

Verslag uitwisselbijeenkomst SUPRANET GGZ “Inzet van ervaringsdeskundigheid”

27 januari 2022, 15.30 – 16.30 Teams

Aanwezig: Paul Coutinho (*teamleider ervaringsdeskundigheid Lentis*), Eylard Haijer (*team manager FACT Lentis, lid adviesraad suicidepreventie*), Maartje de Vries (*cliëntenraad Lentis, adviesraad suicidepreventie, ervaringsdeskundige*), Daniëlle Waarma (*programmameider suicidepreventie GGZ Eindhoven*), Vanessa Storm (*beleidsadviseur GGZ inGeest, regiegroep suicidepreventie*), Peet Lange (*ervaringsdeskundige GGZ inGeest*), Bodine de Walle (*Ervaringsdeskundige depressie en suïcide, cursus hoe overleef ik mijn doodsgedachte?*), Renée Popma (*beleidsadviseur GGZ Friesland, suïcidepreventiecommissie*), Karin Janssen (*beleidsmedewerker GGZ Oost-Brabant*), Nicole Luijs (*Suicidepreventie Arkin, kwaliteitsadviseur*), Manuela Edcius (*crisisteam GGZ NHN*), Koos de Boed (*ervaringsdeskundige suïcidaliteit, suïcide preventie centrum Harderwijk*), Marjolein Veerbeek (*113/SUPRANET GGZ*), Josine Rawee (*113/SUPRANET GGZ; verslag*)

Koos vertelt kort wat het suïcide preventie centrum inhoudt. In Harderwijk staat een fysiek centrum waar voor de Veluwe signaleringstrainingen, voorlichtingen en lotgenotengroepen worden georganiseerd. Daarnaast is er een Instagram account (Jongeren suïcide preventie) dat wordt bemand door 4 ervaringsdeskundigen. Er zitten mensen klaar om jongeren te woord te staan tussen 9 en 5. Hier worden ongeveer 40 gesprekken per week gevoerd. Je kan ook via whatsapp in contact komen. Daarnaast zijn er landelijk 12 lotgenoten groepen, waarvan 9 voor mensen met suïcidale gedachten en 3 voor naasten. Ook betrokken bij het programma herstel dichtbij van MIND en het Oranjefonds. Koos is ook voorzitter van de werkgroep suicidepreventie van MIND.

Verder trekt Koos het project NESP – netwerk ervaringsdeskundigen suïcide preventie – van de landelijke agenda suïcidepreventie 2021-2025. Hiervan is het doel om een netwerk op te zetten van ervaringsdeskundigen die zich in willen zetten voor suïcide preventie en het opstellen van een adviesnota; professionals hebben bepaalde behoeften en advies nodig bij het inzetten van ervaringsdeskundige, hoe zet ik een ervaringsdeskundige in, valt iemand niet terug, etc. Deze uitkomsten zullen worden gedeeld via de website maar ook via MIND en 113 en supranet communities.

Eylard: Die plek waar mensen laagdrempelig naar binnen kunnen lopen spreekt mij erg aan, hoe zet je deze op?
Koos: Wij zijn zelf actief communities en organisaties aan het benaderen hierover, maar soms gebeurt het ook andersom, dat organisaties of communities ons berichten. Het wordt gedeeld via de SUPRANET communities. Tot nu toe is alles wat wij doen buiten de GGZ. Er is juist veel winst te halen op het sociaal domein. We werken wel samen met de GGZ, maar opereren vooral er buiten.

Bodine: Hoe zorg je ervoor dat groepen geen destructieve werking krijgen?

Koos: Door de begeleiders goed te trainen, en intake gesprekken met de mensen die aan de groep deelnemen, waardoor het voor hen duidelijk is dat het niet over methodes etc zal gaan, maar juist het uitwisselen van handvaten hoe je je nu staande houdt.

Renée: Hoe loopt het centrum in Harderwijk, hoe wordt dat bezocht?

Koos: We willen graag veel samen doen met de lokale ondernemingen, maar het wordt steeds gecancelled door Covid. Aanvragen voor individuele gesprekken en lotgenotengroepen nemen wel erg toe. De trainingen die we geven zijn een soort concurrent van gatekeeperstraining van 113, afgelopen jaar hebben we 150 mensen getraind.

Nicole: Welke thematieken komen veel aan de orde bij de jong volwassenen groepen?

Koos: Eenzaamheid niet zo zeer, wel gemis aan sociale contacten door corona, als men eenzaam is was dat al wel langer, dus ook voor corona. Vooral zelfbeschadiging en eetstoornissen komen veel voor. Ook veel autisme, vooral bij zelfbeschadigende en suïcidale jongeren. Zelfbeschadiging wordt bij deze jongeren vaak gebruikt als preventie voor suïcidaliteit. Eetstoornis gaat ook heel erg over de controle, ook om de aandacht af te leiden van de suïcidale gedachten.

Nicole: Wordt er wel eens doorverwezen naar ggz?

Koos: We verwijzen door naar verschillende stichtingen zoals @ease en stichting zelfbeschadiging. Maar soms is er ook wel contact met begeleiders van de jongeren van de ggz.

Maartje: ik ben een van de 4 vrijwilligers die werkzaam zijn in de Instagram chat. Thema's die veel voorbij komen: het gaat vaak in het begin van de chat wel over de suïcidaliteit, hoe men er mee om moet gaan. Naarmate ze vaker terugkomen in de chat komen meer onderliggende dingen ter sprake, trauma's of diagnoses. Zelfbeschadiging wordt vaak gebruikt om overprikkeling tegen te gaan bij autisme. Ik verwijs wel vaak door naar ggz instellingen of trauma centra. Middelengebruik komt niet heel vaak voor, of is in ieder geval geen gespreksonderwerp. Het is ook eigenlijk nooit over corona gegaan. De chat is vrij toegankelijk voor alle jongeren in het hele land, ook anoniem mogelijk.

Vanessa: Onze instelling is 18+, wat is de leeftijd op Instagram account en de chat, tot wanneer 'mag' je er gebruik van maken?

Koos: Instagram wordt gebruikt ongeveer tot 25/26. Chat en whatsapp wel iets meer ook door wat ouderen.

Bodine: Hoe zorgen jullie voor je ervaringsdeskundige? En hebben jullie genoeg ervaringsdeskundigen?

Koos: we hebben er nooit genoeg, omdat het wel intens kan zijn. We zorgen voor hun eigen gezondheid op verschillende manieren: we hebben mensen bij wie de ervaringsdeskundigen altijd terecht kunnen.

We nemen niet alleen mensen die hbo geschoold te zijn, we geven ze zelf begeleiding en training hierin.

Vanessa: Een vraag voor iedereen: in geval van ggz instellingen met meerdere locaties, heb je dan op elke locatie een eigen ervaringsdeskundige?

Paul: bij Lentis is het los van de locatie, dus een ervaringsdeskundige kan op elke locatie worden ingezet.

Renée: het uitrollen van de landelijke ontmoetingspunten, hoe gaat dit qua financiering werken?

Koos: tot nu toe wordt alles wat we doen betaald vanuit de gemeente. Meestal beginnen we met een lotgenoten groep binnen een gemeente. Dan kijken we hoe zich dat verder ontwikkelt en als dat goed gaat kunnen we kijken of er meer geld beschikbaar is voor echt een fysieke plek. We merken dat gemeenten er meer bereid voor zijn doordat er een wetsvoorstel in de maak is en het in preventieakkoorden wordt meegenomen. Als voorbereiding daarop staan ze meer open voor zulke acties.

Alle informatie is terug te vinden op www.letztalk.online