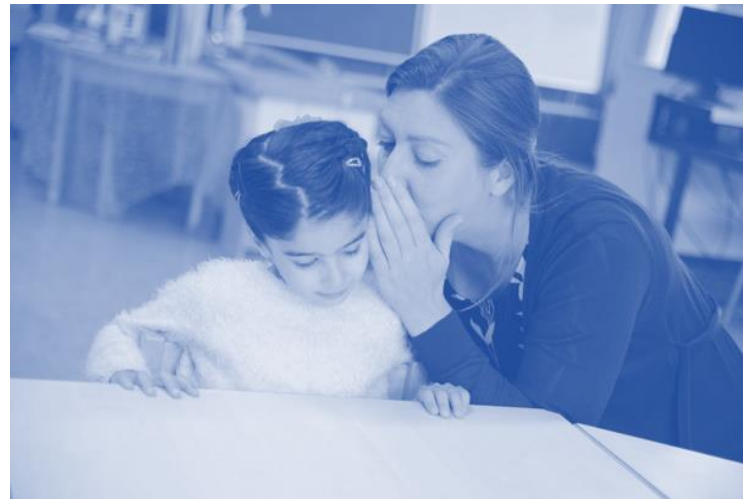




DE PARASOL

School voor speciaal basisonderwijs



Richtlijn schorsing en
verwijdering van leerlingen
SBO de Parasol



Inhoud

**Overal waar staat "betrokkenen" kunt u lezen; Directie, leerlingen, medewerkers, stagiaires, ouders, wettelijk vertegenwoordigers, andere disciplines en extern betrokken partijen. 4*

Richtlijn opvang en nazorg bij incidenten.....	4
Inleiding.....	4
Mogelijke oorzaken schokkende gebeurtenis.....	4
Stressreactie.....	4
Veiligheid eerst.....	4
De eerste opvang direct na het incident.....	5
De leidinggevende of bevoegd gezag.....	5
Opvolgende opvang na het incident.....	6
De leidinggevende verwijst naar bedrijf opvangteam of gespecialiseerde collega's.....	6
Aanvullende hulp.....	6
Evaluatie.....	6
Checklist 1 Wat kun je zelf doen?	7
Checklist 2 Wat kun je voor de ander doen?	8
Checklist 3 Wanneer professionele hulp invoeren?	9

Datum laatste bijwerking: 03-02-2021

In opdracht van: Anja Kusters (directie)

Locatie gegevens:

Richard Hollaan 2
3144 BB
Maassluis

Uitgevoerd door:

D-tac focus op gedrag en veiligheid
Waaier 34A
2451 VV Leimuiden
0172-507536



De auteur kan, behoudens opzet, bedrog of grove fout en nalatigheid in zijn hoofde, niet aansprakelijk worden gesteld voor schade die gebruikers hebben geleden door het consulteren of gebruiken van dit document en de erin opgenomen informatie.

Richtlijn opvang en nazorg bij incidenten

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën, of op welke manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van D-tac focus op gedrag en veiligheid.

**Overall waar staat "betrokkenen" kunt u lezen;
Directie, leerlingen, medewerkers, stagiaires, ouders, wettelijk vertegenwoordigers,
andere disciplines en extern betrokken partijen.*

Richtlijn opvang en nazorg bij incidenten

Inleiding

Tijdens je werk of in een privé situatie kan er plotseling iets naars gebeuren wat grote indruk op je maakt. Er kan dan sprake zijn van een schokkend incident. Het is een ervaring die je denken, voelen en handelen voor een zekere tijd in enige mate beïnvloedt. Je kunt zelfs een trauma oplopen of langere tijd niet in staat zijn je werk te hervatten. Het liefst willen we de confrontatie met schokkende incidenten natuurlijk voorkomen. Maar als het zich toch voordoet willen we de getroffen en goed kunnen opvangen en ondersteunen, waardoor zij de opgedane ervaring kunnen verwerken en de dagelijkse werkzaamheden weer op kunnen pakken.

