Van: postbus politieke ambtsdragers <politiekeambtsdragers@minbzk.nl>
Verzonden: dinsdag 30 april 2024 16:35
Aan: postbus politieke ambtsdragers <politiekeambtsdragers@minbzk.nl>
Onderwerp: Nieuwsbrief Netwerk Weerbaar Bestuur - april 2024

Nieuwsbrief april 2024

Wanneer is er echt een grens bereikt en hoe laat je dat zien? De NS gaf recent een helder statement over deze grens: tot hier en niet verder. Na het gewelddadige incident tegen een vrouwelijke conducteur eerder deze maand, besloot de vervoersmaatschappij alle treinen op zaterdagavond 20 april om 22.30 uur drie minuten stil te zetten. Veel andere vervoersbedrijven verklaarden zich solidair en deden met de actie mee.

Weerbaarheid in het nieuws

- In Houten is een 53-jarige man aangehouden voor het 'ernstig bedreigen' van burgemeester Isabella. De bedreigingen volgden op het plan van de gemeente om tijdelijk asielzoekers te huisvesten. De gemeente benadrukt dat de vrijheid van meningsuiting een groot goed is, maar dat er met het uiten van bedreigingen een belangrijke grens wordt overschreden.
- Lokale politici in de gemeente Tubbergen hebben te maken met ernstige bedreigingen en intimidaties. Aanleiding is de komst van een nieuw asielzoekerscentrum in Albergen dat onderdeel is van de gemeente Tubbergen. Verschillende fractievoorzitters vinden het tijd om naar buiten te treden en een statement te maken. "Dit doet wat met ons en met de lokale democratie." Hilde Westera benadrukt namens het Ondersteuningsteam Weerbaar Bestuur hoe belangrijk het is dat raadsleden elkaar ondersteunen en durven uit te spreken wat hen overkomt. Bekijk bijgesloten pfd's voor de volledige berichten. De gebeurtenissen volgen op eerdere berichtgeving dat de politie een man uit Albergen heeft aangehouden voor het bedreigen van burgemeester Anko Postma.
- Verschillende collegeleden, raadsleden en ambtenaren in Zundert voelen zich geïntimideerd door mensen die het niet eens zijn met een bouwplan. Volgens burgemeester Joyce Vermue heeft het besluit boze reacties opgeroepen en zijn op het raadhuis intimiderende woorden gevallen met als doel het besluit terug te draaien.
- De Leidse wethouder Yvonne van Delft ontvangt haatberichten en bedreigen sinds haar reactie op een statement van theater De Generator. Het theater riep een storm van protest over zich af, onder meer door een oproep aan de rest van de cultuursector geen artiesten te programmeren 'die de genocidale militaire campagne van Israël tegen de Gazanen' steunen. Van Delft gaf aan geen reden te zien de subsidie voor het theater in te trekken, juist omdat het theater zijn oproep later afzwakte. Daarop werd zij zelf ook onderdeel van het protest. De voltallige Leidse gemeenteraad en burgemeester Peter van der Velden hebben de vele haatreacties en bedreigingen veroordeeld.

- De Beverwijkse wethouder Jaqueline Dorenbos stapt op. Ze geeft aan dat gezondheidsproblemen als gevolg van een hoge werkdruk en een aanhoudende stroom intimidaties en bedreigingen haar tot dat besluit hebben gebracht. Dorenbos ervoer een hoge werkdruk nadat ze eerder portefeuilles, zoals parkeerbeleid, had overgenomen van een wethouder die ook al met gezondheidsproblemen was vetrokken.
- Een 52-jarige man uit Geldermalsen blijft langer vast zitten voor het bedreigen van burgemeester Stoop van de gemeente West-Betuwe. Naast de burgemeester zou hij ook een medewerkster van de afdeling Zorg hebben bedreigd en belaagd. De man is dakloos en kampt al langer met schulden en andere problemen.

‘Provinciebrede norm motor voor goede samenwerking’

In een aantal provincies in Nederland hebben de provincie zelf, gemeenten, waterschappen en RIEC’s de handen ineen geslagen om te komen tot een gezamenlijke weerbaarheidsnorm tegen ondermijnende invloeden. Zo’n norm biedt hen een duidelijk handelingskader om barrières op te werpen voor criminelen en om te gaan met vormen van oneigenlijke druk. Utrecht en Zeeland zijn twee van de provincies die met deze weerbaarheidsnorm werken. Alma Broekmaat (Regisseur Veilige Publieke Taak in Utrecht) en Rianne van Iwaarden (Adviseur Zeeuwse norm Weerbare Overheid in Zeeland) vertellen er meer over. Een overzicht van de bestaande weerbaarheidsnormen per provincie is hier te vinden.

Utrecht werkt aan weerbaarheid tegen ondermijning

Voor het verkrijgen van onder meer reisdocumenten en vergunningen hebben criminelen publieke diensten nodig. Ambtenaren en politieke ambtsdragers krijgen steeds vaker te maken met deze vorm van ondermijning en daarmee helaas ook met vormen van oneigenlijke druk. Minister Hugo de Jonge bezocht onlangs de Gemeente Utrecht, die een grote rol speelt in het tegengaan van criminaliteit in de stad en de regio. Burgemeester Sharon Dijksma en een aantal Utrechtse ambtenaren lieten zien wat de gemeente zoal doet om ambtenaren weerbaarder te maken en hoe er meer kan worden samengewerkt om de weerbaarheid te versterken.

Beveiligingsadvies op maat maakt weerbaar

Op 1 januari 2024 is de vernieuwde regeling beveiligingsmaatregelen decentrale bestuurders ingegaan. Deze regeling werd ontwikkeld door het ministerie van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties (BZK) in samenwerking met het Netwerk Weerbaar Bestuur. De regeling biedt burgemeesters en andere decentrale bestuurders de mogelijkheid om een beveiligingsadvies op maat te krijgen. Dit advies wordt opgesteld door het Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid (CCV) in samenwerking met de Beveiligingsautoriteit van BZK. In het burgemeestersblad vertellen Mirthe Zantvoord (kwartiermaker) en Sander van de Kasteele (veiligheidsadviseur weerbaar bestuur) van het CCV over hoe zo’n advies er uit kan zien en hun ervaringen tot nu toe.

Impact van bedreiging en beveiliging

Netwerkpartner Arq/IVP heeft in opdracht van het Kenniscentrum Bewaken en Beveiligen handzame brochures uitgebracht. Een daarvan betreft de impact van bedreiging met een overzichtelijk verwerkingsmodel met stressreacties zoals vermijding, hyperalertheid, schrikbeelden en verandering in denken en voelen. De andere bijgevoegde brochure gaat specifiek in op de impact van het gezin van bedreigde personen en handvatten om met kinderen in gesprek te gaan.

Met de rug naar de samenleving

Een groeiende groep mensen verklaart zich soeverein en keert zich tegen onder meer de overheid. Een deel van hen weigert om belasting te betalen en er is steeds vaker sprake van intimidatie, bedreiging en confrontaties met politie of deurwaarders. Ook ambtenaren, journalisten en politici komen dreiging tegen vanuit deze groep. Hoewel de groep niet zo groot is dat deze een gevaar vormt voor de democratische rechtsorde, maken de inlichtingendiensten en de politie zich wel zorgen over

de aanhoudende groei van de groep. Dit blijkt uit de analyse van de soevereinenbeweging in Nederland van de AIVD die begin april aan de Tweede Kamer werd gestuurd.

Aandacht weerbare organisatie tijdens komende VNG-congres

Tijdens het VNG-congres op 25 en 26 juni 2024 is er weer een stand van het Ondersteuningsteam Weerbaar Bestuur en een workshop over weerbare organisatie. In deze workshop wordt ingegaan op de vraag wat er nodig is voor een veilige publieke dienstverlening en een weerbaar bestuur. Deze vraag wordt beantwoord vanuit drie invalshoeken: een handhaver + leidinggevende, een medewerker + gemeentesecretaris en een bestuurder + griffier. U kunt zich opgeven via de site van de VNG.

In gesprek over weerbaarheid tijdens Dag voor de Raad 2024

Op 5 april vond in het stadhuis in Rotterdam de Dag voor de Raad plaats, georganiseerd door de Nederlandse Vereniging voor Raadsleden. Ruim 250 raadsleden uit het hele land waren er bij en het onderwerp weerbaarheid kwam tijdens de dag op meerdere manieren aan bod. Zo was er een workshop van agressie- en conflictexpert Caroline Koetsenruijter over weerbare democratie. Raadsleden en griffiers gingen hier met elkaar in gesprek over waar de grens ligt van wat toelaatbaar is, het opstellen van een collectieve norm en ondersteuning bij het melden of aangifte doen. In een plenaire bijdrage van Sander Schimmelpenninck waarschuwde de columnist en programmamaker voor het ondermijnende effect van sociale media: “Wanneer er geen feiten zijn, is er geen waarheid. En wanneer er geen waarheid is, is er geen vertrouwen. En wanneer je geen gedeelde waarheid hebt, heb je geen democratie.” Op de site van de Nederlandse Vereniging van Raadsleden ook verslagen van andere onderdelen van de dag te vinden.

Uw bericht de volgende keer hier?

Wilt u een bericht vanuit uw organisatie onder de aandacht brengen van de netwerkpartners? Of wilt u zich aan- of afmelden voor de nieuwsbrief? Mail dan naar politiekeambtsdragers@minbzk.nl.

Dit bericht kan informatie bevatten die niet voor u is bestemd. Indien u niet de geadresseerde bent of dit bericht abusievelijk aan u is toegezonden, wordt u verzocht dat aan de afzender te melden en het bericht te verwijderen. De Staat aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade, van welke aard ook, die verband houdt met risico's verbonden aan het elektronisch verzenden van berichten.
This message may contain information that is not intended for you. If you are not the addressee or if this message was sent to you by mistake, you are requested to inform the sender and delete the message. The State accepts no liability for damage of any kind resulting from the risks inherent in the electronic transmission of messages.

Raad wil niet langer zwijgen: het is te gek dat raadsleden na vergadering niet alleen naar huis durven

Tubantia.nl
24 april 2024 woensdag 03:07 AM GMT

Door: Tom van den Berg

Behalve burgemeester Anko Postma zijn ook gemeenteraadsleden in Tubbergen geïntimideerd en bedreigd vanwege de komst van het azielzoekerscentrum naar Albergen. De lokale politici doorbreken nu het zwijgen. „Dit doet wat met je." En: „Wie wil zich straks nog voor de gemeente inspannen?"

