



Centre of Expertise
Perspectief in Gezondheid
Een initiatief van **avans**



De eerste minuten tellen

Onderzoek naar EHBO-Behoeften binnen de samenleving

Image by Freepik



Colofon

24 februari 2026

Auteur: Cindy de Bot

© 2025

Centre of Expertise Perspectief in Gezondheid

Avans Hogeschool

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.



Inhoudsopgave

1	Inleiding	5
2	Methode	6
3	Resultaten	6
3.1	Ouders van kinderen 0–7 jaar	6
3.2	Ouders van kinderen 7-12 jaar	6
3.3	Jongeren 12-18 jaar	7
3.4	Jongvolwassenen 20-30 jaar	7
3.5	Overkoepelende inzichten	7
	Conclusie	8



1 Inleiding

Het verlenen van eerste hulp door burgers vormt een essentiële schakel in de keten van zorg en veiligheid. In de eerste minuten na een ongeval of acute gezondheidsdreiging zijn het vaak geen professionals, maar ouders, jongeren, omstanders of collega's die als eersten aanwezig zijn. De mate waarin zij beschikken over actuele EHBO-kennis, praktische vaardigheden en handelingszekerheid kan in deze situaties het verschil maken tussen herstel en blijvende schade, of zelfs tussen leven en dood. Desondanks laat zowel nationaal als internationaal onderzoek zien dat het kennisniveau en de bereidheid om eerste hulp te verlenen onder burgers structureel tekortschieten.

Tegen deze achtergrond is het onderhavige onderzoeksprogramma tot stand gekomen als gezamenlijk initiatief van Het Oranje Kruis en het Centre of Expertise Perspectief in Gezondheid van Avans Hogeschool. Binnen deze samenwerking komen praktijkkennis, maatschappelijke opdracht en praktijkgericht onderzoek samen. Het Oranje Kruis vervult al decennialang een centrale rol in Nederland als autoriteit op het gebied van EHBO-richtlijnen, certificering en kwaliteitsborging. Het Centre of Expertise Perspectief in Gezondheid richt zich vanuit Avans Hogeschool op praktijkgericht onderzoek naar preventie, positieve gezondheid en het versterken van zelfredzaamheid van burgers in diverse levensfasen. Door deze krachten te bundelen is een onderzoekscontext gecreëerd waarin zowel wetenschappelijke onderbouwing als maatschappelijke toepasbaarheid centraal staan.

Het onderzoeksprogramma is uitgevoerd binnen het hbo-onderwijs, waarbij studenten van Opleidingen Verpleegkunde, Social Work en Pedagogiek praktijkgericht onderzoek hebben verricht. De samenwerking met Het Oranje Kruis heeft hierbij niet alleen gefunctioneerd als opdrachtgever, maar ook als inhoudelijk sparringpartner bij het formuleren van onderzoeksvragen, het duiden van resultaten en het vertalen van bevindingen naar concrete aanbevelingen voor de praktijk. Deze co-creatieve werkwijze sluit aan bij de ambitie om onderwijs, onderzoek en praktijk duurzaam met elkaar te verbinden.

Kenmerkend voor deze samenwerking is dat niet is gekozen voor één afgebakende doelgroep, maar voor een levensloopbenadering van EHBO en burgerhulpverlening. Door vier samenhangende onderzoeken uit te voeren onder ouders van jonge kinderen (0–7 jaar), ouders van schoolgaande kinderen (7–12 jaar), jongeren (12–18 jaar) en jongvolwassenen (20–30 jaar), ontstaat een breed en samenhangend beeld van hoe EHBO-kennis, houding en leerbehoeften zich ontwikkelen over verschillende levensfasen heen. Deze opzet maakt het mogelijk om zowel doelgroep-specifieke als overstijgende patronen te identificeren.

Het doel van dit overkoepelende naslagwerk is om de inzichten uit deze vier onderzoeken samen te brengen en te duiden in een bredere maatschappelijke en onderwijskundige context. Daarmee beoogt dit document bij te dragen aan de verdere ontwikkeling van toegankelijke, doelgroepgerichte en preventief georiënteerde EHBO-initiatieven, die aansluiten bij de missie van Het Oranje Kruis en bij de onderzoeksagenda van het Centre of Expertise Perspectief in Gezondheid. Het naslagwerk biedt een onderbouwde basis voor toekomstige innovatie in EHBO-onderwijs, burgerhulpverlening en interprofessionele samenwerking tussen onderwijs, zorg en samenleving.



