



Het ZEBRA-charter, samen met ZEBRA bondgenoot van kinderen van de weg.

Zelfs al gaat het enkel om blikshade, een verkeersongeval kan bij kinderen en jongeren een diepe indruk nalaten. Bestaande zekerheden vallen op dat moment abrupt weg. Niet alleen kinderen die rechtstreeks slachtoffer zijn van een verkeersongeval, maar ook onrechtstreeks betrokkenen, zoals broers, zussen, vrienden of getuigen van het ongeval, kunnen totaal van de kaart zijn.

Een verkeersongeval is een schokkende gebeurtenis. Het kan je erg verwarren en doen schrikken. Een schokkende gebeurtenis heeft een aantal kenmerken:

- het is een plotse storing in iemands leven,
- die gevoelens van hulpeloosheid en ontredde met zich meebrengt
- en die, rechtstreeks of onrechtstreeks, de betrokkene met gevaar confronteert.

Zo'n schokkende gebeurtenis schudt alle verwachtingen over jezelf, je dagelijkse leven en hoe de wereld in elkaar zit, grondig door elkaar. Het opnieuw opbouwen van zekerheden en verwerken van deze gebeurtenis duurt dan ook vaak lang en is niet eenvoudig. De manier waarop kinderen dit verwerken en de noden die ze hebben, verschillen sterk van kind tot kind.

Of een kind het verkeersongeval gemakkelijker, dan wel moeilijker kan verwerken is moeilijk te voorspellen. Er spelen verschillende factoren mee: hoe ernstig het kind het ongeval opvat, de band van het kind met de betrokkenen, de persoonlijkheid en de omgeving van het kind. Een kind kan een lichte aanrijding als levensbedreigend beleven, als het bijvoorbeeld al eerder betrokken was bij een verkeersongeval en deze ervaring nu opnieuw beleeft.

Daarom is een goede eerste opvang van kinderen en jongeren ter plaatse broodnodig.

De eerste opvang bepaalt mee hoe kinderen het ongeval op lange termijn verwerken. Een goede eerste reactie van de volwassenen die aanwezig zijn op de plaats van het ongeval is dan ook onmisbaar. Het kan immers een tijdje duren vooraleer de interventiediensten ter plaatse zijn.

Wat houdt een goede eerste reactie precies in?

In het ZEBRA-charter worden een aantal basistips gegeven voor een goede eerste reactie op de plaats van het ongeval. Bij een verkeersongeval reageren kinderen, noch jongeren als kleine volwassenen. Zij zijn vaak niet verward door de objectieve ernst van een situatie, maar wel door de reactie van volwassenen die hen omringen, zoals familieleden, leerkrachten, kennissen of getuigen. Kinderen en jongeren zijn erg gevoelig voor de reacties van de mensen rondom hen. Een zorgzame en begrijpende houding van de omstaanders is dus cruciaal. Onthou zeker dat kinderen en jongeren die betrokken zijn bij zelfs een lichte aanrijding nood kunnen hebben aan jouw steun. Hieronder kan je meer uitgebreid lezen wat je best doet, vertrekkend vanuit de beleving van het jonge verkeersslachtoffer zelf.

1 Let op de veiligheid van het gekwetste kind.

Wanneer je een ongeval ziet gebeuren, is je eerste bekommernis de veiligheid te garanderen van kinderen, jongeren en andere aanwezigen. Zorg ervoor dat er niemand zomaar de straat oploopt zodat er geen nieuwe ongelukken kunnen gebeuren. Schat de situatie en de eventuele verwondingen van het kind in. Ook al heeft het kind op het eerste gezicht geen verwondingen, vraag ernaar. Breng het gekwetste kind, en eventueel de andere kinderen die aanwezig zijn, naar een veilige plaats. Heeft het gekwetste kind mogelijk een wervelletsel, beweeg het dan zeker niet! Nadat de kinderen in veiligheid zijn, controleer je hun ademhaling en bewustzijn. Verwittig de interventiediensten (112) als dat nodig is en geef duidelijke informatie over de plaats waar je je bevindt en hoe de slachtoffers eraan toe zijn. In afwachting van hun komst, kan je reeds de eerste medische zorgen bieden waartoe je jezelf in staat acht. Probeer er alleszins voor te zorgen dat het kind nooit alleen blijft.

2 Scherm het kind af voor bijkomend leed.

Hoe langer het kind met het ongeval en de chaos er rond geconfronteerd wordt, des te meer kans loopt het op bijkomend psychisch leed. Let er bij ernstige ongevallen op dat het kind de zwaargewonde slachtoffers niet meer kan zien. Hierin mag je zeker vriendelijk maar kordaat zijn.