De fractievoorzitters Christel Luttikhuis (CDA), Coen Eidhof (Gemeentebelangen/VVD), Stijn Hesselink (Keerpunt22), Alexander Plegt (Lokaal Sterk) en Hans te Kolsté (PvdA) vinden het tijd om naar buiten te treden en een statement te maken.

Nagenoeg allemaal hebben ze te maken met intimidaties van tegenstanders van het toekomstige azc in Albergen. Ook ambtenaren kregen te maken met intimidatie. Dat gaat hen niet in de koude kleren zitten. Ze spreken van een bedreiging van de lokale democratie.

Groep tegenstanders

Vorige maand werd bekend dat burgemeester Anko Postma bedreigd werd vanwege de komst van een azc naar Albergen, en dat Albergenaar John de V.een gps-tracker onder de auto van Postma plaatste. Ook liep in maart een informatiebijeenkomst van de gemeente in het toekomstige azc een gps-tracker onder de auto van Postma plaatste, waarbij in het voormalige hotel onder meer vernielingen werden aangericht.

Nu blijkt dat ook de fractievoorzitters uit de Tubbergse gemeenteraad doelwit zijn van een groep mensen die zich blijft verzetten tegen het azc in Albergen. Zo kreeg Alexander Plegt een dreigbrief van een anonieme afzender en lag er een plastic pistool op de motorkap van zijn auto. Bij een raadsvergadering boog een bezoeker vanaf de publieke tribune voorover naar Te Kolsté om hem in te fluisteren dat de PvdA'er 'zo'n mooie auto heeft', en een buurtgenoot vernielde met zijn voertuig paaltjes voor de woning van Stijn Hesselink. Om herhaling van een actie, zoals Te Kolsté die meemaakte, te voorkomen, is inmiddels een rij stoelen van de publieke tribune in de raadszaal verwijderd. Luttikhuis geeft aan dat ook via de mail nare berichten binnenkomen.

De fractieleiders hadden al eerder hun verhaal willen doen, zeggen ze nu. „Na die informatiebijeenkomst waarbij ambtenaren hun ervaringen deelden, wilden wij met ons verhaal komen", aldus Te Kolsté. „Daarover hebben we ruggenspraak gehouden met de

burgemeester. Maar we kregen vervolgens het advies van het Openbaar Ministerie (OM) om niet naar buiten te treden." Plegt: „Het zou in het belang zijn van het onderzoek dat het OM heeft ingesteld naar de intimidaties en bedreigingen."

Niet over één kam scheren

Maar het langer zwijgen bleef wringen. Ook omdat de fractievoorzitters naar hun zeggen duidelijk willen maken dat de problemen door een kleine groep worden veroorzaakt. „Het mag niet zo zijn dat heel Albergen nu over een kam wordt geschoren door het gedrag van die kleine groep", aldus Luttikhuis. Haar collega Hesselink heeft ervaren dat er met veel inwoners goed valt te praten over alles wat met het azc te maken heeft. „Maar een kleine groep strooit zand in de raderen."

Meldingen over intimidaties, bedreigingen en andere vormen van grensoverschrijdend gedrag worden verzameld bij de gemeente en vervolgens doorgegeven aan de politie. Ook de commissaris van de Koning in Overijssel wordt volgens Te Kolsté op de hoogte gehouden van zaken die de democratie ondermijnen. De gemeente Tubbergen laat weten daar op dit moment verder niets over te willen zeggen.

Boe roepen

De gemeenteraad wordt verweten te weinig te hebben gedaan om de komst van een azc te voorkomen. Die kritiek wordt als niet terecht ervaren. Verantwoordelijk staatssecretaris Eric van der Burg van Justitie en Veiligheid zou de komst van een azc naar Albergen doordrukken om de druk op het aanmeldcentrum in Ter Apel terug te dringen.

De fractievoorzitters zeggen alle begrip te hebben voor de emoties en kritiek op de gang van zaken rond het azc, met name bij de direct omwonenden. „En het is ook prima, wanneer mensen een keer boe roepen tijdens een raadsvergadering", vindt Eidhof. „Maar maak het niet persoonlijk."

Plegt: „Het was altijd de kracht van de politiek in Tubbergen: je kunt het op inhoud niet met elkaar eens zijn, maar na de vergadering ben je gewoon weer inwoner van de gemeente. Maar het gaat veel te ver, wanneer je 's avonds na de raadsvergadering niet alleen naar huis kunt of durft."

'Te gek voor woorden'

De intimidaties hebben een grote impact op de lokale politici, die er hun zorgen over uitspreken. Luttikhuis: „Dit doet wat met ons. Straks wil niemand meer een rol spelen in het openbaar bestuur, kunnen we niemand meer vinden die zich voor de gemeente wil inspannen."

Toch laten de fractievoorzitters zich niet de mond snoeren in het debat over het azc en andere zaken. Te Kolsté, fel: „Het kan niet zo zijn, dat een klein groepje hier de baas speelt. Dat zou toch te gek voor woorden zijn."

Ook lokale politici worden geïntimideerd en bedreigd vanwege de komst van het azc in Albergen.

Dat de Tubbergse raadsleden zich uitspraken over heftige intimidaties is verstandig: 'Laat het weten, blijf er niet mee rondlopen'. Burgemeester Anko Postma van Tubbergen werd bedreigd vanwege de komst van een azc in Albergen. Maar hij niet alleen, ook gemeenteraadsleden werden geïntimideerd. En dat accepteerden ze niet langer en doorbraken het stilzwijgen. Verstandig, aldus deskundige Hilde Westera. „Veel mensen houden het voor zich. Ze denken dat het erbij hoort."

Loes Geerdink 25-04-24, 13:22

Door gezamenlijk naar buiten te treden over de bedreigingen en intimidaties gaf de Tubbergse gemeenteraad een duidelijk signaal af: hier is een grens overschreden. Een lovenswaardige stap, vindt Hilde Westera, de coördinator van het Ondersteuningsteam Weerbaar Bestuur (OTWB).

Hulp voor politieke ambtsdragers
Het OTWB is onder meer door de ministeries van Binnenlandse Zaken en Justitie en Veiligheid opgericht en biedt hulp aan politieke ambtsdragers die te maken hebben met intimidatie, bedreiging of geweld. „Het is belangrijk dat raadsleden elkaar ondersteunen en durven uit te spreken wat hen overkomt, zoals in Tubbergen", zegt Westera.

'Anders vinden ze mij misschien een doetje'
Zonder praten over intimidatie of bedreigingen kan er niets tegen worden gedaan. Toch merkt Westera maar al te vaak dat bestuurders of raadsleden niet uitspreken wat hen is overkomen. Westera: „Veel mensen houden het voor zich. Ze denken dat het erbij hoort. 'Ik zeg er maar niks over, anders vinden ze mij misschien een doetje'."

'Vaak hoor je: Hier speelt dat niet'
Agressie of intimidatie is niet toelaatbaar, dat is de boodschap waarmee het OTWB door het land trekt om het onderwerp binnen gemeenten bespreekbaar te maken. Westera: „Vaak hoor je: 'Hier speelt dat niet'. Totdat er eentje zegt: 'Mij is wel eens iets overkomen'. Anderen herkennen dat dan. Ik maakte het een keer mee dat gemeenteraadsleden van elkaar niet wisten dat zij van dezelfde persoon brieven kregen. Daarom: laat het weten, zeker als je ergens mee zit. Blijf er niet mee rondlopen."

De politie brengt een bezoekje
En wat te doen als er een dader wordt gevonden? Westera: „Er kan een zogenoemd stopgesprek volgen of er kan een brief worden gestuurd. Of de politie brengt een bezoekje." Om te voorkomen dat raadsleden of bestuurders druk voelen om anders te handelen dan zij noodzakelijk vinden. Of om te voorkomen dat ze de handdoek in de ring gooien. Dat alles is een inbreuk op de democratie.

'Een bedreiging moet bestraft worden'
„Het is helder, een bedreiging moet bestraft worden", zegt Westera. „Maar er zijn veel gradaties van heftigheid. Je kunt je erdoor ongemakkelijk voelen, je kunt je geïntimideerd voelen of je kunt je onder druk gezet voelen. Elk individu ervaart dat anders, ook daarover moet een gesprek mogelijk zijn."

'Wat vind jij normaal?'
„Het is belangrijk dat je als college of als raad daarover in gesprek gaat: wat vind jij nou normaal? Vind je het normaal dat iemand bij jou aan de deur komt? De een vindt dat normaal: 'Zo gaat dat bij

ons in de gemeente'. De ander vindt dat juist helemaal niet normaal." Westera hoopt dat op gemeenteniveau goed wordt geregistreerd welke incidenten er zijn geweest.

Meer lokale bestuurders maken melding van incidenten
Het OTWB bestaat sinds 2019. Westera merkt dat meer lokale bestuurders melding maken van incidenten. Ze vermoedt dat zowel het aantal voorvallen toeneemt als de bereidheid om deze te melden en ondersteuning te zoeken.

Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid
Burgemeesters en wethouders kunnen via het Centrum voor Criminaliteitspreventie en Veiligheid (CCV) om beveiligingsmaatregelen vragen, bijvoorbeeld voor hun woningen. Voor raadsleden is dat lastiger. Zij kunnen daar naar aanleiding van concrete voorvallen een beroep op doen. Wel adviseert het CCV raadsleden over veiligheidsmaatregelen die ze zelf kunnen nemen, bijvoorbeeld rond de eigen woning.

Veiligheidscijfers Overijssel in 2022
Bijna de helft (46 procent) van de Overijsselse politici (burgemeesters, wethouders, raadsleden, statenleden of waterschapsbestuurders) had in 2022 te maken met agressie of geweld van burgers. Daarvan sprak 11 procent over een ernstig tot zeer ernstig incident, 35 procent vond het minder ernstig. Verbale agressie komt het meest voor (43 procent).

'Hoort bij de functie'
Twee derde (64 procent) van de slachtoffers besprak het incident. Met de fractievoorzitter (42 procent), een collega-politicus (23 procent) of de burgemeester (21 procent). De reden voor de overige 36 procent om het niet te bespreken: ze vonden het incident niet ernstig genoeg (75 procent), 'hoort bij de functie' (18 procent), 'niet aan gedacht' (6 procent) en 'incident ter plekke opgelost' (6 procent).

Aangifte gedaan bij de politie
8 procent van de Overijsselse politici die te maken had met agressie of geweld deed aangifte bij de politie. Twee derde van de meest recente gevallen zijn niet geregistreerd. Bijna een kwart van de slachtoffers weet niet of dit is gebeurd. Een op de negen geeft aan dat het laatste incident is geregistreerd bij gemeente, provincie of waterschap.

