar het vooruitzicht van uh oké we gaan in ieder geval nog een nacht blijven en dan kan ik altijd nog kijken en de dag daarna begon ze er eigenlijk al helemaal niet meer over, dus toen was het eigenlijk ook wel gewoon over

P: mm

M: wat ik ervan merkte in ieder geval

P: ja, nou dat is mooi

M: ja meestal is het gewoon als de ouders komen en soms ook wel uhm als de ou, als de ouders zelf ook heel veel moeite ermee hebben als het bijvoorbeeld de eerste keer is dat hun kind bij Heppie komt, ik heb ook wel eens gehad dat de moeder bijvoorbeeld ging huilen

P: ja

M: want ja ze het heel spannend vond om het kind achter te laten en ja dan gaat het kind ook huilen natuurlijk en dan ja is het meer ook een soort van, ja dan heeft het kind misschien nog niet eens perse heimwee, maar dan maakt de moeder het voor het kind ook echt heel moeilijk en dan meestal vraag ik om ouders gewoon weg te krijgen eigenlijk. Het kind af te leiden en dan gaat het al vaak al wel weer goed, dus ja dat afscheidmoment moet ook gewoon niet, niet te lang uh niet te lang duren meteen iets leuks gaan doen met z'n allen en dan ja veel kinderen zijn dan eigenlijk al over die drempel heen

P: ja en weet je hoe je daar

M: ja eh sorry wat zeg je

P: oh ben je uh ga maar verder

M: ja er zijn veel ervaringen die ik kan omschrijven met eh ja het is gewoon heel normaal als er altijd kinderen zijn met heimwee ja als je 6 bent en je hebt nog nooit ergens gelogeerd en dan moet je ineens met leiding die je niet kent, kinderen die je niet kent en samen op een kamer en een stapelbed en 's ochtends douchen i.p.v. 's avonds weet ik. Alles is ook hartstikke spannend ja Het is ook eigenlijk heel logisch dat er eigenlijk wel elk kamp of weekend dus wel kinderen zijn die uh een keer heimwee hebben

P: ja dat is. Ja

M: ja

P: en weet jij zeg maar hoe je dan met die je zei bijvoorbeeld dat je een moeder had die aan het huilen was en dat het bij de haal- en brengmomenten wel voorkomt, weet je hoe je daarmee om kan gaan?

M: ja wat ikzelf uh gewoon doe is in ieder geval is wel het dus benoemen en een soort van eventjes meeleven met het kind

P: mmm

M: van probeer die spanning eigenlijk weg te halen door al te zeggen van het is ook wel spannend om hier naar toe te komen, om hier te slapen en dat het inderdaad anders is en dat eerst in ieder geval benoemen. Dan ga ik vaak uh ja vertellen wat we ook bijvoorbeeld allemaal gaan doen en welke leuke dingen we allemaal doen die, een beetje aansluiten bij het kind bijvoorbeeld van uh we gaan morgen, morgen gaan we zwemmen en uh heb jij al een zwemdiploma en ja weet je wel op die manier eigenlijk een beetje in gesprek met hun krijgen

P: mmm

M: en dan bijvoorbeeld ook er achter zien te komen wat ze leuk vinden dus bijvoorbeeld uh als ze iets leuk vinden met dieren dan kunnen we bijvoorbeeld misschien ook op zo'n moment vast even gaan kijken of vast of bijvoorbeeld de slaapkamer even bekijken als dat ja voor als dat voor het kind heel spannend is of een spelletje gaan doen, iets leuks doen en benoemen. En ja benoemen dat het 2 nachties zijn voor een weekend dan of een kamp dat ze over 4 nachten al weer naar huis gaan of dat heel veel kinderen het spannend vinden en je het zelf spannend vindt. Als dat, dat ja dat moet wel meestal een groot deel weghalen en vaak is het gewoon ook het kind een beetje vast pakken en gewoon lief zijn voor zo'n kind maar zelf ook gewoon rustig en ja ik ga nooit meteen zeggen van uh van je kan naar huis of zo ja in ieder geval altijd positief blijven en als t echt t kind er niet uitkomt en ik heb al die dingen die ik noemde al wel geprobeerd, dan ga ik vaak met een kind naar een coördinator die dan weer net een andere rol met t kind heeft of ik bijvoorbeeld een kaartje maken of wat we allemaal gaan doen of het kind mag misschien ergens mee helpen. Een beetje op die manier uh op te lossen

P: ja

M: en als het echt heel extreem is, als het kind echt niet ophoudt, dan is het ook meer aan de coördinator om te kijken wat ze echt met de situatie wil doen of ze bijvoorbeeld de moeder wil bellen of niet of ja dat, dat als ik het zelf echt niet op kan lossen en ook niet misschien met iemand anders dan draag ik het kind zeg maar over naar de coördinator

P: ja

M: want als ze er echt in blijven hangen dan is het ook dan kun je er mee blijven praten maar dan is dat dan ook extra moeilijk dan want op een gegeven moment zit je ook n beetje vast

P: mmm

M: en het kind ja een kind zit eigenlijk ook vast in hun eigen tranen en verdriet

P: ja

M: dus als je t niet af kan leiden dan moet je dan even iets heel anders bedenken om het kind dan toch goed te kunnen begeleiden. Soms dan helpt het al gewoon door met zo'n kind gewoon naar een coördinator te gaan dan voelen ze zich ook heel serieus genomen en dan dat doorbreekt t vaak al wel als ik er zelf echt niet uitkom.

P: oké ja ahum, en ja ik had hem eigenlijk net al een beetje gevraagd maar hi hmmm weet jij hoe je een kind met heimwee bij Heppie kunt begeleiden?

M: Uh ja gewoon, hoe ik een kind kan begeleiden, ja wat ik dus noem al

P: misschien nog even in het kort? Haha

M: ja dus afleiden en uh en gevoel benoemen en ja het kind een beetje troosten en uh ja positief houden, eigenlijk de leuke dingen eigenlijk van het weekend benoemen, proberen met het kind in gesprek te gaan om aan te sluiten bij het kind wat ze leuk vinden of uh dingen van thuis die ze misschien bij Heppie ook zouden kunnen doen.

P: ja, en wat denk je in, dat in het algemeen zou kunnen helpen om heimwee voor kinderen van Heppie te verminderen?

M: nou ik denk dat we al wel bij dingen doen bij Heppie, die je al probeert te voorkomen dus bijvoorbeeld van te voren een foto sturen van het team waar het kind bij komt

P: ja

M: en bij sommige kinderen die het moeilijk vinden bij de weekenden, sturen we ook wel eens het programma van te voren op

P: oké

M: er zit ook een stukje voorbereiding in eigenlijk. Dat ze gewoon weten wat ze gaan doen en wie straks de leiding zijn. Je ziet dat kinderen ook echt die namen gewoon helemaal uit hun hoofd leren van de leiding en uhm ja zodat ze echt al weten, weten waar ze komen dus dan is het al gewoon wat minder spannend

P: mm

M: en uh als ze zijn ze heel hartelijk te ontvangen en ook eventjes met de ouders gewoon laten, zodat de ouders het vaak ook de overgang een beetje kunnen verminderen en de ruimtes al laten zien en dat ze meteen weten wie hun groepje is en de groepsleiding meteen laten voorstellen aan de kinderen gewoon heel erg meteen de afdeling vertrouwd maken eigenlijk

P: ja

M: ja dat zei zich al meteen zo vertrouwd mogelijk voelen en dan ook op een gegeven moment, de ouders zijn er een half uurtje of zo maximaal, misschien ook twintig minuten en dan gewoon ook uh zorgen dat de ouders gaan en met zijn allen beginnen en zo snel mogelijk in de sfeer van het weekend komen en niet te veel blijven hangen met thuis uh situatie en ik denk dat we dat ook heel goed doen door het gewoon hartstikke leuk te maken bij Heppie, dat we veel leuke activiteiten doen en uhm een fijne sfeer neer te zetten en daar kan je al heel veel heimwee mee voorkomen.

P: ja en over dat voorkomen denk ik waar jij het net over had toch?

M: ja ja

P: en het uh het verminderen tijdens het kamp, als het zeg maar opspeelt of tijdens het weekend?

M: ja ik denk dat uh dat het goed is als bijv. de eigen groepsleiding van het kind dan, dan met het kind gaat praten. Dat die al een beetje een band heeft of wat dus ook een goed moment is om die band op te bouwen met het kind.

P: mm

M: en dat die begeleider uh ja een aantal van die soort van tips, die ik bijvoorbeeld zelf noemde weet van uh ja benoem het even en ga er eventjes mee, er over praten en dat soort dingen

P: mm

M: en ja dat dat en als zij dan zelf niet uitkomen of uh uhm ja sommige groepsleiding vind het ook best wel moeilijk omdat dat ze dat dan ook eigenlijk zielig vinden voor het kind. Ja ik vind het ook zielig natuurlijk, maar uhm ja je moet ook niet te veel zeg maar er van schrikken of zo want je eigen emoties mee laten spelen denk ik. Dat de groepsleiding merkt dat je het kind dan beter overdraagt aan iemand anders en uh ja programma gaan bespreken dat soort dingen, ik denk eigenlijk een beetje. Dit zijn een beetje de dingen, dezelfde dingen die telkens terug komen volgens mij maar dat zijn wel de dingen die ik zelf al doe met kinderen met heimwee.

P: ja

M: en de structuur bijvoorbeeld bij Heppie helpt ook wel dat ze altijd weten hoe en wat

P: ja

M: en de veiligheid ook op de slaapkamer, dat je op de slaapkamer blijft zitten tot ze slapen bijvoorbeeld, dat het slaapmoment ontspannen is. Ja dat je gewoon zorgt dat de kinderen zich zo fijn mogelijk voelen en dat je ook hun serieus neemt als ze bang zijn in het donker dat ze ook een extra lichtje hebben of de deur open ja dat je daarin vooral een beetje dat je lief bent en dat ze zich ook gewoon thuis voelen dat ze ook gewoon geen heimwee hoeven te hebben.

P: ja oké en wat denk jij dat je als begeleider kan doen om kinderen met heimwee bij Heppie te kunnen begeleiden? Ja dat is eigenlijk

M: ja dat komt weer een beetje dezelfde dingen

P: ja

M: ja uhm

P: ja nu echt

M: ja nou ja, dat je dus zelf in ieder geval zelf rustig blijft en niet echt in de emoties al te veel mee gaat zeg maar

P: mm mm

M: en uhm dat je heel positief en vrolijk bent tegen zo'n kind en vertellen wat je allemaal gaat doen en dat je even zorgzaam bent, aai over de bol, kind even op schoot en dat je dus dan eh een kind gaat afleiden, met het kind gaat praten en ook dat als je op tijd, als jij denkt dit duurt te lang dat je dan ook hulp zoekt zeg maar bij bijvoorbeeld een coördinator of een boventallig iemand of een andere groepsleiding

P: ja

M: ja als je teveel doet erin blijft zitten en je gaat er allemaal in mee dan kom je er samen niet meer uit met zo'n kind en dan kan iemand anders misschien eventjes soms een frisse blik erop werpen en dat je dat ook bij jezelf denkt wat het met jou doet als zo'n kind heimwee heeft

P: dat je, zelf bedenkt wat het met jou doet?

M: ja, ja want voor sommige groepsleiding die vinden bijvoorbeeld, bijvoorbeeld bij de logeerweekenden dat zijn dan studenten, ja dat zijn eerste kennismaking met kinderen van die doelgroep en ja de eerste keer dat er eentje bijvoorbeeld heimwee heeft en gaat huilen. Ja dan zijn die zelf helemaal van slag, die studenten gewoon weet je wel wat zielig en dan gaan ze heel erg, te meelevend doen en dan uh en dan ja dan bevestig je zo'n kind ook dat je ja een soort van t is wel oké natuurlijk dat een kind heimwee heeft maar dan ja als je te veel daarin meegaat dan komt het kind er ook niet meer uit. Dan denkt t kind nou ja oké hij kan er ook niks meer aan doen

P: ja

M: dat je ze dat je gewoon zelf ziet van uh een beetje afstand houdt daarin

P: ja oké nou snap ik wat je bedoelt

M: ja soms is dat voor nieuwe groepsleidingen of die studenten is dat best wel moeilijk als je net nieuw bent bij Heppie,

P: ja

M: dan denk je oh wat zielig en ja maak je het soms alleen maar erger. Dus dan, ik zou daar zelf in ieder geval als coördinator of als groepshoofd, als boventallige of zo wel een beetje op letten als ik zo'n kind zie met heimwee er zit net een nieuwe groepsleiding bij, ja dan ga ik even kijken hoe het gaat en uhm of ik zou kunnen helpen.

P: ja en op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens jou een rol in het begeleiden van kinderen met heimwee ?

M: uuuhm mmm nou ja op zich denk ik dat, dat, dat de heimwee nog juist wel meevalt bij Heppie omdat veel kinderen al wel uhm ja uit zulke thuissituaties komen waar ze of gewend zijn dat het vaak wisselt van verzorger of ouder, of uh of bijvoorbeeld op een leefgroep wonen en ja die kinderen hebben over het algemeen juist vaak minder heimwee

P: mmm

M: en uh ja bijvoorbeeld specifieke problematiek zoals hechtingsproblematiek eh ja die heeft wel een rol, ja die kan wel een rol spelen bij heimwee, omdat die kinderen meestal juist ja uhm of juist helemaal geen niet echt uh signaal laten zien maar het toch eigenlijk wel heel moeilijk vinden dat de situatie bijvoorbeeld veranderd. Dus dat je wat meer moet kijken van uh hoe gaat het met het kind of kinderen die met autisme bijvoorbeeld, die heel erg gewend zijn aan die bepaalde structuur en dat die vooral moeite hebben met wennen dat het net even anders is bij Heppie en daardoor heimwee kunnen krijgen.

