



Ivonne van de Ven Stichting
Versterking suïcidepreventie in Nederland

www.ivonnevandevenstichting.nl

Een hoopvol perspectief op samenwerking

Voor naasten & hulpverleners van iemand met suïcidaal gedrag

Ben je een naaste van iemand met suïcidaal gedrag? Dan tref je hieronder enkele handreikingen die kunnen helpen om samen te werken met de betrokken professionele hulpverlener(s). Zo kun je bijdragen aan het voorkomen van suïcide van je dierbare.

Samenwerking voorkomt suïcides

Samenwerking tussen naasten en hulpverleners draagt bij aan het voorkomen van suïcides en pogingen daartoe. Daarvan zijn nabestaanden overtuigd. Hun dierbaren hadden meer kans gehad om hun crisis te overleven als hulpverleners op tijd hun alarmsignalen serieus hadden genomen en er sprake was geweest van samenwerking.

Als je familielid, vriend of vriendin heftige psychische klachten heeft en gedachten aan de dood, dan ben je als naaste vaak erg bezorgd en doe je je best zo goed mogelijk steun te bieden. Realiseer je daarbij dat de gedachte aan de dood van je dierbare meestal geen welbewuste keus is. Het komt er in de meeste gevallen op neer dat hij of zij niet zozeer dood wil, maar wil dat er een eind komt aan het beleefde psychische lijden.

Voor het herstel van mensen met suïcidaal gedrag en voor hun veiligheid is het nodig alle zeilen bij te zetten. Steun en zorg door naasten in combinatie met begeleiding door professionele hulpverleners zijn allebei nodig.

Omdat het zwaar is om iemand met ernstige psychische klachten ter zijde te staan heb je een (steun-)netwerk nodig van mensen die hun steentje bij willen dragen:



Samenwerking naasten en hulpverleners van een persoon met suïcidaal gedrag

Samenwerken als bondgenoten

Je probeert waarschijnlijk al om jouw dierbare te motiveren om professionele hulp te zoeken, van de huisarts, een psycholoog of psychiater. Jouw steun en de hulp van deze professionals kunnen

samen een krachtig middel zijn om de persoon met suïcidaal gedrag door deze moeilijke periode heen te helpen. Doe daarom een voorstel aan de hulpverlener om samen te werken. Vraag de hulpverlener om bondgenootschap om het gemeenschappelijk doel te bereiken: een veilige omgeving (24/7) voor de persoon met suïcidaal gedrag en – zo veel als mogelijk – herstel na de crisissituatie. Het verdient aanbeveling om samen met de hulpverlener een veiligheidsplan op te stellen met concrete afspraken om deze persoon 24/7 bescherming te bieden.

Drie gouden standaarden voor naasten in samenwerking met hulpverleners:

1. Motiveer de persoon met suïcidaal gedrag om professionele hulp te zoeken.
2. Wees proactief en doe een voorstel voor bondgenootschap aan de hulpverlener.
3. Organiseer een steunnetwerk voor veiligheid, steun en herstel van de persoon met suïcidaal gedrag en steun voor jezelf.

Drie gouden standaarden voor hulpverleners in samenwerking met naasten:

1. Vraag de cliënt een naaste mee te nemen naar het (eerste) gesprek.
2. Wees respectvol en open naar naasten; heb oog voor hun bijdrage en inzet.
3. Maak met de naaste afspraken over samenwerking; leg contactgegevens vast.

Op weg naar vanzelfsprekende samenwerking

Uit verhalen van nabestaanden blijkt dat samenwerking tussen hulpverleners en naasten niet altijd vanzelfsprekend is. Je kunt als naaste dus verwachten dat het enige inspanning zal vergen om tot samenwerking te komen. Het kan derhalve nodig zijn actief en zelfbewust om samenwerking te vragen en de hulpverlener te overtuigen van het belang ervan. Laat je niet ontmoedigen! Overleg daarbij met de persoon met suïcidaal gedrag welke naaste het best de samenwerkingspartner van de hulpverlener kan zijn. Organiseer als naasten een eerste aanspreekpunt voor de hulpverlener(s), dat hoeft jij niet persé zelf te zijn. Bespreek dit ook met de hulpverlener en voorkom bovendien dat bij de hulpverlening verwarring ontstaat over wie deze rol op zich neemt.