Mogelijke oorzaken schokkende gebeurtenis

Er kunnen heel veel situaties zijn die als schokkend worden ervaren. Wat door de een als heftig wordt ervaren kan bij de ander nauwelijks ervaringen oproepen. Hoe iemand iets ervaart heeft verschillende redenen. Het kan te maken hebben met het karakter, maar ook de opgedane levenservaring en het daarbij behorende referentiekader zijn van belang. Het gevaar dat hierin schuilt is dat mensen soms onvoldoende begrip kunnen hebben voor de ervaringen van de ander. Wat een schokkende gebeurtenis in ieder geval kenmerkt is dat het buiten het patroon valt van gebruikelijke menselijke ervaringen en leed veroorzaakt. Enkele voorbeelden van mogelijke schokkende gebeurtenissen kunnen zijn; verbale en of fysieke agressie, (be)dreiging of intimidatie, overlijden in directe omgeving, verkeersongeval, reanimatie, aanranding, verkrachting, (mogelijke) besmetting of de gevolgen van foutieve handelingen.

Stressreactie

Het eerste wat er gebeurt bij een schokkende gebeurtenis is dat er een acute stressreactie ontstaat. Stress betekent letterlijk spanning. Stress ontstaat wanneer spanningen kort of langdurig erg hoog oplopen. Tijdens een acute stressvolle situatie ontstaat in het lichaam een reactie die we vluchten of vechten noemen, fight-or flight response. Dit is een instinctieve reactie van het lichaam om jezelf te prepareren om bij bedreiging of gevaar te overleven. Het lichaam wordt als het ware in paraatheid gebracht om te overleven. Hoe iemand reageert op acute stress is moeilijk in te schatten. Sommige mensen gaan over tot handelen, anderen verstarren of bevriezen. De manier waarop iemand reageert is voor een deel aangeboren en voor een deel aangeleerd. Als de bedreiging of het gevaar voorbij is heeft het lichaam enige tijd nodig om de acute stress te laten dalen. Als iemand langere tijd onder grote stress blijft functioneren kan er overspannenheid of een burn-out optreden

Veiligheid eerst

Voordat we na een incident over gaan tot opvang en nazorg is het eerst van belang de veiligheid te herstellen. In de praktijk zal dit meestal gebeuren door de bedrijfshulpverlening, of EHBO opgeleide collega's, leidinggevende. Het gaat hierbij om een aantal praktische handelingen die erop gericht zijn te voorkomen dat een situatie verergerd.

Je kan hierbij denken aan de volgende zaken;

- Herstellen van de veiligheid
- Inschakelen van andere collega's
- Verwijderen gevaarlijke materialen
- Primaire beoordeel zorg/hulpbehoefte van het slachtoffer
- Controle op andere slachtoffers of mogelijk risico
- Alarmering van politie, brandweer en of ambulance via **112**
- Verlenen van EHBO.
- Verwijdering van het slachtoffer uit de situatie
- Herstellen van de rust.
- Begeleiding van slachtoffer naar huisarts of SEH.

De eerste opvang direct na het incident

Na de eerste stressreactie (primaire verwerking) van de gebeurtenis kunnen er verschillende gevoelens opkomen. Je kan verdrietig of juist heel boos worden. Je kan angst, paniek of schuldgevoel ervaren. Het is op dit moment belangrijk dat je steun krijgt van iemand waar je jezelf veilig bij voelt. Vaak is dit een betrokken collega. De eerste opvang is heel belangrijk omdat zo mogelijk uitval in een later stadium kan voorkomen.