2 Methode

Alle deelonderzoeken zijn uitgevoerd volgens een mixed-methods onderzoeksopzet, waarin kwantitatieve enquêtes zijn gecombineerd met kwalitatieve semigestructureerde interviews. Deze aanpak maakte het mogelijk om:

- algemene patronen en trends in kennis en houding te beschrijven, én
- dieper inzicht te krijgen in motieven, onzekerheden, drempels en voorkeuren voor leren.

De onderzoeken zijn praktijkgericht opgezet, met duidelijke in- en exclusiecriteria, aandacht voor ethiek (informed consent, anonimiteit) en kwaliteitsborging via triangulatie en, waar mogelijk, memberchecks. De resultaten zijn telkens vertaald naar aanbevelingen voor laagdrempelige en doelgroepgerichte EHBO-initiatieven in samenwerking met Het Oranje Kruis.

3 Resultaten

Binnen dit onderzoeksprogramma zijn vier doelgroepen onderzocht, waarbij in totaal data zijn verzameld onder $N = 453$ surveydeelnemers en $N = 74$ interviewdeelnemers, verspreid over verschillende levensfasen waarin individuen geconfronteerd kunnen worden met situaties waarin eerste hulp noodzakelijk is. Onder ouders van kinderen van 0–7 jaar namen 84 respondenten deel aan de enquête en 24 ouders aan semigestructureerde interviews. Onder ouders van kinderen van 7–12 jaar namen 117 respondenten deel aan de enquête en 20 aan interviews. Onder jongeren van 12–18 jaar betrof dit 154 surveydeelnemers en 25 interviewdeelnemers. Tot slot namen onder jongvolwassenen van 20–30 jaar 98 respondenten deel aan de enquête en 5 aan interviews.

3.1 Ouders van kinderen 0–7 jaar

Binnen de groep ouders van kinderen van 0–7 jaar blijkt dat zij regelmatig geconfronteerd worden met situaties waarin eerste hulp noodzakelijk is. Meer dan de helft van de ouders rapporteert ervaring met EHBO-situaties, variërend van kleine incidenten tot acute en potentieel levensbedreigende situaties. Hoewel een groot deel van deze ouders eerder een EHBO-cursus heeft gevolgd, wordt de kennis vaak als verouderd en onvoldoende toepasbaar ervaren. Het zelfvertrouwen in het handelen is beperkt, met name in stressvolle situaties waarin het eigen kind betrokken is. Angst om fouten te maken speelt hierbij een belangrijke rol. Tegelijkertijd is de motivatie om EHBO te leren hoog en sterk gekoppeld aan de verantwoordelijkheid voor de veiligheid van het kind. Ouders geven aan behoefte te hebben aan praktijkgerichte, herhaalbare en laagdrempelige scholing die aansluit bij de thuissituatie en dagelijkse realiteit.

3.2 Ouders van kinderen 7-12 jaar

Binnen de groep ouders van kinderen van 7–12 jaar wordt een vergelijkbaar patroon zichtbaar. Hoewel 117 ouders deelnamen aan de enquête en 20 aan interviews, en een meerderheid eerder EHBO-training heeft gevolgd, blijkt dat deze scholing vaak langere tijd geleden heeft plaatsgevonden. Ouders voelen zich over het algemeen zekerder bij het behandelen van kleine letsels, maar ervaren duidelijke onzekerheid bij complexere situaties zoals ademhalingsproblemen, vergiftiging of ernstig trauma. De motivatie om EHBO te leren is zeer



hoog, met name vanuit de wens om de veiligheid van het kind te waarborgen. Tegelijkertijd worden praktische belemmeringen zoals tijdgebrek, kosten en bereikbaarheid genoemd. Ouders geven de voorkeur aan praktijkgerichte workshops, bij voorkeur aangeboden in een vertrouwde omgeving zoals school, waarbij een combinatie van theorie en praktijk en herhaling centraal staat.

