



Omgaan met traumatische gebeurtenissen

GO! Infodag preventie en bescherming 2025

Agenda

Traumatische gebeurtenissen op school

Trauma is... een normale reactie op een abnormale gebeurtenis

In vijf stappen naar een traumabeleid

Stap 1: analyse, inzicht in risico's en noden

Stap 2: stel een crisisteam samen

Stap 3: eerste opvang

Stap 4: nazorg en doorverwijzing

Stap 5: preventie en sensibilisering



Agenda

Traumatische gebeurtenissen op school

Trauma is... een normale reactie op een abnormale gebeurtenis

In vijf stappen naar een traumabeleid

Stap 1: analyse, inzicht in risico's en noden

Stap 2: stel een crisisteam samen

Stap 3: eerste opvang

Stap 4: nazorg en doorverwijzing

Stap 5: preventie en sensibilisering



RESILIRE

Traumatische gebeurtenissen op school

"Muur valt om op 11-jarige 'Superjack' op school in Ekeren: medewerkers vervolgd voor onopzettelijke doodslag"

Bron: Het Laatste Nieuws, 23 september 2024

"Geliefde leerkracht laat het leven: 'We verliezen een warme ziel, met een groot hart voor leerlingen'"

Bron: Het Nieuwsblad, 4 maart 2024

"4 op de 10 leerkrachten zien meer lege brooddozen in de klas: 'Alle signalen wijzen erop dat het almaar vaker voorkomt'"

Bron: De Morgen, 14 september 2023

"Oorlog in Oekraïne maakt kinderen bang: 'Mijn juf zegt dat we veilig zijn, maar ik hoor mama en papa fluisteren'"

Bron: VRT NWS, 1 maart 2022

Traumatische gebeurtenissen op school

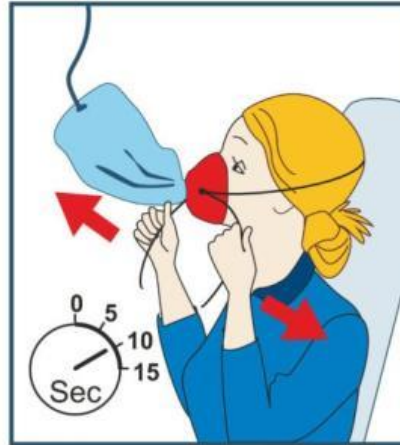
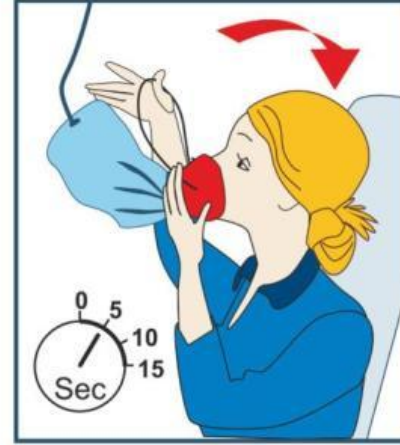
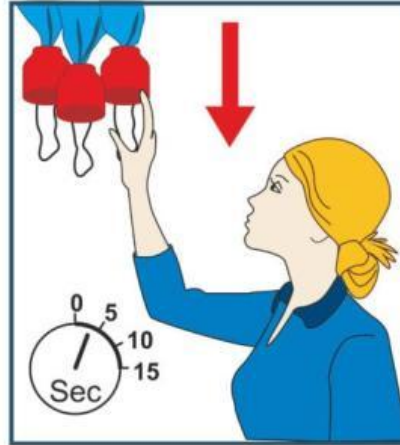
De vaakst gestelde vragen...

- Hoe kunnen de we impact van heftige gebeurtenissen op leerlingen inschatten?
- Hoe vangen we leerlingen best op na een heftige gebeurtenis?
- Wat hebben onze leerlingen nodig om zich veilig te voelen op onze school?
- Hoe kunnen we zorgen voor leerlingen en/of hun ouders?

