

Project ‘Zero Suicide’- Gatekeeperstraining

Nina Kienhuis, zorgprofessional binnen de GGD, vertelt over de gatekeeperstraining die zij volgde in mei 2015.

“In mijn functie als zorgcoördinator OGGZ bij de GGD heb ik met veel verschillende mensen in uiteenlopende situaties te maken. Het zijn veelal mensen die zorg mijden, maar wel zorg nodig hebben. In sommige gevallen veroorzaken deze mensen ook overlast. Onder deze groep vallen bijvoorbeeld dak- en thuislozen die buiten slapen of in hun eigen netwerk van bekenden (familie, vrienden e.d.) verblijven. Veel van deze mensen vertellen mij dat zij aan de dood of aan zelfdoding denken. Soms hebben ze zelfs ook al plannen over hoe zij dit willen doen.

Om beter met mensen met gedachten aan zelfmoord om te kunnen gaan, heeft mijn leidinggevende mij en mijn collega’s aangemeld voor de gatekeeperstraining. En heb ik samen met mijn collega’s van Vangnet en Advies, de Brede Centrale Toegang, Hygiënisch Woning Toezicht en het Vroegsignaleringsoverleg de training gevolgd.

De belangrijkste les uit de training is voor mij, het belang van blijven praten en goed doorvragen. Zelfmoord is voor veel mensen een beladen onderwerp. Vanuit een eerste reactie kan je al snel reageren met afwijzende of relativerende opmerkingen. Door er niet over te praten blijft zelfmoord een onderwerp dat mensen helemaal alleen moeten dragen. Als je het gesprek wel aan gaat kan dat ruimte geven. Aan de ene kant krijg je hierdoor als hulpverlener meer zicht op de situatie van de persoon met wie je in gesprek bent. Aan de andere kant geeft het iemand die kampt met zelfmoordgedachten ook meer ruimte om te kunnen praten over wat hem of haar bezig houdt. Dat maakt dat je samen kunt kijken naar wat er nodig is om iemand de juiste ondersteuning te kunnen bieden.

Ik heb veel aan de handvatten uit de training die leren hoe je samen het gesprek kunt voeren over zelfmoord. En dat je niet bang hoeft te zijn om dit gesprek ook daadwerkelijk aan te gaan. Er was in de training veel aandacht voor hoe je iemand hierin kunt ondersteunen, en welke eventuele vervolgstappen je kunt zetten als iemand met gedachten aan zelfmoord kampt.

In mijn werk komt het best veel voor dat mensen aan zelfmoord denken, zeker als ik doorvraag op signalen die daarop wijzen. Een goed voorbeeld hiervan is toen afgelopen week een vrouw me vertelde dat zij dagelijks aan zelfmoord denkt. Haar kinderen hielden haar op de been, dat voelde als haar laatste redding. We zijn samen het gesprek aan gegaan over haar gedachten, en wat er nodig was om haar hierin te steunen. Voor mij is het belangrijk om hierin ook de verbinding te zoeken met andere professionals, en te zorgen dat iemand de juiste hulp krijgt.

Ik vind deze training zeker een aanrader. Er ligt voor veel mensen een taboe op zelfmoord, terwijl je door erover te praten wel het verschil kunt maken. Weten hoe je hier het gesprek over aan kan gaan en wat je mogelijkheden en beperkingen hier zijn, is dus belangrijk. Ondanks dat ik hierin in mijn werk al veel mee te maken heb, gaf de training me weer nieuwe inzichten.”