P: ja

M: in het algemeen denk ik dat ja heimwee wel vrij los kan staan van die problematiek, dat het maar net is of ja bijvoorbeeld ouders die dan uhm wel bijvoorbeeld veel mee maken. Of die heel erg aan hun kinderen vastklampen, dus bijvoorbeeld een vader is overleden of uh een blijf van mijn lijf huis of weet ik veel wat. Die hebben van alles meegemaakt en waardoor ze heel erg sterk samen zijn, die houdt die band van die moeder dan vaak met hun kinderen

P: mm

M: ja en dat moeders het ook vaak moeilijk vinden om hun kind achter te laten, dan is dat voor het kind ook wel weer extra uh ja een grotere kans op heimwee. In het algemeen denk ik ja ik ben nog nooit op ander soort kampen geweest, maar dat kinderen overal wel heimwee kunnen hebben.

P: ja, maar denk je dat er rekening moet worden gehouden in de begeleiding?

M: ja, ik denk wel dat het goed is om er bij na te denken want bij problematiek of bepaalde achtergrond kan betekenen en dat doen we denk ik ook al door bijvoorbeeld rekening houden met het bieden van veel structuur en uh overgang. Ja dat is wat we ook al bijvoorbeeld bij kinderen die dat extra nodig hebben, dat we het weekend programma van te voren opsturen en uh ja dan hou je wel rekening met specifieke problematiek van het kind en het gezin

P: ja

M: ik denk wel, ik denk op zich dat je op elk ander soort van kamp of weet ik veel wat ook zo'n beetje omgaat met heimwee, maar dat het hier wel misschien net iets uh bewuster moet, iets meer rekening houden met de achtergrond van het kind want ja dat uh dat is bij alle soort gedrag wel goed natuurlijk

P: ja en dan uhm bedoel je dat je gewoon weet van hebt van de situatie?

M: ja precies dat je bijvoorbeeld denkt oké dit kind heeft autisme uhm wat, voor dit kind kan het misschien heel erg fijn zijn om eventjes samen een programma te gaan maken van de eerste dag, een concreter programma. Of uh oké dit kind uh ja uh de ouders zijn net gescheiden van dit kind dus uh ja al twee weekenden niet bij uh vader geweest en dit weekend is net een Heppieweekend, dus kan hij niet naar vader van ja oké dat is dan ook wel eventjes spannend. Weet je wel dat je je handelen niet heel erg anders dan uh maken maar ik denk dat je dan gewoon op dat moment wel snel tot handelen komt als je wel gewoon weet wat bij het kind zou kunnen werken of wat bij een kind past, dat hoeft nou niet zozeer zijn dat het dus ook werkt maar dan zit je al snel in de goede richting denk ik.

P: ja oké en zou jij meer willen weten over het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie?

M: uhm nou ja als het wel, het is wel goed om dingen te leren. Ik heb nog nooit bij Heppie ook bewust gehoord over heimwee als weet je wel je hebt ook bijvoorbeeld een trainingsdag en dan heb je ook workshops over van alles en nog wat, maar niet echt over hoe begeleid je kinderen met heimwee. Terwijl het wel uh ja door dat ik nou, door dat ik met jou dit interview doe, dat ik wel denk oh ja het komt eigenlijk wel uh best wel veel voor en het is best wel uh lastig. Ik denk ik zou best wel meer willen weten over uh ja wat mensen hun ervaringen daarmee zijn en wat werkt en uh ja een soort van trukendoos, voor wat kun je allemaal precies doen met heimwee, hoe kan je het voorkomen en wat betekent het voor het kind om heimwee te hebben. Ik zou dan bijvoorbeeld best wel een workshop over willen hebben of uh iets op de trainingsdag of dat er aandacht aan wordt besteed in de intervisie, of de voorbereiding van een kamp. Ik denk dat het wel eh, ja toch wel een beetje misschien wel een onderbelicht onderwerp uh is.

P: oké en wat zou Heppie dan kunnen doen om jou te ondersteunen in het begeleiden van kinderen met heimwee?

M: ja bijvoorbeeld in ieder geval uh wat ik denk, ik merk vaak, bij in uh vaak bij nieuwe groepsleiding dat ze gewoon uh een beetje ja niet helemaal weten wat ze kunnen verwachten of misschien niet helemaal weten hoe het is. In ieder geval te benoemen wat zou er kunnen gebeuren als een kind heimwee heeft en uh hoe zou er dat uit kunnen zien wat ja uh wat zou je kunnen doen dat zou gewoon uh aan t begin van een kamp of een weekend zou je daar, zou je dat kunnen bespreken, net zoals je bespreekt hoe ga je om met een boos kind, of weet ik veel.

P: ja

M: en en zou het bijvoorbeeld in het trainingsaanbod uh ook bijvoorbeeld een workshop kunnen organiseren. Er zijn best wel groepsleiding, mensen die dit best een moeilijk iets

vinden. Nou die zouden misschien wel zo'n workshop willen doen op zo'n trainingsdag van hoe ga je om met heimwee?

P: ja

M: of aandacht aan besteden in het trainings uh hoe heet dat, informatieboek zeg maar van Heppie

P: de informatiemap?

M: ja daar gewoon iets specifiek over heimwee in te zetten ja ik denk dat kan sowieso geen kwaad, het zou handig zijn.

P: ja oké nou dat is mooi om te horen

M: ja

P: en uh heb jij nog iets gemist of wil je nog iets vragen?

M: nee nee t is een interessant onderzoek dus

P: ja

M: t was een goed onderwerp ik denk uh t was wel dat ik zelf ook wel dacht van oh ja heimwee en vaak heb je dan nog iets meer naar de boze kinderen en ja uh meer agressief gedrag en zo en dan of uh druk gedrag, dan naar deze kant van van het gedrag en ja dat het voor kinderen soms wel heel erg moeilijk kan zijn dus ik vind het wel heel belangrijk om hier ook over na te denken

P: ja

M: ja dus uh ben benieuwd of je of je er voor Heppie iets mee kan doen, blijkbaar in ieder geval heel erg goed

P: ja ik uh nou ja ik heb in ieder geval zat informatie nou dus uh ik heb donderdag een gesprek met Joyce van Heppie. Ik weet niet of je die kent?

M: oké ja ja

P: en dan uh gaan we even kijken wat er mee gaat gebeuren want jij bent de laatste die ik heb geïnterviewd dus uh

M: oké

P: dus dan ga ik alle informatie

M: en hoeveel mensen heb je nou kunnen interviewen van Heppie

P: ja ja ik heb er nog een stuk of 10 kunnen interviewen van Heppie

M: oké mooi

P: dus dat is wel mooi ja

M: ja super

P: ja

M: nou dan ik ben benieuwd, wat uh want komt er nog een terugkoppeling of zo of uh uh ja gewoon naar mijn eigen nieuwsgierigheid wat je nog wat je er zelf voor conclusies gaat trekken uit al je interviews?

P: huhu nou ja ik kan je nog een samenvatting sturen van dit interview?uh als je dat wil

M: ja of ja gewoon ik weet niet of wat als je uiteindelijk uh klaar

P: ja wat er uiteindelijk mee gaat gebeuren ja

M: ja precies, maar dat ga je dan nog bespreken natuurlijk

P: ja ja en ik denk dat je het dan vanzelf ziet verschijnen inderdaad in de Heppie map of uhm dat er een training komt of een workshop inderdaad dus uh ik denk dat daar wel

M: ja leuk

P: dat we daar nog uh mee aan de slag gaan dat is ook de bedoeling van het onderzoek hahah

M: ja precies

P: ja dus uh , ik weet niet of dat al meteen deze trainingsdag al mogelijk is maar uh

M: nee dat snap ik maar uh, als ik het voorbij zie komen dan zal ik aan je denken dat uh

P: ja hihi ja ik ben zelf ook benieuwd ik uh. Ja ik ga het donderdag horen het is ook wel een beetje wat, ja ook eigenlijk ook wat Heppie zelf had bedacht van goh zou er behoefte aan zijn inderdaad een stukje in de map of een training of en uh nu heb ik het eigenlijk bij iedereen een beetje uitgevraagd en iedereen noemt het zelfde dus dat is heel mooi

M: oké nou is mooi zo

P: ja dus dan is er echt wel behoefte aan
M: dan gaat er iets mee gebeuren ja precies
P: ja ja dus dat is mooi
M: oké nou heel veel succes dan ermee
P: ja dankjewel, en jij dankjewel voor je tijd en uh
M: ja
P: de hulp
M: ja natuurlijk graag gedaan
P: oké
M: nou bedankt fijne avond
P: oké doe hetzelfde

Uitwerking interview Marleen van Dijk 26 maart 2012 (telefonisch)

P= Peggy van Veen M= Marleen van Dijk

P: Voor mijn opleiding SPH aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee en vind je het goed als ik dit interview opneem zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven

M: zeker

P: ja en uiteraard ga ik betrouwbaar mee om

(de verbinding is slecht, dus ik herhaal het)

M: voor mij maakt het niet uit, maar af en toe moet je het even twee keer zeggen

P: ja, ja maar je vond het goed dat ik het opnam toch?

M: ja, ja dat is prima

P: oké en uhm nou ja ik ga er betrouwbaar mee om dus ik zal het na mijn afstuderen vernietigen en mag ik je citeren in mijn onderzoek?

M: ja hoor, ja hoor

P: ja? oké nou ja dan uh de eerste vraag haha

M: nou kom maar op

P: hoe vaak ben je al mee geweest op een vakantie of weekendcyclus van Heppie?

M: hoe vaak ben ik al en daar stopte het, hoe vaak ben ik al?

P: mee geweest

M: oh met een kamp waarschijnlijk

P: ja op vakantie of een weekendcyclus

M: ik hoor je echt niet, hoe vaak ben je mee geweest, dat zal wel een Heppie kamp zijn geweest haha dus ik ga gewoon op de gok antwoord geven, ik schat een keer of twintig

P: haha nou ehm

M: oh nu wel

P: ja? Oh ja ik heb echt zoiets van dit gaat echt niet werken haha

M: nee die kans zit er wel in

P: ik kan wel even kijken of ik een andere telefoon kan pakken en je dan zo uhm probeer te bellen?

M: ja dat is ook goed

P: want eh dit wordt een beetje lastig

M: ja ik zit te denken trouwens, je zit bij mij op een oortje, ik ga jou nu, ik heb je nu van het oortje af, dus misschien helpt dat ook nog iets

P: oh ja weet ik niet?

M: nee nou dat kunnen we natuurlijk nog even proberen

P: probeer het maar eens haha

M: haha en ik denk dat je vraag was hoeveel kampen ik had gedaan toch of niet?

P: ja hoe vaak je mee bent geweest op een vakantie of weekendcyclus?

M: ja ik denk volgens mij heb ik een keer of ik zei 20, ja ik denk dat het ook wel zoiets is, ik heb heel wat kampen ingevallen

P: ja, ja hoeveel jaar is dat ongeveer zeg maar?

M: sinds 2005 volgens mij, sinds 2005 of 2006

P: jaja goed je hebt in ieder geval behoorlijk wat ervaring haha

M: ja ja

P: ja dat wist ik al haha, dat had ik al gemerkt haha

M: haha oh nou dat klopt wel mm mm

P: uhm en wat is je functie bij Heppie?

M: uhm in principe groepsleiding

P: ja daar heb je het meeste mee gedaan of?

M: ja ik heb een keer weekend co gedaan en ik ben een aantal weekendcyclussen studentbegeleider geweest

P: oké
M: maar uh ook dan ben je wel een soort van groepsleiding dus
P: ja ja oké
M: ik zou mijzelf scharen onder groepsleiding
P: ja helemaal goed, haha en zo gaat ie wel beter hè?
M: ja volgens mij ook misschien zat het in mijn oortje dat kan natuurlijk ook
P: ja dat zou ook nog kunnen, nou ja we gaan gewoon verder dan haha
M: precies

P: ik wou ook nog even weten wat jij onder heimwee verstaat?

M: wat ik onder heimwee versta. Het uhm even denken het missen van thuis, van iets wat thuis voelt, dus dat kunnen ouders zijn of groepsleiding maar in ieder geval iets wat voelt als veilig en vertrouwd en bekend en eh

P: ja

M: wat niet in de buurt is

P: nee hihi als je op kamp bent niet

M: zoiets dat zou ik er geloof ik van maken

P: nou ik zal nog even mijn definitie noemen zodat we

M: ja

P: zodat we zeker weten dat we het over hetzelfde hebben uhm mm een kind met heimwee verlangt naar zekerheid zoals thuis of naar ouders of verzorgers

M: ja

P: en het kind kan verdrietig zijn zich terugtrekken en zeggen dat het naar huis wil

M: ja

P: ja oké

M: vind ik een mooie definitie

P: ja en in welke leeftijdscategorie kom je heimwee het meeste tegen?

M: mmmm waarin ik het, het meeste ben tegengekomen hè?

P: ja

M: ja dan zou ik 9-12 zeggen

P: 9-12?

M: ja

P: en heb je

M: maar ook omdat ik zelf het meest ervaring heb met 9-12

P: ja dat vraag ik me inderdaad af ja hihi

M: haha ik betwijfel of de 6-9 kinds het niet meer, niet meer hebben

P: ja uhm want je hebt het meeste bij 9-12 uhm

M: ja

P: kampen gedraaid?