Omgaan met sociale media
Het risico op agressie of geweld heeft bij de helft van de politici invloed op de manier waarop zij met sociale media omgaan. Deze cijfers komen uit de Monitor Integriteit en Veiligheid uit 2022. Daarvoor zijn 225 politieke ambtsdragers uit Overijssel geraadpleegd, waarvan 184 actief zijn in een gemeentebestuur, 21 bij een waterschap en 20 bij de provincie.

Ministerie van Justitie en Veiligheid

Bedreigd: en dan?

Kenniscentrum
Bewaken en Beveiligen

Inhoudsopgave

1. Inleiding 2
2. Impact en reacties bij bedreiging 2
   - Stressreacties 7
   - Copingreacties 8
3. Impact op privé-omgeving 10
4. Wat helpt? 12
5. Bronnen 16

1. Inleiding

Steeds meer mensen krijgen te maken met bedreiging of intimidatie in hun privéleven of door hun werk. Dit kan hun leven abrupt en ingrijpend veranderen. Deze brochure gaat in op de mogelijke psychosociale effecten van dreiging en schetst waar bedreigde personen mee te maken kunnen krijgen. Ook wordt ingegaan op wat ondersteunend kan werken om een periode waarin dreiging aan de orde is zo goed mogelijk te doorstaan.

2. Impact en reacties bij bedreiging

De bedreigingen waar mensen mee worden geconfronteerd, nemen verschillende vormen aan; ze kunnen zowel expressief van aard zijn, als instrumenteel met als doel een concreet resultaat af te dwingen. Naast de verschillen in vorm is er ook verschil in het effect dat bedreiging heeft op mensen. Of iemand stress ervaart, hangt in sterke mate af van hoe iemand de situatie waarneemt: sommige mensen worden angstig en liggen er wakker van, voor anderen heeft dit minder impact op hun gevoel van veiligheid. Hoe iemand reageert op dreiging kan te maken hebben met zijn of haar persoonlijkheid, veerkracht, eerdere ervaringen en met de privésituatie (welke impact de bedreiging heeft op bijvoorbeeld naasten, zoals het gezin). Het komt voor dat mensen angstiger zijn dan je zou verwachten op basis van de objectieve dreiging of juist laconiek zijn en de dreiging minder serieus nemen dan nodig lijkt. Kortom, bedreiging heeft een subjectieve en objectieve kant.

Om aan dreiging weerstand te bieden, worden in een aantal gevallen beveiligingsmaatregelen getroffen. Deze kunnen het gevoel van veiligheid vergroten.

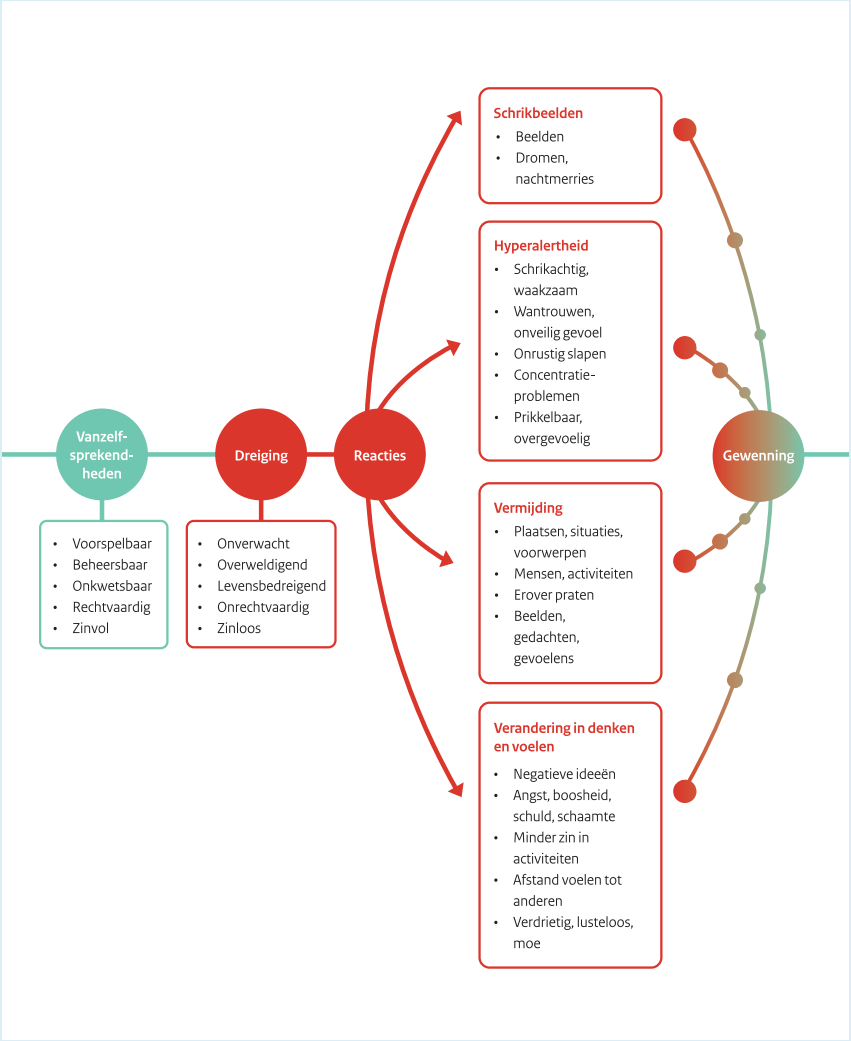
Uit onderzoek blijkt echter dat het treffen van beveiligingsmaatregelen paradoxaal genoeg niet altijd leidt tot een afname van angst. Het feit dat een vorm van beveiliging noodzakelijk is, kan voor bedreigden en diens naasten juist benadrukken hoe onveilig de situatie is. Dit kan leiden tot extra stress en angst.

Er worden bij bedreigde personen ruwweg drie soorten reacties waargenomen:

1. Mensen nemen de dreiging serieus en accepteren de maatregelen;
2. Mensen zijn angstiger dan objectief gezien noodzakelijk lijkt en beoordelen de maatregelen als onvoldoende;
3. Mensen relativeren de dreiging en vinden de maatregelen overdreven.

De meeste mensen hebben van nature een basaal gevoel van controle en veiligheid. Ze gaan er impliciet van uit dat de wereld om hen heen veilig is en dat ze niet continu gevaar lopen. Dat gevoel is belangrijk om niet voortdurend op je hoede te hoeven zijn. Bij een bedreigd persoon kan dat anders zijn. De dreiging kan het gevoel van controle en veiligheid aantasten, waardoor het stresssysteem wordt aangejaagd en stressreacties worden ervaren. Dit wordt schematisch weergegeven in het model op de volgende pagina.

Verwerkingsmodel bij dreiging ARQ IVP



ARQ IVP 2022

Stressreacties die hierbij voorkomen, kunnen onderverdeeld worden in vier groepen: schrikbeelden, hyperalertheid, vermijding en verandering in denken en voelen. Deze reacties zijn gezonde overlevingsmechanismen bij gevaar. Als het gevaar geweken is, nemen deze reacties vaak vanzelf weer af.

1. Schrikbeelden: Bedreigde mensen kunnen last hebben van (terugkerende) schrikbeelden over wat zou kunnen gebeuren, bijvoorbeeld over wat henzelf of naasten kan worden aangedaan. Deze beelden kunnen een gevoel van angst en spanning opwekken.

2. Hyperalertheid: Daarnaast kan het potentiële gevaar een verhoogde mate van hyperalertheid veroorzaken, waarbij de bedreigde de omgeving blijft scannen op gevaar. Dit kan een subjectief gevoel van controle over de situatie geven. Dit is anders bij langdurige dreiging: langdurig overmatig alert zijn leidt tot vermoeidheid, prikkelbaarheid en concentratieproblemen, wat iemands functioneren kan belemmeren.

3. Vermijding: Ook kan de neiging ontstaan om situaties, gevoelens of personen te vermijden. De functie hiervan is om het stresssysteem even tot rust te laten komen. Als iemand echter te lang vermijdingsgedrag vertoont, kan dat leiden tot sociale distantie en gevoelens van eenzaamheid. Hierdoor kunnen de psychosociale klachten verergeren.

4. Verandering in denken: Tot slot kunnen de opvattingen die iemand over het leven heeft onder druk komen te staan als gevolg van dreiging. Zoals de veronderstelling dat de wereld waarin je leeft veilig is, dat het bestaan zinvol is en dat we als persoon waardevol zijn. De persoonlijke confrontatie met het gegeven dat de wereld niet altijd zo overzichtelijk en beheersbaar blijkt, kan maken dat opvattingen hierover wijzigen.

Wanneer de dreiging werkgerelateerd is kan de taakuitoefening ondermijnd worden. Woede of angst over de situatie kunnen invloed krijgen op professionele opvattingen, zienswijzen, beslissingen en handelingen. Ook vermijden mensen die bedreigd zijn/worden soms werk dat mogelijk nieuwe bedreiging met zich mee kan brengen.

Impact op jou als bedreigde

Stress kan zich op verschillende manier uiten: mentaal, fysiek en in gedrag. Bijvoorbeeld:

Mentaal

- Je bent snel geïrriteerd of prikkelbaar, je hebt een kort lontje
- Je vindt het lastig te ontspannen en blijft piekeren
- Je voelt je schuldig
- Je hebt moeite je te concentreren
- Je voelt je voor een langere periode bang, boos of somber

Fysiek

- Je bent heel waakzaam, hebt het gevoel altijd “aan” te staan
- Je bent onrustig
- Je slaapt en/of eet slechter
- Je hebt last van hoofdpijn of buikpijn, hartkloppingen
- Je voelt je futloos en moe

Gedrag

- Je zoekt veel minder contact met anderen
- Je gaat extra hard werken
- Je stelt taken uit
- Je reageert feller dan normaal
- Je gaat meer alcohol drinken
- Je kijkt anders tegen de wereld en/of de samenleving aan.

Stressreacties en weerbaarheid

Stress betekent spanning of druk en is niet altijd ongezond. Gezonde stress is bijvoorbeeld de spanning voor een uitdagende opdracht of een belangrijk gesprek. Stress zorgt ervoor dat iemand extra alert kan reageren en geconcentreerd is. Zodra de situatie achter de rug is, neemt de spanning weer af.

Of stress overheersend wordt voor iemands functioneren, hangt onder andere af van diegene zijn weerbaarheid. De meeste mensen zijn van nature veerkrachtig. Ze gaan doorgaans goed om met stressvolle en ingrijpende ervaringen. Weerbaarheid wordt beïnvloed door drie elementen:

1. werk- en privéstressoren, zoals werkdruk of ziekte in de familie;
2. energiebronnen op het werk, zoals steun van collega's of een inhoudelijke uitdaging hebben;
3. persoonlijke hulpbronnen, zoals hobby's of sociale contacten.

