

Dames en ook heren,

[plaatje met naam en functie]

Film Spoor2

[plaatje met naam en functie]

Ik wil u graag wat voorleggen en mogelijk dat u mij daarbij kunt helpen vanuit uw gezichtspunt.

Ik ben al enige jaren de regionaal coördinator van ons collegiaal nazorg team in Drenthe. En dat lijkt goed te gaan. [plaatje ☺]. Veel mensen roepen dat nazorg op de kaart staat. Dat het gebeurd. Dat ze erop kunnen vertrouwen enz. enz. Vraag maar aan de collega's van Drenthe om je heen...

Maar ik ben niet zo tevreden [plaatje ☹]. Ik denk dat het anders moet.

Nu ben ik niet zo gauw tevreden. Beetje een perfectionist. En daar is natuurlijk direct mijn valkuil.

En de reden dat ik ontevreden ben.

Laat ik u eerst even schetsen hoe onze organisatie en werkwijze in elkaar zit en dan mijn onrust op tafel leggen

Zo dus [plaatje wolkjes] 3 teams, elk bestaand uit plm. 10-15 mensen, dat schommelt. Elk team twee coördinatoren voor de teambinding en ik mag de centrale dingen doen.

Bij een alarm voor het COT krijgen alle leden de oproep. WhatsAppen naar elkaar de beschikbaarheid en de team coördinator [plaatje] deel; een ploegje in. Zorgt voor verdeling, mogelijk extra experts erbij als het een specifiek incident gaat. Verzamelt het verslagje. Plant ook elk jaar iets in met het team voor de teambinding.

Ik knoop alles aan elkaar [plaatje], zorg voor geld, voor een plek in de beleidsplannen enz.

Samen (alle coördinatoren en ik) plannen werving en selectie, kiezen een opleidingsinstituut, organiseren de jaarlijkse bijscholing enz. Ook ben ik het bestelluikje voor Vakbekwaam worden, want in de basisopleidingen van manschap en bevelvoerder verzorgen wij, de COT-ers de lessen over nazorg / collegiale opvang welke het opleidingsinstituut de BON inplant. Voor de nieuwe generatie brandweermensen. En voor toekomstige ontwikkelingen zijn we aangesloten bij de Landelijke Vakgroep Nazorg van Brandweer Nederland voor o.a. mentale veerkracht. En oh ja... we doen ook nog wat met het landelijk onderzoek van het IFV en de RIG...

Nou ja, klinkt dat allemaal niet goed? Mis ik nog iets?

Organisatorisch en toekomstgericht geregeld zouden de organisatiespecialisten zeggen.

Vinkje, vinkje... [plaatje],

Maar... nu komt mijn onrust...

Werkt dat ook allemaal echt...

Wat is het doel? Waarom doen we dit ook al weer...

Oudgedienden kennen de kreet en brochure waar het mee begon misschien nog wel: **Niemand is van steen**... Daar begint het jaren terug mee en is in de jaren daarna meer en meer tot normaal besef geworden. Dat je in het brandweerwerk dingen meemaakt die je raken. Die je niet zo gemakkelijk wegspoelt met een glaasje fris... of bier of kopje koffie en een broodje kroket.

Dat het meegemaakte terugkomt en je achtervolgt. Voor een korte tijd of voor een langere tijd. Slapeloze nacht, of nachten, nachtmerries. Afijn, laat ik het gras daarover niet voor de collega's ie nog komen weg maaien, maar ik wil één voorbeeld noemen. Het meest dramatische wat je als brandweerman kan overkomen... collega's kwijtraken. De brandweer Drenthe en met name de collega's in Eelde kunnen daarover mee praten. 10 jaar geleden gebeurde hen dat. Drie collega's tegelijk bij de **brand in de Punt**. De post Eelde werd hard geraakt. Maar niet alleen de leden van Eelde, maar alle bijstandsverlenende collega's van hoog tot laag (en dat waren er heel wat) hebben hier een tik van gehad. Het heeft vele uren liefdevolle collegiale nazorg, opvang en professionele begeleiding gekost gedurende twee – drie jaar daarna voor de verwerking. **Bij een reünie** vorig jaar van een buurpost vertelde een ex-collega daar dat hij vanwege de brand weg was gegaan bij de brandweer. Voelde zich verloren. Zelf was ik commandant van de betrokken post en heb veel georganiseerd en gefaciliteerd. Misschien daarom ook nu nog wel steeds wel mij regionale rol in nazorg.

Maar om aan te geven dat het niet te voorspellen is hoe iets uitpakt: kort na het incident in de Punt in 2008 werden we gebeld door een oud collega. Hij had de brand 25 jaar daarvoor in 1982 (een supermarkt in Hoogeveen) meegemaakt waar twee collega's waren omgekomen. Hij vertelde dat alles weer boven kwam en daar zeer emotioneel van was geworden.

En daarmee heb ik weer een opstapje naar mijn **probleem**....

