

[Herziene versie, voor publicatie in het Handboek Dagbesteding.]

De bodem onder de zorgboerderij.

Naar een onderbouwing van de heilzame eigenschappen van een zorgboerderij.

Jan Hassink en Dorea Ketelaars
Plant Research International
Postbus 16
6700 AA Wageningen

1. Inleiding.....	1
2. Eigenschappen van zorgboerderijen.....	2
2.1. Eigenschappen specifiek voor een boerderij	2
2.2. Eigenschappen van een zorgboerderij als geen-zorginstelling	4
3. Visies over gezondheid en gezondheidsbevorderende kwaliteiten.....	5
4. Nogmaals de eigenschappen van zorgboerderijen.....	12
4.1. Mogelijkheden voor veiligheid.....	12
4.2. Mogelijkheden voor uitdaging.....	13
4.3. Mogelijkheden voor verbinding.....	14
5. Discussie.....	15

1. Inleiding

Werken op de boerderij is in. Steeds vaker zien we beelden in de media van gehandicapten en ouderen die aan het werk zijn op een boerderij. In de buitenlucht. Op het platteland. De handen uit de mouwen. Aan een 'eerlijk' product werken. Samen met anderen een klus klaren. We hebben het hier over zorgboerderijen; agrarische bedrijven waar zorg, opvang, therapie of begeleiding wordt verleend. Zorgboerderijen ontstaan soms vanuit een tuin- of groenproject van een zorginstelling, maar steeds vaker gaat het om van oorsprong reguliere agrarische bedrijven.

Sinds 1997 is het aantal zorgboerderijen toegenomen van 75 naar 320 (www.landbouwzorg.nl). De meeste zorgboerderijen richten zich op cliënten met een verstandelijke beperking of psychische problematiek, maar ook andere doelgroepen vinden een plek op de zorgboerderij: ouderen, mensen met een lichamelijke beperking, kinderen en jongeren met ontwikkelingsproblemen, probleemjongeren, langdurig werklozen, mensen die in een isolement terecht dreigen te komen, mensen met een burn-out, mensen met een verslavingsachtergrond of uit het justitiële circuit. Evenals de doelgroepen zijn ook de doelstellingen divers, variërend van zinvolle dagbesteding, therapie tot arbeidsrehabilitatie en arbeidstraining. Op een enkele boerderij kunnen cliënten ook wonen maar die functie vergt veel extra inspanning en organisatie (zoals wijziging van bestemmingsplannen en aanwezigheid van 24-uurs zorg). Er is een continuüm met aan de ene kant van het spectrum de reguliere landbouwbedrijven met een kleine 'zorg-poot' en aan de andere kant de instituutsboerderijen met een kleine 'landbouw-poot'. Bij de op landbouwproductie gerichte zorgboerderijen is het aantal cliënten meestal gering (maximaal 6) en worden cliënten meestal begeleid door de boer

of boerin. Bij zorggerichte zorgboerderijen is het aantal cliënten groter en worden ook begeleiders uit de zorgsector ingeschakeld (Hassink en Trip, 2000).

Op de meeste zorgboerderijen kunnen cliënten kiezen voor verschillende werkgebieden zoals de veehouderij, de tuinbouw of het huishouden. Op sommige boerderijen werken cliënten in de boerderijwinkel, op de boerderijcamping of in het landschapsonderhoud.

Kortom er is een grote diversiteit in zorgboerderijen voor wat betreft ontstaansachtergrond, verhouding tussen landbouw- en zorgaspecten, omvang, aard van de begeleiding en type werkzaamheden. Daarnaast richten veel zorgboerderijen zich niet expliciet op één doelgroep of doelstelling maar op verschillende cliëntgroepen met verschillende doelstellingen op de boerderij. Geen enkele boerderij is gelijk. De overeenkomst tussen alle zorgboerderijen is dat er gezocht wordt naar combinaties van landbouw en zorg.

Over het algemeen wordt aangenomen dat het verblijf en het werken op een boerderij gezond is (Van Schaik, 1997; Hassink e.a., 1999; de Smet, 1999; Ketelaars e.a. 2001). Er is echter nauwelijks onderbouwing voor deze gezondheidsbevorderende effecten (Ketelaars e.a., 2002). In deze bijdrage gaan we op zoek naar theorieën en concepten uit de sociaal wetenschappelijke literatuur die behulpzaam kunnen zijn bij het verhelderen van de heilzame aspecten van een zorgboerderij. We selecteren die kennis die als materiaal kan dienen om de gezondmakende werking van een zorgboerderij te onderbouwen.

De structuur van het artikel is als volgt. Eerst beschrijven we de eigenschappen van zorgboerderijen zoals die in verschillende onderzoeken door cliënten, zorgboeren en begeleiders zijn verwoord. Daarna verkennen we enkele sociaal-wetenschappelijke disciplines en vakgebieden op theorieën en inzichten die behulpzaam kunnen zijn om het waardevolle van een zorgboerderij inzichtelijk te maken. Als synthese bekijken we vervolgens de eigenschappen van de zorgboerderij in het licht van de besproken theorieën en inzichten. In een concluderend slot staan we stil bij de vraag wat een zorgboer kan doen om de potenties van de zorgboerderij ook echt in te zetten.

2. Eigenschappen van zorgboerderijen

In diverse onderzoeken hebben boeren, begeleiders en cliënten verwoord welke eigenschappen zorgboerderijen bezitten (Van Schaik, 1997; Hassink e.a. 1999; Ketelaars e.a., 2001; Hassink, 2002). Wanneer we al die meningen en ervaringen op een rij zetten, komen we tot een aantal eigenschappen die we kunnen verdelen in twee groepen. De eerste groep bestaat uit eigenschappen die direct te maken hebben met de boerderij. De tweede groep bestaat uit eigenschappen die niet specifiek voor een boerderij gelden maar die te maken hebben met het gegeven dat een boerderij geen zorginstelling is. We beginnen met de eerste groep.

2.1. Eigenschappen specifiek voor een boerderij

De eerste groep eigenschappen heeft specifiek te maken met het gegeven dat het gaat om een boerderij: een agrarische omgeving met planten en dieren in de directe

nabijheid, waar een cliënt veel buiten is, letterlijk en figuurlijk de ruimte heeft, en waar een cliënt een aandeel heeft in het productieproces. Het specifieke van een boerderij komt in de volgende eigenschappen tot uiting.

Leven(digheid) en levensprocessen

Een belangrijk aspect van een boerderij is dat het een omgeving 'vol leven' is. Op een boerderij komt een cliënt in contact met planten en dieren en hij of zij voert samen met anderen het werk uit. Door het contact met planten, dieren, het onderdeel zijn van een gemeenschap en het van dichtbij ervaren van primaire levensprocessen zoals geboorte, dood, groei, sexualiteit, rang- en pikorde bij de dieren, wordt de leefwereld verrijkt. Met name dieren brengen levendigheid. Dieren brengen ook ontspanning en aanknopingspunten voor gesprekjes. Dieren zijn levende wezens, ze hebben verschillende gedragingen, ze prikkelen alle zintuigen: ze maken geluid, ze hebben een speciale geur, ze bewegen en de vacht voelt zacht of stug aan.

Een natuurlijke omgeving

Op een boerderij bestaat de mogelijkheid veel in de frisse lucht en in een natuurlijke omgeving te werken. Bovendien is er op een boerderij veel ruimte. Dit is met name gunstig voor cliënten die het af en toe nodig hebben om stoom af te blazen, uit te razen of letterlijk ruimte te ervaren. Hierdoor kan spanning ontladen en kunnen conflicten voorkomen worden.

De indeling van een werkdag en de verbondenheid met de seizoenen geeft het landbouwleven een duidelijke structuur en een vast ritme. Met name de dieren bieden vaste werkzaamheden gedurende de dag: het voeren, uitmesten, verzorgen, en melken gebeurt op vaste tijden van de dag. De akker- en tuinbouw biedt een vast ritme van werkzaamheden in de verschillende seizoenen: zaaiklaar maken van de grond, zaaien, gewas verzorgen, oogsten en oogst verwerken. Dat natuurlijke ritme geeft houvast aan cliënten, zo is de ervaring. Een bijkomend aspect is dat er geen werkzaamheden gezocht hoeven te worden; het werk dient zich dagelijks vanzelf aan.