Nabestaanden geven in verhalen¹, die de Ivonne van de Ven Stichting verzamelde, aan dat mensen in de directe omgeving min of meer intensief steun gaven aan de betrokken persoon met suïcidaal gedrag. Dit is in 30 van 33 verhalen het geval. De hulpverlening is in 27 gevallen betrokken. In 19 van deze situaties is geen sprake van samenwerking. In 8 van deze 19 verhalen vertellen nabestaanden bovendien (ongevraagd) dat de hulpverlener hen zelfs actief op afstand hield, niet serieus nam of hen negeerde als zij alarm sloegen. Zij wisten vaak niet met wie zij contact op konden nemen.

Nabestaanden vragen zich achteraf af waarom zij niet assertiever richting de hulpverlening zijn geweest en hoe ze zich zo buiten spel hebben kunnen laten zetten.

Zij vragen in hun verhalen expliciet aan hulpverleners om beter met naasten samen te werken. Het is zelfs een belangrijke reden waarom zij hun verhaal delen met een breed publiek.

Als naaste steun geven en goed voor jezelf zorgen

Voordat je dierbare bij de professionele hulpverlening belandt, is er vaak al heel wat gebeurd. Als naaste biedt je hem of haar al (soms lange tijd) steun.

Als naaste ga je met je suïcidale dierbare om op een manier die bij jou past. Misschien ben je er als naaste goed in meelevende gesprekken te voeren met de persoon met suïcidaal gedrag.² Of je vindt het juist moeilijk begrip op te brengen of niet te (ver-)oordelen. Op het ene moment lukt het je om krachtig te blijven terwijl je op een ander moment zelf in de put dreigt te raken.

¹ Ivonne van de Ven Stichting; Verhalenbundel 2016 en 2017

² Zie bijvoorbeeld: Ivonne van de Ven Stichting, 10 Tips voor naasten

Het is moedig en sterk dat je doet wat je kunt. Dat neemt niet weg dat je je soms machteloos kunt voelen. Je vraagt je af hoe je het gedrag van je dierbare kunt interpreteren. Waak ervoor dat je hierbij niet overbelast raakt en zelf zorg nodig hebt in plaats van de ander ter zijde te kunnen staan. Met een steunnetwerk kun je de zorg verdelen en ervaringen en dilemma's bespreken.

Steunnetwerk opzetten

De omgang met mensen met suïcidaal gedrag kan – zeker als het langer duurt- voor de directe omgeving zeer belastend zijn. Het is wijs om er voor te zorgen dat je de last niet in je eentje hoeft te dragen. Je kunt als initiatiefnemer met de persoon met suïcidaal gedrag bespreken hoe samen een steunnetwerk te organiseren en wie daarbij te betrekken. Soms wil de ander daar niet meteen aan, bijvoorbeeld als hij of zij voor de buitenwereld wil verbergen dat het niet goed gaat. Je kunt dan duidelijk maken dat anderen vanuit hun betrokkenheid graag iets willen betekenen. Ook kun je duidelijk maken dat jij zelf zonder steunnetwerk het risico loopt het zelf niet vol te houden. In een eerste bijeenkomst deelt het steunnetwerk-in-oprichting informatie met elkaar over de situatie van de persoon met suïcidaal gedrag. Vervolgens benoemen zij samen taken zoals: boodschappen doen, samen wandelen, mee gaan naar afspraken met een hulpverlener, administratie verzorgen. Bovendien kan het in crisissituaties nodig zijn dat er 24/07 iemand aanwezig is bij een persoon met suïcidaal gedrag. De groep bespreekt wie welke taken op zich kan nemen en hoe een eventueel rooster voor 24/07 aanwezigheid gevuld kan worden. Zo komen jullie al pratend tot een plan dat jullie schriftelijk vastleggen en (digitaal) met elkaar delen. Het is handig als er iemand optreedt als trekker van het steunnetwerk. Deze persoon kan dan een eventueel volgende bijeenkomst van de groep organiseren en de vinger aan de pols houden of het alle betrokkenen lukt om hun toegezegde bijdrage te leveren.

Erkenning van de rol van naasten

Als je als naaste een hulpverlener om samenwerking vraagt, sta je niet met lege handen. Er zijn goede gronden op basis waarvan je van hulpverleners mag verwachten dat zij met je samenwerken. In de Richtlijn Diagnose en Behandeling Suïcidaal Gedrag (DBSG; 2012) is de samenwerking tussen hulpverleners en naasten opgenomen als één van de kwaliteitscriteria van goede zorg voor suïcidale cliënten. Deze richtlijn is bepalend voor het werk van psychiaters, psychologen, huisartsen, SEH artsen, verpleegkundigen, POH-ers en andere hulpverleners. Recent is dat kwaliteitscriterium uitgewerkt in de Generieke Module diagnostiek en behandeling suïcidaal gedrag (2017) en in de Generieke Module samenwerking en ondersteuning naasten (2016). Ook in de Landelijke Agenda Suïcidepreventie van de Ministerie van VWS (2017) is samenwerking tussen hulpverleners en naasten een speerpunt om suïcides en suïcidepogingen te voorkomen. 113Zelfmoordpreventie en MIND (platform van cliënten- en familieorganisaties) stellen zich ook ten doel het bevorderen van samenwerking tussen hulpverleners en naasten.

