

WIE KNIPT DE KAPPER 2025

“DE DIEPTE IN”

30.10.2025

**BOUW & INFRAPARK
HARDERWIJK**



PROGRAMMAVERZICHT

09.30 – 10.00	Inloop, registratie, koffie en thee				
10.00 - 10.10	Opening				
10.10 – 10.50	Plenaire lezing “Trauma op de werkvloer: de kracht van collegiale ondersteuning” Spreker: Dr. Miriam Lommen, Universitair Hoofddocent Rijksuniversiteit Groningen				
11.00 – 12.30	Eerste parallelsessieronde workshops				
	Van klacht naar hulp, van beleid naar praktijk: hoe heeft defensie de werkwijze rondom PTSS geregeld?	Wanneer collegiale opvang niet meer afdoende is en dan...	Morele stress: hoe herken je dat en wat kan je dan doen als collegiaal ondersteuner?	Hoe zorg je goed voor jezelf na een ingrijpende gebeurtenis?	De kwaliteit van collegiale ondersteuning – een gedeelde verantwoordelijkheid
12.30-14.15	Lunch				
13.15-14.00	Optioneel deelname aan één van onderstaande zelfzorgactiviteiten				
	Door yoga bewust slapen, zonder te slapen (ontspanningsactiviteit)	Outside the boks (sportactiviteit)	Reis van onbewust naar bewust (wandelactiviteit)	Van hoofd naar hart met pen en papier (kunstactiviteit)	Open inloop: • Kapper • Stoelmassage • Wandelen met routekaart
14.15-15.45	Tweede parallelsessieronde workshops				
	<i>Idem ronde 1</i>				
15.50-16.15	Plenaire afsluiting				
16.15-17.15	Netwerkborrel				

PLENAIRE LEZING

TRAUMA OP DE WERKVLOER: DE KRACHT VAN COLLEGIALE ONDERSTEUNING

Dr. Miriam Lommen, Universitair Hoofddocent Rijksuniversiteit Groningen

Beschrijving lezing

Waarom ontwikkelt de één PTSS na trauma, terwijl de ander veerkrachtig herstelt? In deze lezing presenteer ik inzichten uit recent onderzoek naar risicofactoren en beschermende factoren bij hoogrisicoberoepen. De vertaalslag naar de praktijk staat centraal: wat kunnen coördinatoren en collegiaal ondersteuners doen om negatieve gevolgen van werkgerelateerd trauma te helpen voorkomen? Welke vormen van ondersteuning maken aantoonbaar verschil? Deze lezing biedt praktische handvatten en een stevige wetenschappelijke basis voor iedereen die binnen organisaties een rol speelt in collegiale opvang, ondersteuning en preventie.

Na deze lezing heb je

- inzicht in recente wetenschap over PTSS en preventie bij hoogrisicogroepen
- Begrip van de rol en impact van collegiale ondersteuning
- Praktische handvatten voor preventie van PTSS

Over de spreker

Dr. Miriam Lommen is universitair hoofddocent aan de Rijksuniversiteit Groningen. Als scientist practitioner, met onderzoeksexpertise op angst, trauma en PTSS heeft zij speciale aandacht voor hoog risicogroepen. Dr. Lommen is tevens cognitief gedragstherapeut in opleiding tot GZ-psycholoog bij Traumacentrum van GGZ Drenthe.

TERUG NAAR
OVERZICHT

VAN KLACHT NAAR HULP, VAN BELEID NAAR PRAKTIJK: HOE HEEFT DEFENSIE DE WERKWIJZE RONDOM PTSS GEREGLD? (workshop ronde 1 & 2)

LTZ1 Maya Visser, veteranen bedrijfsmaatschappelijk werker bij Defensie

Deskundige van het Nederlandse Veteranen Instituut

Beschrijving workshop

In deze workshop leggen Defensie en het Veteraneninstituut (NLVi) uit hoe de wet en regelgeving rondom PTSS is geregeld voor veteranen en dienstslachtoffers. Ze nemen je mee van klachtontwikkeling, via zorgsignalen op de werkvloer, naar zorgverlening op de werkvloer, ontslag bij de organisatie en overdracht naar het Veteraneninstituut. Ze lichten de hele zorgroute toe, zowel materieel als immaterieel. Hierin zitten talloze keuzemomenten voor de organisatie Defensie, binnen de Wet Verbetering Poortwachters, het UWV, het NLVi, de veteraan zelf en alle betrokken hulp- en dienstverleners. Ze delen de successen, maar ook de missers en tegenstrijdigheden in het systeem. En ze geven een inkijkje in de toekomstige plannen. Tenslotte gaan ze in gesprek met jou en proberen mee te denken met de uitdagingen die jij in jouw organisatie ziet.