Traumatische gebeurtenissen op school ... het start bij ons

De vragen die we niet mogen vergeten...

- Hoe kunnen we de impact van heftige gebeurtenissen op *onszelf en elkaar* inschatten?
- Wat hebben *wij* nodig om er na heftige gebeurtenissen te kunnen blijven staan voor de leerlingen (en onze collega's)?
- Hoe moeten we *elkaar* opvangen na een heftige gebeurtenis?
- Hoe kunnen we ervoor zorgen dat alle *medewerkers* zich veilig voelen op school?



Agenda

Traumatische gebeurtenissen op school

Trauma is... een normale reactie op een abnormale gebeurtenis

In vijf stappen naar een traumabeleid

Stap 1: analyse, inzicht in risico's en noden

Stap 2: stel een crisisteam samen

Stap 3: eerste opvang

Stap 4: nazorg en doorverwijzing

Stap 5: preventie en sensibilisering



RESILIRE

Trauma is...

een normale reactie op een abnormale gebeurtenis

Potentieel traumatische
gebeurtenis
(abnormale gebeurtenis)

Traumatische stress
(normale reactie)

Post traumatische stress
stoornis
(‘abnormale’ reactie)

1. Abnormale gebeurtenis



Ybe Casteleyn
www.kontur.de; www.traumatour.eu

4 O's

Overweldigende *ervaring*

Onverwacht

Oncontroleerbaar

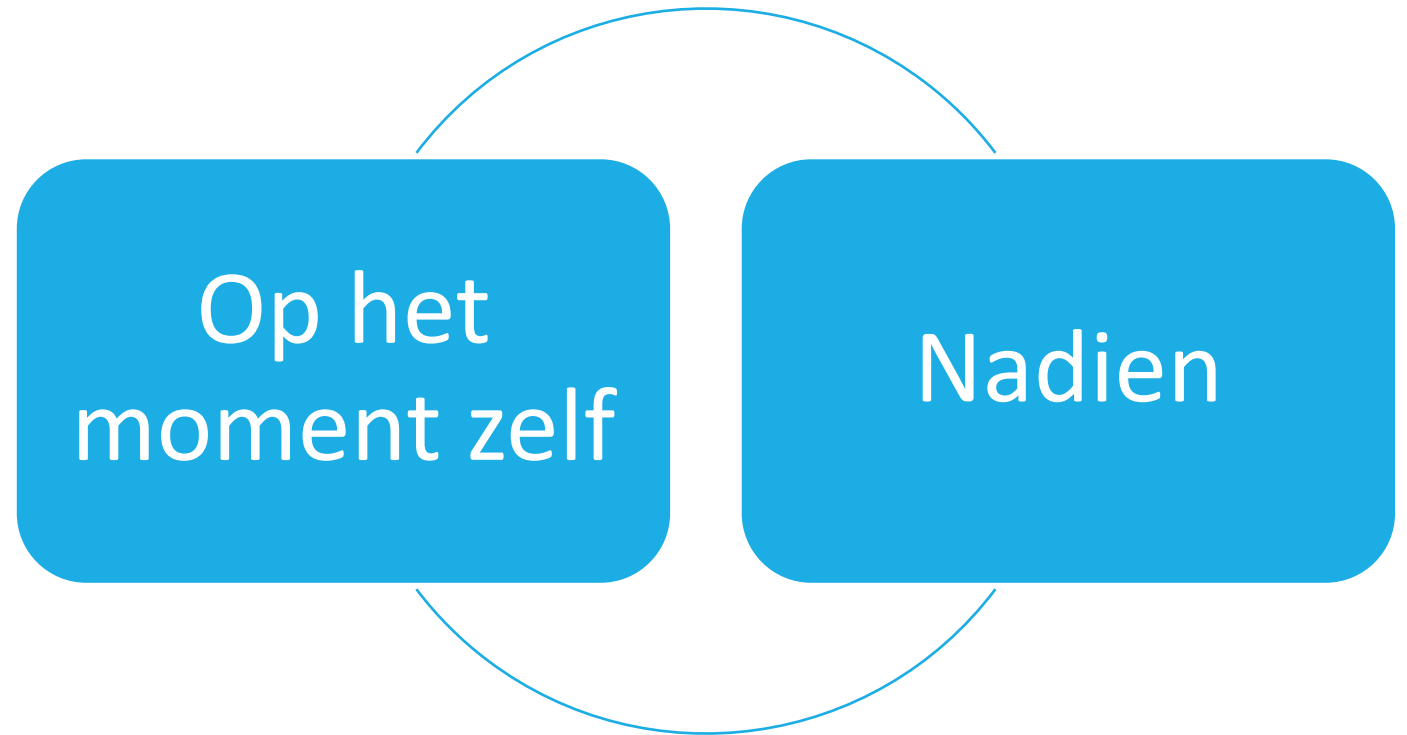
Onkwetsbaar

Oordeel niet over de impact van
een schokkende gebeurtenis.

Niet voor jezelf.

Niet voor anderen.

2. Normale reactie





Op het moment zelf

In the following National Geographic video
a Polar bear is in an active fight/flight in response
to the pursuing helicopter.

Nadien: wat we kunnen leren van het dierenrijk

Oordeel niet over gedrag tijdens of vlak na een schokkende gebeurtenis.

