

School & Veiligheid Vertrouwen  werk.nl

ONLINE CONFERENTIE PO, 7 APRIL 2021

ONZICHTBARE KLACHT
ZICHTBARE KRACHT

door Irma van Hezewijk
vertrouwenspersoon
orthopedagoge

1

1

Vertrouwen  werk.nl

INHOUD

Angst
Reacties op angst



Onveilig om te melden
Onveilig om te ontvangen

Dilemma's

Zichtbare kracht

Meer weten?

2

2

Vertrouwen  werk.nl

ANGST-1

Angst hoort erbij, heeft een alarmfunctie.



Deels aangeboren, deels aangeleerd (± 40-60%).
Een angststoornis staat zelden alleen.
Combinaties met o.a. depressie, autisme, adhd,
anorexia, dwangstoornis, hechtingsstoornis,
psychose.

3

3

Vertrouwen  werk.nl

ANGST-2

Angst wordt belemmerend als:


- het tot vermijdingsgedrag leidt;
- het normale functioneren beïnvloed wordt;
- het lang aanhoudt;
- de persoon eronder lijdt.



Angststoornissen zijn het heftigst tussen 5 en 20 jaar en kunnen (onbehandeld) nog lang doorwerken.

4

4

Vertrouwen  werk.nl

REACTIE OP ANGST bij de **angstige** zelf


Primaire reactie:
vechten - vluchten - verstijven.

Secundaire reactie:


- ontkennen;
- vermijden;
- internaliseren; externaliseren;
- + hulp zoeken;
- + de angst onder ogen zien;
- + veilige ervaringen opdoen.

5

5

Vertrouwen  werk.nl

REACTIES OP ANGST bij de **omgeving**-1



Helpende reacties:

- + erkenning;
- + de angst achter het gedrag zien;
- + angstregulatie (met taal);
- + (begeleide) veilige ervaringen aanbieden;
- + ontspanningsoefeningen;
- + GGGG: gebeurtenis -> gedachte -> gevoel -> gedrag;
- + cognitieve gedragstherapie;
- + EMDR: Eye Movement Desensitization and Reprocessing.

6

6

Vertrouens  werk.nl



REACTIES OP ANGST bij de **omgeving-2**

Belemmerende reacties:

- bagatelliseren;
- woede;
- machteloosheid;
- zelf in paniek raken;
- (over)beschermen;
- voortdurend bespreken;
- forcerend confronteren;
- trigger van eigen angsten.

7

7

Vertrouens  werk.nl

ONVEILIGHEID OM TE MELDEN



Onveiligheid bij ouders:

- angst voor de gevolgen voor het kind;
- angst voor (eigen) hoogoplopende emoties;
- machteloosheid, schuldgevoel;
- twijfel, angst voor valse beschuldiging;
- angst voor de beschuldigde;
- angst voor reacties uit de omgeving;
- weinig vertrouwen in de school;
- herbeleven van eigen ervaringen.

8

8

Vertrouens  werk.nl

ONVEILIGHEID OM TE MELDEN


Onveiligheid bij collega's:

- angst voor de gevolgen voor eigen positie;
- angst voor (eigen) hoogoplopende emoties;
- machteloosheid;
- twijfels bij eigen rol;
- angst voor de beschuldigde;
- angst voor reacties uit de omgeving;
- weinig vertrouwen in de schoolleiding;
- weinig vertrouwen in het bestuur;
- herbeleven van eigen ervaringen.



9


9

Vertrouwen  werk.nl

BELEMMERINGEN BIJ VERTROUWENSPERSOON


Mechanismen:


- victim blaming;
- omstandersdilemma;
- samenzwering om te zwijgen;
- onduidelijke signalen;
- zoeken naar ontkenning;
- angst voor de gevolgen;
- weinig vertrouwen in school(bestuur);
- (misplaatste) loyaliteit met beschuldigde;
- trigger van eigen angsten.



10

10

Vertrouwen  werk.nl



DILEMMA'S

- De melder vraagt (vooraf) om geheimhouding.
- In het gemelde verhaal zitten inconsequenties.
- Bij wie kan ik terecht met mijn eigen vragen, twijfels, emoties, onveiligheid?

11

11

Vertrouwen  werk.nl

OVERWEGINGEN BIJ DE DILEMMA'S

- *De melder vraagt (vooraf) om geheimhouding. Dat kun je nooit beloven, je kunt niet verder als je er niets mee mag doen. Beloof wel zorgvuldigheid en overleg. Vraag wat nodig is om het verhaal toch te vertellen, hoe veiligheid kan worden gecreëerd.*
- *In het gemelde verhaal zitten inconsequenties. Je doet als vertrouwenspersoon NIET aan waarheidsvinding, je werkt met de waarheid van degene die bij je komt. Dat biedt veiligheid en vertrouwen. Bovendien bevat een emotioneel verhaal vaak inconsequenties. Bij een perfect kloppend verhaal is er mogelijk sprake van een ingestudeerde of afgesproken beschuldiging.*
- *Bij wie kan ik terecht met mijn eigen vragen, twijfels, emoties, onveiligheid?*

Zorg voor een eigen vangnet, bijv. een externe/interne vertrouwenspersoon, een discrete/integere privépersoon. Wees terughoudend in het delen met collega's.