Het Werkstressoren en Energiebronnen (WEB) model toont twee processen: een uitputtingsproces, dat welzijn en gezondheid ondermijnt, en een motivationeel proces, dat werkplezier en bevlogenheid bevordert. De balans tussen de drie elementen geeft inzicht in hoe weerbaar iemand is en dus hoeveel stress diegene ervaart.

Dreiging is een stressor die langdurig aanwezig kan zijn en kan bijdragen aan een negatieve balans. Het is om deze reden van belang om iemands weerbaarheid in kaart te brengen, te monitoren en in overleg met anderen te bespreken wat nodig is om weerbaar te blijven.

Copingreacties

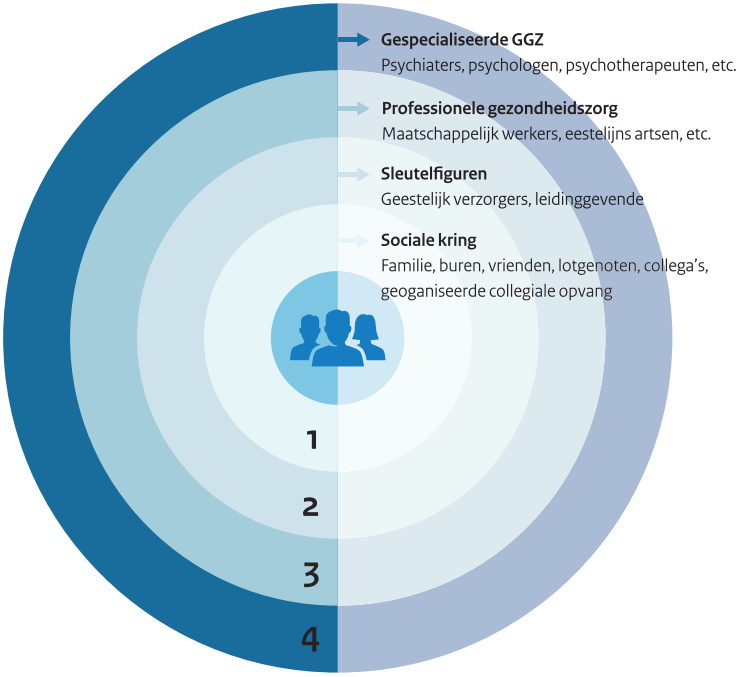
Mensen reageren verschillend op dreiging en eventuele bijkomende beveiligingsmaatregelen. Ze hanteren zogenaamde verschillende copingstijlen. Eén daarvan is het verkrijgen van controle. In de praktijk blijkt dat een zekere mate van controle door het actief beïnvloeden van de ontstane situatie, de weerbaarheid van de persoon vergroot. Het uitoefenen van controle kan bijvoorbeeld zitten in het verkrijgen van informatie over de situatie. Informatie helpt om de situatie te overzien en zo hanteerbaarder te maken. Als er sprake is van beveiligingsmaatregelen, is het verkrijgen van informatie helaas niet altijd mogelijk, vanwege belangen rondom veiligheid, privacy of lopende onderzoeken.

Een andere vorm van coping is vermijding, bijvoorbeeld door niet over de situatie te willen praten of nadenken en moeilijke situaties of gevoelens uit de weg te gaan. Sommige mensen gaan meer sporten, anderen gebruiken alcohol en drugs om het negatieve gevoel te dempen. Vermijding zorgt ervoor dat de bedreigde de stress tijdelijk beter kan hanteren. Dit kan beschermend werken omdat iemand niet overspoeld wordt door emotie. Uiteindelijk is vermijding echter geen effectieve reactie.

Het merendeel van de bedreigde mensen, komt redelijk goed door deze periode heen. Een factor die daar grote invloed op heeft, is de mate van sociale steun. Vaak wordt bij ingrijpende gebeurtenissen verondersteld dat professionele psychologische hulp nodig is. Dat is echter lang niet altijd het geval. Het zogenoemde kringenmodel (Gersons 2005; Impact 2010) geeft weer hoe de bedreigde is omgeven met mensen die een rol kunnen vervullen in de ondersteuning en zorg.

Kringenmodel: waar herstellen mensen?

Binnen hun eigen sociale kring (90%)



Gersons 2005; Impact 2010

De mensen in de eerste kring hebben een persoonlijke relatie met de bedreigde persoon, zoals familie, lotgenoten, vrienden en collega's. Zij kunnen ondersteuning bieden, soms praktisch, sociaal of emotioneel. Ook kunnen zij mee signaleren of er klachten zijn, waarvoor wellicht extra hulp nodig is. De algemene aanname is dat het overgrote deel van de bedreigden voor ondersteuning zal kunnen terugvallen op mensen in de vertrouwde leefomgeving en van hen ook de meeste steun zal ervaren. In de tweede kring staan mensen iets meer op afstand. Dit kan een leidinggevende zijn of een geestelijk verzorger. De derde kring is het professionele zorgcircuit.

Doordat veel mensen voldoende steun ervaren uit de eerste en tweede kring, zijn professionele zorgverleners vaak niet nodig. Toch willen sommige mensen het juist niet met mensen uit de eerste kring over (de impact van) de dreiging hebben om ongerustheid bij hen te voorkomen. Dan is het extra van belang dat ze bij een leidinggevende of collega's, lotgenoten of vrienden terecht kunnen.

3. Impact op de privéomgeving

Bedreiging heeft ook invloed op naasten. Familieleden kunnen angstig of ongerust zijn, soms zelfs ongeruster dan de bedreigde in kwestie. Ook andere mensen in de omgeving, collega's op de werkplek of buren, kunnen stress ervaren omdat zij in de nabijheid verkeren van een bedreigd persoon. Sommige bedreigden voelen zich schuldig als partners of kinderen angstig worden van de bedreiging. Met name de vragen die kinderen stellen, of het feit dat sommigen van hen door de stress terugvallen in eerdere ontwikkelingsstadia (niet meer alleen willen slapen, bedplassen), zijn verdrietig en belastend. Soms worden kinderen uit bescherming niet meegenomen in de situatie en wordt niet over de bedreiging van hun ouder(s) gesproken. Toch weten kinderen vaak dat er iets aan de hand is. Als er dan niet met hen over wordt gesproken, kan dat een gevoel van onveiligheid geven.

Door met name jonge kinderen in hun routine te houden, hebben zij de minste last van de situatie. Voor jonge kinderen volstaat het meestal als op geruststellende wijze wordt uitgelegd wat de situatie is, passend bij hun ontwikkelingsniveau. Bij tieners ligt dit gesprek over bedreiging moeilijker, zij reageren soms opstandiger of angstig, zeker als hun vrijheid wordt beperkt of wanneer ze vrienden en vriendinnen (tijdelijk) niet kunnen zien. Na de eerste schok kunnen met name pubers, als ze zich realiseren dat de situatie nog wel even gaat duren, lijden aan slapeloosheid, piekeren en stress. Het is een uitdaging om in deze stressvolle periode ook recht te doen aan het type kind en zijn/haar ontwikkelingsniveau. Het kan helpend zijn om daarover in gesprek te gaan met lotgenoten of met specialisten op dit terrein.

De relaties in een gezin kunnen door bedreiging behoorlijk op scherp worden gezet. Gezinsleden worden soms abrupt uit hun routine gehaald en weten niet hoe lang de situatie zal aanhouden. Zo kan het voorkomen dat een ouder niet meer gemakkelijk mee kan naar openbare gelegenheden en dat deelname aan verenigingsleven en ontspannen uitjes bemoeilijkt worden. Soms kan aan de buitenwereld niet worden uitgelegd wat daarvoor de reden is. Als de partner van een bedreigde persoon ineens meer gezinstaken op zich moet nemen, kan dat een behoorlijke aanslag zijn op het functioneren en de logistieke uitdagingen van een gezin. Wanneer in de buurt waar een gezin woont, bekend wordt dat er sprake is van dreiging, kan dit vragen oproepen en het gevoel van veiligheid van buren aantasten. Ook kunnen er kwesties spelen over hoe om te gaan met de oppas, pakketbezorger of met bevriende kinderen die komen spelen.

4. Wat helpt?

Vooropgesteld: bedreigd worden is een hele nare stressvolle ervaring die hoe dan ook ingrijpt. Naast erkenning, kan het actief zoeken van sociale steun bij familie, collega's en lotgenoten helpend zijn. Ook het actief vragen naar informatie over de situatie en het daarop aanspreken van eventuele contactpersonen, kan bijdragen aan het gevoel van controle. Tenslotte kunnen ook onderstaande zaken helpen bij het behouden van de veerkracht.

Helpende gedachten

Hoe we denken over gebeurtenissen, heeft invloed op hoe we ons daarover voelen. Sommige gedachten zijn helpend, andere niet. Door zicht te krijgen op welke gedachten verstorend werken en door jezelf te trainen in het herkennen van eventuele onjuistheden in gedachten, kunnen we leren deze bij te stellen en zo een andere betekenis te geven aan wat er gebeurt. Daardoor kunnen gevoelens van ontreddering, angst, woede, schaamte, schuld en somberheid afnemen.

Ontspanning

Ontspanning draagt bij aan herstel: in sport en hobby, rustmomenten inplannen, of uitjes met het gezin, in het bijzonder een vakantie in het buitenland. Deze fysieke afstand tot de bron van dreiging kan zorgen voor een gevoel van veiligheid en vrijheid. De continue alertheid valt dan tijdelijk weg. Dit soort 'afschakelmomenten' zijn cruciaal om tot rust te komen en op te laden.

Bewust (er) omgaan met sociale media

Het bewust omgaan met sociale media kan een manier zijn om confrontatie met de bedreiging te vermijden. Dat kan door zelf minder gebruik te maken van sociale media, accounts af te schermen, personen/volgers te blokkeren of door berichten gewoonweg niet te lezen. Ook kunnen afspraken gemaakt worden in het gezin over het gebruik van sociale media. Zeker in gezinnen met puberkinderen, is het van belang dit gesprek te voeren, omdat voor veel jongeren het gebruik van sociale media in hun dagdagelijkse routine zit.