Aansprekende en noodzakelijke werkzaamheden

Veel werkzaamheden moeten op een bepaald moment gebeuren. De noodzakelijkheid van het werk is vaak duidelijk, vooral als het de verzorging van dieren en planten betreft. Als dieren niet verzorgd worden dan gaan ze dood of ze worden ziek. Als een gewas niet verzorgd wordt, komt het onder het onkruid, gaat dood of geeft minder opbrengst.

Dieren spreken cliënten aan op hun verantwoordelijkheidsgevoel en nodigen uit tot verzorgen. Een dier is voor zijn welzijn en overleven afhankelijk van de goede verzorging. Voor planten geldt dat op een bepaalde manier ook maar planten doen een minder direct appél op mensen dan dat dieren dat kunnen doen.

Verder is ook de verkoop van de landbouwproducten een onderdeel van de boerderij dat zeer aansprekend en inzichtelijk is. Klanten op de boerderij of afnemers die bestellingen komen ophalen; dat soort gebeurtenissen maken duidelijk dat het werk moet gebeuren en dat er waardering voor het werk is.

Variatie: voor elk wat wils

Op een boerderij is een gevarieerd pakket aan werkzaamheden van verschillend niveau voorhanden. Een cliënt kan werken met dieren, in de tuin- of akkerbouw en vaak zijn er

ook andere taken zoals koffie zetten, het bereiden van de lunch, het verkopen van producten in de winkel of onderhoud van het landschap. Soms is er ook een camping of een theetuin. De diversiteit aan werkzaamheden biedt de cliënt mogelijkheden om steeds nieuwe vaardigheden te ontwikkelen en om te blijven leren.

Verder is er ook keuze om alleen of met anderen te werken. Er zijn werkzaamheden in een besloten ruimte waarbij precisie en hygiëne belangrijk zijn (bijvoorbeeld zuivelverwerking) en er zijn werkzaamheden waarbij een cliënt zich fysiek kan uitleven (bijvoorbeeld spitten, hout kloven). Deze variatie maakt het mogelijk om op-maat werkzaamheden en werkomstandigheden te bieden die passend zijn voor een cliënt.

2.2. Eigenschappen van een zorgboerderij als geen-zorginstelling

De tweede groep eigenschappen is niet zozeer kenmerkend voor een boerderij als wel voor een voorziening die geen traditionele zorgvoorziening is. Uiteraard zijn er zorgboerderijen die wel – organisatorisch – helemaal bij een zorgvoorziening horen, maar dan nog is er meestal sprake van een andere sfeer en cultuur dan in de rest van de zorginstelling. We komen tot de volgende eigenschappen:

Niet-medische sfeer

Op een zorgboerderij hangt, in vergelijking met een zorginstelling, een andere sfeer. Er gelden andere regels en er zijn andere rollen. De boerderij is een plek waar mensen samen werken, samen pauzeren, samen eten en waar men zich onderdeel voelt van een sociale gemeenschap. Kortom een plek die lijkt op het gewone leven. Een cliënt wordt er minder geïdentificeerd met z'n cliëntrol maar is veel meer een mens die ergens komt werken. De boer is ook geen therapeut of hulpverlener maar iemand met agrarische kennis en ervaring. Doordat cliënten samen met de boer of begeleider aan het werk zijn, ontstaat er al snel een basishouding van gelijkwaardigheid en vertrouwen. Althans sneller dan in een medische setting, zo is de ervaring. De gesprekken gaan ook niet zozeer over ziekte en gebrek maar over het werk, de gewassen, de dieren, het weer en de boerderij.

Het gezonde van de mens

In aansluiting op het voorgaande geldt dat op een boerderij eerder wordt gelet op wat een cliënt wel kan in plaats van wat een cliënt niet kan. De boer of begeleider probeert verantwoordelijkheid aan de cliënt te geven en daarna de cliënt ook op diens verantwoordelijkheid aan te spreken. Dit gebeurt binnen de marges van hetgeen een cliënt aankan. Dit is vaak een kwestie van zoeken: ontdekken bij welke werkzaamheden een cliënt tot z'n recht komt.

De aansluiting bij het gezonde voltrekt zich ook in de omgang met dieren. Dieren 'zien' de handicaps of gebreken van cliënten niet. Zij reageren daar niet op. Dieren reageren op andere kenmerken van mensen; de stem, de fysieke benadering, de manier van contact zoeken, de manier waarop iemand zich in een stal begeeft. In die zin maken dieren geen onderscheid tussen ziek en gezondheid.

Onderdeel van een sociale gemeenschap

De boer en zijn gezin vormen samen met de cliënten een sociale gemeenschap. Vaak zijn daar ook andere mensen bij betrokken, zoals de familie van de boer, de burens, de

veearts, de veevoederleverancier of de chauffeur van de melkwagen. Dit levert een grote verscheidenheid aan mensen van verschillende leeftijden, interesses en mogelijkheden waar cliënten mee in aanraking komen. Cliënten zijn vaak zeer betrokken bij de boer en zijn gezin en ze voelen zich deel uit maken van 'een grote familie'. Cliënten die voorheen volledig in beslag genomen worden door hun problematiek of nauwelijks hun omgeving waarnemen, worden hierdoor geprikkeld om uit hun isolement te komen. Dat gebeurt op een meer natuurlijke en vanzelfsprekende manier dan dat in een medische of therapeutische setting mogelijk is.

Voorbeeldfiguur

De boer is voor veel cliënten het boegbeeld op de boerderij. Een groot deel van de cliënten identificeert zich met de boer en gaat zichzelf boer voelen. De boer is de intermediair tussen de cliënt, de werkzaamheden, de gewassen, de dieren en het bedrijf. Zijn enthousiasme, liefde en kennis voor en van de dieren en het boerenbedrijf zijn z'n gereedschap. Zijn rust en kennis geeft cliënten vaak vertrouwen en veiligheid.

De boer heeft ook een andere rol dan een begeleider; de boer is in eerste instantie deskundig op een terrein waar de cliënten deskundigheid en ervaring missen. Hierdoor heeft de boer een natuurlijke autoriteit en ontstaan er minder (machts)conflicten over alledaagse werkzaamheden.

3. Visies over gezondheid en gezondheidsbevorderende kwaliteiten

Binnen verschillende werkvelden en disciplines zijn theorieën ontwikkeld over gezondheid en gezondheidsbevorderende factoren. Inzichten en theorieën die behulpzaam kunnen zijn bij het onderbouwen van de waarde van zorgboerderijen, worden in dit hoofdstuk besproken. We hebben ons beperkt tot theorieën en opvattingen waarin aanwijzingen zitten voor de kwaliteit van de leef- en werkomgeving van mensen.

Inzichten uit de humanistische psychologie

Volgens Maslow (1972) heeft ieder mens fundamentele basisbehoeften: veiligheid en zekerheid, liefde, ergens bijhoren, respect, succes en zelfrespect. Als er tekorten optreden ten aanzien van een van deze basisbehoeften, dan wordt een mens ziek. Daarnaast heeft elke mens een motivatie tot groei, ontplooiing, zelfactualisatie en zingeving. De vorm waarin dit zich uit, is gebonden aan de persoonlijkheid en is voor ieder mens uniek. Verder stelt Maslow dat het bevredigen van tekorten ziekte kan voorkomen en dat het bevredigen van groeibehoften gezondheid bevordert.

Deze gedachtegang vinden we terug in de *waarderingstheorie* van Hermans. Hij stelt dat een mens gericht is op bevestiging van zichzelf en op het zoeken naar eenheid, verbondenheid met iets of iemand anders (Hermans, 1993). Bij positieve ervaringen van *zelfbevestiging* ervaart een mens eigenwaarde, trots, kracht en zelfverzekerdheid. Bij positieve ervaringen van *verbondenheid* ervaart een mens tederheid, liefde, intimiteit en zorgzaamheid. Als positieve gevoelens op zowel het gebied van zelfbevestiging en verbondenheid ontbreken, dan voelen mensen zich geblokkeerd en in een isolement gedrongen. Volgens Hermans ervaren mensen 'de volheid van het leven' in ervaringen waarbij zelfbevestiging en verbondenheid samenkomen. Het gaat hierbij om gebeurtenissen waarbij eigen activiteit en inspanning samenvalt of leidt tot een band, intimiteit of tot opgenomen worden in iets dat meer is dan jezelf. Niet de afwezigheid

van teleurstellingen, angsten en belemmeringen leidt tot welbevinden. Wat telt, is het in beweging zijn, in de richting van een zinvol doel. Door de beweging ontstaan nieuwe perspectieven en krijgen bestaande omstandigheden nieuwe betekenissen.

