

Veiligheidsregio Utrecht
vru.nl

Masterclass Maatschappelijke rol - GV

Bijdrage van Leon Bat
Geestelijk verzorger

1



Veiligheidsregio Utrecht
vru.nl

Geestelijke verzorging bij de VRU

hoe heb ik die rol opgepakt?

Met vreugde, voldoening en volharding



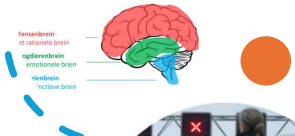

2



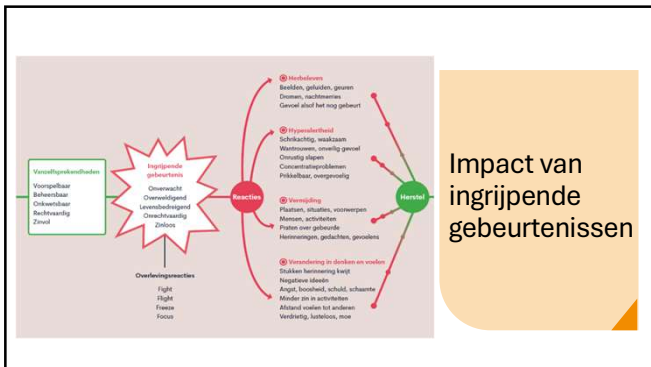
3

Impact van ingrijpende gebeurtenissen

- Ik heb er geen woorden voor
- Ik sta te 'shaken' op mijn benen
- Knoop in mijn maag
- Ik kreeg een hartverzakking
- Hullen
- Boosheid
-
- Dehumanisering...
- Geschonden gevoel van:
 - Veiligheid
 - Vertrouwen
 - rechtvaardigheid
- Narratief ontbreekt

4



5

Inzet op sociale steun en experiëntiële vermijding



Het DNA van de Brandweerkraft

- Hulpverleners, eerst de ander
- Geen woorden maar daden
- Emoties opzij
- Conflict-vermijding
- Maar intrinsiek gedreven...

6

PTSS - onderzoek Miriam Lommen (RUG)

- PTSS (nu) bij de brandweer in Nederland: 1 - 2%
- Ooit met PTSS te maken gehad: 7 - 9%
- Risicofactoren:
 - Weinig tot geen sociale steun
 - De beleving dat je echt even dacht dat je dood zou gaan
 - Overmatige schuldgevoelens
- Kenmerken PTSS:
 - Herbeleving
 - Vermijding
 - Negatieve gedachten en stemming
 - Verhoogde prikkelbaarheid en reactiviteit



7

PTSS - onderzoek Miriam Lommen (RUG)

Voorspellers:

- Veerkracht
- Betekenisgeving
- Experiëntiële vermijding (coping)
- Repetitief negatief denken (piekeren)
- Ervaren sociale steun op werk


Conclusies:

We moeten inzetten op sociale steun en experiëntiële vermijding



8

Preventie met het model positieve gezondheid



MIJN POSITIEVE GEZONDHEID


LELIEMODEL

INTRODUCTIE VAN EEN BREDERE VISIE OP GEZONDHEID

9

Geestelijke Verzorging bij de VRU

Kamp van Koningsbrugge: Motivatie – doorzettingsvermogen - verantwoordelijkheid




Ijsberg van Mc Callend

Pyramide van Dits

10

Trainingen – kernwaarden, copingstijlen, cultuur




11

Wapenschild

betekenis voor:

- Veerkracht
- Betekenisgeving
- Experiëntiële vermijding (coping)
- Repetitief negatief denken (piekeren)
- Ervaren sociale steun op werk



12

Wat doet de geestelijke verzorger?

- Begeleiding (micro)
- Training (meso)
- Onderzoek en Advies (macro)
- Presentie



13

Tips

1. Waar gaat jouw hart sneller van kloppen, wat zie je, voel je?
2. Ga relaties aan, wees bereid om een offer te doen, je kwetsbaar op te stellen, je afhankelijk van anderen te maken. Heb ook oog voor het welbegrepen eigenbelang.
3. Wees hermeneut van je context. Geef terug wat je ziet, wees aanwezig, wees vrijmoedig.
4. Studeer. Je expertise draagt bij aan je betekenis. Oefen in meesterschap, weet waar je je focus op wilt leggen, en doe daar geen concessies op. Leg uit en neem mee.
5. Sluit aan bij wat er al is. Er is veel waardevols in de organisatie en samenleving. Versterk dat, sluit er bij aan. Leg de nadruk op samenwerking, maar leg ook je specifieke meerwaarde goed uit. In eenvoudige woorden.
6. Richt je op een integrale benadering van mentale gezondheid; in visie, maar ook in opleiden en trainen, in leiderschap, in structuur van de organisatie en samenwerking.
7. Borg de aandacht voor zingeving in je organisatie. Het is de sleutel tot vitaliteit, veerkracht, volhouden en vreugde en plezier!

14

14



15