10 Tips voor coping

1. Zoek mensen op waar je je prettig bij voelt en praat over de situatie als je daar behoefte aan hebt.
2. Als je liever niet over de dreiging praat, kun je andere manieren zoeken om je te uiten, bijvoorbeeld door te schrijven of te tekenen.
3. Neem voldoende rust. Zoek naar manieren om je te ontspannen, ook als je nergens zin in hebt.
4. Houd zo goed mogelijk je normale ritme aan, ook als slapen lastig is.
5. Probeer door te gaan met werken, of je werk rustig weer op te pakken.
6. Neem de tijd voor beweging, bijvoorbeeld door te sporten of te wandelen in de natuur.
7. Eet gezond en wees matig met koffie, roken, alcohol en medicijnen.
8. Probeer te genieten van kleine dingen door daar je aandacht op te vestigen.
9. Neem geen belangrijke beslissingen, zoals veranderen van werk of omgeving.
10. Vraag aan mensen uit je omgeving je te steunen en alert te zijn op eventuele veranderingen in je gedrag.

5. Andere ondersteunings-mogelijkheden

Individuele, ondersteunende gesprekken met een psycholoog

Soms is het voor een bedreigde persoon prettig om met iemand te praten buiten zijn of haar systeem over de stressvolle situatie waarin de persoon en eventueel zijn/haar gezin terecht is gekomen na een bedreiging.

> *"Mijn psycholoog heeft geen enkel ander belang dan mij te ondersteunen. Juist die neutrale rol is zo belangrijk om te kunnen spiegelen."*

Het kan gaan om één of meerdere gesprekken, telefonisch, op locatie of online. Bij deze gesprekken kan worden stilgestaan bij de impact van de dreiging, zowel voor de bedreigde zelf, als op de privé- en werkomgeving. Ook kan er aandacht worden besteed aan uitleg over normale reacties op ingrijpende gebeurtenissen. De bedreigde persoon krijgt een luisterend oor en praktische adviezen om goed om te gaan met de druk en impact van de belastende situatie en de eventuele disbalans of stress die dit veroorzaakt.

Ondersteunende lotgenotengesprekken of teamgesprekken op het werk

Bij een ingrijpende zaak die dreiging met zich meebrengt of dossiers met dreigingsrisico, bijvoorbeeld bij rechtszaken of maatschappelijk controversiële dossiers, kan een bijeenkomst van professionals die zich hiermee bezighouden, ondersteuning bieden. Dit kan preventief, tijdens of na afloop van de periode dat mensen hierbij betrokken zijn. Daarnaast kunnen gesprekken bijdragen aan een werkklimaat waarin het gangbaar is om bij ingewikkelde dossiers oog te hebben voor de psychosociale impact en hoe je elkaar als team kunt ondersteunen. Het ervaren van stress kan zijn stigma kwijtraken, worden genormaliseerd en het reflecteren erop als normaal onderdeel van een professionele houding worden ingezet.

Contact met lotgenoten kan herkenning, erkenning en steun bieden. Voor sommigen is juist de beleving van een persoon uit hetzelfde werkveld of die kampt met dezelfde bedreiging in de privésfeer, een belangrijke toevoeging en draagt bij aan de reflectie op de eigen copingstijl.

6. Bronnen

Leven met lijfwachten: wat is de impact van een safehouse op een jong gezin? Vincent Van Quickenborne (Open VLD), 24 september 2022. Knack.be

Van Hoof, W., Van Rooijen, S., Spee, I., Te Brake, H. (2020). *Psychosociale Effecten van Bedreiging en Beveiliging. ARQ Kenniscentrum Impact van Rampen en Crises & ARQ IVP i.o.v. Nationaal Coördinator Terrorismebestrijding en Veiligheid. https://www.arq.org/publicaties/psychosociale-effecten-van-bedreiging-en-beveiliging.*

Dückers M.L.A. (2014). *Multidisciplinaire Richtlijn psychosociale hulp bij rampen en crises. ARQ Kenniscentrum Impact van Rampen en Crises i.o.v. RIVM*

Gouweloos, J., Oosterbeek, M., en Tossaint, E. (2012). *Doelgericht communiceren met te beveiligen personen, ARQ IVP, in opdracht van NCTV*

Nijdam, M.J., Olff, M., De Vries, M., Martens, W.J., Gersons, B.P.R. (2008). *Psychosociale effecten van dreiging en beveiliging. Rapport in opdracht van de Nationaal Coördinator Terrorismebestrijding en Veiligheid*

Demerouti E., Bakker A.B., Nachreiner F., Schaufeli (2001) *Werkstressoren en energiebronnen*

Folder Verwerking & nazorg. Veilig & Gezond Werken Nationale Politie

Opdrachtgever:
Kenniscentrum Bewaken en Beveiligen

Verantwoordelijk uitvoerende:
ARQ IVP,
onderdeel van ARQ Nationaal
Psychotrauma Centrum
Nienoord 5 1112 XE Diemen

Auteur:
Drs. Ine Spee

Jaar van uitgave: februari 2023



Ministerie van Justitie en Veiligheid

Bedreiging: de impact op kinderen

Kenniscentrum
Bewaken en Beveiligen

Inhoud

Inleiding 4

1. Waar kunnen bedreigde personen en hun gezin mee te maken krijgen? 5
   - Verschillende vormen van bedreiging en maatregelen 5
   - Impact van maatregelen 6

2. Mogelijke reacties en effecten van bedreiging en beveiliging op het gezin 7
   - Reacties bij volwassenen 7
   - Reacties bij kinderen 8

3. Hoe kunnen ouders hun kinderen ondersteunen bij bedreiging en beveiliging? 10
   - Bepalen welke informatie er kan worden gedeeld 11
   - Het gesprek aangaan met kinderen 12
   - Hoe sluit je aan bij je kind in een gesprek? 14

4. Aanvullende tips 19
   - Praktische tips om je gezin te ondersteunen 19
   - Suggesties ter ondersteuning van het gesprek met jongere kinderen 19
   - De weegschaal van bedreiging en veiligheid 20
   - Gespreksvragen voor veiligheid online 21
   - Netwerk in beeld 22
   - Logboek of dagboek bijhouden 23

5. Mogelijkheden voor professionele hulp 24
   Waar vindt u goede zorg? 24

Inleiding

Professionals in het publieke domein, maar ook daarbuiten, krijgen steeds vaker te maken met bedreiging of intimidatie. Voor sommigen kan dit leiden tot beveiligingsmaatregelen. Zowel bedreiging als beveiliging hebben impact, niet alleen voor de bedreigde persoon, maar ook voor de partner, kinderen en de sociale omgeving.[1] Deze brochure richt zich met name op de impact voor kinderen. Welke gevolgen heeft bedreiging binnen een gezin en welke reacties kunnen kinderen hier mogelijk op hebben? Wat kun je als ouder doen om kinderen hierin te ondersteunen? Naast de antwoorden op deze vragen met daarin tips en praktische adviezen, wordt ook ingegaan op de mogelijkheden voor professionele hulp.

In deze brochure wordt het woord 'gezin' gebruikt als term voor alle vormen die een herkenbare sociale eenheid zijn, met al dan niet verwante personen die duurzame en affectieve banden hebben en elkaar onderling steun en verzorging verlenen. Dit kan dus zowel een samengesteld gezin zijn als een eenoudergezin met bijvoorbeeld grootouders die een zorgtaak hebben.

1 In een eerdere publicatie "Bedreigd en dan?" gaan we in op de mogelijke effecten van dreiging op de bedreigde persoon zelf.

1. Waar kunnen bedreigde personen en hun gezin mee te maken krijgen?

Verschillende vormen van bedreiging en maatregelen

De bedreigingen waar mensen mee worden geconfronteerd, verschillen in toon en vorm. Het kan gaan om een dreigende tekst op social media, een brief in de bus waarin staat dat iemand op zijn tellen moet passen, een steen door het raam of een dreiging met de dood via de mail. Het kan ook zijn dat de aankondiging van een bedreiging komt via de veiligheidsdiensten, omdat deze zorgwekkende signalen hebben opgepikt, bijvoorbeeld vanuit een crimineel samenwerkingsverband.

Het motief voor bedreigen is meestal het uiten van frustratie, boosheid of vergelding (*expressieve dreiging*), ofwel het willen afdwingen van een concreet resultaat (*instrumentele dreiging*). Soms is er geen duidelijk motief, maar komt de dreiging voort uit psychiatrische problematiek en/of middelengebruik. Dreiging kan zich uiten in de vorm van expliciete dreiging, zoals verbale of fysieke agressie aan huis, op straat, of op de werkvloer. Het kan ook de vorm aannemen van *impliciete dreiging* zoals uitingen van frustratie of boosheid via sociale media, waaronder berichten of reacties op Facebook, Twitter of Telegram.

Wanneer er sprake is van dreiging, kunnen er door de bedreigde persoon of anderen maatregelen worden getroffen. Beveiligingsmaatregelen variëren van lichte maatregelen, zoals extra toezicht, tot zware maatregelen, zoals persoonsbeveiliging.

Impact van maatregelen

De beveiligingsmaatregelen kunnen het gevoel van veiligheid vergroten, maar kunnen anderzijds ook juist het gevoel van onveiligheid versterken: kennelijk is het gevaar zo groot dat een vorm van beveiliging noodzakelijk is. Ook voor kinderen kan de aanwezigheid van beveiligingsmaatregelen een voortdurende herinnering zijn aan een mogelijke dreiging. En waar het ene kind daar angstig van wordt, kan een ander dat juist spannend en interessant vinden.

Zware beveiligingsmaatregelen beperken de bewegingsvrijheid van de bedreigde persoon en hun gezinnen. Ondanks dat beveiliging juist beoogt dat ze hun dagelijks leven zo normaal mogelijk kunnen voortzetten, vraagt dat planning en zijn spontane uitjes vaak onmogelijk. Ook komt het voor dat beveiligers niet altijd beschikbaar zijn en er keuzes gemaakt moeten worden.

> *"Ik moet in het weekend kiezen tussen de verjaardag van mijn vader of de voetbalwedstrijd van mijn 11-jarige dochter".*

Het kan ook zijn dat de bedreigde ouder niet meer (gemakkelijk) mee kan naar openbare gelegenheden en dat deelname aan bijvoorbeeld het verenigingsleven wordt bemoeilijkt. Soms kan daarbij aan de buitenwereld niet worden uitgelegd wat daarvoor de reden is.

Als gezinsleden abrupt uit hun routine worden gehaald, weten ze vaak niet hoe lang die situatie zal aanhouden. De partner van een bedreigde persoon kan dan ineens meer gezinstaken op zich moeten nemen, wat logistieke uitdagingen met zich mee kan brengen binnen het gezin, of gevolgen kan hebben voor diens functioneren in het dagelijks leven.

Bij beveiliging kunnen er ook kwesties spelen over hoe om te gaan met bijvoorbeeld de oppas, de pakketbezorger of met bevriende kinderen die willen komen spelen.