- Zoek een geschikte ruimte waar jullie niet gestoord worden
- Wees er voor de ander
- Drink iets
- Zorg voor frisse lucht
- Laat het slachtoffer; huilen, schreeuwen, schelden, vloeken
- Als iemand het prettig vindt hou hem/haar dan vast
- Luister
- Zeg weinig, vraag weinig en vul zeker geen gevoelens in
- Check de bestaande behoefte
- Begeleiding van het slachtoffer naar huis
- Blijf zo lang als nodig
- De betrokken collega informeert de leidinggevende
- Diezelfde avond nog 1 keer telefonisch contact

De manier waarop jij reageert op een schokkende gebeurtenis kan anders zijn dan bij bijvoorbeeld je collega. Er bestaat geen vaste richtlijn over hoe je jezelf hoort te gedragen na een schokkende ervaring. Ook kan de behoefte die jij hebt aan begeleiding en ondersteuning verschillen. Hier is maatwerk de enige oplossing.

De leidinggevende of bevoegd gezag

- Wordt gebriefd door collega
- Wind voldoende informatie in (zijn er nog meer betrokkenen of slachtoffers)
- Neemt eerste maatregelen richting de dader (sanctie, schorsing)
- Ouders/verzorgers worden direct op de hoogte gesteld van het incident.
- Draagt er zorg voor dat slachtoffer en dader geen contact hebben tot het slachtoffer kenbaar dit te willen.
- Er wordt besloten of het kind door ouders/verzorgers opgehaald wordt.
- Zorgt ervoor dat taken eventueel worden overgenomen

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën, of op welke manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van D-tac focus op gedrag en veiligheid.



- Draagt er zorg voor dat de werkvloer niet onderbezet raakt
- Brengt andere medewerkers via een korte briefing of e-mail op de hoogte van de situatie.
- Stelt bij materiële schade de procedure voor het verhalen van schade in werking.

Opvolgende opvang na het incident

Na de eerste opvang vindt de volgende stap binnen 48 uur plaats na de gebeurtenis. De leidinggevende of daarvoor aangewezen persoon neemt contact op met het slachtoffer. Er mag in dit gesprek nimmer sprake zijn van een schuldvraag of beschuldiging. Hierbij worden de volgende zaken besproken;

- Hoe is het met de betrokkene(n)
- Wat is de bestaande behoefte van het slachtoffer
- De leidinggevende wijst het slachtoffer op de mogelijkheid tot aangifte
- De leidinggevende doet het verzoek aan het slachtoffer tot invullen van de juiste documenten en biedt hierbij ondersteuning aan.
- De leidinggevende maakt een inschatting van de impact die het incident heeft gehad
- Indien gewenst maakt de leidinggevende een melding bij het bestuur.

De leidinggevende verwijst naar bedrijf opvangteam of gespecialiseerde collega's

Soms is één gesprek niet voldoende en wil de betrokken medewerker vaker praten.

Ook kan het zo zijn dat het slachtoffer later klachten krijgt die er duiden dat aanvullende gesprekken alsnog nodig zijn. De leidinggevende kan dit zelf doen of doorverwijzen naar het bedrijf opvangteam of speciaal opgeleide collega's. Er vinden vervolgens maximaal vier gesprekken plaats om de gevolgen van het trauma verdergaand te beperken. Na deze vier gesprekken maakt de leidinggevende of ingeschakelde hulp een objectief verslag uit over de ervaringen, bevindingen en eventuele adviezen. Dit gebeurt altijd in nauw overleg met het slachtoffer. Er is hier sprake van een geheimhoudingsplicht.

Omdat iedere situatie weer anders is, zal je eventueel moeten improviseren.

Aanvullende hulp

Een traumatische ervaring is ernstig en niet zomaar verdwenen. Het komt soms voor dat er ondanks alle inspanningen toch behoefte bestaat aan aanvullende hulp. Deze behoefte ontstaat vaak omdat het slachtoffer veel last heeft/houdt van klachten die bij een trauma, burn-out of overspannenheid horen. Zowel het slachtoffer zelf of de eventueel betrokken arts kan dan aanvullende hulp inschakelen. Er valt hierbij te denken aan; bedrijfsmaatschappelijk werk, psycholoog, slachtofferhulp etc.