M: rondgelopen ja

P: ja oké en tijdens welk moment kom je heimwee het meeste tegen?

M: oehh tijdens bedgang haha

P: ja huhu

M: en wanneer kinderen pijn hebben of ruzie hebben

P: wanneer ze pijn hebben?

M: ja wanneer weet je ineens ergens tegenaan stoten, pijn hebben en dan is het ooooooh ik wil naar mama

P: ja, ja haha

M: maar dan plak je er een pleister erop en dan is dat ook weer voorbij

P: ja haha

M: maar ik denk het meest bij het naar bed gaan

P: ja

M: dat is wel klassiek

P: ja inderdaad

P: **en waar zie jij dan aan dat een kind heimwee heeft?**

M: oeh uhm nou meestal omdat ze het zelf zeggen

P: ja?

M: uhm ja maar ook wel kinderen die zich terugtrekken, die, die stilltjes in een hoekje gaan zitten of eh weglopen uit de, uit de groep, zich in ieder geval een beetje afzonderen

P: ja

M: ja vaak wel gewoon verdrietig en i-ik mi-is mama

P: ja ohoh

M: hihi

P: herkenbaar hihi

M: ja haha

P: **en wat voor gevolgen denk jij dat heimwee heeft voor een kind?**

M: uhm op direct bedoel je of, of op termijn?

P: ja, nou ja begin maar met direct haha

M: direct, nou direct dat een kind zich, zich vervelend voelt, dat ie verdrietig is, dat ie zich alleen voelt uhm nou ja papa's, mama's, weet ik wie mist

P: mmm

M: ja en dus ook wel dat hij het weer waardeert als het er weer is

P: ja

M: verwacht ik

P: ja en op de langere termijn?

M: ja nou ja ik denk dat dat op zich niet heel veel effect hoeft te hebben op lange termijn

P: mm mm

M: uhm als, als het kind ja zeg maar mm veilig gehecht is zou ik er bij zeggen haast

P: ja

M: als er gewoon genoeg leuke momenten tegenover staan en eh nou ja dat het kind leert dat zijn ouders ook wel weer terugkomen dat het ook gewoon leuk is dan, nou dan heeft dat denk ik niet zoveel in ieder geval geen negatieve gevolgen, positief ja ik denk niet, niet expliciet, dat een kind gewoon merkt van nou mijn ouders zijn er en soms zijn ze weg en soms niet en ik red mezelf wel

P: ja

M: zoiets

P: ja oké

P: **en kun jij een of meerdere ervaringen met heimwee bij een kind van Heppie beschrijven?**

M: uhm ja vorig weekend hadden we een jongen van ja weet ik het 11, 12 of zo en die stond ineens 's avonds om half twaalf beneden terwijl wij aan het evalueren waren echt helemaal overstuur en ik ben, ik mis mama en ik ga naar huis en ik wil naar huis en ik eh ik zal naar huis gaan

P: oh

M: en uhm nou ja daarmee ben ik uhm althans dat zal je willen weten hoe dat was afgelopen denk ik of niet?

P: ja, ja hoe je daarmee om bent gegaan haha

M: uhm daar ben ik mee naar boven gegaan en hij was heel, heel overstuur zomaar ineens, althans hij was wakker geworden uit zijn slaap

P: oké

M: en toen eh wilde hij weg en eh nou ja die heb ik zijn verhaal laten doen en eigenlijk heel snel eh weer naar leuke dingen denken, en wat hebben we vandaag allemaal gedaan en wat gaan we morgen doen en hè op die manier

P: mm

M: en nou daar werd hij telkens weer rustig van en zodra hij dan zelf leek te beseffen dat hij weer rustig was dan was het weer, ja maar ik wil toch naar huis en dan ging hij weer

P: ja

M: dat ging zo een, een hele tijd door en toen heb ik echt vooral hè van joh geprobeerd hem te laten liggen en te laten stoppen met huilen en toen heb ik op een gegeven moment gezegd ja ik ga eens even kijken of wij uh een pilletje, of iets hebben tegen heimwee of nou ja in ieder geval dat ik iets ging zoeken voor hem

P: mm

M: en dat ik zometeen weer terug zou zijn nou toen ben ik een kwartier weggebleven en toen kwam ik terug en toen sliep hij weer

P: oh kijk haha

M: toen had ie zichzelf weer eh weer in slaap gekregen

P: ja en ben jij expres een kwartier weggebleven?

M: ja ik, ik zei tegen hem dat ik even iets ging halen en ja zeker wel een kwartier

P: ja

M: vanuit ook die gedachte, dat is wel vaker zo

P: dat hij dan uhm

M: dat ze alleen maar wakker blijven doordat jij ernaast staat enuh nou ja dus dit mannetje kreeg zichzelf weer eh, weer in slaap

P: ja nou mooi

M: ja dus dat en ik heb ook wel eens met 6-9 nog wel eens met, met luchtpilletjes, ik weet niet of dat met dat kamp van ons ook zo was?

P: met luchtpilletjes?

M: nou ja met fantasiepilletjes zeg maar ja

P: ja

M: dat je net alsof doet, alsof je dan moet je er een levendig verhaal bij vertellen

P: mm mm

M: dat die kinderen daar echt helemaal in gaan geloven in hun fantasie en dan doe je net alsof je een pilletje uit je zak haalt en dan doe je gewoon je vingers iets van elkaar af alsof daar een pilletje tussen zit

P: mm mm

M: nou en dan vertel je daar een mooi verhaaltje over dat dat pilletje dat ze dat niet kan zien maar dat dat helpt nou en bij een aantal kinderen, lang niet bij iedereen hoor,

P: haha

M: die geloven daarin en die slikken hem ook echt en ik weet nog dat bij een kind met een kamer van 6-9 dat ik twee meiden had en één meisje was helemaal overstuur en die ander was dus heel rustig en die ging dus helpen en die zei dat dat heimwee meisje zei, ik zie helemaal niks en zo van dat is onzin en dat andere meisje zei toen ja ik zie hem ook kijk, moet je maar kijken en die hebben dat zo geslikt en eh laat maar eens kijken en over een kwartiertje eens kijken hoe het is en die was ook in slaap gevallen

P: oh

M: ja

P: dus het is eigenlijk ook wel goed om uhm of tenminste goed maar uh het kan ook werken als je even wegblijft?

M: ja, ja dat is mijn ervaring wel dat ze een beetje, nou lang niet altijd maar dat je even laat blijken van ik ben er nog en ik ga ook niet weg

P: mm

M: en ik kom ook weer terug

P: ja

M: en dat dat blijkbaar al gerust ja genoeg gerust stelt of zo om, om nou ja weer uh weer in slaap te vallen

P: oké

M: maar ook wel eens helemaal niet hoor, je hebt ook kinderen die gewoon de hele nacht door blijven miepen en huilen en die vervolgens na twee dagen toch naar huis gaan omdat ze het niet eh

P: oh heb je dat ook meegemaakt?

M: ja ja ik weet wel kinderen die het echt niet, niet vaak hoor maar wel ik heb dat weleens meegemaakt dat kinderen die die echt uh te, te erg thuis misten

P: ja

M: ja en dan uh dan houdt het wel op, maar dat zijn dan wel vaak. Ik zit even te denken aan twee kinderen ik heb er pas één in een waar was dat, in weekendcyclus was dat, een mannetje die een heel fors conflict had gehad en zo ontzettend ondersteboven was van wat hem gebeurd was zeg maar hè we hebben hem ook vast moeten pakken en een hoop gedoe en hij miste de groepsleiding heel erg

P: mm mm

M: en ja daarvan merkte we gewoon ook die wordt gewoon niet gelukkig als die hier nog moet blijven

P: nee

M: dit is te bedreigend te spannend te heftig allemaal uhm dus die is naar huis gegaan en nou ja ook wel eens een meisje dat ging weglopen omdat ze ook na een conflict en nou ja moest en zou weg maar die hebben we niet laten gaan, even denken of pas de volgende dag maar in ieder geval niet

P: niet toen zij het wilde

M: wat zei je?

P: niet toen zij het wilde?

M: nee, nee precies

P: nee, en uh weet je, ja hoe die keuze is gemaakt dan om iemand naar huis te laten sturen of te laten gaan?

M: nou ja ik, ik zit even te denken want ik kan me een jongen nog goed herinneren dat was een jongen die van 14,15 ofzo die was vanaf dag één echt zwaar depressief en heel erg huilen, huilen, huilen ik wil naar huis, ik wil naar huis en daarvan, die hebben we niet laten gaan vanuit de gedachte van op dat moment dat hij even los kon komen van zijn eigen verdriet en triestigheid dat hij eigenlijk heel erg genoot van wat er gebeurde

P: ja

M: en zodra die dan maar even niets te doen had of weer even bij zichzelf stilstond zeg maar dan zakte hij weer weg in somberheid

P: ja

M: uhm maar, maar ja ondertussen deed het hem ook wel erg goed dus dat is uhm toen geweest maar we hebben het toen wel dag voor dag aangekeken, van nou nee je gaat niet naar huis maar in ons achterhoofd wel we moeten maar even kijken hoe het loopt

P: mmm

M: en maar ja als je hem toch elke keer toch nog ziet genieten dan uh ja dan weegt dat wel op tegen de uh ja tegen, tegen de heimweemmomenten voor ons in ieder geval, dat je denkt ja je bloeit hier toch van op want anders ga je weer weg, wat je altijd doet als het even lastig wordt en je hebt ook nooit succesjes

P: oh oké ja

M: we hadden wel zoiets van ja dit gaat wel iets leuks opleveren uiteindelijk

P: ja

M: ja en dat was ook, dat bleek ook zo uiteindelijk

P: oké

M: dat hij, dat hij dat kon zeggen

P: ja

M: dat is volgens mij wel meestal de afweging die we maken. Kinderen die vanuit boosheid roepen ik wil weg ja, niet dus uhm althans niet, niet vanuit ik wordt boos dus dan mag ik weg

P: mm mm

M: maar als je kinderen echt intens verdrietig ziet zijn en niet meer ziet genieten, ja dan kan je je natuurlijk weleens afvragen van doen we hier nou goed aan?

P: ja

M: om je hier te houden

P: ja

M: ja ligt eraan, ligt er ook aan of ouders hun kind kunnen halen of niet, of ouders thuis zijn het weekend

P: ja inderdaad

M: dat heb je ook nog weleens, ja ik ben er niet of ik kom hem niet halen, dat heb ik ook weleens een keer gehad

P: oh echt? oh

M: ja dat was in een andere situatie hoor, maar die zei ja ik heb een week vrij vrijdagmiddag kom ik hem weer halen

P: mmm

M: huhu ja oké

P: uh zo kan het ook

M: ja

P: hahaha

M: ja precies hahaha

P: ja uh en dat waren een beetje de belangrijke ervaringen voor jou?

M: ja wel die zo ineens in me op poppen

P: ja oké

M: iets meer specifieke vragen mag altijd hoor

P: nou dan gaan we weer verder naar de volgende

M: ja hoor

P: uhm weet jij hoe je een kind met heimwee bij Heppie kunt begeleiden?

M: ja weet je het verhaal zeg maar, dus even kijken, proberen en ervaren wat werkt en dat is de ene keer is dat dus met luchtpilletjes of gewoon weg gaan na even gerustgesteld hebben en de andere keer is dat hard werken om een kind maar afgeleid te krijgen zodat hij het vergeet

P: ja

M: maar het is altijd, ik vind het altijd wel een lastig iets omdat het ook wel op je irritaties soms een beetje kan werken ja zo van kom op zeg, het is nu gewoon tijd om te gaan slapen, weet je dat gevoel

P: ja

M: ja dus het is altijd wel even puzzelen maar ik zeg dat ik nooit kinderen heb gehad die er echt heel lang in bleven hangen, je probeert twee, drie dingen en over het algemeen vind je dan wel iets alleen moet je wel een beetje geduld hebben haha dat wel

P: ja dus je zegt meestal wel een avondje wat uitproberen bij een kind en dan eh na een avondje kan je wel bedenken wat helpt

M: ja ja of, of elke avond weer dat kan natuurlijk ook

P: mm mm

M: hoewel ik niet zo vaak heb dat kinderen elke avond weer heimwee hebben geloof ik

P: nee?

M: volgens mij is het vaak maar een of twee keer maar ik moet zeggen dat ik daar eigenlijk nooit zo over na gedacht heb

P: oké

M: volgens mij meestal of ja soms heel kort, dat je het zelf al voelt aankomen van ja hoor daar gaan we weer het is weer bedtijd

P: ja

M: ja ja het is wel een beetje, een beetje proberen, kijken en een beetje door de dag heen merk je natuurlijk ook wel wat, hoe een kind reageert of een kind snel verdrietig wordt als er even iets tegen zit of of eh er iets heftigs, kijk dat kan natuurlijk ook dat er gewoon iets heftigs aan de hand is thuis ja dan ga je daar ook wel anders mee om

P: ja

M: zeg maar een kind wat zich druk maakt omdat zijn moeder eh weet ik het aan kanker geopereerd is dus ja dat is wel van iets andere orde dan ik kan niet slapen en ik mis mama

P: ja dat is zo ja, dus eh je past het een beetje aan op het kind?

M: ja ja

P: ja en wat denk jij in het algemeen dat zou kunnen helpen om heimwee voor kinderen van Heppie te verminderen?

M: mmm nou ik denk dat het al heel veel goed doet om even te benoemen om te verminderen hè, dus als het er wel is bedoel je?