Het begrip flow, dat door Csikszentmihalyi (1998) werd geïntroduceerd, sluit aan bij de waarderingstheorie van Hermans. *Flow-ervaringen* zijn optimale ervaringen die het leven verrijken en betekenis geven. Bij flow-ervaringen komen actief bezig zijn, plezier in de activiteit en de uitdaging die de activiteit biedt, samen. Voorwaarden om flow te kunnen meemaken zijn: een duidelijk doel voor ogen hebben, direct feedback op het handelen krijgen, onverdeelde aandacht geven aan de activiteit, de activiteit als zinvol beleven en voldoende uitdaging ervaren. Met elke flow-ervaring groeit iemands zelfvertrouwen en het gevoel voor eigenwaarde en motivatie om nieuwe uitdagingen te zoeken (Baanders, 1998; Csikszentmihalyi 1998).

Frankl (1995) legt de nadruk op het streven van de mens naar *betekenis*. Zijn visie is uitgemond in de zogeheten logotherapie dat geschetst kan worden als een vorm van psychotherapie die zich richt op taken en zinvolle bezigheden die de cliënt voor zichzelf in de toekomst ziet weggelegd. Waar het volgens Frankl om gaat is of iemand het gevoel heeft zich in te zetten voor iets dat deze inzet ook de moeite waard maakt. Als de wil tot betekenis (het inherente streven van de mens naar betekenis) van een mens gefrustreerd wordt, dan kan dit aanleiding geven tot het ontstaan van een neurose. Frankl maakt verder duidelijk dat het bij zingeving gaat om een subjectieve in plaats van een objectieve component (het gaat om de beleving en ervaring van zin), om een verschijnsel dat dynamisch is (wat vandaag als zinvol wordt ervaren kan morgen zinloos schijnen) en dat mensen voor 'zin' moeten kiezen (er is geen drift of instinct tot 'zin' maar het vraagt om een keuze of een intentie) (zie Lukas, 1992). Frankl stelt dat een mens die reden tot leven heeft, veel meer kan verdragen dan iemand voor wie de zin van het leven niet duidelijk is. Bij psychisch labiele en zieke mensen maar ook bij gezonde mensen in geestelijke nood, gaat het erom de vraag te beantwoorden wat voor hen in hun gegeven levenssituatie het meest zinvolle zou zijn en waartoe zij in staat zijn en wat binnen hun bereik ligt.

Volgens Antonovsky (1987) is er geen strikt onderscheid tussen gezond zijn en ziekte. Hij stelt dat ieder mens een positie inneemt op het continuüm ziekte – gezond. Iemands 'sense of coherence' (het besef van samenhang, hoe je naar het leven kijkt en hoe je er in staat), bepaalt in grote mate de positie op het continuüm ziekte-gezondheid en de beweging richting gezond of richting ziekte. Iemands 'sense of coherence' bestaat uit drie onderdelen: de begrijpelijkheid van ervaringen (comprehensibility); de beheersbaarheid ervan (manageability) en de mate waarin ervaringen als zinvol worden ervaren en ze motiverend zijn (meaningfulness).

Kritische psychologie

De kritische psychologie is een richting binnen de psychologie met een kritische visie op het psychisch functioneren van mensen. Dit vormde in de beginjaren zeventig van de vorige eeuw een alternatief voor de traditionele psychologische stromingen. Het kritische element bestaat uit het uitgangspunt dat mensen van nature maatschappelijk zijn (Van den Dool en Verbij, 1981) en dat de psychologie zich op het alledaagse leven en op de *maatschappelijke context* van de cliënt zou moeten richten. In plaats van de mens los van zijn omgeving te bezien.

De kritische psychologie pleit ervoor om therapeutische veranderingen tot stand te brengen in de reële levenspraktijk zelf en niet in een geïsoleerde therapeutische

situatie. In het alledaagse leven zal de cliënt zich de nodige kennis, vaardigheden, inzichten en motieven toe moeten eigenen om een groter handelingsvermogen en een betere controle over de eigen levensomstandigheden te krijgen (Schaufeli, 1981). De kritische psychologie wil geen scheiding tussen psychotherapeutische en pedagogisch-didactische hulpverlening en materiële en immateriële hulpverlening. Een kritisch psycholoog streeft ernaar dat een cliënt niet alleen een goede relatie met de therapeut opbouwt, maar ook met anderen waarmee hij samenwerkt of samenleeft.

Inzichten uit de pedagogiek

Verschillende pedagogen benadrukken *het belang van de omgeving* voor het welbevinden van kinderen. Volgens de orthopedagoog Ter Horst (1978) heeft een kind behoefte aan veiligheid en aan een rijke wereld die prikkelt en uitlokt. Ter Horst onderkent de grote waarde die dieren en de natuur kunnen hebben voor de ontwikkeling van kinderen. Dieren en planten horen volgens hem samen met de vier elementen water, vuur, lucht en aarde tot 'de volheid van de werkelijkheid'. Een boerderij ziet hij als een onvervangbare leef-werk-woon-eenheid waar een natuurlijk, veelvormig, eenvoudig en overzichtelijk bestaan nog mogelijk is. Volgens Ter Horst zijn met name dieren van groot belang voor kinderen met verstoord sociaal-emotioneel gedrag. Bij deze kinderen kan het vertrouwen in mensen zo zijn afgenomen dat ze zich terugtrekken waardoor ze geïsoleerd raken en de ontwikkeling stagneert. Juist dieren kunnen behulpzaam zijn om bij deze kinderen weer vertrouwen te kweken omdat dieren knuffelbaar, aibaar en 'eerlijk' zijn (geen verborgen agenda), omdat ze afhankelijk zijn van de verzorging en het kind leren dat het geen angst hoeft te hebben.

Laevers (1993) laat zien dat welbevinden en betrokkenheid basisvoorwaarden voor een gezonde ontwikkeling van kinderen zijn. Het welbevinden van kinderen is afhankelijk van de mate waarin wordt tegemoetgekomen aan hun basisbehoeften. Laevers onderscheidt basisbehoeften zoals behoefte – aan warmte, affectie en geborgenheid, - aan duidelijkheid en continuïteit, - om iemand te zijn in de ogen van anderen, - om zichzelf als kundig te ervaren, - om zin te geven aan het leven. Dit worden basisbehoeften genoemd omdat een minimale bevrediging ervan een voorwaarde zou vormen voor een goede emotionele ontwikkeling. Maar welbevinden alleen is nog geen garantie voor ontwikkeling; hier komt ook het verschijnsel betrokkenheid aan bod. Laevers heeft het dan over de mate waarin iemand zich concentreert op omgevingsprikkelers en zich openstelt voor de binnenkomende werkelijkheid waarbij de persoon geboeid is en op een intense wijze waarneemt en betekenis ervaart. Dit kan plaatsvinden als de activiteit aansluit bij de exploitatiedrang en het behoeftenpatroon en wanneer het binnen de individuele mogelijkheden valt. Bij dit laatste wordt wel gesproken van de 'zone van de naaste ontwikkeling': een term van Vygotskij die verwijst naar het gebied van de potentiële ontwikkeling: de afstand tussen iemands huidige niveau en het niveau van de mogelijke ontwikkeling (Van der Veer, red., 1996). Betrokkenheid wordt zichtbaar doordat een kind geconcentreerd bezig is, zich openstelt, energie vrijmaakt en voldoening ervaart (Laevers, 1993). Denk ook aan de eerder genoemde 'state of flow' van Czicszentmihayli. De betrokkenheid kan vergroot worden door activiteiten aan te bieden die helpen om de wereld van gevoelens, belevingen en waarden te verkennen. Laevers onderkent hierbij het belang van een rijke omgeving.