Zijn er bij het ongeval vertrouwde personen van het kind aanwezig, dan is het belangrijk het kind niet onnodig van hen te scheiden. Zijn ze zwaargewond, peil dan bij het kind of het graag bij hen wil blijven. Hou het kind minstens eerlijk op de hoogte van hoe het met die personen gesteld is. Bescherm het kind tegen nieuwsgierige blikken, door het bijvoorbeeld iets verder weg te leiden. Wees op je hoede voor pers die soms erg snel na het ongeval foto's neemt, of een verdoken interview afneemt. Beschrijf en leg aan het kind uit wat je doet en wat er gebeurt, ook al heb je de indruk dat wat je zegt niet doordringt.

Weet dat kinderen niet reageren als kleine volwassenen. Ze worden niet geschokt door de echte ernst van de situatie, maar wel door de reactie van volwassenen. Het is dan ook erg belangrijk zelf niet in paniek te raken, maar zoveel mogelijk rust en kalmte op het kind over te brengen.

Het is goed mogelijk dat er meerdere kinderen zijn op de plaats van het ongeval. Zorg ervoor dat alle kinderen worden opgevangen. Vraag daarvoor anderen om hulp.

3 Ik bied het kind de mogelijkheid om een naaste te verwittigen.

Het kind wil zo snel mogelijk bij vertrouwde figuren zijn: de ouders, grootouders, leerkracht, enzovoort. Dat verhoogt het gevoel van veiligheid. Indien het kind geen telefoon bij zich heeft, bied dan jouw telefoon aan of vraag het kind hoe jij de naaste kan bereiken. Breng het nieuws rustig en vriendelijk. Vraag de naaste naar de plaats van het ongeval te komen. Blijf in elk geval bij het kind tot de naaste aanwezig is! Wanneer de naaste niet naar de plaats van het ongeval kan komen, begeleid het kind dan naar de ouders, grootouders, leerkracht of een andere persoon die voor het kind een vertrouwd gezicht is. Vooraf breng je zeker de ouders op de hoogte van je contactgegevens, zodat zij steeds weten waar en bij wie hun kind is. Indien het ongeval de tussenkomst van een interventiedienst vereist, laat je het verwittigen aan hen over. Zij zijn er immers voor opgeleid.

4 Respecteer en aanvaard de reacties van het kind.

De reacties van kinderen op een verkeersongeval kunnen sterk verschillen. Sommige kinderen worden erg druk, anderen zitten stil voor zich uit te kijken, nog anderen beginnen te huilen. Respecteer en aanvaard de reacties van het kind. Laat het kind weten dat het normaal is dat het geschrokken is. Laat het kind toe te huilen. Verwacht niet dat het 'flink' is.

Tijdens een verkeersongeval kunnen kinderen, net zoals volwassenen, een tunnelervaring hebben. Ze maken dan het ongeval niet met hun volle bewustzijn mee, maar focussen zich op een detail. Omdat het verkeersongeval een te overweldigende schok betekent, laten ze nadien de realiteit niet helemaal tot zich doordringen. Ze staren wezenloos voor zich uit, lijken zich van niets bewust te zijn. In feite is deze reactie een vorm van zelfbescherming. Kinderen hebben na het ongeval nood aan het vervullen van hun basisbehoeften: veiligheid, warmte, voedsel, rust en kalmte. Probeer hen dit aan te bieden. Steun de kinderen zowel door wat je zegt als met je lichaamstaal. Laat hen voelen dat je er voor hen bent en blijft. Het kind zal zich hierdoor veiliger voelen. Hoe kort en tijdelijk je steun ook is, je aanwezigheid zal het kind geruststellen.

Het is mogelijk dat het kind uit angst in zijn broek plaste of dat het door gescheurde kledij half-naakt is. Geef het kind menselijke waardigheid en bied je eigen jas of iets dergelijks aan.

5 Luister naar vragen, angsten en zorgen en reageer begripvol.

Na een tijdje zal het kind klaar zijn om de realiteit tot zich te laten doordringen. Het kan zijn dat het eindeloos dezelfde vragen begint te stellen. Het kind heeft dan een sterke behoefte aan informatie, wil weten wat er gebeurd is, hoe het eventueel met de slachtoffers gesteld is en wat er verder zal gebeuren. Leg het kind zo goed mogelijk uit wat er gebeurd is. Het is erg belangrijk wat je op dat moment zegt. Als je het zelf ook niet zo goed weet, wees dan eerlijk. Veel volwassenen zijn geneigd kinderen gerust te willen stellen, door bijvoorbeeld te zeggen: "Met je broertje komt het zeker en vast in orde, daar zal ik wel voor zorgen". Doe zeker geen loze beloftes. Deze hebben op lange termijn enkel een negatief effect, wanneer het kind merkt dat je je belofte niet kan nakomen.

Bij een verkeersongeval hou je best de ONVEE-principes in gedachten.

'ONVEE' is een geheugensteuntje om de vijf sleutelbegrippen voor het verlenen van steun aan betrokkenen van een schokkende gebeurtenis te onthouden: Onmiddellijkheid, Nabijheid, Verwachtingen, Eenvoud en Eenheid/Eenduidigheid.