Zorgplicht gaat boven geheimhoudingsplicht

Als naaste kun je in je contacten met hulpverleners stuiten op het zogenaamde beroepsgeheim en de privacybescherming. Hulpverleners hebben namelijk te maken met een wettelijk vastgelegde geheimhoudingsplicht. Ze zijn echter ook gehouden aan een eveneens wettelijk vastgelegde zorgplicht met betrekking tot diagnostiek, behandeling en het dossier van hun cliënten. Dit kan voor hulpverleners een lastig dilemma zijn. Je kunt hen er als naaste op wijzen dat, om het leven te beschermen, bij suïciditeit in vrijwel alle gevallen de zorgplicht dient te prevaleren op de geheimhoudingsplicht *tenzij* er zwaarwegende redenen zijn om dat niet te doen. Met die keus voor de zorgplicht verdwijnt een belangrijk obstakel voor hulpverleners om informatie over hun cliënt - jouw dierbare - met je te delen en om met je samen te werken.

Concrete handvatten voor samenwerking tussen naasten en hulpverleners

<i>Rol naasten</i>	<i>Rol hulpverleners</i>
Start	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ De persoon met suïcidaal gedrag stimuleren om professionele hulp te zoeken. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De cliënt bij aanmelding vragen wie als naaste aanspreekpunt zal zijn.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Afspraken maken wie de eerste contactpersoon zal zijn; bij een startgesprek aanwezig zijn. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De naaste (eerste contactpersoon) uitnodigen voor het startgesprek.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Een voorstel doen aan de hulpverlener voor samenwerking. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De cliënt toelichten waarom samenwerking met naasten noodzakelijk en vanzelfsprekend is.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Contactgegevens en bereikbaarheid van de hulpverlener noteren; afspraken maken over de communicatie over en weer. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Contactgegevens en bereikbaarheid van naasten noteren en vastleggen in EPD; afspraken maken over wederzijds communicatie. Wijs op familievertrouwenspersoon.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informatie leveren over de persoon met suïcidaal gedrag: de klachten, de omstandigheden en de historie (ook goede dingen). 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Diagnose uitvoeren en informatie van de naaste daarin verwerken; suïcidaliteit bespreekbaar maken.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Een veiligheidsplan mee helpen opstellen. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Een veiligheidsplan opstellen.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Een steunnetwerk organiseren en communiceren met het steunnetwerk. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Advies en ondersteuning bieden aan de naaste bij het organiseren van een steunnetwerk.
Behandeling	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ De persoon met suïcidaal gedrag in zijn of haar alledaagse leven steunen. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De cliënt behandelen met therapie en/of medicatie.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Het steunnetwerk coördineren en er mee afstemmen. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De naasten informeren bij overdracht van de cliënt naar andere hulpverleners.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Therapie- en medicatietrouw van de persoon met suïcidaal gedrag bevorderen en regelmatig afstemmen met de hulpverlener. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ De naaste regelmatig spreken (digitaal of aan tafel); de naasten informeren over de behandeling en het herstel.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Signalen over de situatie van de persoon met suïcidaal gedrag communiceren naar de hulpverlener; open staan voor signalen van de hulpverlener. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Signalen over de situatie van de cliënt communiceren naar de naaste. Open staan voor signalen van naasten.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ In crisissituaties alarm slaan naar de hulpverlener. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ In crisissituaties zo nodig alarm slaan naar de naasten.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Trainingen volgen specifiek voor naasten van mensen met suïcidaal gedrag. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Trainingen verzorgen voor naasten van cliënten met suïcidaal gedrag.
Afsluiting	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Stand van zaken bespreken met het steunnetwerk; vervolgspraken maken. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ In een afsluitend gesprek met het steunnetwerk participeren.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Evalueren met de hulpverlener en met de persoon met suïcidaal gedrag. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Evalueren met de naaste en de cliënt.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Afspraken met de hulpverlener over contact bij dreigende terugval. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Afspraken met de naaste over contact bij dreigende terugval.