Vermeer, hoogleraar orthopedagogiek i.h.b. gehandicaptenzorg, heeft contouren voor een context-georiënteerde orthopedagogiek geschetst. Deze discipline gaat er vanuit dat de omgeving een belangrijke rol heeft in de beïnvloeding van gedrag en het

welzijn van mensen (Vermeer, 1998). Een omgeving moet mensen de ruimte geven, letterlijk en figuurlijk, om hun eigen gang te kunnen gaan en de gelegenheid bieden om datgene te vinden dat voor hen van betekenis is. Vermeer pleit voor “een diversiteit aan ruimtes en dingen, aan landschappen, bomen, planten en dieren. Er moet voldoende ruimte zijn voor de eigen aard van iedere persoon en voldoende ruimte om elkaar niet in de weg te zitten” (Vermeer, 2002, pag. 4). In zulke omgevingen gaat het er niet om dat een persoon zich leert aanpassen aan een omgeving, als wel dat er ruimte is voor een eventuele ‘klik’ tussen de mogelijkheden van een persoon en de uitdaging van de omgeving. Precies die ‘klik’ maakt dat mensen succeservaringen kunnen opdoen, wat weer bevorderlijk is voor de behoefte om zich verder te ontwikkelen en nieuwe vaardigheden te leren. Als acties het gewenste effect hebben, krijgen mensen het besef dat zij iets beheersen. Dit wordt wel aangeduid met het begrip competentie-beleving. Die beleving leidt tot een grotere zelfwaardering. Voor de begeleiding vloeit hieruit voort dat er ruimte gecreëerd moet worden opdat de ‘klik’ tussen mogelijkheden van de persoon en de uitdagingen van de omgeving een optimale kans krijgt. En dat de betreffende persoon die ‘klik’ ook kan ervaren.

Creatiefprocesstheorie

De creatiefprocesstheorie is een theorie die een basis vormt binnen de opleidingen van non-verbale therapieën (onder andere tuintherapie, muziektherapie, creatieve therapie). Wezenlijk is het begrip creativiteit. Creativiteit is in deze benadering de sleutel tot verandering. Deze theorie beschouwt de menselijke ontwikkeling als een *creatief proces* (Grabau en Visser, 1987). Van een creatief proces is sprake als iemand een nieuwe, minder starre verhouding met zijn omgeving aangaat. De persoon in kwestie beschouwt het creatief proces als winstgevend; de probleemoplossing is beter, mooier, aangenamer enzovoort. Bij creativiteit gaat het om het vermogen van mensen om tot nieuwe vormgeving te komen, waarbij het begrip vormgeving betrekking heeft op alles wat mensen denken en doen (Heymann, 1999). Het kan gaan om psychische kwesties en gedragsveranderingen waarbij mensen meestal starten met de constatering dat ze wat anders willen, maar niet precies weten wat het probleem is of wat de oplossing zou kunnen zijn.

De meest geschikte omgeving of situatie om een creatief proces door te maken is een zogenoemde *rijke omgeving* die appèls biedt die aansluiten op het behoeftenpatroon en die zo gestructureerd is dat er voldoende veiligheid ontstaat om op de appèls in te gaan. Er worden in de creatiefprocesstheorie drie typen appèls onderscheiden: het sensorische appèl (dat wat je voelt, ruikt en hoort), het dimensionale appèl (beweging en vorm) en het thematische appèl (betekenis die we aan iets toekennen).

Inzichten uit het ervaringsleren

Niet praten maar ervaren. Geen verbale therapeutische benaderingen maar *leren door zelf ervaringen op te doen*. Bij ervaringsleren wordt een situatie gecreëerd waarin een cliënt concrete ervaringen op kan doen die vervolgens als motivatie en basis fungeren voor nieuwe leerprocessen (Duindam e.a. 1996). Ervaringsleren is een methodiek uit de jeugdhulpverlening. Ervaringsleren, ook wel ervarend leren genoemd, wordt pas een methode wanneer mensen weloverwogen en systematisch onbekende situaties creëren waarvan anderen middels reflectie kunnen leren (Luckner en Nadler in Koekoek, 2001). Voorbeelden van ervaringsleren zijn overlevingstochten en woon/werkprojecten.

De ervaringen zijn positief met arbeidsprojecten met realistische, uitdagende, structurerende activiteiten, die dichtbij de haalbare eindtermen van de ontwikkeling van jongeren staan (Du Prie, 1991). Kernbegrippen van ervaringsleren zijn: het opdoen van positieve ervaringen die niet in overeenstemming zijn met de vastgeroeste negatieve opvattingen die iemand van zichzelf heeft, verblijf in een ongewone, authentieke omgeving die het evenwicht verstoort en door de natuurlijke structuur gedwongen worden om je aan te passen en om verantwoordelijkheid te dragen. In publicaties over ervaringsleren (Du Prie, 1991; Duindam e.a., 1996) wordt verder gesteld dat het bij ervaringsleren van belang is dat;

- de activiteiten een onontkoombaar appèl doen op de jongeren waardoor ze in beweging komen;
- de activiteiten een natuurlijke structuur en zin hebben en authentiek zijn, in plaats van de regels en de machtsstructuur van de instelling waar de cliënt geen affiniteit mee heeft;
- dat de te leren vaardigheden concreet, tastbaar en noodzakelijk zijn;
- het programma de cliënt dwingt tot verantwoordelijkheid en tot het maken van keuzes;
- het leidt tot een rol doorbreking: de volwassene wordt niet meer als vijand gezien. Er moet sprake zijn van een gezamenlijkheid.

In Nederland wordt ervaringsleren steeds meer gebruikt als methode binnen de jeugdhulpverlening. In het buitenland zijn ook ervaringen opgedaan met andere doelgroepen, zoals harddruggebruikers, veroordeelden en psychiatrische cliënten (Koekoek, 2001).

Inzichten uit de arbeidsrehabilitatie

Bij rehabilitatie gaat het om het verbeteren van het functioneren van de cliënt op diverse levensgebieden. Dat kan bereikt worden door cliënten vaardiger te maken en door de omgeving dusdanig aan te passen dat de cliënt er naar vermogen kan functioneren (Van Weeghel, 1995). Rehabilitatiebenaderingen verschillen in de mate waarin zij het vergroten van individuele vaardigheden danwel het beïnvloeden van de omgeving centraal stellen (Dröes en Van Weeghel, 1994). In alle benaderingen wordt onderstreept dat de cliënt *een actieve rol* moet hebben in zijn rehabilitatie en dat een *langdurige aanpak* essentieel is. Soms wordt rehabilitatie sterk onderscheiden van behandeling, andere keren worden ze verstrengeld en is rehabilitatie een onderdeel of complementair aan behandeling. Een laatste kenmerk van rehabilitatie is dat het sterk verbonden is met noties als *hoop, perspectief en vooruitgang*. De gedachte is dat een cliënt altijd een vorm van hoop of vertrouwen moet hebben op betere tijden, op vooruitgang of op geluk.

In de loop der jaren is binnen de rehabilitatie-benadering steeds meer de opvatting ontstaan dat rehabilitatie-programma's vooral gericht moeten zijn op het versterken van de natuurlijke tendens tot verbetering en groei van cliënten. Dus het primaat ligt niet zozeer bij het aanleren van vaardigheden of het geschikt maken van de omgeving, als wel bij het ondersteunen en *stimuleren van het herstelproces van cliënten zelf*.

Rehabilitatie richt zich, behalve op de levensgebieden wonen en sociale relaties, vooral op werk en zinvolle dagbesteding vanuit de opvatting dat werken gezondmakende eigenschappen kan hebben. Van Weeghel (1995) bespreekt een aantal sociaal-psychologische functies van werk. Hij licht ze weliswaar toe vanuit hun betekenis voor (ex-)psychiatrische patiënten maar we zien geen reden om aan te nemen dat dit niet voor iedereen zou gelden:

- werken geeft een tijdstructuur; werken brengt contrast aan in tijdsbeleving van mensen, zorgt voor een regelmatige dag- en weekindeling en geeft betekenis aan begrippen als rust, vrije tijd en vakantie.
- werken verbreedt de sociale horizon van mensen; mensen ervaren dat anderen verschillend tegen de wereld aankijken, dat collega's anders denken, voelen en handelen.
- werken laat zien dat mensen elkaar nodig hebben; werken laat zien dat mensen een collectief doel moeten nastreven om een gezamenlijke cultuur in stand te houden, er is sprake van wederzijdse afhankelijkheid.
- werken geeft mensen een identiteit en status in de samenleving.
- werken dwingt tot activiteit; die inspanningsverplichting brengt ook met zich mee dat mensen in conditie moeten zijn en blijven om te kunnen werken. En het geeft de mogelijkheid om fysiek moe te worden.

