

## Jaarplan initiatiefgroep Zero Suicide 2021

*“Het gaat ons er om een beweging in de maatschappij te realiseren waardoor mensen hun soms legitieme doodswens kunnen bespreken en geholpen worden. Wij zijn van mening dat suïcide geen wenselijke uitkomst is. Als wij als samenleving de juiste dingen op de juiste manier doen, moeten we suïcides kunnen voorkomen.”*

-

*Sietse Oukes, ervaringsdeskundige GGNet.*

### Visie

#### **In Nederland sterft niemand radeloos en alleen door suïcide<sup>1</sup>.**

Elke dag plegen vijf mensen suïcide in Nederland en doen 135 mensen een poging tot suïcide. Veertig procent van de mensen die suïcide pleegt, is in behandeling bij de ggz. De Nederlandse ggz wil zich inspannen om te voorkomen dat mensen radeloos en alleen sterven door zelfmoord. Dit kunnen we echter niet alleen. Met onze leden, 113 Zelfmoordpreventie, MIND en de Inspectie voor de Gezondheidszorg en Jeugd (IGJ) hebben we de initiatiefgroep Zero Suicide opgezet. We kiezen voor het streven naar 0 om mensen te inspireren en een beweging voort te brengen. We leggen de lat hoog. Een realisatie van 0 suïcides zal niet haalbaar zijn, maar we willen mensen inspireren en vooral ook hun handelingsbekwaamheid vergroten. We willen leren van elke suïcide die plaatsvindt om zo de suïcidepreventie te versterken.

### Missie

**De Nederlandse ggz en haar partners in de initiatiefgroep Zero Suicide zetten zich in om kennis en expertise op het gebied van suïcidepreventie te bundelen en te verspreiden, zowel binnen als buiten de ggz instellingen, om suïcides te voorkomen.**

Uitgangspunt is dat GGZ-instellingen een dubbelrol hebben in suïcidepreventie. Dat betekent dat ze zelf hun suïcidepreventie actief op orde hebben, maar dat ze ook een verantwoordelijkheid hebben om buiten de muren van hun instelling hun expertise en netwerk in te zetten om suïcides te voorkomen.

### Speerpunten 2021 en verder

Suïcidepreventie doen we samen. Op verzoek van het ministerie van VWS hebben 113 en verschillende partners, waaronder de initiatiefgroep Zero Suicide, de Landelijke Agenda Suïcidepreventie 2021-2025 opgesteld. In dit jaarplan sluiten we aan bij de activiteiten beschreven in deze landelijke agenda. De speerpunten in de landelijke agenda zijn voor ons als initiatiefgroep leidend. Waar kan en waar relevant, zullen de leden van de initiatiefgroep zich inzetten bij de werkgroepen die voortkomen uit de zeven speerpunten. Hieronder worden de speerpunten uit de landelijke agenda beschreven en toegelicht. Vervolgens staat cursief vermeld welke activiteiten de initiatiefgroep Zero Suicide in aanvulling op en in afstemming met (de partijen betrokken bij) de landelijke agenda zal ondernemen.

---

<sup>1</sup> Wanneer wordt gesproken over suïcide, worden er meerdere termen gebruikt (zelfmoord, zelfdoding, suïcide). De initiatiefgroep kiest in haar stukken in principe voor de term suïcide. In de externe communicatie kan gekozen worden voor een andere term wanneer deze gevoelig ligt of juist veel gebezigd wordt.

## de Nederlandse ggz

### 1 > Durven en leren praten over suïcide.

De focus ligt hierbij op het verkleinen van het taboe op praten over suïcide; het vergroten van het bewustzijn en het aanreiken van gespreksvaardigheden die nodig zijn om suïcidaliteit bespreekbaar te maken. Dit willen we bereiken met een integrale communicatiestrategie, vertaald naar o.a. publiekscampagnes, verantwoorde, veilige berichtgeving in de media, het delen van kennis via online en sociale kanalen, verspreiding van hoopgevende ervaringsverhalen, voorlichting, workshops en (online) gatekeepertrainingen voor naasten en (zorg)professionals.