P: mmm

M: ja om dat even te benoemen om even die erkenning te geven van ja dat is ook jammer dat mama er niet is, maar mama is er ehm weet ik het, zondagavond weer en we gaan morgen nog hele leuke dingen doen en zeg maar dan meteen wel de focus te leggen op wat gaan wij nog voor leuke dingen doen

P: ja

M: even duidelijk maken dat papa of mama echt wel terug komt, maar dat eh niet nu, en daar ook wel heel, daar ben ik ook wel erg stellig in moet ik zeggen, niet nu

P: wat zeg je?

M: ja daar ben ik ook wel altijd best stellig in hè van ik wil nu mama bellen of mama moet me nu komen halen, nee nu gebeurt er in ieder geval niks

P: oh

M: dat ik het in ieder geval over het algemeen wel over de nacht heen til

P: mm mm

M: dan gaan we de volgende dag wel weer eens kijken hoe het er, hoe het er dan voorstaat

P: ja en uh heb je kinderen

M: wat zei je

P: heb je ze wel eens naar huis laten bellen?

M: ja ja nou ja ik niet, dat was dan beslist de coördinator dan natuurlijk. Maar dat heb ik wel meegemaakt ja, dat er naar huis gebeld mocht worden en soms is dat 's avonds, vaak is dat dan, dat dat in het vooruitzicht gesteld wordt zeg maar, van joh morgen mag je mama bellen want we kunnen niet 's avonds om elf uur je moeder bellen want die slaapt al of

P: ja

M: weet je op die eh, op die manier

P: ja

M: nee maar dat gebeurt wel dat ze eventjes mogen bellen, even vertellen hoe het is

P: en vermindert dat ook heimwee?

M: ja daar ik zelf altijd wel wat vraagtekens bij, ik vind het altijd wat trickie om te doen

P: mmm

M: uhm maar ja dat, dat ligt eraan soms is dat inderdaad gewoon, is dat heel goed, en merk je dat kinderen weer even rust hebben, even van mama hebben gehoord dat het ook met mama goed gaat omdat ze daar vaak ook wel zorgen om hebben uhm uhm ja en soms ook niet soms is het, ik heb mama gehoord en nu wil ik naar huis

P: ja

M: ja en dan heb je, dan gebeurt het ook nog wel eens dat zo'n mama ingeschakeld wordt dan zeg maar van hè, laat maar weten dat hij niet naar huis kan, dat je hem morgen komt halen en dat ze gewoon maar veel plezier moet gaan maken

P: ja

M: ja maar dat is altijd in overleg met zo'n ouder zo van wat wil je, want sommige ouders willen ook gewoon wel dat hun kind naar huis komt

P: ja

M: ja ja dan uhm dan, dan is de afweging wat anders, want dan is dat niet meer jouw besluit

P: nee en dat doet de coördinator dan in afstemming met de ouders waarschijnlijk?

M: ja, ja die belt dan over het algemeen met ouders van joh Pietje heeft heimwee en hij wil je even spreken komt het uit of niet en we zien wel dat hij geniet dus het zou heel goed zijn denken we dat hij blijft maar nou ja, hoe zien jullie dat?

P: ja

M: een beetje op die manier volgens mij

P: ja en zijn er nog meer dingen die heimwee kunnen verminderen?

M: heimwee kunnen verminderen mm ja het gewoon leuk hebben, gewoon plezier hebben, niet te zwaar, niet te moeilijk niet te ingewikkelde gesprekken van aai daar komt een pijnlijk onderwerp aan die een beetje moet bijsturen, dan voorkom je het gewoon

P: ja

M: maar ja echt verminderen, nee ik denk het niet, ik denk vooral focussen op wat leuk was vandaag, wat leuk wordt

P: ja, ja

M: vandaar uit verder

P: ja oké

P: en uhm wat denk jij dat jij als begeleider kan doen om kinderen met heimwee bij Heppie te begeleiden?

M: uhm wat kan ik doen, nou ja die, die erkenning bieden waar ik het eerder al over had en dat ik zie dat ze heimwee hebben en dat uh ik het snap en dat ik het rot voor ze vind maar tegelijkertijd daar ook niet te veel in meegaan en nou ja de aandacht verleggen naar andere dingen waar ze zelf op dat moment niet meer zo aan kunnen denken

P: ja

M: ja ik denk dat heel je houding qua positiviteit en qua beschikbaar zijn. Gewoon het kind laten merken dat ie welkom is, dat het goed is en dat het veilig is ook, dat is ook nog weleens een dingetje natuurlijk. Dat wel er toe bedraagt dat een kind zich eerder in heimwee stort of dat hij gewoon het vertrouwen vind van het komt wel goed hier

P: ja

M: ja morgen wordt het weer zo'n leuke dag

P: ja oké en

M: ben je er nog?

P: ja hoor je me nog

M: ja nu hoor ik je weer

P: uhm op wat voor manier speelt de specifieke problematiek van kinderen bij Heppie volgens jou een rol in de begeleiding van kinderen met heimwee?

M: oh dus bovenop gewone kindjes die heimwee hebben, bedoel je?

P: ja echt de specifieke problemen die ze

M: inderdaad de stoornissen en dingen

P: wat zei je de?

M: wat zei je?

P: ja wat zie jij?

M: ik zei met de stoornissen en zo bedoel je

P: ja, ja

M: ja nou ik denk vooral dat die kinderen vaak uit, uit heftige thuissituaties komen en en we hebben natuurlijk behoorlijk wat kinderen die zich eh verantwoordelijk voelen voor thuis

P: mm

M: dus dat dat het lastig maakt voor ze als ze ineens geen zicht meer hebben op wat er thuis gebeurt of het wel goed gaat met broertjes, zusjes, opa's, oma's eh, vaders, moeders etcetera en uhm en wij hebben best wat hechtingsgestoorde of kinderen met een verstoorde hechting laat ik het zo zeggen.

P: ja

M: die eh zich toch snel onveilig voelen en ja zich dus niet thuis voelen en ik kan me zo voorstellen dat dat uh nou ja ook nog al eens resulteert in uh in of dat nou werkelijk een gevoel van heimwee is wat anders, maar dat ze in ieder geval zeggen van hè ik heb heimwee, ik wil naar huis ik vind het hier niet fijn.

P: ja het zou het gevoel of uh?

M: ja precies dat het eh, dan is het gewoon nog te spannend bij ons, dat wij echt met al die nieuwe kinderen dat ze van daaruit iets meer onveiligheid zeggen van ik wil uh weg, ik wil weer naar mij vertrouwde stekkie

P: ja

M: even kijken kan ik nog iets bedenken waardoor heimwee bij onze kids, wat zou kunnen, wat voor een rol die heeft. Nou ja misschien ook wel de andere kant op trouwens, dat onze kinderen misschien wel minder vaak last hebben van heimwee omdat ze hoe sneu ook, wel gewend te zijn om weg te zijn van hun ouders

P: mm mm

M: zich toch al niet thuis voelen, niet, niet echt, niet echt een thuis kennen en van daar uit zich misschien juist ook wel heel makkelijk hè weer voegen naar weer een nieuwe plek en weer nieuwe begeleiders die wat van ze gaan vinden en die weer uh nou ja een beetje dat idee, dat is vooral natuurlijk bij leefgroepkinderen

P: ja

M: ik denk ja soms zie je ook wel van die kinderen die dan, ja net zo goed als bij een heftig conflict ofzo dat die kinderen zeggen ach ja dat gebeurt bij ons dagelijks

P: ja

M: die schrikken daar dan niet meer van, ik denk ja dat vind ik heel gestoord

P: uh uh

M: maar wel logisch eigenlijk hè, als ik kan me voorstellen dat dat, dat dat ook nog wel bij heimwee een rol kan spelen

P: dat ze, minder snel heimwee ontwik?

M: dat ze zo gewend zijn geraakt aan geen vast plekje

P: ja

M: ja en met volwassenen die zich met hun bemoeien, die weer met regels komen en die dingen anders doen

P: ja

M: dat ze ja niet zo het besef hebben van, ik mis een, ik mis een vertrouwd plekje

P: nee, nee en

M: of dat zo is dat weet ik eigenlijk niet hoor, of dat klopt maar ik zou het me wel kunnen voorstellen

P: mm mm en heb je nog meer uhm ja, denk je nog aan andere dingen die ook mee kan, mee kunnen spelen?

M: bij hun problematieken

P: ja

M: mm nee niet zo eh, niet zo direct

P: nee, dat waren de belangrijkste? Haha

M: ja, ja dat geloof ik wel

P: oké en zou jij meer willen weten over het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie?

M: mm nou ik zou het wel interessant vinden, het is, het is niet zozeer dat ik uhm met mijn handen in het haar zit en denk wat moet ik met die kinderen, dat dat niet zozeer, maar wel van hé wat uhh nou ja, wat zijn daar eigenlijk voor richtlijnen voor tips en trucs van wat werkt nou bij dat soort dingen want ja wat ik zei het is gewoon een beetje proberen en en hoe meer ervaring je hebt hoe beter, hoe meer trucjes je zeg maar bedenkt

P: ja

M: maar het is wel een beetje uit de losse pols allemaal

P: ja

M: dus op zich zou het best interessant zijn om daar eh, daar iets meer over te weten

P: ja

P: en wat zou Heppie dan kunnen doen om jou te ondersteunen in het begeleiden van kinderen met heimwee?

M: nou ik kan me voorstellen dat ze daar bijvoorbeeld eens een keer zo'n workshop bijvoorbeeld aan hè, aan eh, aan hoe heet dat, aan eh, aan besteden hè op zo'n trainingsdag

P: ja

M: of of überhaupt het uitwisselen van, van tips en trucs, dat gebeurt natuurlijk wel vaak, maar dat is, dat is ook wel goed, hè van, van nou ja als je daar eh, als je daar rond loopt en mensen. Ja wat ik, wat ik zeg het is niet zo dat ik nou eh daar zelf zo tegen aan loop, maar het is wel iets, een best lastig, een best lastig iets voor veel

P: ja

M: voor veel begeleiders dus

P: en je bedoelt dan op het kamp uitwisselen of

M: wat zei je?

P: uh hoe bedoel je dat uitwisselen?

M: nou het, het uitwisselen in de evaluatie of gewoon tussendoor van hé mijn kind heeft heimwee, wat heb jij nog voor tips en trucs?

P: ja

M: weet je ook gewoon, al is het dan zo laagdrempelig en hoeft het ook helemaal niet meer te zijn dan dat. Het kan ons denk ik wel helpen uhm omdat eh nou ja op een gegeven moment sowieso je zelf door je eigen arsenaal een keer heen bent

P: mm mm

M: en ook dat een kind best wel een fors appel kan doen op je, ik wil naar huis en ik wil nu en ik ga nu en hè dat zijn best wel, nou ja dwingende kindertjes op zo'n moment

P: ja

M: en dan eh nou ja dat, dat kan dan best lastig zijn voor je eigen gevoel, wat doe je daar mee, moet je dan, moet je zo'n kind het niet gunnen om gewoon lekker naar huis te gaan, eh doe je hier wel goed aan, mag je dat zomaar zeggen, dat zijn wel vragen die je, ja die ik zelf wel ken en die ik ook wel om me heen gezien heb, dat soort

P: en dat zijn dan?

M: dat daar aandacht voor is in de evaluatie of tussentijds zo van hé wat eh, wat kan je hier mee doen

P: ja en

M: denk ik in overleg met de coördinator dat dat eh essentieel is

P: ja

M: dus

P: en hoe zou je die tips en trucs, zou je die dan gewoon tijdens zo'n workshop willen krijgen of zou je er nog iets anders mee willen?

M: uhm ja ik zelf zou niet zo nodig een workshop helemaal er van hoeven hebben, maar zou ik het veel meer denk ik naar aanleiding van een situatie dat je dat 's avonds een keer in een evaluatie ofzo

P: ja, ja

M: van hé Pietje was weer overstuur, hoe heb jij hem nou rustig gekregen of hoe heb je dit dan gedaan? Dus meer, meer actueel, ik weet niet of het heel erg aan zou slaan als je zeg maar theoretisch anderhalf, twee uur met elkaar gaat hebben over wat doe je met een kind met heimwee

P: nee, nee als

M: dan kom je een beetje op abstracte trucjes uit zoals bij elk kind wel gewoon heel anders is en elke situatie

P: ja en hoe zou, hoe zou daar dan op in gespeeld kunnen worden?

M: nou ja dan zou ik het, dan zou ik het dus gewoon in, in een kamp actueel laten zijn, tijdens kampen

P: ja

M: mm daar waar het speelt

P: dus dan ligt het eigenlijk zeg maar een beetje aan de hand van de coördinator of eh, of die er op in speelt?

M: wat zei je?

P: een beetje aan de hand van de coördinator dan of die er op in speelt?

M: ja en ik kan me voorstellen, zit ik me te bedenken, ik weet eigenlijk niet wat er momenteel in de map staat, maar in die map die alle vrijwilligers krijgen, dat daar bijvoorbeeld ook nog

iets, dat daar een stukje. Ik weet niet of het er in staat, maar zo niet dat daar bijvoorbeeld iets in zou kunnen staan

P: ja

M: kinderen met heimwee nou dit is een lijstje wat zeker nieuwe vrijwilligers, daar gewoon van te voren eens naar kunnen kijken

P: ja

M: oh ja en daar zou dan ook iets van, dat zou ook kunnen gelden als een soort richtlijn voor coördinatoren

P: oké

M: dat ze daar eh, dat ze daar mensen naar toe kunnen verwijzen of eh nou ja iets in die trant

P: ja oké

M: dus eh zoiets

P: ja en heb jij nog iets gemist of wil je nog iets vragen?