Naast deze algemene functies van werk kunnen mensen ook heel particuliere beweegredenen hebben om te willen werken. Omdat het een manier kan zijn om ouders iets te bewijzen, om even weg te zijn van het thuisfront, om met iets anders dan zichzelf bezig te zijn, om zelfvertrouwen en zelfrespect te krijgen, et cetera.

Het is zeker niet zo dat iedere werksituatie bovengenoemde positieve uitwerking heeft. Integendeel. Iedere werksituatie bestaat uit kenmerken die als kansen of belemmeringen fungeren (Warr, 1987). Die kansen kunnen in meer of mindere mate aanwezig zijn ('present'), door individuen worden opgemerkt ('perceived') en door hen worden aangegrepen ('acted upon'). Om wat voor kenmerken gaat het dan? Warr (1987) en Bennett (1988) noemen een aantal kenmerken van een gezonde werkomgeving waaronder:

- het is maatschappelijk zinvol en er is waardering voor het werk
- er is voldoende variatie in werkzaamheden
- er is voldoende handelingsruimte
- er zijn taken van verschillende moeilijkheidsgraad en verschillende eisen
- er zijn mogelijkheden voor communicatie en samenwerking
- er wordt rekening gehouden met de individuele werkstijl
- er is aandacht voor de mate van verantwoordelijkheid
- er zijn mogelijkheden en experimenteerterruimte om zichzelf te ontwikkelen

Warr gaat er van uit dat zulke omgevingskenmerken invloed uitoefenen op de persoon(skenmerken) en dat iemand met een slechtere psychische gezondheid gevoeliger is voor negatieve omgevingsinvloeden dan mensen met een betere psychische gezondheid.

Psychologische effecten van de groene omgeving

Al van oudsher hebben mensen een heilzame werking toegekend aan de natuur en de groene omgeving. Volgens de theorie die met de term '*biofilia*' wordt aangeduid, heeft de mens een aangeboren liefde voor de natuur (Wilson, 1984; Ulrich, 1993). Het psycho-evolutionaire model van Ulrich (1983) neemt *de schoonheidsbeleving* als uitgangspunt voor het verklaren van de gezondheidsbaten van de natuur. Wanneer we een bepaalde omgeving mooi of aantrekkelijk vinden, houdt dit onze aandacht vast zonder dat het ons totaal in beslag neemt. Negatieve gedachten worden hierdoor geblokkeerd of gereduceerd waardoor we tot rust kunnen komen. Het is al lang bekend dat mensen in natuurlijke omgevingen kunnen uitrusten, leren en groeien. Door de geschiedenis komen twee beelden van gezonde natuur naar voren: de rustgevende, veilige natuur zoals tuinen en pastorale landschappen (lieflijk landschap zonder de

ontberingen van het landleven en de bedreigingen van wilde beesten en planten) waarin mensen ongestoord kunnen genieten en tot rust kunnen komen en het beeld van uitdagende wilde natuur zoals donkere bossen en hoge bergen waarin mensen het mysterie van het leven kunnen ervaren en geest en lichaam kunnen worden 'gehard' (van den Berg en van den Berg, 2001). Mensen met een hoge behoefte aan persoonlijke groei en zelfreflectie blijken een relatief sterke voorkeur te hebben voor wilde, ruige natuur, terwijl mensen met een hoge behoefte aan veiligheid en sociale contacten een relatief sterke voorkeur hebben voor veilige en verzorgde natuur (van den Berg, 1999). Op basis van verzameld materiaal komen van den Berg en van den Berg (2001) tot drie gezondheidsfuncties van de natuur. Die komen overeen met drie niveau's van herstel die onderscheiden worden in een onderzoek naar therapeutische (leef)werk-gemeenschappen (Ketelaars et. al., 2001). Het volgende onderscheid komt naar boven:

- Natuur als bron van rust en ontspanning (opknappen en uitrusten)
- Natuur als bron van geestelijke en lichamelijke weerbaarheid (leren van nieuwe vaardigheden in psychisch en sociaal-emotioneel functioneren)
- Natuur als bron van persoonlijke groei en betekenisverlening (ontwikkelen van een ander manier van in het leven staan)

Over de invloed van planten en groene omgevingen op mensen is het een en ander bekend, zoals dat patiënten in een ziekenhuis sneller herstellen in een kamer met uitzicht op bomen dan in een kamer met uitzicht op een bakstenen muur (Ulrich e.a., 1991) en dat er een positieve relatie is tussen gezondheid en het kijken naar natuur (van de Berg, van der Wulp & Koole, in druk).

Centrale elementen uit de theorieën en inzichten over gezondheid

Uit de beschrijving van de sociaal wetenschappelijke theorieën en inzichten kunnen we een aantal centrale elementen over ziekte, gezondheid en gezondheidsbevordering afleiden. We zetten die als volgt op een rij.

In z'n algemeenheid geldt dat ziekte wordt voorkomen en gezondheid wordt bevorderd als aan drie basisvoorwaarden is voldaan: het ervaren van veiligheid, het ervaren van uitdaging en het ervaren van verbondenheid. Het *ervaren van veiligheid* en zekerheid blijkt een basisbehoefte van mensen te zijn en het vormt een soort vertrekpunt van waaruit mensen in beweging durven te komen. In beweging komen is nodig als startpunt om aan genezing te gaan werken. Maar alleen maar veiligheid ervaren is niet voldoende. Mensen hebben ook behoefte aan de keerzijde van de medaille: het *ervaren van uitdaging*. Er lijkt een inherente behoefte te bestaan aan uitdagingen om de eigen vermogens in te zetten en uit te breiden, om grenzen te verleggen, om in het nieuwe te stappen. De humanistische psychologen spreken van een inherente groei-behoefte. De orthopedagogen hebben het over 'exploitatie-drang'. Het bevredigen van die groei-behoefte zou bevorderlijk zijn voor de gezondheid. Het ervaren van veiligheid en uitdaging beïnvloedt elkaar. Want gevoelens van veiligheid en zekerheid zijn nodig om een uitdaging te durven aangaan. Als het aangaan van die uitdaging succesvol verloopt, ervaren mensen gevoelens van eigenwaarde en trots. Men put er ook nieuwe kracht uit. En dat leidt weer tot gevoelens van zekerheid. Een derde centraal element in de theorieën is dat mensen er behoefte aan hebben om *verbondenheid te ervaren*. Daaronder valt zowel dat mensen in relatie willen zijn, niet alleen willen zijn, maar ook dat er behoefte is aan een band of intimiteit met een omgeving of activiteit. Die band of intimiteit maakt dat het als de moeite waarde voelt om zich ergens voor in te zetten, om

betekenis te kunnen ervaren en om de dingen als zinvol te ervaren. Ook dat is weer bevorderlijk voor het ontwikkelen van motivatie om nieuwe uitdagingen te zoeken.

We stellen vast dat veiligheid, uitdaging en verbinding een drietal kernbegrippen zijn als het gaat om gezondheid en gezondheidsbevordering. Tegelijk leveren de sociaal-wetenschappelijke theorieën en benaderingen ook allerlei informatie over hoe de omgeving kan bijdragen het ervaren van veiligheid, uitdaging en verbondenheid. Een omgeving moet mensen een gevoel van veiligheid en zekerheid kunnen bieden maar ook uitdagend zijn (spannende of nieuwe situaties aanbieden, verantwoordelijkheid geven) en dusdanig aantrekkelijk, interessant en beheersbaar zijn dat mensen zich er mee kunnen verbinden (een relatie met de omgeving kunnen en willen aangaan).

Verder hebben we in het voorgaande gezien, met name bij het gedeelte uit de kritische psychologie en de arbeidsrehabilitatie, dat het van belang is om cliënten zoveel mogelijk in een echte situatie, niet kunstmatig of laboratorium-achtig, te laten vertoeven. Dit zou vooral voor verstandelijk gehandicapten van belang kunnen zijn omdat zij vaak de cognitieve vaardigheden missen om het geleerde in een nieuwe situatie toe te passen. En voor mensen met psychiatrische problematiek is het van belang omdat zij vaak de sociale vaardigheden missen om in een nieuwe (werk)-omgeving aansluiting te vinden. Dus niet 'oefenen op het droge' maar aan de slag gaan in de echte woon- of werkomgeving.

4. Nogmaals de eigenschappen van zorgboerderijen

De vraag is nu in hoeverre de eigenschappen van zorgboerderijen (paragraaf 2) overeenkomen met of aansluiten bij de voorwaarden voor gezondheid, persoonlijke groei en ontwikkeling (paragraaf 3). We bespreken nogmaals de eigenschappen van de zorgboerderij maar nu in het licht van de mogelijkheden om op de boerderij veiligheid, uitdaging en verbinding te ervaren.