#### Inzet initiatiefgroep Zero Suicide

*\* Het stimuleren van cyclisch leren en gezamenlijk reflecteren en het verbinden van betrokkenen ziet de initiatiefgroep als taak en rol, waarbij de inspectie een daarop toetsende rol kan innemen. Hier ligt ook een verbinding met het leiderschapstraject dat we opzetten.*

*\* De Nederlandse ggz en 113 Zelfmoordpreventie onderzoeken op dit moment hoe men elkaar kan versterken in publiekscampagnes rondom het thema suïcide(preventie).*

*\* Er wordt een communicatieplan opgesteld voor de initiatiefgroep Zero Suicide.*

#### Belangrijkste thema's op het gebied van communicatie zijn:

- Creëren van awareness over suïcidale gedachten;
- Bijdragen aan openheid om het over suïcide te hebben;
- Stimuleren van een maatschappelijk netwerk om hulpvragen te signaleren en goed toe te leiden.

### 2 > Professionals opleiden, bijscholen en toerusten

Het is nodig om de handelingsverlegenheid van zorgprofessionals te verkleinen en hun alertheid op suïcidale signalen te vergroten. Dit lukt alleen als we kennis en vaardigheden op het gebied van preventie, behandeling en postventie van suïcidaal gedrag inbedden in de initiële opleidingen en het bij- nascholingsaanbod van zorg- en hulpverleners, gekoppeld aan de beroepsregistraties en herregistraties. Niet alleen voor zorgprofessionals maar ook voor professionals in de sociaaleconomische sector komen modules om suïcide te bespreken, vanuit de inzichten van stress-sensitief communiceren. Ook organiseren we een jaarlijks symposium waar onderwijsinstellingen, beroepsgroepen en zorgorganisaties kennis en ervaringen delen.

#### Inzet initiatiefgroep Zero Suicide

*Binnen de GGZ-instellingen steken wij in op het leiderschap van (informele) leiders om daadwerkelijk werk te (blijven) maken van suïcidepreventie in hun instelling. We zetten in op scholen en bijscholen en het opnemen van deze (bij)scholing in het curriculum van scholen. Hierin zijn de beroepsverenigingen een belangrijke (gespreks)partner. Daarnaast kan ook gedacht worden aan de jaarlijkse reflectie op suïcides in instellingen. Hier kan een (in)formele leider een belangrijke rol in spelen.*

### 3 > Suïcidepreventie in de wijk verstevigen.

Inzet op laagdrempelige suïcidepreventie die is ingebed in gemeentelijk preventiebeleid is essentieel voor mensen die dichtbij huis hulp zoeken voor zichzelf, voor hun naaste of als nabestaande. Hiertoe wordt het landelijk programma SUPRANET Community – een evidence-based public health programma– verder doorontwikkeld in de GGD-regio's. Dit programma bestaat onder meer uit publieksvoorlichting en training aan medische en sociale professionals en gatekeepers die in de buurt actief zijn. We willen in deze nieuwe agenda in de wijk ook de rol van naasten, nabestaanden en ervaringsdeskundigen stimuleren.

Op scholen ligt de focus op de introductie van de effectieve ketenaanpak STORM. De bedoeling is om STORM vanuit de regio Brabant naar andere regio's te verspreiden. Ook krijgen scholen landelijk beschikking tot lessen van de MIND Young Academy en tot het leesprogramma Lief, Liever, Liefst. Om trauma en kopieergedrag na een suïcide op school of universiteit te voorkomen, komt landelijk een nazorgmodule beschikbaar.