Onmiddellijkheid

Het is belangrijk dat een kind in de eerste ogenblikken na een verkeersongeval goed opgevangen wordt. Zo verhoog je de kans op een vlotter herstel. Spijtig genoeg kan er ook heel wat verkeerd lopen in deze cruciale fase. Wanneer er geen steun komt of er op een verkeerde manier gereageerd wordt, laat je de opvang beter over aan iemand die er meer bedreven in is. Ook bij onzekerheid doe je dit best.

Nabijheid

Het principe van de nabijheid omvat twee elementen.

Eenzijds moet de hulp dicht bij de plaats van het gebeuren worden aangeboden. Dat betekent niet dat je de kinderen niet mag wegleiden van de plaats van het ongeval. Ze moeten wel nog bij andere betrokkenen kunnen zijn, zodat ze elkaar als lotgenoten kunnen steunen. Dit is vanzelfsprekend niet het geval wanneer de impact van het ongeval verzwaart doordat het kind op de plaats van het ongeval blijft.

Anderzijds is de sociale nabijheid van lotgenoten belangrijk. Kinderen kunnen erg veel steun hebben aan het contact met andere betrokkenen van het verkeersongeval. Ze kunnen hun ervaringen uitwisselen en leren van elkaar. Haal het kind dan ook niet onnodig weg bij anderen die ook bij het ongeval aanwezig waren.

Verwachtingen

Wanneer je een kind opvangt dat betrokken was in een ernstig verkeersongeval (of daarvan getuige was), moet je beseffen dat het kind normaal reageert op een abnormale gebeurtenis.

Vlak na het ongeval mag je verwachten dat het kind vreemd reageert. We spraken al eerder over de heftige emoties, verward of emotioneel verdoofd zijn, broekplassen, enzovoort. Ook een kind dat verdoofd is en niet meer lijkt te reageren op wat er rondom hem of haar gebeurt, reageert normaal. Respecteer deze natuurlijke reactie en ga ervan uit dat dit de beste reactie is voor dat kind in deze situatie. Reacties die abnormaal lijken, zijn geen reden tot paniek. Ze zullen na verloop van tijd afnemen. Bij sommige kinderen duurt dit enkele minuten, bij anderen enkele uren, nog bij anderen kan dit tot enkele maanden na het ongeval aanhouden.

Kinderen en jongeren kunnen na een schokervaring 'regressief gedrag' vertonen. Dat is gedrag dat je zou verwachten van veel jongere kinderen: bijvoorbeeld een knuffeldiertje willen, tegen je aan willen kruipen, duimzuigen, enzovoort. Ook dit zijn normale reacties.

Eenvoud

Een kind na een verkeersongeval opvangen is niet gemakkelijk, maar is wel gebaseerd op eenvoudige principes. Maak het jezelf en het kind niet moeilijk, maar volg het KISS-principe: Keep It Simple and Stupid (hou het simpel en eenvoudig). Het komt erop neer het kind gerust te stellen, door het te omarmen, een knuffeldiertje te geven, of de tijd te nemen om gewoon bij het kind te zijn.

Eenheid/eenduidigheid

Na een verkeersongeval is er vaak chaos. Gelukkig zijn er meestal verschillende mensen die het kind willen opvangen. Iedereen wil dat doen vanuit de eigen overtuiging van wat het beste is voor het kind. Spijtig genoeg leidt dit enkel tot meer verwarring voor het kind zelf. Probeer ervoor te zorgen dat, wanneer de hulpdiensten of politie nog niet ter plaatse zijn, slechts één persoon zich over het kind onfermt. Vergeet daarbij vooral niet te luisteren naar wat het kind zelf wil. Waarschijnlijk wil het eenvoudigweg zo snel mogelijk bij papa of mama zijn. Als de ouders ter plaatse zijn, kan je vriendelijk je hulp aanbieden, maar dring jezelf niet op.

Bronnen:

De Soir, E. (2000). Op het netvlies gebrand. Leuven, Garant.

De Soir, E. (2004). Handleiding voor de emotionele doorwerking van schokervaringen. Antwerpen, Maklu.

Jeugd Rode Kruis – Rode Kruis Vlaanderen (2004). Jongeval. Jongeren voor jonge verkeersslachtoffers. Mechelen, Vandekerckhove.

National Institute of Mental Health (2001). Helping children and adolescents cope with violence and disasters. Maryland, NIH Publication, September 2001.

Rode Kruis Vlaanderen (2002). De jonge hulpverlener in het verkeer. Beeldtaal.

Slachtofferhulp. Steunpunt Algemeen Welzijnswerk (2003). Kinderen helpen na een schokkende gebeurtenis. Tielt, Lannoo.

www.krisenintervention-muenchen.de

ZEBRA IS EEN INITIATIEF VAN HET LEVENSLIJN-KINDERFONDS