4.1. Mogelijkheden voor veiligheid

De zorgboerderij biedt op meerdere manieren de mogelijkheid aan cliënten om gevoelens van veiligheid te ervaren. Ten eerste geeft het ritme van de werkzaamheden structuur en overzicht. De seizoenen en de werkzaamheden geven het ritme van de dag en de week aan. Ten tweede is er volop ruimte om werkzaamheden te bieden die passen bij de mogelijkheden en vaardigheden van cliënten. Op een boerderij is veel verschillend werk te doen waardoor het meestal wel lukt om iets te vinden dat bij een cliënt past zonder de persoon te overvragen. Ten derde beschikt een boerderij over verschillende werkomgevingen – binnen of buiten, alleen of gezamenlijk, rustig of rumoerig – en de fysieke ruimte om de anderen letterlijk te ontvluchten als dat even nodig is en om situaties te creëren die voor een individu veilig aanvoelen.

Er zijn specifieke werkzaamheden op een zorgboerderij aan te wijzen die vooral met veiligheid en ervaringen van geborgenheid geassocieerd worden. Denk bijvoorbeeld aan het wieden van onkruid in de besloten omgeving van de moestuin, aan groenteteelt in de beslotenheid van een kas, aan het voeren van de lammetjes en de kalfjes of aan het borstelen van de koeien. Met name jonge en kleine dieren kunnen een belangrijk middel

zijn om cliënten veiligheid te laten ervaren. Omdat dieren, in tegenstelling tot mensen, geen verborgen agenda hebben, de cliënten niet bedriegen en geen valse verwachtingen scheppen. Dieren spreken ook vaak het gevoel aan (vooral jonge dieren) en ze zijn herkenbaar, ze lijken op mensen. Die herkenning en dat appèl op het gevoel kan vertrouwen en gevoelens van nabijheid oproepen. Dieren kunnen ook troost en warmte bieden.

4.2. Mogelijkheden voor uitdaging

Het aangaan van uitdagingen biedt cliënten de kans om ervaringen van succes op te doen en om zelfvertrouwen te ontwikkelen. Op een zorgboerderij bestaan verschillende werkzaamheden en situaties waarin cliënten uitdaging kunnen ervaren.

De *omgang met dieren* kan uitdagend zijn. Zo kunnen landbouwhuisdieren zeer provocerend en prikkelend zijn omdat ze bijvoorbeeld niet meteen luisteren of omdat hun fysieke verschijning imponerend is zoals die van een koe of een paard. Het vergt kracht en inspanning om een dier te laten doen wat je wilt en om de eigen kracht in te zetten, bijvoorbeeld door een paard te berijden of door koeien of geiten naar een stal te leiden. Dieren kunnen ook onverwachte dingen doen zoals plotseling een andere kant oplopen of door elkaar gaan lopen. Dit vraagt om een snelle en adequate reactie. Cliënten stappen hierdoor uit vertrouwde gedrags- en redeneerpatronen. Eerder zagen we dat dat bevorderlijk is voor persoonlijke ontwikkeling. Op een boerderij zijn veel van dat soort *onverwachte wendingen*, zoals een onweerslucht die de planning van werkzaamheden omgooit, of koeien die losbreken en door de moestuin lopen. Maar ook de ervaring om nu zelf degene te zijn die verzorgt in plaats van het object van zorg te zijn, is vaak een nieuwe en verfrissende ervaring voor cliënten.

De fysieke inspanning is vaak ook uitdagend voor cliënten. Werken in het landschapsbeheer is lichamelijk vaak zwaar, met het zagen en kappen van bomen en het versjouden van takken en zand. Maar ook in de tuinbouw, met het vele spitten en de natte grond bewerken, en bij het verzorgen van de dieren – zoals het uitmesten van de stal – worden cliënten fysiek uitgedaagd om hun krachten in te zetten.

De uitdaging op een boerderij bestaat er ook uit dat de dieren en gewassen een bepaalde werkdruk met zich meebrengen. Levende wezens en planten hebben verzorging nodig, of de cliënt daar nu wel of geen zin in heeft. Weerstand overwinnen kan uitdagend zijn. De uitdaging zit ook in andere werkzaamheden op de boerderij, zoals de strijd aangaan met onkruid, producten op tijd klaar hebben staan voor de afnemer, contact leggen met de afnemer of klanten op het erf, en met een grote trekker over de akker rijden.

Als spannend en nieuw gedrag succes heeft, is dat een motor voor zelfvertrouwen en voor de beleving van de eigen competentie. Het nodigt uit om zelf actor te worden en om initiatief te nemen. Gezien het arsenaal aan werkzaamheden op een boerderij is er altijd wel werk te vinden dat aansluit bij iemands interesses en nivo, en dus kans biedt om ervaringen van succes en beheersing te ervaren. Bovendien is het resultaat heel zichtbaar: planten die goed groeien, bomen die goed in de vorm zijn gesnoeid, geiten die rustig zijn na het melken. Maar ook het overwinnen van weerstand – bijvoorbeeld op een koude novemberdag buiten de prei oogsten – kan gevoelens van competentie en zelfvertrouwen stimuleren.

4.3. Mogelijkheden voor verbinding

We zagen dat verbinden een derde belangrijke basisvoorwaarde is om een proces van individuele groei en ontwikkeling in gang te zetten. Met ‘verbinden’ wordt bedoeld dat cliënten met anderen of de omgeving in contact treden, dat men zich aangesproken en gezien voelt en vandaaruit een relatie aangaat met een ander of met de omgeving. Ervaringen van verbondenheid bevorderen de betrokkenheid bij mensen en gebeurtenissen om zich heen en de bereidheid om verantwoordelijkheid te dragen. De zorgboerderij biedt cliënten de gelegenheid om in verbinding te treden en, sterker nog, lokt cliënten uit om meer in contact te gaan met een levend wezen of met de natuur.

Planten en dieren zijn geschikt om een verbinding ‘uit te lokken’ omdat het levend materiaal en levende wezens zijn. Ze reageren zichtbaar op de manier waarop de cliënt ermee omgaat. Dat maakt dat een cliënt zich betrokken kan gaan voelen. Dat geldt voor planten maar meer nog voor dieren. Dieren hebben menselijke trekken in de zin dat ze vergelijkbare lust- en onlustgevoelens, driften, instincten en hartstochten laten zien. Cliënten kunnen iets van zichzelf in een dier herkennen waardoor er een band ontstaat. Dit gebeurt niet alleen met een hond of een kat maar ook met een koe, geit, schaap of kip. Dieren doen vaak als vanzelf of heel natuurlijk een beroep op het verantwoordelijkheidsgevoel van cliënten en ze nodigen uit tot verzorgen. Een dier is voor zijn welzijn en overleven afhankelijk van de goede verzorging. Een andere kwaliteit van dieren en planten is dat ze inzichtelijk maken dat groei en ontwikkeling tijd vraagt en dat ze een eigen ritme hebben. Dat kan cliënten helpen inzien dat hun eigen proces ook tijd vraagt en dat je herstel of vooruitgang niet kunt afdwingen.

Gevoelens van verbondenheid treden eerder op bij handelingen waar mensen zin en betekenis aan kunnen ontleen dan bij bezigheden waar dat niet voor geldt. Het bezig zijn met het produceren van voedsel, de aarde bewerken, dieren goed verzorgen, werkzaamheden op de boerderij; dat zijn bezigheden waar mensen zin en betekenis uit kunnen halen.

Een zorgboerderij is een ‘rijke’ omgeving omdat er meerdere stallen en ruimtes zijn, een erf en paden naar de weilanden, een woonhuis voor de boer en ruimtes voor de cliënten. Er komen klanten en leveranciers over de vloer. Er zijn werkgebieden in de tuin, het vee of de zuivel. Die rijkdom vergroot de kans dat er iets is waardoor een cliënt zich voelt aangesproken. Dat er iets is wat hem of haar interesseert of wat bij hem of haar past. Iets waardoor de cliënt een relatie aangaat met een persoon of klus in z’n omgeving waardoor persoonlijke ontwikkeling en groei een kans krijgt.