M: wil ik nog iets vragen? nee

P: haha

M: haha nee het is, ik ben benieuwd

P: ja oké, bedankt voor je tijd

M: ja nou geen probleem, ik ben benieuwd wat je conclusies/ aanbevelingen etcetera zijn

P: ja haha dat zie je vast nog

M: oké

P: doe!

Interviewvragen Joyce van Heiningen van Heppie

Introductie: voor mijn SPH opleiding aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee.

Vind je het goed dat ik het interview opneem, zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven? Uiteraard ga ik betrouwbaar om met deze informatie, de antwoorden zal ik na mijn afstuderen vernietigen.

Mag ik je citeren?

1. Wat is je functie binnen Heppie?

Voor Heppie onderzoek ik op welke manier vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie/ weekend.

2. Op wat voor manier denk jij dat vrijwilligers ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee?
3. Op wat voor manier worden vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund op andere gebieden?
4. In de interviews die ik heb gehouden met de vrijwilligers gaven zij aan ondersteund te kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee. Ik heb de resultaten uit de interviews op een rij gezet en het blijkt dat de vrijwilligers het belangrijk vinden om tijdens het kamp ondersteund te worden door het team, coördinator of coach in het begeleiden van kinderen met heimwee. Daarnaast zouden ze meer informatie in de Heppie- map willen door bijvoorbeeld een toevoeging aan het hoofdstuk omgaan met bijzondere kinderen. Dat heeft het voordeel dat je het voorafgaand aan een kamp of weekend met het team kan bespreken, tijdens een kamp of weekend actueel kan laten zijn, je kan zelf de informatie tijdens een kamp of weekend opzoeken of het na een situatie met heimwee in het team, met de coördinator of coach bespreken aan de hand van informatie uit de map.

Ook geven ze aan er aandacht voor te willen tijdens de trainingsdag, zodat de theorie in de praktijk kan worden gebracht. Wel is het nadeel dat dat tijdens een kamp weer wat meer is weggezakt en niet iedereen wordt bereikt. Mij lijkt het belangrijk eerst het onderwerp heimwee onder de aandacht te brengen en meer informatie over heimwee en het begeleiden daarvan te geven en daardoor aan de behoefte van de vrijwilligers tegemoet te komen. Zo hebben vrijwilligers, coördinatoren en coaches meer informatie over heimwee ter beschikking en worden meer mensen bereikt dan tijdens een training, zodat het onderwerp heimwee ook tijdens de kampen en weekenden actueel kan zijn. Als product van mijn afstudeeronderzoek kan ik meer informatie in de Heppie- map schrijven. Wat vind Heppie van dit voorstel?

5. Hoe zou Heppie dit uitgewerkt willen zien worden, wat zijn enkele punten die daar in horen te staan?(naar aanleiding visie Heppie op map/ training)
6. Is er een richtlijn of zijn er regels over wat een groepsleiding wel of niet mag doen in het begeleiden van een kind met heimwee?
7. Zou je met betrekking tot de volgende onderwerpen antwoord kunnen geven of er richtlijnen of regels binnen Heppie zijn en zo niet hoe die er dan uit zouden moeten zien:
 - Heimwee en naar huis bellen door het kind
 - Heimwee en van de kamer af gaan met een kind als groepsleiding?
 - Heimwee en wanneer je een kind naar huis laat gaan

8. Dient er in de begeleiding van kinderen met heimwee volgens Heppie rekening gehouden te worden met de specifieke problematiek van het kind en op wat voor manier?
9. Uit de literatuur komt dat het belangrijk is om een kind met heimwee voor te bereiden op de nieuwe situatie zodat het kind minder moeilijkheden ervaart met het aanpassen in de nieuwe omgeving, doet Heppie daar nog iets mee?
10. Ik werk voor mijn afstudeeronderzoek 1 product uit, doet Heppie nog iets met de andere informatie die is verkregen door dit onderzoek?
11. Heb jij nog vragen of opmerkingen?

Uitwerking interview Joyce van Heiningen 29 maart 2012

P= Peggy van Veen J= Joyce van Heiningen

P: ja oké uhm ik zal even mijn introductie doen

J: ja

P: uh, voor mijn SPH- opleiding aan de Haagse hogeschool doe ik een onderzoek naar het begeleiden van kinderen met heimwee, en vind je het goed dat ik het interview opneem zodat ik het naderhand goed kan uitwerken en de antwoorden zo objectief mogelijk blijven

J: ja

P: en uiteraard ga ik betrouwbaar om met deze informatie, de antwoorden zal ik na mijn afstuderen vernietigen.

J: prima

P: oké en mag ik je citeren?

J: dat mag

P: ja, uh wat is je functie binnen Heppie?

J: uhm nou ik ben orthopedagoog en manager van Heppie expertise en als orthopedagoog uh kijk ik vooral naar het beleid van stichting Heppie, dus de vakanties en de weekenden en hoe kunnen we het nog beter maken. Hoe kunnen we alles nog beter organiseren, qua veiligheid en kwaliteit en voor Heppie expertise eh geven we trainingen die ontwikkelen we ook zelf aan onze eigen vrijwilligers maar ook externe partijen.

P: ja en en nou ja voor Heppie onderzoek ik op welke manier er vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee van een Heppie vakantie of weekend.

P: op wat voor manier denk jij dat vrijwilligers ondersteund kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee?

J: uhm ja daar heb ik even over nagedacht. Ik denk dat het tweeledig is uhm dus vooraf hè dat ze worden geïnformeerd uh bijvoorbeeld uh met extra informatie op een training of uhm nou met andere informatie die ze ergens kunnen lezen, maar vooral denk ik ook tijdens een kamp

P: ja

J: op een moment dat een situatie zich voordoet dat ze dat kunnen bespreken met de coördinator of met andere teamleden en dat ze ook afhankelijk van het specifiek kind wat het betreft

P: mm

J: en wat ze aan dat kind zien, ja dingen kunnen bespreken en informatie kunnen uitwisselen en nou tips kunnen krijgen over de begeleiding

P: ja

J: dat is denk ik ook een hele belangrijke

P: ja ja zeker

P: uhm op wat voor manier worden vrijwilligers van stichting Heppie ondersteund op andere gebieden?

J: ja dat begint eigenlijk al bij de selectie. Dat we op een selectieweekend al zo goed mogelijk willen aangeven wat wij doen in de vakanties en weekenden, maar zeker ook wat voor doelgroep kinderen bij ons komen en dat we ze zo veel mogelijk kennis willen laten maken met situaties die zich voor kunnen doen zodat ze al, ja dat ze al weten waar ze voor kiezen als ze vrijwilliger willen worden en vervolgens krijgen alle nieuwe vrijwilligers natuurlijk een basistraining eh waarin ze worden voorbereid op ja diverse stoornissen die ze kunnen zien maar ook hoe ga je er dan mee om uhm daarnaast krijgen ze natuurlijk de Heppie map met heel veel informatie over onze werkwijze maar ook praktische informatie over de vakanties en weekenden en staat er heel veel informatie op het Heppie hoekje, zoals eh nou ja het veiligheidsplan met allemaal procedures en protocollen bijvoorbeeld als een kind uh

uhm voortijdig een kamp moet verlaten, maar ook als er brand is of eh als er luizen zijn in een kamp

P: oké

J: uhm even kijken en verder natuurlijk ook ja op het kamp zelf is er altijd gelegenheid om te overleggen met coördinatoren en eh andere teamleden, bij de evaluaties die 's avonds zijn en we hebben ieder jaar natuurlijk een trainingsdag waarin er een heel breed aanbod is aan trainingen over ja omgang met kinderen, maar ook hoe ga je om met het team of eh wat zijn je eigen kwaliteiten of hoe organiseer je een leuk kampvuur, ja heel wisselend zeg maar

P: ja

J: dat zijn een beetje een aantal punten waarop wij onze vrijwilligers proberen te ondersteunen daarin

P: ja oké en op wat voor uh oh nee verkeerde vraag haha

J: haha

P: in de interviews die ik heb gehouden met de vrijwilligers gaven ze aan ondersteund te kunnen worden in het begeleiden van kinderen met heimwee en ik heb de resultaten uit de interviews op een rijtje gezet en het blijkt dat vrijwilligers het belangrijk vinden om inderdaad tijdens het kamp ondersteund te worden en door het team, de coördinator of de coach

J: ja

P: en nou ja in het begeleiden van kinderen met heimwee en daarnaast zouden ze meer informatie in de Heppie map willen door bijvoorbeeld een toevoeging aan het hoofdstuk omgaan met bijzondere kinderen en dat heeft het voordeel dat je het voorafgaand aan een kamp uh of weekend met het team kan bespreken en tijdens het kamp kan je het actueel laten zijn en je kan zelf de informatie tijdens een kamp of weekend opzoeken en ja of je kan het inderdaad na een situatie met heimwee in het team

J: ja

P: of met de coördinator of coach bespreken aan de hand van die informatie die er in de map staat

J: ja

P: en uhm nou ja ze gaven ook aan dat er, nou ja dat ze aandacht zouden willen tijdens een trainingsdag zodat de theorie in praktijk kan worden gebracht, alleen hier is wel het nadeel van dat het tijdens een kamp het weer wat meer is weggezakt en niet iedereen wordt bereikt

J: ja

P: dus mij lijkt het belangrijk eerst het onderwerp heimwee onder de aandacht te brengen en meer informatie over heimwee en het begeleiden daarvan te geven en daardoor aan de behoefte van de vrijwilligers tegemoet te komen en zo hebben de vrijwilligers, coördinatoren en coaches meer informatie over heimwee ter beschikking en worden meer mensen bereikt dan tijdens een training, zodat het onderwerp heimwee ook tijdens de kampen en weekenden actueel kan zijn. **Als product van mijn afstudeeronderzoek kan ik meer informatie in de Heppie map schrijven en wat vindt Heppie van dit voorstel?**

J: mm een heel verhaal haha

P: ja hahaha

J: ja dit is dus een punt waar ik ook even heb overlegd met Nina

P: mm mm

J: uhm en eh waarvan we ons goed jouw idee kunnen voorstellen, van hè dat je zegt van nou ik wil heel graag meer informatie vooraf geven zodat dan ook de koppeling kan worden gelegd tijdens een kamp uhm ons dilemma daarin is alleen dat we al heel veel informatie mee moeten geven aan vrijwilligers over echt praktische zaken hè over de vakanties en weekenden. Dat is echt noodzakelijk dat ze dat weten en over de diverse stoornissen en hoe ga je daar dan mee om uhm dat we de Heppie map niet te uitgebreid willen laten zijn als we ervoor kiezen om een onderdeel daarin te zetten over heimwee dan gaat ook de vraag komen om daarin iets in te zetten over de omgang met wegllopen of hoe gaan we om met kinderen die moeite hebben met eten of met slapen uhm of die agressief zijn. Dan wordt het een heel, ja dan wordt het een hele uitgebreide map, wat we eigenlijk willen voorkomen, sterker nog we hebben hem dit jaar heel sterk ingekrompen omdat we terug kregen van

vrijwilligers dat ze véél te veel informatie hadden en dat ze ja doordat het zo veel was moeite hadden met het overzicht, waardoor we hebben gezegd een aantal dingen zetten we in de Heppie map en een aantal dingen zetten we op het Heppie hoekje hè op internet zodat mensen als ze daar zelf behoefte aan hebben naar kunnen kijken

P: mm mm

J: dus wat ons dan wellicht zinvoller lijkt is dat je wellicht iets kan schrijven wat we op het Heppie hoekje kunnen zetten

P: ja

J: zodat als mensen daar interesse in hebben of als ze denken joh daar wil ik echt wat meer over weten, dat ze er dan wel bij kunnen, maar dat het dan digitaal staat

P: ja ja

J: uh en dat zou denk ik dan uh ja voor, voor ons de beste optie zijn om te doen

P: mm mm

J: en in jouw uhm **in jouw volgende vraag hè je vraagt hoe zou Heppie dit dan uitgewerkt willen zien?**

P: ja

J: wat zijn punten die er in horen?