Na deze workshop heb je geleerd over

- Kennis over wet en regelgeving PTSS bij veteranen en dienstslachtoffers
- Inzicht in het systeem, de keuzes, de tegenstrijdigheden en de betrokken spelers
- Vertaling naar beleid, praktijk en uitdagingen in andere organisaties

TERUG NAAR
OVERZICHT

WANNEER COLLEGIALE OPVANG NIET MEER AFDOENDE IS EN DAN... (workshop ronde 1 & 2)

Carolien Schreij, Coördinerend bedrijfsarts Eenheid Rotterdam; Stafarts regio West Politie

Paulien Polderman, Coördinator Opvang en Nazorg, Veiligheidsregio Utrecht

Beschrijving workshop

In deze workshop gaan we o.a. in op het herkennen van signalen als er meer nodig is dan alleen collegiale steun. Wat zijn je verantwoordelijkheden, waar liggen de basisbehoeftes, je grenzen, en wanneer schakel je professionele hulp in? Verder leer je hoe je communiceert met een collega die iets ingrijpends heeft meegemaakt (traumasensitief communiceren). We staan ook stil bij de mogelijke overlap met andere diagnoses of aandoeningen, zodat je beter kunt inschatten wat er speelt en welke aanpak passend is.

Na deze workshop

- Heb je concrete handvatten om betrokken te blijven zonder de grens van collegiale opvang te overschrijden.
- Weet je hoe je traumasensitief communiceert
- Heb je kennis over hoe om te gaan met overlap andere diagnoses/aandoeningen.

TERUG NAAR
OVERZICHT

HOE ZORG JE GOED VOOR JEZELF NA EEN INGRIJPENDE GEBEURTENIS? (workshop ronde 1 & 2)

Sanne Koemans, Trainer en GZ-psycholoog, Training Zelfzorg

Beschrijving

Je werk kan je soms raken. Wat je ermee doet, beïnvloedt je mentale gezondheid. In deze workshop krijg je inzicht in wat helpt bij het verwerken van ingrijpende gebeurtenissen. Ook oefen je met het laten ontstaan van echte sociale verbinding, een bewezen beschermende factor tegen psychische klachten. Je leert hoe je als collega steunend aanwezig kan zijn, zonder iets op te lossen. Soms is dat precies wat iemand nodig heeft.

Na deze workshop:

- Heb je inzicht in wat helpt bij het verwerken van ingrijpende gebeurtenissen.
- Begrijp je het belang van sociale verbinding voor mentaal welzijn én weet je hoe je die kunt versterken.
- Heb je geoefend met actief luisteren – zonder oordeel, advies of oplossing.

TERUG NAAR
OVERZICHT

MORELE STRESS: HOE HERKEN JE DAT EN WAT KAN JE DAN DOEN ALS COLLEGIAAL ONDERSTEUNER? (workshop ronde 1 & 2)

ARQ Nationaal Psychotrauma Centrum

Beschrijving

‘Het is mijn schuld dat de situatie uit de hand is gelopen, ‘Hoe kan ik in mijn werk ooit het goede doen?’, ‘Ik vind het zo naar dat ik niks gedaan heb op dat moment’, ‘De organisatie laat me in de steek’, ‘Ik vraag me regelmatig af of mijn werk wel zin heeft’. Als collegiaal ondersteuner hoor je het soms een collega zeggen. Iets dat gaat over schuld, schaamte, zingeving, teleurstelling, boosheid. Soms kan een ingrijpende gebeurtenis raken aan normen en waarden of zelfs ermee botsen. Dit kan leiden tot morele dilemma’s, tot morele stress of in ernstige gevallen tot morele verwonding.

In deze workshop gaan we in op hoe je morele stress kan herkennen en wat je daar in je rol als collegiaal ondersteuner mee kan. Dit doen we door de theorie van morele stress, de verschillen en overlap met PTSS en situaties uit jullie eigen praktijk te bespreken.

Na deze workshop:

- Heb je kennis over morele stress.
- Herken je elementen van morele stress in een collegiaal ondersteuningsgesprek.
- Heb je handvatten voor in je collegiaal ondersteuningsgesprek met een collega.

TERUG NAAR
OVERZICHT

DE KWALITEIT VAN COLLEGIALE ONDERSTEUNING – EEN GEDEELDE VERANTWOORDELIJKHEID (workshop ronde 1 & 2)

Ine Spee, (Crisis-)adviseur, ARQ IVP

Anne Bakker, coördinator Traumaopvang OLVG en onderzoeker AmsterdamUMC

Beschrijving workshop

In deze interactieve workshop delen we inzichten over (de toetsing van) kwaliteit van collegiale ondersteuning en gaan we met de deelnemers in gesprek. Aan de hand van prikkelende stellingen onderzoeken we samen met de deelnemers wat er nodig is om deze ondersteuning duurzaam, effectief en betekenisvol te houden. Welke factoren versterken de kwaliteit, en waar liggen de knelpunten? Welke verantwoordelijkheden liggen bij de coördinator en welke bij de collegiaal ondersteuner? Deze sessie biedt ruimte voor reflectie, uitwisseling van ervaringen en het ophalen van ideeën om de kracht van collegiale ondersteuning te blijven waarborgen in de praktijk.

Na deze workshop:

- Heb je zicht op de belangrijkste voorwaarden voor kwalitatieve collegiale ondersteuning.
- Heb je ervaringen en inzichten uitgewisseld met collega's uit andere organisaties.
- Heb je concrete handvatten om de kwaliteit van collegiale ondersteuning in je eigen organisatie te versterken.