Een laatste kenmerk van een zorgboerderij dat bevorderlijk is voor het ervaren van verbondenheid, is het gegeven dat het om een *levensechte* situatie gaat. Er worden geen gekunstelde of oefensituaties bedacht maar de cliënt draait mee in het leven van alledag. Het werk is er heel concreet en inzichtelijk. Het is een sociale gemeenschap waar mensen samen leven en werken. Waar men elkaar helpt als er bijvoorbeeld extra handen nodig zijn om de raapsteeltjes te oogsten of om losgebroke vee terug in de wei te jagen. Een bijkomend voordeel van zo’n levensechte situatie is dat er geen sprake is van eventuele transitieproblemen: moeilijkheden ervaren bij het toepassen van vaardigheden in de ene situatie als die vaardigheden in een andere situatie zijn aangeleerd.

5. Discussie

We zijn dit artikel begonnen met de kwaliteiten van een zorgboerderij zoals zorgboeren en begeleiders op een zorgboerderij die verwoorden. Daarna hebben we in de literatuur gezocht naar sociaal-wetenschappelijke theorieën en inzichten over gezondheid, ziekte en herstel. Het betreft een selectie uit de sociaal wetenschappelijke literatuur. Sommige stromingen, zoals meer biologische georiënteerde of cognitieve benaderingen, hebben we overgeslagen omdat we vooral geïnteresseerd zijn in aanwijzingen over een gezonde leef- en werkomgeving. De focus lag daarbij op omstandigheden en kansen in de omgeving die maken dat mensen tot persoonlijke groei en ontwikkeling komen. Omdat we inzichtelijk willen maken waarom een zorgboerderij een gezondheidsbevorderende werking op cliënten kan hebben. Na het overzicht van de literatuur hebben we nogmaals de kwaliteiten van zorgboerderijen besproken, dit keer in het licht van de mogelijkheden om op zorgboerderijen ervaringen van veiligheid, uitdaging en verbondenheid op te doen.

We concluderen dat een zorgboerderij een kansrijke plek is om persoonlijke groei en ontwikkeling van cliënten mogelijk te maken. Het is een omgeving die prikkelt en stimuleert en daarnaast voldoende structuur en veiligheid kan bieden opdat cliënten de uitdaging ook aan durven gaan. Een zorgboerderij is ook een omgeving met voldoende ruimte om elkaar niet in de weg te zitten en voldoende variatie om werk of dagbesteding op-maat te bieden. De diversiteit in werkzaamheden en de activering van alle zintuigen, de structuur en het ritme dat een zorgboerderij kan bieden, het levert allemaal een bijdrage aan de gelegenheid voor cliënten om veiligheid, uitdaging en verbinding te ervaren.

Nu we de gezondheidsbevorderende kanten van de zorgboerderij inzichtelijk hebben gemaakt, rijst de vraag wat er moet gebeuren om die potentie ook te benutten. Hier willen we kort wat over zeggen.

Ten eerste is het van belang om een goede balans te vinden tussen veiligheid en uitdaging. Een koeienstal kan een sfeer van warmte en beschutting uitstralen (door de geur van het stro, het trage herkauwen van de koeien, de warmte die de dieren uitstralen, de beschutting van de stal) maar ook een sfeer van drukte en onrust (het geloei van de koeien, de grote omvang van de koeien, het gerammel van de kettingen). Iedere cliënt kan dat anders ervaren. Het vergt een goed observatievermogen en deskundigheid van de boer of begeleider om per cliënt te bepalen waar iemand op dat moment aan toe is en op welke manier dat geboden kan worden.

Ten tweede moet er een goede balans zijn tussen de economische- en de zorgdoelstelling van het bedrijf: het werk moet weliswaar af maar er moet ook rekening gehouden worden met de mogelijkheden van de cliënten. Op veel zorgboerderijen is dit een terugkerend aandachtspunt. Planningen van het werk moeten regelmatig aangepast worden omdat er meer of minder cliënten inzetbaar zijn dan verwacht. Ook is het geen uitzondering dat de boer s' avonds het werk afmaakt dat overdag is blijven liggen. Bij de afweging tussen economische en zorgdoelstellingen speelt ook de keuze voor de gewassen en bedrijfssystemen op de boerderij een rol. Sommige gewassen of bedrijfssystemen zijn economisch gezien misschien zeer rendabel bijvoorbeeld omdat er een goede afzetmarkt is en het goedkope huisvesting van vee met zich meebrengt. Maar vanuit de zorgdoelstelling bezien is een zelfde keuze misschien niet geschikt omdat het

bijbehorende werk niet geschikt is voor leken-handen of omdat cliënten door een bepaald stalsysteem geen direct contact met de dieren kunnen hebben.

Het is vooral de boer of boerin van de zorgboerderij die er voor kan zorgen dat de potenties van de zorgboerderij tot bloei komen. Hij of zij moet er in zien te slagen om het agrarisch werk therapeutisch in te zetten. Wat betekent dat eigenlijk? Een boer¹ moet de rust en tijd kunnen opbrengen om een cliënt te laten ontdekken wat bij hem of haar past. Een boer moet een cliënt kunnen enthousiasmeren om iets te doen wat nieuw of spannend voor de cliënt is. Of hij moet er voor zorgen dat een leverancier op een dag op de boerderij komt als de cliënten er ook zijn. In aansluiting bij wat Warr (1987) stelt over arbeidssituaties, geldt ook hier dat een boer er op moet letten dat een cliënt de kansen van de omgeving kan aangrijpen. Dat kan betekenen dat hij een goed inwerkprogramma voor cliënten ontwikkelt zodat ze overzicht krijgen van het reilen en zeilen op de boerderij. Dat de boer er op let dat de dieren in de hokken in z'n geheel zichtbaar zijn voor de cliënten. Dat de uitleg over de werkzaamheden afgestemd is op het niveau en de belastbaarheid van cliënten. Een boer moet ook kunnen reflecteren op wat wel en niet goed werkt en welke vervolgstappen gezet moeten worden. Dat vraagt om een individuele benadering van cliënten.

Het is een behoorlijk profiel dat we hiermee voor de zorgboer schetsen. Hij moet veel agogische vaardigheden in huis hebben. We vermoeden dat vele zorgboeren dat niet hebben. Met nadruk op vermoeden omdat er gewoonweg geen goed beeld is van de totale groep van zorgboeren. Tevens weten we ook niet in welke mate zorgboerderijen er in slagen om ervaringen van veiligheid, uitdaging en verbinding te bieden. Wel bereiken ons signalen waaruit we afleiden dat boeren soms geboren natuurtalenten zijn in het begeleiden en stimuleren van cliënten en dat ze de kwaliteiten van de boerderij op een goede manier inzetten terwijl andere zorgboeren de kwaliteiten en potentie van hun boerderij onvoldoende benutten. Bijvoorbeeld omdat ze geneigd blijven om werkzaamheden 'even snel zelf te doen' in plaats van het werk geschikt te maken voor cliënten. Of omdat ze niet zien dat cliënten eerst vertrouwd moeten raken met kippen voordat ze daadwerkelijk zelfstandig de kippen kunnen verzorgen.

Overigens is het moeilijk om algemene uitspraken te doen over de vereiste of gewenste kwaliteiten en vaardigheden van zorgboeren. Dat hangt namelijk sterk af van de doelgroep die op de zorgboerderij komt en of de zorgboer wordt bijgestaan door één of meerdere werkbegeleiders. Op grotere zorgboerderijen heeft een zorgboer zelf nog nauwelijks contact met cliënten omdat er meerdere (therapeutische en agrarische) werkbegeleiders zijn die de dagelijkse gang aansturen. Of soms wordt een boerderij als het ware 'gehuurd' door een zorginstelling om er dagelijks met een groepje cliënten werkzaamheden uit te voeren en ook dan is de zorgboer niet uitdrukkelijk partij in het geheel. Bij kleinere zorgboerderijen, waar dagelijks hooguit een paar cliënten komen, is het meestal wel de boer of boerin die de begeleiding van de cliënten verzorgt.