P: ja

J: dan denk ik dat het voor ons heel wenselijk zou zijn als het in, in dezelfde lijn is als de overige stoornissen bijvoorbeeld die we bespreken in de Heppie map en dan kun je denken aan uh hè wat we nu doen in de Heppie map is er wordt eerst een voorbeeld gegeven van een

P: casus

J: casus hè Martin heeft ADHD en vindt het moeilijk om op zijn stoel te blijven zitten nou noem het maar op

P: mm

J: dat je vervolgens een link maakt naar Heppie hè bij Heppie komen kinderen met heimwee en daar kan je dan iets over vertellen om, om daarna de kenmerken te benoemen hè wat zie je aan een kind met heimwee

P: mm

J: en hoe ga je daar dan vervolgens mee om, wat zegt dat over de begeleiding en wat we in de Heppie map dan doen is nog even weer dan terug komen op de casus nou hè Sara heeft last van heimwee eh en daar kom je op het eind dan op terug met uh door dat zij uh nou doordat zij haar knuffel van huis heeft meegenomen en uh dat er veel structuur wordt geboden zodat het zoveel mogelijk lijkt op haar eigen omgeving doet ze het nu heel erg goed

P: ja

J: zoiets

P: zoiets ja

J: ja dat is een beetje de manier waarop het in de Heppie map wordt besproken en dat zou ik dan wel leuk vinden als het op diezelfde manier in het Hoekje zou komen te staan

P: aangehouden ja

J: en los daarvan denk ik dat het ook wel iets zou kunnen zijn ja waarvan wij zouden kunnen kijken of we daar een training over kunnen aanbieden op een volgende trainingsdag

P: ja

J: omdat ik toch denk dat het ook een onderwerp is dat bij sommige mensen heel erg leeft en waarvan sommige vrijwilligers denken goh daar zou ik wel meer over willen weten dat blijkt ook uit jouw enquête

P: mm mm

J: maar dat het natuurlijk niet voor iedereen geldt en het mooie van een trainingsdag is dat mensen daar zelf dus ook een keuze in kunnen maken

P: ja

J: ja als ze denken daar wil ik ook meer over weten dan kunnen ze zich gewoon aanmelden voor die training en als ze denken ik heb er helemaal geen moeite mee ik kan daar goed mee omgaan, nou dan kiezen ze voor een andere training

P: ja

J: dus
P: ja dat is mooi het één kan het ander ook aanvullen
J: ja precies
P: sommige zeiden, ja iedereen noemde eigenlijk een training en eh
J: informatie
P: informatie ja en de één zei wel weer bij de training kan het weg zijn gezakt op het kamp dus dan is juist de informatie weer goed en de ander zei weer ja ik ben liever praktisch bezig
J: ja dat wisselt natuurlijk, dat is heel sterk afhankelijk van uh wat
P: wat ze zelf
J: ja hoe mensen daar zelf mee omgaan met een training of met de informatie en ook heel veel mensen denken van ja ik lees zo'n Heppie map helemaal niet of ik kijk nooit op het Heppie hoekje ja
P: ja
J: hé laat mij maar gewoon lekker bezig zijn ja maar zo biedt je natuurlijk wel voor ieder wat wils
P: ja
J: dus
P: ja wat ik me wel afvroeg uh wordt er dan iets van aandacht aan besteed aan hoe het in het Heppie hoekje terecht komt?
J: ja we hebben ja we zijn nu sowieso al bezig met een aantal beleidsdingen die veranderen uhm of waarin we dingen aanpassen bijvoorbeeld in de Heppie map of op het Heppie hoekje. Ieder jaar moeten we sowieso weer dingen aanpassen in het Heppie hoekje als het gaat om uh echt praktische zaken of wanneer zijn de vakanties en weekenden en wat zijn de nieuwste telefoonnummers van de beheerder of van uh nou ja echt praktische dingen die ieder jaar weer veranderen, wat is het budget wat je hebt voor een vakantie en ja dat wordt dat wordt dan wel rond gemaild van jongens er staat weer nieuwe informatie
P: ja ja
J: dus ik kan me voorstellen dat als we daarvoor gaan kiezen om zoiets op het Heppie hoekje te zetten dat we dan even een mail naar iedereen uitdoen waarin ze zetten goh we hebben het Heppie hoekje aangepast daar staat nu ook informatie over nou bijvoorbeeld heimwee
P: ja
J: dus dat zouden we dan wel kunnen doen
P: ja, ja
J: zeker
P: dan is het ook duidelijk voor de vrijwilligers dat ze weten waar het eh
J: waar ze het kunnen vinden
P: terecht komt ja
J: en ook wel leuk voor de vrijwilligers die natuurlijk mee hebben geholpen aan jouw onderzoek
P: ja die vroegen er ook al naar namelijk
J: hebben gewerkt aan je onderzoek
P: ja gaan we dit
J: gaan we dit ook nog terug zien dan
P: ja klopt
J: ja dus daar zouden we zeker wel iets mee kunnen ja
P: oké, ja das mooi uhm nou ja die hebben we dan al gehad
J: ja mm

P: uh is er een richtlijn of zijn er regels over wat de groepsleiding wel of niet mag doen in het begeleiden van een kind met heimwee?

J: uhm nee op zich is bij ons uh het streven dat we zo min mogelijk uh echt regels en procedures willen vastleggen over hoe om te gaan met een kind met heimwee of eh weggelopen of omdat het toch heel erg afhankelijk is van, van ieder kind. Wat natuurlijk altijd een uitgangspunt is dat wat je doet nooit in het nadeel mag zijn van het kind of de andere

kinderen en dat je de gedragscode naleeft en in die zin kan ik me voorstellen dat bij heimwee de gedragscode dan goed is om te benoemen ook als het gaat om intimiteit met kinderen

P: mm mm

J: dus in die zin is dat het belangrijkste dat je als begeleider altijd de gedragscode in je achterhoofd houdt en nou voor jezelf nakijkt van is het in het belang van het kind en niet in het nadeel van andere kinderen

P: ja, en want ik zat er bijvoorbeeld ook aan te denken uhm je zou bijvoorbeeld met een kind af kunnen spreken als heimwee van goh we gaan een tekening maken of een kijkdoos of een brief naar huis en wat zou daar dan van bijvoorbeeld als een kind dat 's avonds heeft kan ik me voorstellen dat je zegt van goh we doen dat liever overdag of

J: ja

P: is daar duidelijkheid in nodig of?

J: nee ik denk en dat geldt eigenlijk voor alle kampen dat op het moment dat je zelf als begeleider twijfelt van ja kan dit wel, dan overleg je met je coördinator

P: ja

J: en als de coördinator die kan prima inschatten, want die heeft het overzicht over de hele groep en die weet ook, ja die weet ook goed welke dingen er wel en niet zo'n beetje kunnen binnen Heppie, die kan prima zeggen nou in dit geval voor dit kind is het echt wel slim om heel eventjes het kind van de kamer af te halen bijvoorbeeld

P: mm mm

J: en maar even een tekening te gaan maken

P: ja

J: want anders kan zo'n kind niet gaan slapen

P: ja

J: het is helemaal afhankelijk van ja het kind wat je voor je hebt en welke problematiek daar misschien nog achter zit of, weet je in die zin vinden we het vooral belangrijk dat een team kijkt naar wat een kind nodig heeft

P: mmmm

J: en als het zo is, ja dat een kind gewoon even van de kamer af moet of je uiteindelijk toch besluit van misschien is het slim om naar huis te bellen ja dan doe je dat, wel altijd in overleg met de coördinator

P: ja oké dat is duidelijk

P: en zou je met betrekking tot de volgende onderwerpen antwoord kunnen geven of er richtlijnen of regels binnen Heppie zijn en zo niet hoe die er dan uit zouden moeten zien?

J: ja

P: eh heimwee en naar huis bellen door het kind?

J: ja dat is niet iets wat we per definitie aanraden omdat we natuurlijk ook wel merken dat het vaak, ja dat het dan moeilijker voor het kind wordt om eh ja als je telefoon weer weg is als ze hebben gebeld dat het gevoel van heimwee misschien versterkt maar niet altijd, dus als je er met elkaar over uit komt van ja laten we het nu toch maar doen en wellicht kunnen ouders het kind geruststellen of een hè toch nog een fijn gevoel meegeven. Ja het mag wel, maar het is wel goed om er even goed over na te denken of het, of het slim is in die situatie

P: ja en dat doet de groepsleiding dan ook weer in overleg met de

J: ja

P: de coördinator?

J: ja en wat je dan vaak ook ziet gebeuren is dat groepsleiding eerst zelf even met de ouders spreekt zo van goh hè hij heeft heel erg last van heimwee, wat vindt u? Is het slim hè of wat denkt u, heeft u nog tips voor ons, of is het, werkt het juist wel of niet goed voor hem of haar als je hem nu even aan de telefoon hebt. Ouders kunnen daar zelf vaak ook wel, of verzorgers goed antwoord op geven

P: ja

J: dan kun je altijd nog even samen overleggen ja

P: samen overleggen met?

J: met de ouder of verzorger

P: ja

J: ja

P: ja of er dan werkelijk gebeld wordt bedoel je?

J: ja, ja of het kind dus inderdaad aan de telefoon komt als het een hè, als het kind heel heftig uh aangeeft van ik wil naar huis en ik wil hier niet blijven, of het kind kan niet slapen dan kun je dat altijd bekijken samen

P: ja

J: ja

P: en want ik had ook uhm zeg maar uit de literatuur gehaald, dat het soms ook handig is om afspraken met ouders te maken dus bijvoorbeeld dat je dan als groepsleiding afsprekt van goh uhm ja belooft niet aan het kind dat u het meteen op komt halen of zoiets

J: ja

P: zouden daar nog uhm en zou ik daar iets over kunnen schrijven bijvoorbeeld naar de groepsleiding toe?

J: ja in onze situatie is het natuurlijk vaak zo dat kinderen voor als ze voor een week komen dan weet je niet altijd dat ze heimwee hebben, daar kom je soms pas eh nou zo bij het naar bed gaan achter en dan zijn er al geen ouders meer dus dan had je niet vooraf met ze afspraken kunnen maken. Wat je wel natuurlijk kan doen is als je met de ouders aan de telefoon bent en ouders zeggen nou geef me mijn kind maar even, dan kun je misschien dan zou je daar afspraken over kunnen maken goh hè we zouden het heel leuk vinden als ie blijft

P: ja

J: en lijkt ons ook heel goed voor hem, dus probeer dat samen met ons te stimuleren. Daar zou je het met ouders of verzorgers wel over kunnen hebben

P: ja dat zou ik dan bijvoorbeeld als tip erbij kunnen zetten

J: ja zou kunnen als er uiteindelijk gebeld wordt, natuurlijk probeer je in eerste instantie het met elkaar op te lossen

P: mm mm

J: als er gebeld wordt zou je dat als tip mee kunnen geven ja

P: ja

J: ja

P: oké en uhm ja er wordt bijvoorbeeld ook bijvoorbeeld uhm aangeraden om op een goed moment te bellen, maar ja dat beslis je dan, kijk je bekijkt het dan ook per situatie denk ik, per kind

J: ja, ja en ook afhankelijk van het gedrag wat je ziet natuurlijk en je bent als begeleider je hebt niet maar één kind, je hebt meerdere kinderen dus daar is het denk ook wel eens van afhankelijk hè dat je niet nou ja dat je wil in ieder geval ook zorgen dat de andere kinderen in ieder geval ook goed begeleid worden dus dat uh soms moet je dat ook even overdragen aan iemand anders, gaat er ook even tijd over heen dus ja dat is denk ook heel erg afhankelijk van de situatie denk ik ja

P: ja

J: en of een kind inderdaad bij ouders woont of op een leefgroep uh waarbij je misschien ook niet altijd iedereen meteen te pakken krijgt of eh

P: nee

J: dus dat is ook weer even kijken even aankijken ja, per situatie verschillend

P: ja dus Heppie vindt het belangrijk om dat er naar het kind en de situatie wordt gekeken en verder zijn er niet echt richtlijnen nodig

J: nee de echte strenge richtlijnen die we hebben staan in de gedragscode

P: ja

J: daar moet iedereen zich ook echt aan houden en verder ja is het belangrijk dat je veel doet in overleg met je coördinator en je teamleden en dat je in ieder geval niets doet wat ten nadele zoals ik daarnet al zei van de andere kinderen

P: ja oké en nou ja het is ook bijvoorbeeld ook zo dat heimwee eh als het op de slaapkamer voor komt bijvoorbeeld eh voor het naar bed gaan en uh ja kan de

groepsleiding, want die hebben natuurlijk drie kinderen in hun groepje, is daar nog eh handig om iets af te spreken van zijn daar nog richtlijnen voor?

J: het belangrijkste denk ik is altijd dat als je besluit dat het beter is om met een kind even weg te gaan van de slaapkamer of uit een situatie dat je als begeleider altijd zorgt dat de andere kinderen goed worden achter gelaten. Kijk als ze al slapen dan uh ja slapen ze lekker en dan eh maar laat het altijd even weten aan een andere begeleider of aan een coördinator zodat als er nog toezicht of begeleiding moet zijn voor die kinderen, dat het overgenomen kan worden door iemand anders, niet dat je zo met je kind wegloopt en dat je denkt nou dat komt wel goed, ja dus in die zin is je communicatie wel heel belangrijk

P: ja

J: ja dat is het belangrijkste, maar natuurlijk als het beter is voor een kind heel even van de kamer weg te zijn of even de rust op te zoeken dan moet dat kunnen

P: ja

J: natuurlijk

P: en ook bijvoorbeeld het drinken van een kopje thee nog beneden in een andere ruimte?

J: ja dat zijn dingen waar even goed over moet nadenken of dat handig is in het geval van dat kind en wat dat zou betekenen voor de rest van de week of uh ja maar als je met elkaar besluit het is voor dit kind nu even beter om even tot rust te komen en even een kopje thee te drinken beneden of ergens anders dan kan dat ja

P: ja gewoon in overleg dan

J: ja

P: met de coördinator

J: ja

P: oké ja en ik was ook wel benieuwd van ja wanneer laat je een kind nou naar huis gaan met heimwee?

