

- Acute opvang (geen onderdeel van BOT procedure)

#### **Algemeen**

- Opvang door directe collega, leidinggevende of meldkamer
- Eventueel lichamelijk letsel wordt beoordeeld en behandeld
- Op een veilige plek (aparte ruimte)
- Eerste en belangrijkste stap in het herstelproces

#### **Emotioneel**

- Betrokkene het verhaal laten vertellen
- Er zijn voor de ander, weinig zeggen, weinig vragen, niet invullen
- Doorwerken of naar huis?

#### **Praktisch**

- Administratieve zaken overnemen
- Bied de steun waar de betrokkene behoefte aan heeft
- Naar huis brengen en familie of vrienden betrekken bij de opvang

- Eerste BOT gesprek

#### **Algemeen**

- Binnen 72 uur na het incident
- Doel: Verhaal vertellen. Wat wil de betrokkene kwijt?
- Benoem de vertrouwelijkheid van het gesprek

#### **Inhoudelijk**

- Verhaal laten vertellen (Accepteer een "nee" als het nog te pijnlijk is)
- Klachten inventariseren
- Steun mobiliseren (Vraag hoe de omgeving op de betrokkene reageert)
- Voorlichting geven over verwerking

#### **Praktisch**

- Bespreek hoe het herstelproces verloopt
- Tweede BOT gesprek plannen
- Doorverwijzen naar gespecialiseerde hulpverlening bij:
  - Meervoudig trauma (er is veel meer aan de hand)
  - Persoonlijkheidsproblematiek (extreme karaktertrekken)
  - Psychiatrisch beeld (waanbeelden, dwangmatig, suïcidaal)

➤ Tweede BOT gesprek

**Algemeen**

- +/- 10 dagen na het incident
- Doel: Vinger aan de pols. Hoe verloopt het herstel?
- Benoem de vertrouwelijkheid van het gesprek

**Inhoudelijk**

- Het verhaal nogmaals laten vertellen
- Klachten nagaan en vragen naar emoties
- Hoe zijn de reacties en steun vanuit naaste omgeving?

**Praktisch**

- Bij ernstige klachten kan eventueel al doorverwezen worden
- Derde BOT gesprek plannen

➤ Derde BOT gesprek

**Algemeen**

- +/- 6 weken na het incident
- Doel: Terugblikken op afgelopen periode. Afronden of doorverwijzen?
- Benoem de vertrouwelijkheid van het gesprek

**Inhoudelijk**

- Wat is er allemaal gebeurd?
- Hoe is de betrokkene met de situatie omgegaan?
- Welke conclusie trekt de betrokkene zelf? Veerkracht hersteld?
- Zijn de klachten afgenomen?

**Praktisch**

- BOT traject afronden
- Doorverwijzen naar gespecialiseerde hulpverlening:

Het is normaal als er nog steeds klachten zijn. Wanneer de herbelevingen nog hevig zijn en als het incident nog steeds bepalend is in het leven, dan is doorverwijzen een gepast advies. Gespecialiseerde hulp is nodig om PTSS te voorkomen of te behandelen.

**“ In een gezond herstel proces zijn herbeleving (verlies georiënteerd) en vermijding (herstel georiënteerd) in balans.”**