Aanvullend hierop wordt landelijk en regionaal de aandacht voor suïcidepreventie binnen de sociaaleconomische sector geïntensiveerd. De verbinding van het thema suïcidepreventie met

## de Nederlandse ggz

landelijke programma's zal worden gelegd, waar dat nuttig lijkt. Dienstverleners in deze sector leren, vanuit de principes van stress-sensitief werken, naar de bredere problematiek van cliënten te kijken en suicidaliteit te signaleren en waar nodig te verwijzen naar hulpverlening. In zes gemeenten wordt een nadere analyse gemaakt van de groep 'onzichtbare' mensen met vaak complexe problematiek, die de hulp bij psychische problematiek niet goed weten te vinden. Met ondernemers gaat 113 Zelfmoordpreventie in gesprek over de mogelijkheden om suïcidepreventie binnen het bedrijf vorm te geven, omdat dit past bij goed werkgeverschap.

### Inzet initiatiefgroep Zero Suicide

- *Bevorderen van deelname aan de netwerken Supranet GGZ en de Supranet Communities, met name bij instellingen voor jeugdhulp. Supranet GGZ heeft de ambitie volgend jaar uit te breiden van 16 naar 30 leden.*
- *Ook willen we andere netwerken ondersteunen. Dit valt voor ons binnen de maatschappelijke verantwoordelijkheid van de ggz.*
- *Opschalen van het project STORM dat zich richt op suïcidepreventie en vroegsignalering van depressie.*

### **4 > Bereik van specifieke doelgroepen vergroten.**

Bij mannen komt suïcide bijna twee keer zo vaak voor als bij vrouwen. Daarnaast komt suïcidaal gedrag relatief vaak voor bij jongeren met psychische problemen, mensen met lesbische, homo, bi en/of transgender (LHBTI) voorkeur, mensen die na een suïcidepoging in het ziekenhuis moeten worden behandeld, en nabestaanden van mensen die zijn overleden door suïcide. Voor elk van deze risicogroepen worden diverse specifieke maatregelen getroffen om suïcidaal gedrag in een zo vroeg mogelijk stadium te voorkomen en hun weerbaarheid te vergroten. Deze maatregelen zijn deels toegesneden op de doelgroepen zelf, maar ook deels gericht op professionals die vaak met deze doelgroepen in aanraking komen.

### Inzet initiatiefgroep Zero Suicide

*\* We willen onze expertise inzetten om een bijdrage te leveren aan het nader concretiseren van de doelgroepen.*

### **5 > Veiligheid en effectiviteit van zorg rondom suïcide verbeteren vanuit samenwerking tussen professionals, naasten en ervaringsdeskundigen.**

De komende jaren worden opnieuw stappen gezet in de GGZ, de jeugdhulp, het ziekenhuis en de huisartsenpraktijk om de veiligheid en effectiviteit van zorg rondom een suïcide te verbeteren. In de GGZ en de jeugdhulp instellingen wordt het gewerkt aan ontwikkeling van leiderschap waardoor medewerkers binnen een veilige context kunnen leren en de kwaliteit van zorg kunnen verbeteren. De samenwerking tussen professionals, naasten en ervaringsdeskundigen krijgt aandacht door bestaande praktijkvoorbeelden te bundelen en breder te verspreiden. In de jeugdhulp werken de instellingen aan een jeugdhulpbrede werkwijze om een cultuur van leren en verbeteren te bewerkstelligen, met gebruikmaking van de ervaringen uit de programma's STROOMop en SUPRANET GGZ. Het 113-netwerk ziekenhuizen breidt uit en werkt aan betere opvang, behandeling en nazorg van mensen die na een suïcidepoging in het ziekenhuis komen. Tot slot worden nog meer medewerkers in de huisartsenpraktijk getraind in suïcidepreventie.