J: ja dat is een goede, ja we hebben gewoon een procedure in ons veiligheidsplan staan over wat te doen als een kind voortijdig het kamp moet verlaten

P: oké

J: en dat is heel breed dat kan ook zijn omdat een kind bijvoorbeeld uhm dermate begeleiding nodig heeft dat één op drie eigenlijk niet meer te geven is

P: mm mm

J: of dat een kind bijvoorbeeld uh te veel agressief gedrag laat zien of heel veel wegloopt nou ik noem maar iets, maar een kind kan natuurlijk het kamp moeten verlaten omdat het er niet meer wil zijn, omdat het naar huis wil en die procedure is bekend bij een coördinator en die doorloop je dan ook samen

P: oké

J: en dat gebeurt dan ook eigenlijk altijd wel is samenspraak met het thuisfront

P: ja

J: en hoe ga je dat dan oplossen en het belangrijkste is dat een kind altijd ervaart dat ie wel bij Heppie, ja dat ie nog altijd ervaart dat het een hartstikke leuk en lief kind is, ook al wordt er besloten dat het kind moet gaan en dat is natuurlijk anders dan in een situatie waarin het kind niet kan blijven omdat het kind meer begeleiding nodig heeft, eh dan dat wij kunnen bieden of dat een kind zelf heel graag naar huis wil, maar belangrijk is wel altijd dat het kamp goed wordt afgesloten met een kind en dat het wel met een positief gevoel naar huis gaat. Dat is sowieso het uitgangspunt wel van de procedure

P: ja want daar staat denk ik heimwee nog niet tussen genoemd dan, in het veiligheidsplan?

J: in het veiligheidsplan staat heel algemeen de situatie, dus daar staan geen, daar staan voorbeelden genoemd van wat er kan gebeuren, maar de procedure geldt in principe voor alle situaties wanneer een kind voortijdig het kamp verlaat

P: ja ja dat weten

J: en dat kan dus ook zijn

P: coördinatoren dan?

J: ja want daar moeten zij ook een rapportage over schrijven

P: oké

J: dus in die zin weten zij dat die procedure er is

P: ja

J: en dat zij die moeten, ja dat zij die moeten volgen

P: ja mmm en is het ook nog zo dat het kind daar zelf samenspraak in heeft?

J: uhm ja je gaat natuurlijk geen beslissingen nemen die volledig tegen de wil van een kind eh ingaan, want uiteindelijk is een kind bij Heppie omdat ze een leuke tijd willen hebben

P: mm mm

J: en dat moet natuurlijk voorop staan, dat neemt niet weg dat kinderen soms uhm uit onwetendheid of uit een situatie die onduidelijk is of angstig voor hun is in eerste instantie zeggen ik wil naar huis en als je met een kind gaat proberen te zoeken naar oplossingen waardoor het fijner wordt voor een kind, dan achteraf aan het eind van de week zeggen, ik ben blij dat ik niet naar huis ben gegaan want dat wilde ik helemaal niet

P: mmm

J: dus de insteek is om altijd samen met het kind te zoeken naar een oplossing

P: ja

J: in overleg met de ouders of uhm of verzorgers, als een kind heel heel graag naar huis wil en je ziet aan alles dat je ook niet het kind kan bieden wat hij nodig heeft. Ja dan moet je met elkaar even kijken wat je daarin doet en of je dan ja, hoe je daarin besluit ja maar dat is ook helemaal afhankelijk van de situatie van het kind

P: ja

J: en natuurlijk luister je, kijk je naar signalen die het kind geeft

P: mm

J: en probeer je daar op in te gaan en het kind daardoor te bieden wat ie nodig heeft ja

P: ja oké mmm ja en ik denk dat eerder dat er misschien bij oudere kinderen zeg maar van 9 tot 12 dat je daar nog echt mee in overleg kan gaan van goh hè wil je naar huis of uh en bij kinderen van 6 tot 9 die zijn wel wat jonger

J: ja maar toch verassen je die je ook wel eens uhm en dan denk ik niet zozeer in dat je gaat overleggen van wil je naar huis of niet, want dat is op dat moment een hele moeilijke vraag denk ik voor die kinderen

P: mm

J: dan zullen ze wellicht ja zeggen

P: ja

J: maar dat je wel zou kunnen zeggen van goh ja we willen heel graag dat jij het hier fijn hebt en wat kunnen we voor jou doen, dat je het wel fijn hebt of dat het voor jou makkelijker wordt en nou soms verassen kinderen je daar wel in met hun eigen ideeën of oplossingen en eh weet je kinderen komen dan toch in een situatie bij Heppie die helemaal nieuw is met een leiding die ze naar bed brengen die ze niet kennen

P: mm mm

J: en je merkt toch vaak als je op een gegeven moment een band kan opbouwen met zo'n kind dat je toch al in een korte tijd en ze voelen zich veilig en gehoord, dat dat ook al heel veel doet met een kind

P: ja

J: en ik denk door een kind te laten zien van goh wat vervelend dat jij zo verdrietig bent en wat kunnen we voor jou doen dat je het hier leuk hebt. Ja dan voelt een kind zich al heel snel gehoord en dat doet überhaupt al heel vaak al iets en soms komen ouders ook hun kind wel brengen en zeggen nou ik verwacht dat ie het vanavond wel moeilijk gaat hebben

P: mm mm

J: heeft ie altijd als ie ergens anders gaat logeren, geef hem een bekertje melk en een knuffel en het komt helemaal goed weet je

P: ja

J: dus soms krijg je van ouders of verzorgers al een handvat mee en sommige zeggen ze ook besteed er niet al te veel aandacht aan, laat hem lekker slapen, dat komt vanzelf goed en morgen merk je er al weer helemaal niks meer van. Ja het is ook maar net een beetje wat we ook al weten van te voren van ouders

P: ja

J: en bij kinderen waarbij het echt heel vaak speelt nou krijgen we vaak al een kleine gebruiksaanwijzing mee uhm

P: mm mm en dat zetten ze dan op het aanmeldformulier?

J: ja of bij de overdracht als ze het kind komen brengen want dan zien ze eigenlijk altijd de begeleider wel even en dan ja dan komt het ook wel, dan komt het ook wel ter sprake

P: mm mm

J: ja en soms hebben misschien ouders daar ook wel afspraken over gemaakt met het kind, ja dat zou kunnen en dan is het ook wel handig als je als begeleider weet wat daar al over is gezegd thuis

P: ja

J: ja

P: en soms heb je ook wel eens dat ouders bijvoorbeeld zeggen naar de begeleider en waar het kind dan bij is van goh uh ik verwacht wel dat ie deze week hele erge heimwee gaat krijgen dat wordt helemaal niks

J: ja

P: bijvoorbeeld

J: ja dat zou kunnen, dat dat gebeurt, ja dan is het natuurlijk aan jou als begeleider om te kijken hoe je daarmee omgaat. Uhm en uh ja wat, wat je daarin teruggeeft naar het kind kijk wat wij altijd, wat voor mij altijd een uitgangspunt is van, nou joh hè we gaan, hij is hier om een leuke tijd te hebben, die gaan we hem bieden en dat is zo leuk met al die kinderen en ja dat je een leuk programma gaat doen en dat er allemaal dingen zijn die die niet wil missen

P: mm mm

J: en uh ja ik zou er zelf niet voor kiezen om er op dat moment waar het kind bij is heel veel aandacht aan te gaan besteden, maar wellicht dan met de ouders te gaan kijken van goh hè als het zich voordoet wat kunnen we dan doen om hem te helpen

P: ja

J: en wat werkt vooral niet, want het uitgangspunt is dat we hem hier houden om hem een leuke week te geven

P: ja

J: dat zou denk ik altijd het uitgangspunt moeten zijn

P: ja ja

P: en dient er in de begeleiding van kinderen met heimwee volgens Heppie nog rekening te moeten gehouden worden met de specifieke problematiek van het kind en op wat voor manier?

J: ja absoluut, daar hebben we het eigenlijk al de hele tijd over hè, uhm daar denk ik, we vinden zeker dat dat moet, uhm maar daar kun je niet een, een kant en klare handleiding op schrijven want daar is ieder kind te anders voor.

P: ja

J: ik denk dat het ook nog al, ja dat het er heel erg aan ligt wat de achterliggende verleden of stoornis is, wat er bij een kind is, heeft dat kind een hechtingsproblematiek of heeft ie autisme of nou misschien wel helemaal niks of zit er een ouder thuis waar ze zich zorgen over maken dat kan van alles zijn

P: mm mm

J: wat voor ons het allerbelangrijkste is dat begeleiders achter het gedrag kijken van kinderen dus proberen te achterhalen wat heeft dit kind nou echt nodig, heeft ie duidelijkheid nodig of heeft ie structuur nodig of heeft ie even gewoon wat warmte en aandacht en een knuffel nodig

P: ja

J: en dat valt niet altijd mee als begeleider om dat te doen, als je een kind nog maar net kent uhm, maar dat is wel echt de uitdaging die daar ligt

P: ja

J: dus wat wij het belangrijkste vinden van Heppie is dat onze begeleiders achter dat gedrag kijken, wat geeft het kind nu aan dat het nodig heeft door dit gedrag te laten zien

P: ja

J: ja

P: waar heeft ie behoefte aan?

J: ja ja zodat ie weer, zich goed voelt en lekker mee kan

P: ja

J: ja dat is eigenlijk het belangrijkste

P: ja want dat was ook wat sommige gaven ook aan van wat moet ik nou met heimwee en een kind wat dat helemaal niet aangeeft, of wat heb je met heimwee en een kind met autisme, maar ja ik had zelf ook al zoiets van

J: ja

P: dat daar valt niet echt een kant en klaar recept voor te schrijven

J: nee, nee kijk ik kan me herinneren dat jij in de literatuur had gevonden dat eh kinderen die erg structuur afhankelijk zijn, dat het voor hun extra moeilijk is om in een nieuwe situatie te zijn omdat dan heimwee signalen je nog sneller kan zien klopt hè?

P: mm mm

J: ja dan kan ik me voorstellen als je weet dat je een kind met autisme in je groepje hebt en die laat heel veel heimwee zien, dat je aan zo'n kind kan vragen van goh maar hoe gaat het bij jou thuis altijd want

P: ja

J: ja hoe ga je slapen, leest mama nog een verhaaltje voor of uh ja noem het ritueeltje maar op en dat je gaat proberen om dat zoveel mogelijk gelijk te trekken, zodat het voor het kind zoveel mogelijk hetzelfde is als thuis. Uhm ja dat zijn misschien dingen waar je dan rekening mee zou kunnen houden of waar je dan tips over zou kunnen geven, maar een kant en klare handleiding heb je natuurlijk nooit

P: nee

J: daar is ieder kind weer anders voor

P: ja

J: en dan is eigenlijk de gemene deler die wij dan zien, ja kijk achter dat gedrag

P: ja

J: en als je weet dat een kind autisme heeft probeer dat dan in gedachten te houden. Ja als je weet dat een kind thuis uh een hele vervelende moeilijke situatie heeft en zich daar zorgen over maakt, probeer dat dan in gedachte te houden en je begeleiding er op aan te passen

P: ja

J: ja dus dat

P: ja ik zou een paar tips mee kunnen geven die ja

J: ja waar ze even aan kunnen denken

P: voor

J: ja en die je wellicht uit de literatuur hebt en waarvan je denkt nou juist voor de kinderen bij Heppie komen

P: ja

J: zou dat misschien wel een goede tip zijn

P: ja ja oké en ja

P: ik had ook nog in de literatuur gevonden dat het belangrijk is om een kind met heimwee voor te bereiden op de nieuwe situatie mm zodat het kind minder moeilijkheden ervaart met aanpassen in de nieuwe omgeving en doet Heppie daar nog iets mee?

J: ja ja natuurlijk zijn wij zelf uh ja helemaal van de structuur, vinden dat ook belangrijk

P: mm mm

J: wat we doen is kinderen of ouders of verzorgers zoveel mogelijk informatie toesturen vooraf over wat ze mee moeten nemen en uhm ja over het kamp uh nou ouders weten dat de begeleiding 1 op 3 is dus dat zijn dingen die ze kunnen vertellen aan de kinderen. Kinderen krijgen ook een foto thuis gestuurd met alle begeleiders daarop en de naam

P: ja

J: dus dat ze al een beetje weten ja wie zijn de mensen die ik ga zien straks hè de begeleiders

P: mm mm

J: we kiezen er nu bewust voor om niet het programma te sturen omdat er vaak ook nog heel veel in kan veranderen. Afhankelijk van het weer of de groep met kinderen soms is het programma nog niet helemaal af en dan zou het alleen maar onrust opwekken bij kinderen want als een kind zich al de hele week heeft verheugd op het skelteren op woensdagmiddag

P: mm mm

J: of al maanden en het kan dan niet doorgaan omdat de skelter stuk is of dat het slecht weer is en dan kom je wellicht in problemen die er niet hadden hoeven zijn. Wat we daarentegen dan weer wel doen als de kinderen er zijn is alle duidelijkheid geven ja die we kunnen, door middel van kleine groepjes met een vaste begeleider en een vaste plek aan tafel, een eigen vaste plekje op de slaapkamer, uhm maar ook door pictogrammen en door het programma in de week zelf geen verrassing te laten zijn, maar het op papier en met pictogrammen duidelijk te maken en dus in die zin proberen om zo duidelijk mogelijk naar ze te zijn want we weten dat die structuur zo belangrijk voor ze is

P: ja

J: neemt niet weg dat ze heel vaak toch in een vreemde omgeving komen

P: ja

J: met nieuwe kinderen die ze nog nooit gezien hebben, met mensen die ze nog nooit gezien hebben, dus ja voor sommige kinderen is dat ook gewoon niet niks.

P: mm mm

J: en in sommige situaties vermoeden ouders wel eh van nou dat gaat heel lastig worden, dus die vragen soms nog wat extra informatie of willen een keertje komen kijken

P: mm mm

J: gebeurt niet zo heel veel, maar ik had

P: is dat wel mogelijk?