TERUG NAAR
OVERZICHT

ZELFZORGACTIVITEITEN TIJDENS HET LUNCHBLOK 13.15-14.00 uur

Aan onderstaande activiteiten kun je deelnemen door bij je inschrijving voor een van de activiteiten te kiezen.

DOOR YOGA BEWUST SLAPEN, ZONDER TE SLAPEN (ontspanningsactiviteit)

Pieter van Oosterhout, Projectleider bij Defensie en Subject Matter Expert (SME) Yoga bij de sectie Duurzaam Gezond Inzetbaar (DGI), coördinator en één van de oprichters van het Yoga Netwerk Defensie (YND)

Beschrijving

In deze workshop word je door middel van Yoga, yoga Nidra, begeleid naar een ontspannen staat, waarbij het lichaam slaapt en jij nog wakker bent! Mocht je toch in slapen vallen dan heb je een mooie 'powernap' gehad. In de workshop komt een kleine hoeveelheid theorie aan bod om een idee te krijgen bij wat je gaat "doen", wat zachte en rustige yoga houdingen en daarna de yoga Nidra sessie, waarin je liggend naar ontspanning wordt begeleid.

Deze workshop wordt je aangeboden vanuit het Yoga Netwerk Defensie (YND) als onderdeel van de Sectie Duurzaam Gezond Inzetbaar (DGI).

OUTSIDE THE BOKS (sportactiviteit)

Marvin Levant, oud-bokser met een achtergrond in leiderschap en psychologie & Sjoerd Kersten, psychomotorisch therapeut en expert in ervaringsgericht leren

Beschrijving

In deze actieve workshop ontdek je hoe boksen je kan helpen om jezelf beter te begrijpen en krachtiger te communiceren. Door letterlijk in beweging te komen, ervaar je hoe je reageert onder druk, hoe je contact maakt en wat jouw stijl van communiceren zegt over jou. Geen eindeloze theorie, maar doen en ervaren!

Marvin en Sjoerd combineren fysieke actie met persoonlijke ontwikkeling. In een veilige setting leer je bewust reageren, afstemmen en communiceren met meer inzicht en impact.

Geschikt voor iedereen en elke conditie!

TERUG NAAR
OVERZICHT

REIS VAN ONBEWUST NAAR BEWUST (wandelactiviteit)

Rob Kramer, BiViT Massage en training

Beschrijving

Tijdens deze workshop ga je met praktische oefeningen aan de slag met Mindful walking. Je bent je bewuster van je lijf. Je maakt kennis met bewust ademen, je bent je meer bewust van je zintuigen en zal met meer aandacht in het moment zijn. Na deze activiteit heb je je stress verminderd, heb je energie opgedaan en ben je even helemaal los van de drukte van alledag. Weer helemaal opgeladen voor het middagprogramma.

OPEN INLOOP

Naast de activiteiten op inschrijving is het mogelijk om tijdens het gehele lunchblok (12.30-14.15 uur) binnen te lopen bij de kapper of de stoelmasseur! Of maak zelf een wandeling in de omgeving van het Bouw & Infrapark, een routekaart met wandelsuggestie zal bij de receptie af te halen zijn.

VAN HOOFD NAAR HART MET PEN EN PAPIER (kunstactiviteit)

Anita Seuren, beeldende counselor

Beschrijving

Een creatieve en rustgevende workshop waarin je intuïtief gaat tekenen met lijnen, vormen en kleuren. Je hoeft niets te kunnen of te weten – je laat je hand leiden en ontdekt gaandeweg wat er op papier wil ontstaan. Deze vorm van tekenen helpt om uit je hoofd te komen, spanning los te laten en weer contact te maken met jezelf. Iedere tekening is uniek – net als jouw proces.

TERUG NAAR
OVERZICHT

ORGANISATIE

Dit symposium wordt georganiseerd door de Special Interest Group (SIG) 'Opvang en vroege interventies'; een van de werkgroepen van de Nederlandstalige Vereniging voor Psychotrauma (NtVP). De NtVP is dé toonaangevende vereniging voor experts en organisaties in Nederland en België die zich bezighouden met psychotrauma. Ons doel is om expertise te bevorderen bij het voorkomen, signaleren en behandelen van psychotrauma, om de geestelijke gezondheid te verbeteren en negatieve maatschappelijke gevolgen te verminderen.

De SIG 'Opvang en vroege interventies' streeft naar de optimalisatie van opvang en ondersteuning na ingrijpende gebeurtenissen, en het verbinden van collega's in dit vakgebied. De SIG richt zich specifiek op medewerkers in hoogrisicoberoepen, zoals politie, brandweer, ambulance, defensie, zorginstellingen en andere hulpverleningsorganisaties, die vaak worden geconfronteerd met ingrijpende gebeurtenissen.

De volgende SIG leden zijn betrokken bij de organisatie van Wie knipt de kapper 2025:

- Anja van 't Klooster
- Anne Bakker
- Henri Mols
- Ine Spee
- Paulien Polderman
- Pleuni Corton
- Sandra Turnhout

TERUG NAAR
OVERZICHT