Hopelijk kan een artikel als dit er toe bijdragen dat zorgboeren of werkbegeleiders meer bewust worden van hetgeen ze te bieden hebben op de zorgboerderij en om met hernieuwde blik te kijken naar de potenties van de eigen zorgboerderij. Maar ook adviseurs of ondersteuners uit de wereld van landbouw en zorg kunnen dit materiaal gebruiken om geïnteresseerde of startende boeren te ondersteunen bij de inrichting van hun zorgboerderij. Daarnaast kunnen zorgboeren steeds vaker terecht bij

¹ Op veel boerderijen is het de boerin die de begeleiding van de cliënten op zich neemt. Voor de leesbaarheid spreken we hier van 'boer' en 'hij' in plaats van 'boer(in)' en 'hij/zij'.

opleidingsinstituten zoals Hogere Agrarische Scholen, Middelbare Agrarische Scholen, Sociaal Pedagogische Hulpverlening-opleidingen en bij particuliere cursuscentra voor modules over landbouw en zorg.

Voor de toekomst ligt de uitdaging om een zorgboer vooral zorgboer te laten blijven én hem dusdanig te ondersteunen of instrueren dat hij de kwaliteiten van de boerderij ten volle weet te benutten voor de cliënten. Wat ons daarbij vooral aanspreekt is dat de zorgboerderij een plek is waar cliënten 'probeerruimte' kunnen ervaren. Een plek waar ieders eigenheid de kans krijgt om naar buiten te komen en waar cliënten zinvolle en aansprekende werkzaamheden kunnen verrichten. Als dat lukt, is de zorgboerderij een waardevolle uitwerking van vermaatschappelijking van de zorg.

Literatuur

Antonovsky, A. 1987. *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*. San Francisco, Jossey-Bass Publishers.

Baanders M. 1998. Breng flow in je leven. *Psychologie*, oktober 1998. p. 15-17. {PRIVATE }

Bennett D. 1988. Waarom is werken zo belangrijk voor (ex-) psychiatrische patienten. In: J. van Weeghel en J. Zeelen (red.) *Psychiatrie arbeid en samenleving* p. 34-43. Culemborg.

Berg, A. E. van den 1999. *Individual differences in the aesthetic evaluation of natural landscapes. Dissertatie*. Groningen, Rijkuniversiteit Groningen.

Berg, A. E. van den, M. van den Berg. 2001. *Van buiten word je beter. Een essay over de relatie tussen natuur en gezondheid*. Wageningen, Alterra.

Berg, A. E. van den, N. van der Wulp, S.L. Koole. (in druk). Environmental preference and restoration: (How) are they related? *Journal of Environmental Psychology*.

Cool, W. 2002. *Landbouw verbindt. Landbouw & Zorg als antwoord op overlast*. Haarlem, Omslag.

Csikszentmihalyi M. 1998. *Creativiteit. Over flow, schepping en ontdekking*. Boom. Amsterdam

Dool, P. van der, A. Verbij (red.), 1981. *Van nature maatschappelijk. Overzicht van de kritische psychologie*. Uitgeverij SUA, Amsterdam.

Duindam, T., M. Glas, J. van der Ploeg, 1996. *De sprong wagen. Activerende hulpverlening in de jeugdzorg*. Utrecht, Nederlands Instituut Zorg en Welzijn.

Droës, J., J. van Weeghel, 1994. Perspectieven van psychiatrische rehabilitatie. *Maandblad Geestelijke Volksgezondheid*, 49 (8), pag. 795-810.

Frankl, V.E. 1995. *De zin van het bestaan. Een inleiding tot de logotherapie*. Rotterdam, Donker.

Grabau, E., H. Visser 1987. *Creatieve therapie. Spelen met mogelijkheden*. Van Loghum Slaterus.

Hassink, J. F. Heymann, A. Slokker 1999. *Kwaliteit met zorg geproduceerd. Een onderzoek naar de aspecten die de kwaliteit van landbouw en zorg beïnvloeden*. Wageningen, AB-DLO en LUW-CIS.

Hassink, J., G. Trip 2000. *Landbouw en zorg loont. Bedrijfseconomische analyse van verschillende bedrijfsopzetten voor zorgboerderijen*. Rapport nr. 160. Wageningen, Wetenschapswinkel.

- Hassink, J. *De betekenis van landbouwhuisdieren in de hulpverlening. Resultaten van interviews met professionals op zorg- en kinderboerderijen*. Wageningen, Plant Research International, 2002.
- Hermans J.J.M. 1993. *Het verdeelde gemoed. Over grondmotieven in ons dagelijkse leven*. Nelissen, Baarn.
- Heymann F.V. 1999. *Denken en doen in dialoog. Een methode voor behoeftenarticulatie en ontwikkeling*. Proefschrift Landbouwniversiteit Wageningen.
- Horst, W. ter 1978. *Natuur en kind: ideeën voor een 'groene' opvoeding*. Den Haag, Omniboek.
- Ketelaars, D., E. Baars, H. Kroon, 2001. *Werkend herstellen. Een onderzoek naar therapeutische (leef)werk-gemeenschappen voor mensen met psychiatrische problematiek*. Utrecht, Trimbos-instituut.
- Ketelaars, D., N. van Erp, J. Hassink. 2002. *Landbouw en zog in beeld. Blik op heden en toekomst*. Wageningen, Plant Research International.
- Koekoek, B. 2001 Op vreemd terrein. Ervarend leren in de geestelijke gezondheidszorg. *Maandblad Geestelijke volksgezondheid*, 56 (4), pag 315 – 300.
- Laevers 1993. Welbevinden en betrokkenheid. Richtsnoeren voor een ervaringsgerichte onderwijspraktijk. In: *Visies op onderwijs aan jonge kinderen*. B. van Oers en F. Janssen-Vos (red.). Assen, Van Gorcum.
- Lukas, E. 1992. Heling door het vinden van zin. Grondgedachten uit de logotherapie. In: *Psychotherapie en zingeving. Een spectrum van visies*. Debats (red.). Meppel, Servire.
- Maslow, A.H.1972. *Psychologie van het menselijk zijn*. Rotterdam, Lemniscaat.
- Meyerink, S. 1999. *Cursus werkbegeleiders in de zorglandbouw*. Utrecht, AOC Midden Nederland.
- Prie du H. 1991. Ervaringsleren als ordeningsinstrument. *Tijdschrift voor Jeugdhulpverlening en jeugdrecht*. Themanummer ervaringsleren p. 41-44.
- Schaik, John van (red.). *Ontmoeting Landbouw en Zorg. Inventarisatie praktijkervaringen zorgboerderijen*. Vorden, Stichting Omslag, 1997.
- Schaufeli W. 1981. Therapie en hulpverlening pp. 191-215. In: *Van nature maatschappelijk. Overzicht van de kritische psychologie*. Peter van den Dool en Antoine Verbij (red.). Uitgeverij SUA, Amsterdam.
- Smet, C. de. 1999. *Kwaliteit, basis voor vertrouwen. Het zichtbaar maken van de kwaliteit van werken op Leer-, Werk- en Zorgbedrijven*. Stichting Leer-, Werk- en Zorgbedrijven in Noord- en Oost-Nederland, Geesburg.
- Ulrich, R.S. 1983. Aesthetic and affective response to natural environment. In: Altman & J.F. Wohlwill *Human behavior and environment: Advances in theory and research* (Vol. 6, 85-125). New York, Plenum Press.
- Ulrich, R.S, Simons, R., Losito, B.D., Fiorito, E., Miles, M.A. & Zelson, M. 1991. Stress during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11, 201-230.
- Ulrich, R.S. 1993. Biophilia, biophobia and natural landscapes. In: S.R. Kellert & E.O. Wilson (eds.), *The biophilia hypothesis*. Washington, DC, Island press.
- Vermeer, A. 1998. Gehandicaptenzorg: context georiënteerde interventie. Oratie. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek*, 37, pag. 52-62.
- Vermeer, A. 2002. Mentale retardie: begeleiding van mensen met een verstandelijke beperking. In: *Pedagogiek in beeld*. M.H. van Ijzendoorn & H. de Frankrijker (red.), Houten, Bohn Stafleu van Loghum.

Veer, R. van der (red.) 1996. *Cultuur en ontwikkeling / Ljev Vygotskij*. Amsterdam, Boom.

Warr P.B. 1987. *Work, unemployment and mental health*. Oxford.

Weeghel J. van 1995. *Herstelwerkzaamheden. Arbeidsrehabilitatie van psychiatrische patiënten*. SWP. Utrecht.

Wils, 1979. *Bij wijze van spelen. Creatieve processen bij vorming en hulpverlening*. Alphen aan den Rijn/Brussel, Samson-uitgeverij.

Wilson, E.O. 1984. *Biophilia*. Cambridge, Harvard University Press.