### Inzet initiatiefgroep Zero Suicide

- *In de top 6 van zorgelijke hotspots aan het spoor bevorderen wij de samenwerking tussen ProRail en betrokken instellingen.*
- *Binnen de GGZ-instellingen steken wij in op het leiderschap van (informele) leiders om daadwerkelijk werk te (blijven) maken van suïcidepreventie in hun instelling. We zetten in op scholen en bijscholen en het opnemen van deze (bij)scholing in het curriculum van scholen. Hierin zijn de beroepsverenigingen een belangrijke (gespreks)partner. Daarnaast*

## de Nederlandse ggz

*kan ook gedacht worden aan de jaarlijkse reflectie op suïcides in instellingen. Hier kan een (in)formele leider een belangrijke rol in spelen.*

### **6 > Barrières opwerpen voor dodelijke middelen.**

Het terugdringen van het aantal suïcides kan niet zonder aandacht voor de 'harde kant': de middelen en omstandigheden die het mogelijk maken om suïcide te plegen. We willen met gemeenten, woningbouwverenigingen, politie, TNO, de Vereniging Nederlandse Gemeenten en de Nederlandse ggz de veiligheid van gebouwen op risicoplekken verhogen, zodat het moeilijker wordt om van grote hoogten te springen. Om suïcides door verkeerd gebruik van medicijnen tegen te gaan, trainen we apothekers, huisartsen en POH's GGZ in geneesmiddelengebruik in relatie tot suïcidaal gedrag. Daarnaast inventariseren we met de belangrijke partijen hoe we in ons land kunnen voorkomen dat mensen dodelijke dosis geneesmiddelen op een onveilige manier kunnen aanschaffen.

#### Inzet initiatiefgroep Zero Suicide

- *In de top 6 van zorgelijke hotspots aan het spoor bevorderen wij de samenwerking tussen ProRail en betrokken instellingen.*

### **7 > Opzet van een landelijk lerend systeem.**

Nu er steeds meer onderzoek naar suïcide wordt gedaan, is het belangrijk om de resultaten daarvan centraal te verzamelen en te koppelen aan andere relevante gegevens. Hiervoor werkt 113 Zelfmoordpreventie met een brede groep van experts, onderzoekers, professionals, naasten en cliënten aan een lerend systeem waarbinnen data en kennis kan worden geanalyseerd, geïnterpreteerd en uiteindelijk worden ingezet voor verbeteringen in de praktijk. Eén van die bronnen van kennis wordt de psychologische autopsie, een systematische reconstructie van elke suïcide, zodat we landelijk nog meer leren over de factoren die suïcides kunnen triggeren. Tot slot worden de activiteiten en impact van elk van de doelstellingen van de landelijke agenda gemonitord, zodat de agenda gaandeweg kan worden bijgesteld op basis van voortschrijdend inzicht.

#### Inzet initiatiefgroep Zero Suicide

- *Opstarten netwerk voor projectleiders en bestuurlijke portefeuillehouders Suïcidepreventie bij onze leden. Er worden bijeenkomsten georganiseerd, maar vooral een digitaal platform gecreëerd waarop ervaringen en best practices worden gedeeld, vragen kunnen worden gesteld en mensen elkaar kunnen ontmoeten. We stemmen de invulling van dit digitale platform af met de digitale activiteiten vanuit 113.*
- *Ondersteunen van initiatieven op het gebied van suïcidepreventie*

### **Benodigde middelen**

De initiatiefgroep start zelf geen grote campagnes of activiteiten waarvoor middelen gereserveerd moeten worden. Uitgangspunt is wanneer dat nodig is andere dekking te organiseren.

Nodig zijn de ondersteuning en faciliteiten van het bureau voor het ondersteunen van de initiatiefgroep (beleidsadviseur, secretariaat en communicatie), het opzetten en beheren van de online community en 1 a 2 x per jaar organiseren van bijeenkomsten voor leden.

#### **Kosten:**

- Ondersteuning beleidsadviseur en communicatie ca 8 uur/week
- Opzetten en beheren digitale platform
- 2x grote bijeenkomst voor projectleiders en bestuurlijke portefeuillehouders suïcidepreventie (incl. IGJ en eventuele andere leden van de initiatiefgroep).