Evaluatie

- Tijdens het eerstvolgende teamoverleg evalueert de leidinggevende het incident. Er wordt bekeken van het incident te leren is en of er aanvullende maatregelen genomen moeten worden, zoals een aanpassing van protocollering of een werkprocedure

** zie bijlage checklists opvang/ nazorg bij schokkende incidenten.

Praktische checklists na een schokkend incident

Checklist 1 Wat kun je zelf doen?

- Probeer het incident onder ogen te zien en te erkennen.
- Neem tijd voor het natuurlijke, langzame proces van herstel.
- Gun jezelf momenten van ontspanning en doe ook regelmatig routine werkzaamheden.
- Pot gevoelens niet op, maar uit ze.
- Deel je verdriet met je partner en kinderen.
- Vermijd niet om te praten over wat je hebt ervaren.
- Grijp elke gelegenheid aan om het incident met anderen de revue te laten passeren.
- Wijs anderen niet af. Je hebt er veel baat bij als je de ervaringen deelt met mensen die hetzelfde hebben meegemaakt.
- Verwacht niet dat de herinneringen (snel) zullen verdwijnen. De bijbehorende beelden en emoties zullen je nog een hele tijd vergezellen.
- Bezig zijn, bijvoorbeeld door anderen te helpen of lichte karweitjes te verrichten, kan verlichtend werken. Overactiviteit is echter niet goed aangezien de aandacht en hulp die je zelf nodig heeft daardoor in de verdrinking raakt.
- Neem (voldoende) tijd om te slapen, rusten, denken en bij je familie en vrienden te zijn.
- Je hebt rust en afleiding nodig, maar om je gevoelens te kunnen hanteren zult je ook soms alleen moeten zijn.
- Wees duidelijk en eerlijk tegenover je familie, vrienden en collega's over je behoeften.
- Probeer je emoties op papier te zetten of om te zetten in tekeningen of muziek.
- Rijd voorzichtiger dan voorheen, wees ook voorzichtig met klusjes of gevaarlijke activiteiten in en om het huis.
- Wees erop voorbereid dat niet iedereen even begripvol en invoelend zal reageren op je moeilijkheden en je verhaal.
- Bedenk dat de overweldigende gevoelens op den duur zullen verminderen.
- Bedenk dat een incident gevoelens van eerdere situaties kan losmaken.
- Vermijd, zo veel mogelijk, het nemen van belangrijke beslissingen en keuzes.
- Als je niet voldoende steun krijgt, aarzel dan niet om zelf het initiatief te nemen.
- Praat niet alleen over jezelf.
- Bedenk dat een gebrek aan reactie niet betekent dat mensen geen belangstelling hebben of je niet willen helpen. Veel mensen willen je steunen maar weten niet hoe het aan te pakken.
- Ga met lotgenoten geen strijd aan wie er het slechtst aan toe is.
- Bedenk dat vergeving (door jezelf en anderen) een vitaal onderdeel is van het genezingsproces.
- Probeer, zo veel mogelijk, de structuur van de dag te handhaven zoals die was voor het schokkende incident.
- Wees voorzichtig met geneesmiddelen.

Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën, of op welke manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van D-tac focus op gedrag en veiligheid.

Checklist 2 Wat kun je voor de ander doen?