3.3 Jongeren 12-18 jaar

Bij jongeren van 12–18 jaar, met 154 surveydeelnemers en 25 interviewdeelnemers, blijkt dat zij over een basisniveau van theoretische EHBO-kennis beschikken en het belang ervan erkennen. Desondanks is het zelfvertrouwen om deze kennis in de praktijk toe te passen beperkt. Jongeren geven aan te twijfelen over hun handelingsbekwaamheid en zijn bang om fouten te maken, wat leidt tot terughoudendheid in noodsituaties. De motivatie om EHBO te leren is aanwezig, maar deelname aan scholing wordt belemmerd door factoren zoals tijd en het ontbreken van structureel aanbod. Jongeren spreken een duidelijke voorkeur uit voor interactieve, praktijkgerichte en ervaringsgerichte leervormen, bij voorkeur geïntegreerd binnen het schoolcurriculum.

3.4 Jongvolwassenen 20-30 jaar

Binnen de groep jongvolwassenen van 20–30 jaar, met 98 surveydeelnemers en 5 interviewdeelnemers, blijkt dat het kennisniveau over EHBO overwegend laag tot matig is. Hoewel een deel van de deelnemers eerder een cursus heeft gevolgd, ontbreekt het vaak aan actuele kennis en praktische vaardigheid. Jongvolwassenen tonen een duidelijke bereidheid om hulp te verlenen, maar ervaren onzekerheid in hun handelen, met name door angst om fouten te maken en gebrek aan recente training. De leerbehoefte richt zich op flexibele, toegankelijke en praktijkgerichte scholing, waarbij blended learning – een combinatie van online en fysieke training – als passend wordt ervaren. Digitale middelen worden gewaardeerd als ondersteuning, maar niet als vervanging van praktijkervaring.

3.5 Overkoepelende inzichten

Over alle vier de doelgroepen komt een consistent en samenhangend patroon naar voren in kennis, houding en leerbehoeften ten aanzien van EHBO en burgerhulpverlening. In alle groepen is sprake van een basisniveau van conceptuele kennis over eerste hulp. De meeste deelnemers kunnen correct benoemen wat eerste hulp inhoudt en erkennen het belang ervan in noodsituaties. Tegelijkertijd wordt deze kennis vaak als algemeen, verouderd en onvoldoende toepasbaar in de praktijk ervaren, mede door het ontbreken van regelmatige herhaling en praktische oefening.

Daarnaast blijkt dat het zelfvertrouwen in het daadwerkelijk handelen beperkt is, ondanks de aanwezige kennis. Dit geldt in het bijzonder voor complexe en acute situaties. Angst om fouten te maken of de situatie te verergeren vormt een belangrijke barrière, waardoor een kloof ontstaat tussen kennis en daadwerkelijk handelen.

Tegelijkertijd is de motivatie om EHBO-vaardigheden te ontwikkelen in alle doelgroepen hoog. Deze motivatie is contextafhankelijk: bij ouders staat de veiligheid van het kind centraal, terwijl jongeren en jongvolwassenen vooral het belang benadrukken van het kunnen helpen van anderen. Ondanks deze motivatie wordt deelname aan scholing belemmerd door praktische factoren zoals tijd, kosten en toegankelijkheid.



Wat betreft leerbehoeften is er een duidelijke voorkeur voor praktijkgerichte, interactieve en contextgebonden leervormen. Scenario-oefeningen, simulaties en hands-on training worden als essentieel gezien voor het

ontwikkelen van vaardigheden en zelfvertrouwen. Theoretische en online leerinterventies worden als ondersteunend ervaren, maar onvoldoende wanneer zij niet gecombineerd worden met praktijkervaring. Herhaling speelt hierbij een cruciale rol.