De samenstelling van een gezin kan invloed hebben op de mate van stress als er sprake is van bedreiging. In eenoudergezinnen ligt veel verantwoordelijk-

heid op de schouders van de ene ouder en in samengestelde gezinnen kan de bedreiging in de relatie met ex-partners een communicatieve uitdaging zijn, zeker als er over de bedreiging, of bijbehorende maatregelen, niet gesproken mag worden.

Dit alles kan ervoor zorgen dat de relaties binnen en buiten een gezin door een bedreiging behoorlijk op scherp worden gezet.

2. Mogelijke reacties en effecten van bedreiging en beveiliging op het gezin

Reacties bij volwassenen

Mensen reageren verschillend op bedreiging en beveiliging. Hoe iemand reageert hangt samen met diens persoonlijkheid en de manier waarop iemand heeft geleerd om te gaan met stress (coping). Ook spelen veerkracht, leeftijd en levenservaring een rol. Daarnaast worden reacties mede bepaald door eerdere ervaringen, ervaren steun uit de werk- en sociale omgeving en de privésituatie. Soms ervaart iemand weinig dreiging terwijl die er objectief gezien wel is of ervaart iemand juist veel dreiging, terwijl die er objectief gezien niet is. Kortom, bedreiging heeft naast een objectieve ook een subjectieve kant.

Mensen die te maken krijgen met bedreiging en beveiliging van zichzelf of hun partner, hebben daar veelal last van. Ze ervaren stress- en spanning, bijvoorbeeld in de vorm van prikkelbaarheid en boosheid, overmatig piekeren, slaapproblemen of vermoeidheid. Daarnaast veroorzaakt bedreiging vaak een verhoogde alertheid en gevoelens van angst. De zorgen gaan daarbij meestal niet alleen om de eigen veiligheid, maar juist ook over de veiligheid van de partner en/of de kinderen. Sommige bedreigden voelen zich schuldig als de partner of kinderen angstig worden door de bedreiging.

> *"Ik werd via social media bedreigd vanwege mijn landelijke beleid en mijn puberdochter werd daar op school mee gepest en buitengesloten. De impact op het leven van mijn kind vond ik vele malen erger dan de bedreigingen aan mijn adres".*

Reacties bij kinderen

Met stress reageren op een vervelende gebeurtenis, is heel normaal. In stressvolle en angstige situaties zoals bedreigingen, zullen kinderen hun gedrag veelal afstemmen op de reactie van de ouders. Het is als ouder daarom erg belangrijk deze angstige gevoelens te **erkennen** ('ik kan me voorstellen dat je je bang voelt door die boze brief'), te **benoemen** ('Ik begrijp dat het nu lastig is om alleen te slapen') en te **normaliseren** ('En dat is helemaal niet erg. Als zoiets gebeurt, zouden veel kinderen bang zijn en het spannend vinden om alleen te slapen').

Over het algemeen geldt dat kinderen bedreiging heel anders ervaren dan volwassenen. Ze reageren vanuit een andere, vaak kleinere belevingswereld. De stressreacties verschillen per leeftijdscategorie.

Jonge kinderen (0-3 jaar)

Baby's, dreumesen en peuters kunnen zich nog niet of nauwelijks verbaal uitdrukken en hebben nog geen ervaringen op basis van kennis en gedachten. Ze beleven de wereld voornamelijk via hun zintuigen. Ze zijn met name gevoelig voor het welbevinden en het niveau van stress bij de ouder en reageren daarop.

Stress kan zich op deze leeftijd uiten in huilen, slecht slapen, aanhankelijk zijn of 'moeilijk' gedrag. Soms kunnen kinderen terugvallen in hun ontwikkeling (bijvoorbeeld weer gaan bed- of broekplassen of niet meer alleen willen slapen).

Schoolkinderen (4-12 jaar)

Voor jongere kinderen lopen fantasie en werkelijkheid door elkaar heen. Als ze niet snappen waarom er nare dingen gebeuren, kunnen ze er zelf een reden voor bedenken, zoals: "Die mannen [beveiligers] zijn hier omdat ik niet lief ben geweest voor mijn broertje". Van 7 tot en met 10 jaar oud hebben leeftijdsgenoten een grotere invloed op ervaringen van het kind. Ze willen erbij horen en zijn gericht op het maken van vrienden. Dit maakt een uitzonderingspositie extra lastig. Ze ervaren de wereld en stress nu ook via de ogen van hun vriendjes en nemen snel andere meningen aan, bijvoorbeeld:

“Voor die mannen [beveiligers] moet je oppassen!”. Vanaf hun 10e ontstaat daarnaast de behoefte om zich te willen onderscheiden en een eigen (groeps) identiteit te ontwikkelen. Sociale media spelen daarbij een grote rol.

Stress uit zich bij het jongere schoolkind vaak in huilen, slecht slapen, specifieke angsten, boze buien, buikpijn/hoofdpijn, leerproblemen, fysiek aanhankelijk zijn, stilletjes zijn of juist ‘moeilijk’ gedrag. Bij wat oudere kinderen kunnen de interacties met leeftijdgenoten veranderen; meer of juist minder willen spelen of in het spel ander, soms negatief, gedrag laten zien. Ook kunnen schoolprestaties lijden onder stress.

Oudere kinderen (12-21 jaar)

In deze leeftijdsfase bouwen tieners een deel van hun sociale identiteit op. Daar hoort het je afzetten tegen ouders bij. Daarom zijn vrienden op deze leeftijd essentieel. Tieners reageren soms opstandig of angstig op bedreiging en beveiliging van de ouder, zeker als daardoor hun vrijheid wordt beperkt of wanneer ze vrienden en vriendinnen (tijdelijk) niet kunnen zien. Soms gaan jongeren de beveiligingsmaatregelen als dreiging zien, in plaats van de bedreiging zelf, omdat ze daar in hun dagelijks leven het meeste last van hebben.

Tieners en adolescenten kunnen het gevoel hebben dat ze zelf alles willen oplossen (onafhankelijkheid). Soms komt daarbij dat ze hun ouders die al veel stress ervaren niet tot last willen zijn. Tegelijkertijd kan het zijn dat hun coping (manier om met stress om te gaan) beperkt wordt door de onvrijheid (minder met vrienden af kunnen spreken of uitgaan). Dit kan leiden tot teruggetrokken/somber gedrag of juist boosheid en opstandig gedrag. Ook kan het zijn dat ze zich mede verantwoordelijk maken voor de veiligheid van de ouder door bijvoorbeeld de omgeving te controleren.

Stress uit zich op deze leeftijd vaak door piekeren, slaapproblemen, somberheid, boosheid, opstandig gedrag, terugtrekken of juist meer risicovol gedrag of agressie. Het functioneren op school, opleiding of werk kan beïnvloed worden door stress.

3. Hoe kunnen ouders hun kinderen ondersteunen bij bedreiging en beveiliging?

Ieder gezinslid reageert op een eigen manier op dat wat hem of haar overkomt. Het kan binnen het gezin lastig zijn om ruimte en erkenning te geven voor al die verschillende reacties.

> *"Papa werd boos toen mama bezorgd was, omdat hij weer ging werken. Hij zei dat alles goed geregeld was en vond dat ze overdreef. Ik was ook bang, maar ik heb maar niks gezegd".*

Wanneer het gezin als systeem onder druk staat, is het extra belangrijk om te werken aan verbinding en versteviging. Het is belangrijk dat gesprekken met kinderen over ingewikkelde onderwerpen in alle rust zonder tijdsdruk plaatsvinden op een plek die veilig voelt.

Bepalen welke informatie er kan worden gedeeld

Om veiligheidsredenen wordt er vaak geadviseerd om zo weinig mogelijk informatie rond de ontstane situatie met anderen te delen. Dat kan best lastig zijn. Het ervaren van sociale steun kan namelijk juist helpen om met moeilijke situaties om te gaan. Bespreek met een maatregelenadviseur wat er wel mogelijk is.

Bespreek samen als ouders wat de voor- en nadelen zijn van het delen van die informatie met de kinderen. Afhankelijk van de leeftijd van de kinderen kunnen zij daar zelf bij betrokken worden. Het kan helpen om zorgen met andere mensen te delen en hen te vragen te helpen in de situatie die is ontstaan. En wellicht is er door de beveiligingsmaatregelen ook soms praktische hulp nodig.

"Mijn moeder heeft met de moeder van mijn vriendje gesproken en toen hebben we allemaal samen aan hem verteld wat er aan de hand is. Ik mag nu wat vaker naar hen toe als ik dat fijn vind. En omdat papa nu niet meer altijd mee kan naar hockey, gaat de vader van mijn vriendje nu steeds met ons naar de training. Ik vind het fijn dat hij het weet. We praten er niet zoveel over. Maar ik voel me niet meer zo alleen".

Aan de andere kant heeft het delen van informatie ook gevolgen; wellicht ontstaat er bij de ander angst of raakt deze bezorgd. Het kan dan ook heel fijn zijn om juist in een omgeving te zijn waarin de last van bedreiging niet aanwezig is.

"Op school weten de kinderen niet dat er thuis iets is. Dat vind ik fijn, want ik wil er zo weinig mogelijk aan denken. In de pauze spelen we samen, waardoor ik het meestal helemaal vergeet".

Het is vooral belangrijk oplossingen te vinden die bij de situatie passen en helpend zijn.

Het gesprek aangaan met kinderen

Het is een uitdaging om in deze stressvolle periode recht te doen aan wat een kind nodig heeft en aan te sluiten bij zijn/haar ontwikkelingsniveau. Soms nemen ouders kinderen uit bescherming niet mee in de situatie en wordt er niet over de bedreiging van hun ouder(-s) gesproken. Ouders willen dan voorkomen dat kinderen bang(-er) worden en hen zoveel mogelijk stress besparen. Kinderen, ook jonge kinderen, weten / voelen echter vaak dat er iets aan de hand is. Als daar dan niet met hen over wordt gesproken, kan dat een gevoel van onveiligheid geven. Tegelijk kan het voor ouders moeilijk zijn om te bepalen wanneer en op welke manier je dat dan het beste doet.

"Ik breng mijn kinderen naar school, maar dan moet de beveiliging wel meelopen. Hoe pak je dat aan? Hoe leg je dat uit? Dat speelde heel erg in mijn hoofd toen. Dat vond ik echt heel ingewikkeld".

"Ons zoontje van 5 jaar heeft nu al een paar weken last van nachtmerries. Wij vragen ons af of hij ons gesprek laatst misschien heeft opgevangen, maar we willen ook geen slapende honden wakker maken door hem daarnaar te vragen. Naar de huisarts gaan is ook niet zo eenvoudig. We weten niet waar we goed aan doen".