12

12

Vertrouwen  werk.nl

ZICHTBARE KRACHT BIEDEN -1

Wat heb je te bieden, hoe zorg je voor veiligheid en vertrouwen?



- Vooraf desgewenst alle vragen over je positie, taak, werkwijze beantwoorden.
- Doorvragen hoe je de melder veiligheid kunt bieden.
- Een luisterend oor bieden, ook als je (delen van) het verhaal al kent.
- Een houding zonder (voor)oordelen.

13

13

Vertrouwen  werk.nl

ZICHTBARE KRACHT BIEDEN -2

Wat heb je te bieden, hoe zorg je voor veiligheid en vertrouwen?



- Ruimte voor én begrenzing van emoties, benoemen en erkennen van de emoties.
- Tussentijds samenvatten en checken of je het goed hebt begrepen.
- Nadat de stoom is afgeblazen vragen *wat kan ik voor je doen* of *wat heb je van me nodig* of *wat verwacht je van me*.
- Bieden van structuur en handelingsmogelijkheden¹⁴

14

14

Vertrouwen  werk.nl

ZICHTBARE KRACHT BIEDEN -3


Wat heb je te bieden, hoe zorg je voor veiligheid en vertrouwen?



- Nadrukkelijk de regie bij de ander laten, opties bieden waaruit kan worden gekozen, niet de 'reddersrol' op je nemen.
- Expliciet vragen hoe de eigen veiligheid en die van andere betrokkenen kan worden gerealiseerd, door de melder en/of door jou en/of anderen.
- Een vervolgspraak maken, continuïteit bieden.


15

15

Vertrouwen  werk.nl

ZICHTBARE INNERLIJKE KRACHT-1


Om kracht te kunnen bieden, zul je die zelf moeten hebben. Dat kun je ontlene aan:



- (zelf)reflectie op eerdere ervaringen;
- bewustzijn van je eigen waarden en normen, valkuilen, triggers, grenzen;
- bewustzijn van je eigen patronen om met stress, conflicten, tegenslag om te gaan;
- vergroten van de flexibiliteit van die patronen.


16

16

Vertrouwen  werk.nl

ZICHTBARE INNERLIJKE KRACHT-2

Om kracht te kunnen bieden, zul je die zelf moeten hebben. Dat kun je ook ontlene aan:



- jezelf toestaan om te vragen om bedenktijd, consulteren van anderen;
- de tijd nemen voor een gesprek, op school een achtervang regelen;
- zorgen voor een goed vangnet voor jezelf, professioneel en privé / inhoudelijk en emotioneel.

17

17

Vertrouwen  werk.nl

ZICHTBARE INNERLIJKE KRACHT-3

Jouw interventies kunnen doorslaggevend zijn voor het vergroten van de innerlijke kracht van de ander. Er zijn vele manieren en bronnen, die vaak ook in andere situaties bruikbaar zijn. Toegankelijke manieren zijn bijv. te vinden op www.wel-com.nl; www.wijzijnmind.nl/piekeren; www.academiepratenmetkinderen.

Volgen van cursussen, webinars, deelnemen aan een netwerk voor intervisie/casuïstiek/uitwisseling, ook dat helpt je aan tools.



18

18

Vertrouwen*s*  werk.nl

ZICHTBARE **UITERLIJKE** KRACHT-1



Uiterlijke kracht heeft te maken met de (vak)technische kant van vertrouwenswerk.

- Wees zichtbaar voor je doelgroepen, bijv.:
 - de kinderen door een rondje langs de klassen;
 - de ouders door de nieuwsbrief, een ouderavond;
 - de collega's door een teamvergadering.
- Wees vlot vindbaar op de website, met duidelijke bereikbaarheidsgegevens.

19

19

Vertrouwen*s*  werk.nl

ZICHTBARE **UITERLIJKE** KRACHT-2

- Maak concrete, transparante afspraken en houd je daaraan.
- Houd een logboek bij, met vermelding van datum, tijdstip, betrokkenen, afspraken.
- Zorg voor goede afspraken over de (digitale) dossiers van de vertrouwenspersoon.
- Houd in de gaten of betrokkenen (kinderen én volwassenen) geen nadelige gevolgen ondervinden van hun melding en kom in actie als dat wél zo is.



20

20

Vertrouwen*s*  werk.nl

MEER WETEN?



Zeer aanbevolen:

- Anton Horeweg *Dit is een verschrikkelijk boek (2020) met een gouden boodschap*
- Iva Bicanic+ Richard Korver *Dicht bij huis (2020) Hoe steun je een kind na seksueel misbruik ?*
- Chiquita Welmerink *Opgelost! (2020) Een unieke methode om zelf conflicten op te lossen, ook als de ander niet meewerkt*
- Fredrike Bannink *Een beter leven, hoe dan? (2019) Een *****-strategie voor een plezierig, betrokken, zinvol en succesvol leven en positieve relaties*

21

21

Vertrouens  werk.nl

TOT SLOT
Nog vragen?
irmavanhezewijk@vertrouenswerk.nl
www.vertrouenswerk.nl

Q&A

En veel wijsheid en kracht in je werk als vertrouwenspersoon!



22

22