Deze bevindingen laten zien dat de centrale uitdaging niet ligt in een gebrek aan bereidheid, maar in het ontwikkelen van toegankelijke, doelgroepgerichte en duurzaam ingebedde leerinterventies. Effectieve EHBO-educatie vraagt om aansluiting bij de leefwereld en levensfase van de doelgroep. Daarmee onderstrepen de resultaten het belang van een levensloopbenadering van EHBO-onderwijs, waarin leren een continu proces is van opbouwen, onderhouden en actualiseren van kennis en vaardigheden. Door EHBO structureel te integreren in onderwijs, werk en leefomgeving kan niet alleen het individuele handelingsvermogen worden versterkt, maar ook de maatschappelijke zelfredzaamheid en veiligheid.

Conclusie

Dit onderzoeksprogramma, bestaande uit vier samenhangende praktijkgerichte onderzoeken in samenwerking met Het Oranje Kruis, laat overtuigend zien dat het tekort aan EHBO-kennis en handelingszekerheid geen geïsoleerd probleem is, maar een structureel en levensfase-overstijgend vraagstuk. Van ouders met jonge kinderen tot jongvolwassenen in de samenleving: in alle onderzochte doelgroepen is sprake van een combinatie van lage zelfeffectiviteit, beperkte praktische vaardigheden en onzekerheid om daadwerkelijk te handelen in noodsituaties.

Tegelijkertijd tonen de resultaten consistent aan dat de intrinsieke motivatie om eerste hulp te kunnen verlenen hoog is. Ouders voelen een sterke verantwoordelijkheid voor de veiligheid van hun kinderen, jongeren erkennen het maatschappelijke belang van EHBO en jongvolwassenen geven aan bereid te zijn om te helpen, mits zij zich voldoende bekwaam voelen. De kloof zit daarmee niet in de bereidheid, maar in het ontbreken van passende, toegankelijke en contextgebonden leerinterventies.

Een belangrijk overkoepelend inzicht is dat EHBO-leren niet los kan worden gezien van de leefwereld van de doelgroep. Effectieve scholing vraagt om aansluiting bij levensfase, dagelijkse context en ervaren risico's. Waar ouders vooral behoefte hebben aan praktische handelingszekerheid in huiselijke situaties, vragen jongeren om interactieve en ervaringsgerichte leervormen binnen het onderwijs, en zoeken jongvolwassenen flexibiliteit en autonomie in blended leerconcepten. Een generiek of traditioneel cursusaanbod blijkt voor geen van de doelgroepen optimaal passend.

Daarnaast onderstrepen de bevindingen het belang van herhaling en normalisering van EHBO-vaardigheden. In alle groepen komt naar voren dat eerder opgedane kennis snel vervaagt en dat onzekerheid toeneemt wanneer vaardigheden niet regelmatig worden geoefend. EHBO moet daarom niet worden benaderd als een eenmalige competentie, maar als een doorlopende vaardigheid, die meegroeit met levensfasen en veranderende verantwoordelijkheden.



Vanuit maatschappelijk perspectief maken de resultaten duidelijk dat investeren in laagdrempelige EHBO-scholing verder reikt dan individuele competentieversterking. Adequate eerste hulp door burgers kan bijdragen aan:

- het beperken van gezondheidsschade,
- het verminderen van onnodige SEH-bezoeken,
- het versterken van zelfredzaamheid en collectieve veiligheid,
- en het ontlasten van de formele zorgketen.

Het onderzoeksprogramma levert daarmee een samenhangend en onderbouwd pleidooi voor een levensloopbenadering van EHBO-onderwijs, waarin Het Oranje Kruis, onderwijsinstellingen en maatschappelijke partners gezamenlijk optrekken. Door EHBO structureel te verankeren in scholen, wijken en dagelijkse leefomgevingen kan worden toegewerkt naar een samenleving waarin handelingsbereidheid niet wordt geremd door onzekerheid, maar wordt ondersteund door kennis, vertrouwen en routine.

Deze overkoepelende conclusie vormt daarmee een stevig inhoudelijk fundament voor verdere beleidsontwikkeling, curriculumvernieuwing en innovatie in burgerhulpverlening.



Centre of Expertise
Perspectief in Gezondheid

Een initiatief van *avans*

Cindy de Bot

Associate Lector Preventie binnen Verpleegkundige Zorg

NEEM CONTACT MET ONS OP

📞 088-5256306

✉ perspectiefingezondheid@avans.nl