"Ik ben alleenstaand en heb een 16-jarige zoon. Ik vermoed dat mijn zoon het heel moeilijk vindt dat ik 'werk doe wat dreiging met zich meebrengt' maar hij zegt er niets over en gaat elk gesprek uit de weg. Van mijn ex-partner krijg ik te horen dat het niet goed gaat met mijn zoon en dat dit komt door mijn situatie!"

Het helpt om te ontdekken hoe een kind de bedreiging interpreteert. Laat daarom in een gesprek eerst het kind praten en haak hier op aan met antwoorden. Om zaken begrijpelijk te kunnen uitleggen, is het voor ouders/verzorgers belangrijk aan te sluiten bij de beleving van het kind. Zo krijgt het kind de kans zelf het verhaal in te vullen. Daarbij is het nodig dat het kind de antwoorden vindt die het zoekt, in een vorm die het kan begrijpen. Dat is voor elke leeftijdscategorie en voor elk kind anders.

"Kinderen raken niet getraumatiseerd omdat ze met pijn te maken krijgen. Ze raken getraumatiseerd als ze alleen zijn met die pijn" (Gabor Maté)

Vind de juiste luisteromstandigheden

Een voorwaarde om het gesprek aan te gaan, is dat het kind de veiligheid moet voelen om te vertellen. Soms lukt het kinderen beter om te spreken of te luisteren tijdens het spelen of wandelen of een andere (buiten)activiteit. Dan voelt het allemaal wat minder spannend en kan het kind de informatie die wordt aange-boden beter opnemen. Dwing het kind vooral niet tot gesprekken waar het (nog) niet aan toe is en voeg geen informatie toe waarnaar het kind niet op zoek is.

"Onze jongste zoon leek steeds erg afwezig als we over de situatie wilden spreken. De andere kinderen hadden veel vragen, maar hij kroop dan in zijn schulp en werd heel stil. Ik ben toen met hem alleen met de hond gaan wandelen. Tijdens die wandelingen lukte het hem uiteindelijk om zijn vragen te stellen en zorgen te uiten".

Bespreek de eigen reacties

Als er spanningen optreden die ook voor kinderen voelbaar zijn, kan het helpen om uit te leggen dat het voor iedereen moeilijk is om met de situatie om te gaan.

Het is goed om de eigen emoties te laten zien, maar geruststelling is essentieel. Daarom is het beter het gesprek uit te stellen als je als ouder of verzorgende je emoties nog niet onder controle hebt. Vertellen dat het normaal is om bang te zijn, helpt, en ook dat angst niet leidend mag zijn. De beste manier om dit over te brengen, is niet alleen door dat te zeggen, maar vooral door het te laten zien: door de dagelijkse gang van zaken, de gewoontes en routines, zo goed als mogelijk door te laten gaan. Hoe jonger het kind, hoe sneller het zal meegaan in positieve suggesties en het vertrouwen dat de volwassene met diens gedrag uitstraalt.

> *"De kinderen zijn op geen enkele manier bang geweest. We hebben er altijd wel veel lol om gemaakt. Dat helpt ook. Voor de grap dingen zeggen, maar ondertussen zat er wel een boodschap in van dit zijn de dingen die kunnen. Dat hielp mij heel erg dat ik merkte dat zij niet bang werden".*

"Everything one says should be true, but one need not say everything that is true". (K. Dyregrov)

Hoe sluit je aan bij je kind in een gesprek?

Laat eerst je kind praten door vragen te stellen:

- Check wat je kind al heeft meegekregen van de situatie;
- Achterhaal waar de gaten en onwaarheden zitten in het verhaal;
- Wees alert op eventuele rampscenario's die leven bij je kind door te checken welke fantasieën ze hebben of wat vriendjes eventueel over de situatie zeggen.

Sluit vervolgens aan bij het verhaal van je kind:

- Erken gedachten en gevoelens van je kind;
- Wees eerlijk over je eigen gevoelens, maar houd je emoties onder controle;
- Geef uitleg aan de hand van een voor je kind bekende ervaring, verhaal of film;
- Geef het aan als je het antwoord op een vraag niet weet of niet kunt geven.

"Speak so that the child can listen, listen so that the child can speak". (K. Dyregrov)

Aansluiten bij jonge kinderen (0-3 jaar)

Baby's, dreumesen en peuters stemmen hun angst- of stressreactie af op het welbevinden en het niveau van stress bij de ouder. Alles wat fysieke rust en geborgenheid schept is dan belangrijk, zoals warmte, verzorging en lichamelijk contact, maar ook het met aandacht reageren op signalen van het kind. Emotionele en fysieke nabijheid helpen een gevoel van veiligheid te creëren. Naast rust en geborgenheid, is ook voorspelbaarheid belangrijk. Vaste routines en consequent gedrag van de ouders geven houvast, zolang daarbinnen ruimte is voor datgene waar het kind behoefte aan heeft, zoals spel en afleiding. Bij peuters kun je als ouder of verzorgende daarnaast ook via sprookjes en verhalen aansluiten bij hun belevingswereld. In sprookjes gebeurt altijd iets, maar is er ook een goede afloop. Als de dreigingssituatie aan ze wordt uitgelegd aan de hand van een bekend verhaal, dan zal het kind het beter begrijpen. Het is van belang daarbij niet te liegen, maar eerlijk te zijn en hoop te creëren, zodat ze vertrouwen houden in een positieve afloop.

Aansluiten bij schoolkinderen (4- 12 jaar)

Bij deze leeftijd gaat ieder kind aan de slag met het bouwen van een eigen narratief, een verhaal. Dat narratief geeft houvast en is een poging te verklaren wat er aan de hand is. De fantasie van kinderen is echter soms gruwelijker dan de werkelijkheid. Ouders kunnen hun kinderen uitnodigen vragen te stellen over de situatie. Vervolgens kunnen ze hen vragen hoe ze de situatie beleven en waar ze eventueel bang voor zijn. Het kan dan helpen kinderen te vertellen dat "je rot voelen" in deze situatie normaal is en daarbij ook de eigen stress te benoemen.

Geef ze concrete antwoorden en informatie, zodat ze een realistisch beeld kunnen vormen. Als de dreigingssituatie wordt uitgelegd aan de hand van een bekende ervaring, een bekend verhaal of bekende film, zal het kind het beter begrijpen. Probeer nieuwe vragen die daarbij mogelijk opkomen steeds te beantwoorden in bewoordingen die het kind zelf gebruikt of die bij het kind passen. Maak het kind duidelijk dat het niets verkeerd heeft gedaan wat de gebeurtenis/bedreiging heeft veroorzaakt (ontschuldigen). "Papa is boos, maar niet op jou maar op de slechteriken die dit hebben gedaan."

Om aan te sluiten bij het narratief van het kind kan het helpen het kind te laten tekenen of schilderen, samen een stripverhaal te maken over de situatie of er een spel over te spelen met bijvoorbeeld ridders, of andere figuren die het kind leuk vindt.

Daarnaast is het van belang een goede balans te bewaren tussen 'over nare dingen spreken' en samen leuke dingen doen. Veranderingen in gedrag opmerken en daar met begrip op reageren helpt, maar het is ook van belang negatief gedrag te begrenzen.

Ook bij deze leeftijd geldt dat vaste routines rust en structuur bieden. Soms neigen we ernaar regels en structuur los te laten, als er nare dingen gebeuren. De ervaring leert dat dat juist averechts kan werken. Probeer daarom na een of twee dagen met afwijkende routines terug te keren naar zoveel mogelijk structuur en ritme voor het gezin, zoals school, werk, sport/ hobby's, maaltijden, klusjes etc. Vaste rituelen en schema's bieden veel mogelijkheden om houvast en veiligheid te ervaren. Benut die mogelijkheden vooral. De ervaring leert dat dit niet alleen voor kinderen, maar ook voor volwassenen helpt.

> *"Ons dochtertje was heel huilerig en aanhankelijk toen het net gebeurd was. Bij ons zijn maakte haar rustiger, dus bleef ze wat langer op dan anders. Hierdoor werd ze alleen steeds vermoeider en ging het op school slechter. Toen hebben we uitgelegd dat ze vanaf nu weer naar bed zouden gaan als de kleine wijzer op de 7 stond en de grote op 12. En toen ging het eigenlijk direct goed."*

Aansluiten bij oudere kinderen (12-21 jaar)

Het helpt tieners om in een situatie zelf tot een beslissing te komen. Daarom is het belangrijk om samen op zoek te gaan naar antwoorden op vragen of dilemma's waar ze mee zitten en ze niet voor te schrijven wat ze moeten doen. De aansluiting bij hun belevingswereld kan gevonden worden door de situatie te koppelen aan een bekende ervaring en aan de hand daarvan het kind zoveel mogelijk zelf de antwoorden te laten vinden. Vraag bijvoorbeeld bij angst wat in eerdere situaties hielp. Door het ervaren van gevoelens van veiligheid kan de angst minder worden.

Bij oudere tieners en adolescenten kan het helpen een rechtstreekse uitleg van de situatie te geven. Ze zijn immers (bijna) volwassen. Vaak is er echter nog sprake van (emotionele) afhankelijkheid. Daarom is het belangrijk voor deze leeftijds-groep te weten en te voelen dat je als ouder beschikbaar en aanspreekbaar bent. Erken als ouder wat er bij hen speelt en vertel ook over eigen emoties. Ook in deze leeftijd is het opmerken van veranderingen in gedrag en daar met begrip op reageren helpend, maar het is ook van belang negatief gedrag te begrenzen. Verder is het voor tieners en adolescenten cruciaal dat zij hun sociale leven zoveel mogelijk kunnen behouden.

Bespreek bedreiging en (social) media

Soms komen er in de media nieuwsberichten voorbij die met de dreigingssituatie van het gezin samenhangen. Zeker als deze berichten onverwachts in beeld komen, kunnen volwassenen en kinderen daarvan schrikken. Het kan dan helpen om tijd te nemen om erover met elkaar in gesprek te gaan en grenzen in te bouwen. Dit kan door bijvoorbeeld een artikel weg te klikken of de radio of tv uit te zetten.

Bedreiging kan ook plaatsvinden via de tijdlijn, of nieuwsgierige mensen kunnen via iemands tijdlijn proberen in contact te komen om zo informatie te krijgen. Soms worden kinderen direct benaderd op hun eigen profiel. Helaas kan iedereen zomaar een online profiel aanmaken en zich als iemand anders voordoen. Tenzij het gaat om bekenden uit de ‘echte’ wereld, is dat nauwelijks te checken. Het is daarom raadzaam binnen het gezin te bespreken hoe alle gezinsleden online veilig kunnen blijven. Afhankelijk van de leeftijd van het kind zal het daar zelf ook al over hebben nagedacht. Soms kunnen we als volwassenen zelfs veel van ‘digiwijze’ tieners leren.