Hoe krijgen we onze mensen nog beter tussen de oren dat wat je nu doet aan nazorg zich **later uitbetaald**. Nu elkaar helpen, ook al lijkt het "niet nodig" verdient zich terug.

Herkennen jullie deze vraag: "achterom kijkend: nazorg hoeft niet toch? Niemand heeft het slachtoffer toch vastgehad?" of "vonden jullie het een erg incident?" waarop oude rotten in het vak natuurlijk nee zeggen en de jonkies wijselijk sociaal hun mond houden. En er wordt dus weinig of niet over gesproken.

Hoe krijgen we het voor elkaar dat we als collega's, oud of jong qua leeftijd, wel of niet ervaren in het vak met elkaar bewaken dat wat je beleeft en meemaakt te allen tijde bespreekbaar moet zijn. Dwars door rangen, standen, ervaringsniveaus heen.

Schaamte of misplaatse bescheidenheid past hier niet bij.

Sta als collega op het recht dat elke collega recht heeft op ondersteuning !

Laten we eens even kort de context bekijken...

De cirkels... [uitleggen]

Maar als we dat willen bereiken, ook met die organisatorisch correcte organisatie die ik zojuist geschetst heb, betekent dat wel een **paar zaken**:

1. We moeten collegiale opvang zo laagdrempelig mogelijk organiseren. En met collega's bedoel ik alle collega's. Niet alleen door opgeleide COT-ers of TCO-ers (afhankelijk van de regio ☺). Maar ook op de posten zelf. De post chefs, de bevelvoerder én de collega manschappen. Niet wegwuiven van de ernst maar altijd respecteren én accepteren dat een ander (al is het er maar één) in de ploeg die extra aandacht en gesprektijd nodig heeft.
2. Het moet normaal worden dat na een inzet ademlucht wordt bijgevuld, schoon werken wordt toegepast, apparatuur wordt gecheckt én een nagesprek plaatsvindt. Altijd starten ermee en je kunt stoppen als het klaar is.

3. Leidinggevend en op alle niveaus moeten de tools krijgen om signalen te zien dat een nagesprek óf vervolg gesprek nodig is. Dat is te trainen. Maar daarmee worden ook de grenzen geleerd, want...
4. Het moet organisatorisch geregeld zijn voor het vervolg. Het invliegen van COT-ers is één middel, maar professionele hulp in de vorm van de Basis, het IVP of iets dergelijks op afroep is essentieel. Dat moet geregeld zijn. Daarvoor moeten eigenlijk kosten nog moeite gespaard worden. Uit mijn ervaring met de Punt weet ik dat dat werkt!
Het Steunpunt van De Basis is natuurlijk een pracht initiatief en, zoals ik begrepen heb, het werkt het ook nog...

Ik beseft me tegelijkertijd dat dit allemaal Repressie is. **Mosterd na** de maaltijd. Het leed is al geschiedt en we gaan het aanpakken.... Daar zijn we als brandweer in de praktijk goed in.

Maar hoe zit dat nu met preventie...?

Kunnen we het ook voorkomen...

Dat zou mooi zijn maar in de praktijk natuurlijk niet altijd haalbaar.

Toch loopt er een meerjarig onderzoek, gehouden door **het IFV in** samenwerking met de RUG. Om te kijken of het in kaart te brengen is welke veranderingen in de mens het werken bij de brandweer teweeg brengt. Zou je kunnen voorspellen wat nu bij mensen stress reacties veroorzaakt op korte en langer termijn. Het voert nu te ver dat helemaal uit te leggen, maar als je geïnteresseerd bent, kijk eens op de site van brandweer Nederland hierover.

Maar korte termijn preventie bestaat ook. U hebt allemaal vast wel eens gehoord van de stabiliteit driehoek / driehoek van impact: drie zijden is een stabiel vlak.

Is een van de zijde korte, dan ontstaat er disbalans.

[Uitleg van de driehoek] en voorbeelden wat je er zelf aankunt doen.

Maar ook: bewaak je collega hierop.

Collegiale opvang. Zijn we weer terug bij af.

Want als je als collega's het hulpverleningswerk doet, elkaar aanspreekt c.q. helpt bij onbalans én zorgt voor de opvang na het incident dan ben je goed bezig.

Maar hoe krijgen we nu dit tussen oren en in het "normale" gedrag van onze ruim 24.000 collega's. Dat is mijn probleem. Nou nee... ik beperk mijn probleem maar even tot de 900 in Drenthe. Maar als brandweer Nederland is het natuurlijk groter.

En daar hebben we elke kracht bij nodig.

Laat ik tot slot een **oproep** doen: als u met z'n allen na vandaag met alle verhalen er ook zo over denkt en daarna gaat handelen (en u uw collega dames daartoe ook overhaalt) heb ik alvast een deeloplossing van mijn probleem bereikt met ruim 1200 medestanders.

Alvast dank daarvoor.

Dank voor uw aandacht