J: ja ik had bijvoorbeeld vorig jaar op mijn kamp eh stond er ineens een moeder met twee kinderen bij mij in het kamp en die zei ja volgende week komen zij eh, komen zij hier, mogen we eventjes rondkijken? Ja natuurlijk weet je wel, dat mag, het komt niet zo heel handig uit, het was fijner geweest als ze het even

P: hadden laten weten haha

J: hadden gebeld van te voren, maar goed ja als ze er zijn, natuurlijk mogen ze even rondkijken dat is voor die kinderen hartstikke fijn.

P: ja zoiets kan heel erg helpen

J: want die vonden het heel spannend

P: ja

J: uhm maar dat initiatief laten we wel bij ouders of verzorgers, dat zij zelf inschatten nou dat is echt wel heel erg belangrijk voor ons kind hè als die even kan komen kijken ja dan kan dat, ja zeker

P: ja

J: we horen het niet zo heel veel, maar als het gebeurt dan kan dat natuurlijk

P: ja hè want dat zou inderdaad iets kunnen zijn voor kinderen die last hebben van heimwee, dat ze het al een keer gezien hebben of hè

J: ja

P: waar de slaapkamers zijn, dat het al iets bekender is

J: ja en waar ze dadelijk gaan spelen en waar ze eten

P: ja

J: en waar ze slapen

P: ja dan komt niet alles in een keer op ze af en is het bijvoorbeeld ook nog iets dat, ja ouders die hebben een aanmeldformulier opgestuurd stel dat ze daarop zetten dat er heimwee kan spelen is het dan zinnig om extra informatie te geven aan die ouders?

J: uhm nee dat doen we nu niet omdat, omdat we dat dan voor alles zouden kunnen gaan doen

P: mm mm

J: dan zouden we dat ook kunnen doen op het moment dat we zien dat een kind eh eh bijvoorbeeld heel veel behoefte heeft aan duidelijkheid of dat een kind agressief kan zijn. Wat we nu doen is informatie die voor ons onduidelijk is, dus als bijvoorbeeld op een aanmeldformulier staat het kind kan wel eens driftig zijn en waarvan wij denken ja, hoe uit zich dat dan en hoe vaak, dan is dat iets waar wij zelf weer informatie over terug vragen of als we ons afvragen zou dit kind voldoende hebben aan de begeleiding één op drie eh dan is dat ook iets wat we terug leggen en informatie over vragen van joh, ja we willen graag dat ie het leuk heeft

P: mm mm

J: uhm dus we willen even checken of we hem ook kunnen bieden wat hij nodig heeft, maar wij gaan geen informatie terug geven aan ouders en dat doen we, niet omdat we dat niet zouden willen of niet belangrijk zouden vinden, want ik denk dat je, dat het best wel heel waardevol kan zijn, maar daar hebben we gewoon de capaciteit en eh in the end ook gewoon het geld dus niet voor, want we zijn maar met vier beroepskrachten. Waarvan Thieu eigenlijk de enige is die echt de contacten, dus voor, voornamelijk onderhoudt met eh ja met de aanmelders en eh de gegevens weer terugstuurt. Daar is gewoon geen, daar zijn gewoon de middelen niet voor om dat allemaal te doen.

P: nee

J: nee

P: oké

J: op het moment dat de ouders eh vragen om informatie van goh hè willen jullie eens meedenken ik ben bang dat mijn kind het heel erg moeilijk gaat hebben op het kamp ehm ja wat kunnen we doen?

P: mm mm

J: ja weet je dan is dat natuurlijk iets waar we over mee denken en waar we met de ouders over in gesprek kunnen gaan van wat kunnen wij doen, wat kunt u doen

P: mm mm

J: dat absoluut, maar dan komt het wel vaak op vraag van ouders

P: ja

J: of verzorgers ja

P: ja

J: ja

P: ja eigenlijk ook als er dan behoefte aan is, dan speel je er op in

J: ja

P: ja

J: ja

P: uhm ja ik werk dan voor mijn afstudeeronderzoek één product uit en doet Heppie nog iets met de andere informatie die ze hebben gekregen door dit onderzoek?

J: ja nou we kunnen zeker eh de informatie die jij natuurlijk uit de enquête vooral hebt gehaald he, daar denk ik dat je met name op doelt ook, uhm dat vrijwilligers ook wellicht problemen ervaren met kinderen die agressief gedrag laten zien of die weglopen of nou andere dingen die je hebt bevraagd, daar kunnen we zeker iets mee ehm we kunnen altijd kijken of we het terug laten komen in ons trainingsaanbod. Er zijn bijvoorbeeld afgelopen jaren ook weer een training gegeven over hoe ga je om met agressie en hoe bied je grenzen aan een kind omdat dat ook iets is wat we op meerdere gebieden wel terug horen

P: mm mm

J: dus ik denk dat we daar vooral iets mee doen in de zin van kijken hoe ons aanbod in trainingen daar op kunnen passen en onze eigen basistraining nou ook een beetje op kunnen toespitsen

P: ja

J: ja

P: en is het dan ook zo bijvoorbeeld dat er een keer een training komt over omgaan met heimwee?

J: ja dat zou zomaar kunnen ja

P: ja

J: ja we hebben nu natuurlijk net de trainingsdag eh of net niet

P: maar in januari ja

J: in januari en we zijn ehm in april de basistraining

P: oké

J: en uhm die hebben we ook weer helemaal geupdate dit jaar om eh, om een aantal punten die we signaleren nog wat beter terug te laten komen en zo eh nou eind van dit kalenderjaar gaan we weer aan de slag voor de training voor 2012, de trainingsdag en ehm

P: 2013 toch?

J: 2013 ja

P: ja ik zit te denken

J: ja het is al 2013, ja natuurlijk

P: ja haha

J: en wat sowieso natuurlijk het geval is dat vrijwilligers na hun vakantie of weekend ook altijd een evaluatieformulier krijgen waarin ze in kunnen vullen uh of ze nog ergens behoefte aan hebben, aan bijvoorbeeld een training of wat dan ook. Dus die signalen verzamelen we ook en dan gaan we gewoon kijken waar zijn op dit moment de meeste signalen over want we kunnen nou helaas niet aan alles

P: mm mm

J: tegemoet komen en daar stemmen we ons, ons trainingsaanbod altijd op af

P: ja

J: uh dus we zien wel eens inderdaad eh eh terugkomen dat mensen gewoon heel veel behoefte hebben aan eh praktische tips over leuke activiteiten om te doen met de kinderen en nou dan laten we die ook weer een aantal terug komen. Nou hetzelfde geldt voor signalen die we van coördinatoren krijgen, proberen we dat altijd weer mee te nemen in ehm, in ons trainingsaanbod

P: ja

J: dus ook als we zo'n signaal eh, dus het kan zomaar zijn dat we in 2013 eh ja eens kijken of iemand een workshop of een training kan geven over hoe ga je om met heimwee?

P: ja

J: ja

P: oké, nou want ik dacht stel dat het een, nu inderdaad die informatie en het andere wordt daardoor uitgesloten omdat ik maar één product ga ontwikkelen

J: oh ja

P: zou dat weer zonde zijn

J: ja ik kan natuurlijk niet ehm, ja daar in nog geen echt harde toezeggingen doen

P: mm mm

J: omdat het natuurlijk ook heel erg afhankelijk is van wat, van de overige signalen die we zien

P: mm mm

J: en ja hoe hoog de nood is ook voor andere dingen

P: ja

J: uhm maar we kunnen het zeker als uh, ja als optie meenemen in de, in het mogelijke aanbod

P: ja

P: en uhm want er waren, nou ja he ze gaven dan bijvoorbeeld aan hè de vrijwilligers, dat het bijvoorbeeld belangrijk is om tijdens het kamp er aandacht aan te besteden

J: mm mm

P: en sommige zeiden ook van, of tenminste nou ik heb dan veel ervaren vrijwilligers gesproken en die zeiden van ja goh als nieuwe vrijwilliger had ik er best wel moeite mee, zeg maar het eerste jaar, tijdens kamp als je dat dan tegenkomt of weekend en toen zeiden ook een aantal van uhm is het misschien iets om het tijdens de selectiedag of voorbereidingsdag nog terug te laten komen?

J: uhm volgens mij komt het terug in de selectiedag, is er in ieder geval een dilemma of een stelling uhm ja die, die daarover gaat

P: oké

J: maar uh uiteindelijk proberen we sowieso over het hele selectieweekend een zo breed mogelijk beeld te geven over situaties die langs kunnen komen en dat kan zijn hè een kind uhm wat inderdaad heimwee heeft of boos wordt uh maar ook gewoon hele praktische dingen als een kind wil een radio meenemen van huis omdat die die thuis altijd aan heeft staan en hoe ga je daar mee om?

P: ja

J: dus in die zin proberen we dat zo breed mogelijk uhh neer te zetten en ook naar vrijwilligers uit te stralen en te hopen dat coördinatoren dat ook doen als er iets is geef het dan aan, want de nieuwe vrijwilligers hebben daar wellicht problemen mee. Wat ik me best wel goed kan voorstellen want ja, hoe ga je daar dan mee om?

P: ja

J: maar je ziet ook dat ervaren vrijwilligers daar hun weg al in hebben gevonden huh

P: mm mm

J: en op een moment dat jij daar op maandag tegen aan loopt eh is het denk ik vooral belangrijk dat jij als begeleider hulp zoekt bij je teamleden. Van joh ik weet echt niet hoe ik dat moet doen, wat helemaal, wat helemaal geen schande is, wat heel erg logisch is. Maar dat je ook tips kan krijgen van mensen die daar al ervaring in hebben opgedaan en die zo iets hebben van nou ik heb dit wel eens geprobeerd en dat werkte heel erg goed

P: ja

J: dus ik zou ook heel erg willen stimuleren om eh dat vrijwilligers onderling eh raad vragen aan elkaar

P: ja

J: dat lijkt me zelfs het meest waardevol

P: mm mm ja dat er een situatie is en je bespreekt het op dat moment

J: ja, ja

P: ja

J: dan kun je denk ik heel mooi van elkaar leren

P: ja dan eh heb jij nog vragen of opmerkingen?

J: nee, nee haha

P: oké dan gaan we afsluiten haha

Mail naar vrijwilligers ter behoefte aan ondersteuning van begeleiding kinderen met heimwee

Hoi,

Afgelopen jaar heb je als het goed is voor het eerst bij Heppie een vakantie of weekend begeleid.

Ik ben zelf ook een vrijwilliger bij Heppie en doe nu hier mijn afstudeeronderzoek naar het ondersteunen van vrijwilligers in het begeleiden van kinderen met heimwee. Hiervoor heb ik een aantal vrijwilligers geïnterviewd. Uit de interviews kwamen een aantal dingen naar voren, bijvoorbeeld: dat er behoefte is aan een workshop of training op de trainingsdag over heimwee, meer informatie over heimwee in de Heppie- map, of met je team van te voren of tijdens het kamp bespreken hoe je heimwee begeleid.

Ik heb voornamelijk interviews afgenomen bij vrijwilligers die al redelijk veel Heppie ervaring hebben en ik wil graag van jullie weten of jullie je ook kunnen vinden in de resultaten uit de interviews, zodat ik weet of Heppie jullie daar mee kan ondersteunen.

Ik hoop een reactie terug te krijgen, zou je dit in willen vullen? (bijvoorbeeld dik drukken waar je behoefte aan hebt)

Behoeftte aan workshop ja / nee (ochtend of middag er aan besteden tijdens trainingsdag)

Behoeftte aan training ja / nee (ochtend en middag er aan besteden tijdens trainingsdag)

Behoeftte aan informatie in de Heppie- map ja / nee (aanvullend op de informatie over verschillende stoornissen)

Behoeftte aan in het team bespreken hoe je met heimwee om gaat ja / nee

Heb je nog een andere tip of behoefte aan een andere manier om ondersteund te worden in het begeleiden van kinderen met heimwee bij Heppie, laat het me dan zeker ook even weten!

Alvast bedankt voor je medewerking!
Groetjes Peggy van Veen

Resultaten mail

Sandra Bank

Behoeftte aan workshop **ja** / nee (ochtend of middag er aanbesteden tijdens trainingsdag)

Behoeftte aan training **ja** / nee (ochtend en middag er aanbesteden tijdens trainingsdag)

Behoeftte aan informatie in de Heppie- map **ja** / nee(aanvullend op de informatie over verschillende stoornissen)

Behoeftte aan in het team bespreken hoe je met heimwee omgaat **ja** / **nee** (voor of tijdens het kamp)

Ellen Slinkman

Ik heb logeerweekenden begeleid met de doelgroep 9-12. Hier heb ik zelf niet veel te maken gehad met kinderen met heimwee.

Behoeftte aan workshop **ja** / nee (ochtend of middag er aan besteden tijdens trainingsdag)

Behoeftte aan training **ja** / **nee** (ochtend en middag er aan besteden tijdens trainingsdag)

Behoeftte aan informatie in de Heppie- map **ja** / nee (aanvullend op de informatie over verschillende stoornissen)

Behoeftte aan in het team bespreken hoe je met heimwee om gaat **ja** / nee (voor of tijdens het kamp)

Kim Dorgelo

Behoeftte aan workshop **ja** / nee (ochtend of middag er aanbesteden tijdens trainingsdag)

Behoeftte aan training **ja** / nee (ochtend en middag er aanbesteden tijdens trainingsdag)

Behoeftte aan informatie in de Heppie- map **ja** / nee(aanvullend op de informatie over verschillende stoornissen)

Behoeftte aan in het team bespreken hoe je met heimwee omgaat **ja** / nee (voor of tijdens het kamp)