Niet voor jezelf.

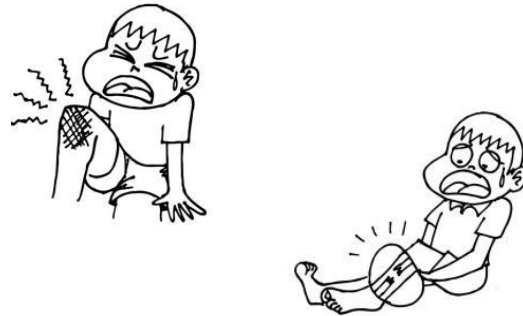
Niet voor anderen.

3. (ab)normale reactie

NORMALE TRAUMATISCHE STRESS

Korte (maar soms intense) stressreactie op een ingrijpende gebeurtenis

- Herbeleving = verwerking (liefst *samen*)
- Slaapproblemen
- Hyperactivatie
- Emotionaliteit
- Vermijding



POST TRAUMATISCHE STRESS STOORNIS

Blijvende intense stressreactie, met impact op het dagelijks functioneren

- Blijvende en/of toenemende herbeleving
- Vermijding belemmert het functioneren
- Eenzaamheid



Trauma is niet de storm.
Het is de stilte na de storm,
wanneer er niemand is die vraagt
hoe het met je gaat.

Agenda

Traumatische gebeurtenissen op school

Trauma is... een normale reactie op een abnormale gebeurtenis

In vijf stappen naar een traumabeleid

Stap 1: analyse, inzicht in risico's en noden

Stap 2: stel een crisisteam samen

Stap 3: eerste opvang

Stap 4: nazorg en doorverwijzing

Stap 5: preventie en sensibilisering



RESILIRE

In 5 stappen naar een traumabeleid

Stap 1: analyse, inzicht in risico's en noden

Stap 2: stel een crisisteam samen

Stap 3: eerste opvang

Stap 4: nazorg en doorverwijzing

Stap 5: preventie en sensibilisering

Stap 1: analyse, inzicht in risico's en noden

Welke potentieel schokkende gebeurtenissen hebben al plaatsgevonden binnen jouw school? Welke thema's leven sterk? Welke gebeurtenissen hebben verhoogde kans om plaats te vinden?

Wie kan er allemaal betrokken zijn bij een schokkende gebeurtenis?

Welke procedures zijn er al? Wat ontbreekt er nog?

Stap 2: stel een crisisteam samen

Trauma opvang doe je NOOIT alleen.