Neem de tijd de juiste antwoorden te vinden

Wellicht stelt een kind heel specifieke vragen en lukt het niet meteen om een antwoord paraat te hebben. Zolang er een anker wordt uitgeworpen naar een vervolgmoment is het prima om tijd te nemen en dat antwoord voor te bereiden, bijvoorbeeld: “Dat is een hele goede vraag. Ik kom erop vanavond als we samen zijn op terug, dan kunnen we het er met elkaar even over hebben.”

Informatie delen in samengestelde gezinnen

In samengestelde gezinnen kan het delen van informatie over een bedreiging ingewikkeld zijn. Wie informeer je wel en wie niet?

Soms kiezen ouders in een samengesteld gezin ervoor geen informatie over de dreiging met de andere betrokken ouders te delen en vragen hun kind(-eren) dit niet te vertellen. Ze kunnen bijvoorbeeld bang zijn dat er dan consequenties voor de omgangsregeling zijn, omdat het bij de andere ouder veiliger zou zijn.

Informatiedeling vraagt bij iedere leefsituatie om maatwerk. Het is belangrijk om goed te wegen en stil te staan bij de eventuele consequenties van wel of niet delen van informatie. Daarnaast is het belangrijk dat het kind van beide ouders steun kan ontvangen en geen zaken hoeft te verzwijgen/liegen tegenover de andere ouder. Een geheim moeten bewaren en de mensen van wie je houdt niet mogen informeren, kan heel belastend zijn voor kinderen en hen in een ernstig loyaliteitsconflict brengen.

4. Aanvullende tips

Onderstaande zaken hebben gezinnen in vergelijkbare situaties geholpen en zijn in deze folder opgenomen ter inspiratie.

Praktische tips om je gezin te ondersteunen

- Zorg voor extra momenten van plezier, bouw ze bewust in in het ritme van alledag;
- Maak elke dag even tijd vrij voor je kinderen, omdat dit juist de verbinding creëert;
- Plan vaste momenten voor een gesprek met elkaar over de situatie en hoe jullie je voelen (bijvoorbeeld een of tweewekelijks);

Suggesties ter ondersteuning van het gesprek met jongere kinderen

- Het maken van een gevoelsthermometer: Wanneer je kind moeite heeft zijn eigen emoties te uiten, dan kun je samen een gevoelsthermometer knutselen van 1-10 waarop het kan laten zien hoe angstig je kind zich voelt op dat moment.
- Praten via knuffelbeer: Voor sommige kinderen kan het helpen om via een knuffelbeer te praten, omdat dit minder confronterend is.
- Bij nachtmerries kun je samen een dromenvanger knutselen of de droom tekenen en er samen een goed einde aan maken. Voor het slapengaan kun je uit een boekje voorlezen over ontspanning en meditatie bij kinderen en daaruit korte oefeningetjes doen.

De weegschaal van bedreiging en veiligheid

De weegschaal kan ondersteunen om met kinderen te praten over de balans vinden tussen de bedreiging en de eventuele maatregelen enerzijds en je veilig voelen anderzijds.

- Gebruik een ouderwetse weegschaal met twee armen en schalen of een tekening ervan. De ene schaal staat voor de bedreiging, de andere voor veiligheid;
- Inventariseer samen met je kind wat bedreigend voelt en wat je kind kan doen om tegengewicht op de andere arm te leggen. Neem samen de volgende vragen door:
- Wat wordt er gedaan om je gezin veilig te houden?
- Wat helpt jou als ouder om jezelf veilig te voelen?
- Wat helpt je kind, wat doet het concreet om zich lekker te voelen?
- Wat doen jullie samen als gezin?
- Zoek samen naar concrete antwoorden en leg die op de andere arm. De weegschaal zal balans zoeken. Of teken een weegschaal die de andere kant op beweegt.

Kinderen begrijpen dit concept heel goed en vaak vinden ze het fijn om de weegschaal als ingang te gebruiken om over ingewikkelde zaken te spreken; soms zullen ze zelf aangeven dat de weegschaal door een gebeurtenis wiebelt. Je kunt de weegschaal ook gebruiken als een check-in moment; hoe is het vandaag met je weegschaal? Moeten we er samen nog wat gewichtjes opleggen of lukt dat zelf?

Gespreksvragen voor veiligheid online

De weegschaal kan ondersteunen om met kinderen te praten over de balans vinden tussen de bedreiging en de eventuele maatregelen enerzijds en je veilig voelen anderzijds.

- Welke gevolgen heeft het zelf delen van informatie of van beelden?
- Is het verstandig om je online profiel (tijdelijk) te beschermen?
- Doen je gezinsleden er beter aan tijdelijk helemaal offline te blijven?
- Welke online contacten zijn juist wél helpend en veilig? Zijn er bijvoorbeeld mensen die je kent of websites waar je afleiding kunt vinden?
- Bespreek de mogelijkheid tijdelijk met bekenden via 'direct messages' te communiceren in plaats van op een tijdlijn.

Blijf in dialoog met je kind en zoek samen naar de balans tussen privacy en eigen regie enerzijds en veiligheid anderzijds. Verlangt de situatie dat je tijdelijk voor meer controle moet kiezen, leg dit dan duidelijk uit aan je kind dat het de bedreiging is die dat nodig maakt.

Netwerk in beeld

Het kan helpen om het vangnet van het gezin in beeld te brengen.

- Neem een groot blad papier en teken het gezin in het midden.
- Bespreek wie er allemaal om het gezin heen staan en teken deze mensen om het gezin heen. Wees creatief: teken figuurtjes of schrijf de namen van mensen op.
- Mensen kunnen in cirkels dicht rond het gezin of in cirkels wat verder weg worden getekend. Mensen kunnen ook eerst worden benoemd en vervolgens met dikkere of dunnere lijnen aan het gezin worden verbonden; wie staat er dichtbij en bij wie vindt het gezin veel houvast?
- Teken ook mensen die eventueel tijdelijk helpen bij de veiligheid van het gezin.
- Bij wie vinden gezinsleden afleiding, juist omdat die persoon niet geïnformeerd is?

Laat de (kleinere) kinderen helpen er een mooie tekening van te maken, die vervolgens wordt opgehangen.

Een kind kan het ook fijn vinden diens eigen netwerk te tekenen. Zet dan de naam van het kind in het midden en breng samen het steunnet rond je kind in kaart.

Op lastige momenten kan de tekening helpen, je kunt dan vragen:

- Wie zou er nu kunnen helpen?
- Wie wil je bellen of met wie spreek je af om even wat afleiding te vinden?

Logboek of dagboek bijhouden

- Je legt informatie vast die je op een later moment nog wilt bespreken binnen je gezin;
- Je legt informatie vast, zodat je het beter uit kunt leggen;
- Het is iets om op terug te vallen als kinderen op een latere leeftijd vragen stellen.

Je kunt er ook een gezamenlijke activiteit van maken, zodat je kind dit zelf later nog eens kan inkijken.

- Maak een boekje met plaatjes
- Leg uit wat papa of mama voor werk doet, wat er nu aan de hand is en wat er gebeurt.
- Voeg iets toe over bijvoorbeeld mensen die camera's komen ophangen, een beveiligingssysteem installeren, of de politie die langskomt om dingen te bespreken.

5. Mogelijkheden voor professionele hulp

Wanneer normale stressreacties aanhouden of verergeren, kan er een moment komen dat er voor iemand binnen het gezin professionele hulp nodig is. Als de stressreacties langer duren dan een maand en/of de normale ontwikkeling van het kind in de weg staan door bijvoorbeeld probleemgedrag, ruzies of terugval op school of zelfdestructief gedrag, dan is het raadzaam om contact op te nemen met de huisarts. Het zou kunnen dat het betreffende gezinslid specifieke klachten en/of angsten of een posttraumatische stressreactie ontwikkelt. Door middel van therapie kan de verwerking van de gebeurtenissen op gang worden gebracht en kunnen de stressreacties afnemen

Waar vindt u goede zorg?

Ook als alles geheim moet blijven, is een huisarts of een BIG-geregistreerd psycholoog de aangewezen persoon om aanhoudende klachten van een van de gezinsleden te bespreken. Doordat zij gehouden zijn aan hun beroepsgeheim, zijn dit soort zaken bij hen in goede handen. Ga bij een psycholoog na of deze vindbaar is onder het BIG-nummer en of deze aangesloten is bij een erkende beroepsvereniging.

Niet alle huisartsen en psychologen zijn overigens thuis in de psychosociale effecten van bedreiging. Het is raadzaam na te gaan of ze op dit specifieke thema ondersteuning kunnen bieden.

Bij samengestelde gezinnen met kinderen onder de 16 jaar is er voor een verwijzing toestemming nodig van beide biologische ouders. De andere biologische ouder is echter lang niet altijd op de hoogte van de bestaande dreiging en/ of beveiliging. Mogelijk bestaat bij de ouder helemaal niet de behoefte om de ex-partner te informeren over de persoonlijke situatie. Vanuit het belang van het kind kan dit soms toch noodzakelijk zijn, omdat alleen daarmee vanuit de ex-partner begrip voor de situatie kan ontstaan, waardoor toestemming voor verwijzing verkregen kan worden.

> *Een TBP wilde een gesprek met pleegzoon van 12 onder begeleiding van een psycholoog. Maar ook de biologische vader moest toestemming voor dit gesprek geven. Omdat er geen (goed) contact met deze vader was en informatie over de bedreiging niet gedeeld mocht worden, kon het gesprek niet plaatsvinden.*

Indien de bedreigde persoon aanhoudende klachten heeft, kan de werkgever er voor kiezen te verwijzen naar ARQ IVP voor ondersteuning. ARQ IVP is sinds 2005 betrokken bij het thema Bedreigen en Beveiligen en begeleidt bedreigde personen bij de psychosociale impact ervan. De werkgever kan naar hen doorverwijzen voor ondersteunende gesprekken met een psycholoog. Tijdens deze gesprekken komen vaak ook de dilemma's rond de kinderen ter sprake. Ook kan de betrokken psycholoog meedenken over eventuele ondersteuning als u een kind heeft met (aanhoudende) klachten.

Opdrachtgever:
Kenniscentrum Bewaken en Beveiligen

Verantwoordelijk uitvoerende:
ARQ IVP,
onderdeel van ARQ Nationaal
Psychotrauma Centrum
Nienoord 5 1112 XE Dieme

Auteur:
Drs. Ine Spee

Jaar van uitgave: augustus 2023