- Blijf contact houden en blijf beschikbaar, ook als de ander niet enthousiast of zelfs afwijzend reageert.
- Praat niet meteen over de toekomst, maar richt je op het heden en het verleden.
- Probeer in je reacties zo dicht mogelijk bij je eigen gevoel te blijven.
- Sta de ander toe te huilen. Huilen haalt de stoom van de emotionele ketel.
- Als je iemand wil troosten vraag dan of de ander hiervoor open staat. Mensen die een ingrijpend incident hebben meegemaakt, ervaren vaak een lijfelijke leegte. Ze hebben vaak behoefte aan aanraking en een knuffel.
- Praat in het begin niet te veel. Laat vooral de ander aan het woord. Stel vooral vragen als “Wat is er precies gebeurd?”, “Wie was erbij?”.
- Vat regelmatig in eigen woorden samen wat je de getroffene hoort zeggen.
- Bedenk dat de getroffene in het begin vaak angstig is en hunkert naar gezelschap. Meestal is het voor de persoon belangrijker dat er op de achtergrond iemand is dan dat er gepraat wordt.
- Wees voorzichtig met grapjes, hoe goed bedoeld ook.
- Moedig niet aan tot herstel.
- Veroordeel de gevoelens van de getroffene niet, zoals bijvoorbeeld agressie en/of schuldgevoel.
- Behandel de getroffene verder als een normaal mens. Wees niet over ernstig en/of reageer niet overbezorgd. Doe ook niet geforceerd vrolijk.
- Vertel niet hoe iemand zich moet voelen.
- Als je wilt troosten en helpen maar je weet niet hoe, dan kun je zeggen “Ik heb erg met je te doen en zou graag iets willen zeggen om je te troosten maar ik weet niet wat”.
- Grijp het verhaal van de getroffene niet aan om te vertellen over een soortgelijk incident die jou, een collega of kennis is overkomen.
- Doe iets voor de getroffene. Schrijf een kaartje of een brief, stuur of breng een bloemetje.
- Wees niet ongeduldig en realiseer je dat iemand, die een traumatisch incident heeft meegemaakt, vaak de behoefte heeft keer op keer hetzelfde te vertellen.
- Geef geen goedkope adviezen of raad zoals: “Ga maar eens een weekje op vakantie”, “Probeer eens wat vrolijker te kijken”. Als hij of zij raad wil, zal hij of zij er zelf om vragen.
- Vermijd clichés als: “Je bent niet de enige”, “Zand erover”, “Dat is het risico van het vak”, “Het hoort er nu eenmaal bij”.
- Voorbeelden van meer helpende reacties zijn: “Vertel eens hoe je je voelt”, “Huil maar”, “Je bent sterk”.

Checklist 3 Wanneer professionele hulp invoeren?

- Als je het gevoel hebt de intense gevoelens of lichamelijke reacties niet te kunnen hanteren.
- Als jouw gevoelens niet op de goede plek terecht komen.
- Als jij je chronisch gespannen, verward, leeg of uitgeput voelt.
- Als je herhaaldelijk de drang voelt om je ziek te melden, omdat jouw werk zoveel energie vraagt.
- Bij langdurige lichamelijke symptomen als: hoofdpijn, maagklachten, gebrek aan eetlust.
- Als jij je een maand na het incident nog steeds verdoofd en leeg voelt.
- Als nachtmerries en slecht slapen maar niet over gaan.
- Als je niemand hebt of kent met wie jij je gevoelens kunt delen en je het gevoel hebt dat dit nodig is.
- Als je merkt dat jouw relaties onder druk komen te staan of ernstig onder het incident lijden.
- Als je ongelukken krijgt.
- Als je sinds het incident meer rookt en drinkt.
- Als je geobsedeerd bent door de vrees voor een herhaling van het incident.
- Als je anders of buiten proportie heftig reageert op personen of incidenten binnen en buiten de werksituatie.
- Als je merkt dat je geruime tijd na het incident (1 jaar) nog steeds niet functioneert als voor het incident en er ook geen opgaande lijn of verbetering te constateren valt.
- Als je buitengewoon prikkelbaar blijft.
- Als jouw schuld-, angst- of haatgevoelens na verloop van tijd niet minder worden.
- Als je vanuit jouw omgeving regelmatig te horen krijgt dat jij zo veranderd bent.
- Als jij na een maand nog steeds nergens van kunt genieten.
- Als je paniekaanvallen krijgt.