Breng relevante actoren samen in een werkgroep of crisisteam. Denk aan:

- Iemand met beslissingsbevoegdheid (bijv. directie)
- Iemand die praktische regelingen in orde kan brengen (bijv. secretariaat)
- Iemand met kennis over schokkende gebeurtenissen (bijv. ambassadeur)
- Iemand met voldoende afstand (bijv. collega van een nabijgelegen school)
- Iemand die vanuit rust kan reageren op heftige emoties (bijv. interne vertrouwenspersoon)
- Extra ondersteuning (bijv. medewerkers met affiniteit met het thema, preventieadviseur, ...)

Leid interne 'ambassadeurs' (medewerkers met affiniteit) op.

Cfr. Brandweer FiST team.

Stap 3: eerste opvang

Werk *vooraf* procedures en protocollen uit waarop je kan terugvallen. Zet in op:

Rust is besmettelijk

- Rustig *zijn* ≠ rustig *doen*
- Eerst zelf rustig worden, dan anderen helpen
- Wie kan vanuit rust handelen in kritische situaties?

Voorspelbaarheid is veiligheid

- Communiceren over wat je weet, wat je niet weet, wat gaat komen, wanneer je de volgende keer zal communiceren
- Wie gaat wat wanneer via welk kanaal aan wie communiceren?

Verbondenheid is (veer)kracht

- Breng mensen samen (koffie & taart)
- Ga er staan als *mens*, niet als directie/preventieadviseur/...

"We kregen vanmorgen het moeilijke nieuws over X. Dit raakt ons allemaal, op verschillende manieren. Daarom organiseren we straks, na schooltijd, een samenkomst in [ruimte/lokaal]. Iedereen is van harte welkom om even stil te staan, vragen te stellen of gewoon samen te zijn."

Stap 3: eerste opvang

Wie kan dit doen?

In de eerste opvang heb je iemand nodig die...

- Rustig *is*
- Niet bang is van heftige emoties
- Koffie en taart kan klaarzetten
- Praktische informatie kan communiceren
- Vertrouwt op de kracht van menselijke verbinding

Stap 4: nazorg

Werk *vooraf* procedures en protocollen uit waarop je kan terugvallen.

Debriefing

Samen in gesprek over:

- Wat is er gebeurd?
- Hoe is dit bij mij binnengekomen?
- Wat heb ik / hebben we nodig?

Psycho-educatie

De 4O's

Normaliseren van traumatische stress

“Je lichaam weet perfect wat het nodig heeft.
Je moet er alleen naar durven luisteren.”

Opvolging en doorverwijzing

Stap 4: nazorg

Wie kan dit doen?

In de nazorg fase heb je iemand nodig die...

- Rustig *is*
- Niet bang is van heftige emoties
- Basiskennis heeft over trauma (psycho-educatie & normaliseren)
- Kan doorverwijzen indien nodig

Ondersteuning en doorverwijzing



Extern

- Huisarts
- (trauma)psycholoog
 - www.vindeenpsycholoog.be
- CAW (Centrum Algemeen Welzijnswerk)
- Slachtofferhulp politie
- POBOS
- Werkgroep Verder (opvang na zelfdoding)

"Ongeveer 80% van de veteranen ontwikkelt geen significante PTSS-klachten."

— *Psychotraumanet, ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum*

Stap 5: preventie en sensibilisering

**Het gaat beter met me
sinds het oké is als het soms
even wat minder gaat.**

OM
DENKEN

via Met Aandacht

- Opleiding voor leerkrachten en ondersteunende medewerkers
- Formeel en informeel bij elkaar inchecken (ook in 'alledaagse stress')
- “Emotionele diarree, dat is oké!”
- “Wat heb *jij* nodig om er voor de ander te kunnen blijven staan?”

Tijd voor actie



RESILIRE

Tijd voor actie

Kies één actiepunt.

Maak het concreet.



Zoek een buddy.

Zet binnen de 72u een eerste stap.

Daisy Buttiens

daisy@resilire.be

0496 25 35 99

www.resilire.be

Vragen?

Meer weten?
Volg ons op LinkedIn 😊

