

Voortgang Derde Landelijke Agenda Suïcidepreventie (2021- 2025)

Stand van zaken maart 2023

1. Durven en leren praten over suïcide.

Mensen met gedachten aan suïcide, willen vaak niet dood. Ze willen dat hun donkere gedachten stoppen. Door erover te praten word je nuchterder in je denken en word je rustiger. Het taboe dat rust op gedachten aan suïcide willen we doorbreken met campagnes, verantwoorde en veilige berichtgeving in de media, (online)-training en het verspreiden van hoopvolle ervaringsverhalen.

Resultaten:

- De 1K Z1E J3- bankjescampagne heeft plaatsgevonden. Door heel Nederland staan er meer dan 1000 bankjes, die ruimte bieden voor een goed gesprek over mentale gezondheid en suïcide. De bankjes zijn te herkennen aan de plaquette met de tekst 'Een goed gesprek begint met iemand écht zien'. Achter de 1K Z1E J3-bankjes zitten verhalen die inspireren, die motiveren en die -mede door alle (lokale) media-aandacht- helpen het taboe te doorbreken. Deze verhalen zijn te vinden op de campagnepagina.
- De podcast 'Sofie en 113' is gepubliceerd op Linda.nl. Sofie van den Enk zoekt in de podcast naar antwoorden rond zelfdoding. Zelfdoding door een man komt twee keer zo vaak voor als door een vrouw. In de vierdelige podcast zoekt Sofie van den Enk uit wat hierachter schuilt en geeft antwoordt op de vraag: hoe kunnen we mannen (en mensen over het algemeen) helpen met praten? De podcast is op dit moment 63.500 keer beluisterd.
- De website houdmoed.nl is gelanceerd. Houd Moed is een online platform dat is opgericht vanuit de missie van een groep ervaringsdeskundigen en professionals om iedereen die te maken heeft (gehad) met zelfdoding een laagdrempelige plek van hoop en moed te bieden. De persoonlijke en indrukwekkende verhalen op Houd Moed geven lezers hoop, ze laten zien dat een donkere levensfase tijdelijk kan zijn, dat je eruit kan komen en dat het leven na een suïcide -hoe zwaar dat ook is- doorgaat. De artikelen hebben een gemiddeld bereik van 20.000 mensen.

2. Professionals opleiden, bijscholen en toerusten.

Voor professionals die te maken krijgen met suïcidaliteit is het van groot belang dat zij hierover leren in hun (beroeps)opleiding. Zo gaan zij met zekerheid het gesprek aan over suïcidale gedachten en weten zij juist te handelen. Dit bereiken we door het ontwikkelen van opleidingsmateriaal voor beroepsopleidingen in de zorg (voor o.a. psychologen, (sociaal) verpleegkundigen) en het sociaal domein (voor o.a. de schuldhulp, incassobureaus en het UWV).

Resultaten:

- De e-learning module over suïcidepreventievaardigheden voor studenten Psychologie op bachelor-, master en post masterniveau is opgeleverd.
- Voor het hoger onderwijs is de hybride module 'Suïcidepreventie voor HBO verpleegkunde, MBO verpleegkunde, HBO social work en MBO social work' ontwikkeld. Vijf scholen gebruiken nu de module, in mei starten er nog zes scholen. In de zomer wordt de module beschikbaar voor alle scholen op HBO- en MBO-niveau.

- Op samenmindersuicide.nl/schulden zijn de ontwikkelde workshops en de train- de trainer module gratis beschikbaar voor professionals die werken met mensen met schulden (zoals schuldhulpverleners, sociaal raadslieden en bewindvoerders), werkgevers en trainers. De campagne voor deze modules is 30 maart van start gegaan, tegelijk met de webinar over het trainingsmateriaal.
- De online 'Vraag Maar Training' over suïcidepreventie bij jongeren is eind 2022 gelanceerd. De gratis training biedt professionals en naasten inzicht in hoe suïcidale gedachten bij jongeren ontstaan, hoe ze het gesprek kunnen aangaan en welke rol ze kunnen spelen in het vinden van de juiste hulp.

3. Suïcidepreventie in de wijk verstevigen.

60% van de suïcides in Nederland vindt plaats onder mensen die niet in behandeling zijn bij de ggz of de huisarts. Maar mogelijk hebben zij wel contact met medewerkers in het onderwijs, wijkteams, de politie, LHBTI-netwerken, sportkantines, erfbetreders of dienstverleners bij het UWV of de schuldhulpverlening. Hen trainen op gespreksvaardigheden en het signaleren van suïcidale gedachten, helpt bij het vinden van de weg naar hulp.

Resultaten:

- In het najaar van 2022 heeft de gemeente Harderwijk zich aangesloten bij het Suïcidepreventie Actienetwerk (SUPRANET). In dertien Nederlandse GGD- regio's is een SUPRANET Community opgericht. In SUPRANET Communities werken verschillende partijen samen om op regionaal niveau suïcides te voorkomen.
- De regio's Groningen, Nijmegen en Zuidoost Brabant zijn dit jaar gestart met de implementatie van STORM in hun regio. Zij treffen nu alle voorbereidingen (o.a. programmastructuur vormgeven, professionals trainen), zodat in het schooljaar 2023/2024 de acties kunnen worden uitgevoerd. Drie andere regio's zijn afgelopen zomer gestart met een voorbereidingsperiode, waarin ze de mogelijkheden onderzoeken om STORM te implementeren, partijen bij elkaar brengen en de eerste concrete voorbereidingen treffen. Daarnaast zijn er nog drie regio's die verkennen of STORM een optie is binnen hun regio.
- Er is een projectstructuur ingericht om de uitwerking van de modelgetrouwheid, het monitoren van het implementatieproces en de impact van STORM in de nieuwe regio's te realiseren. De landelijke stuurgroep STORM, met advisering van een wetenschappelijke expertraad, zal de komende periode gebruiken om de mogelijkheden te verkennen van landelijke opschaling in combinatie met een financieringsmodel.
- Er is een webinar voor scholen georganiseerd over de ondersteuning en nazorg bij (poging tot) suïcide in het onderwijs. Ruim 1300 mensen hebben de webinar bijgewoond.
- Sinds de start van de Landelijke Agenda is het leesprogramma 'Lief, Liever, Liefst' op meer dan 40 scholen aangeboden. Docenten en leerlingen zijn positief over de lessen. Ruim 2.000 leerlingen vulden een vragenlijst in voor de effectmeting.

4. Bereik van specifieke doelgroepen vergroten.

Tijdige herkenning van suïcidaal gedrag en drempelloze toegang tot hulp voor mensen met suïcidaal gedrag, specifiek voor mensen uit hoog risico groepen voor (fatale) suicidepogingen: mannen van middelbare leeftijd, jongeren, mensen die een niet fatale suicidepoging hebben gedaan, nabestaanden.

De Derde Landelijke Agenda Suïcidepreventie heeft het bereiken van specifieke doelgroepen als horizontale focus over het totale programma opgenomen. Dat betekent dat de projecten rekening houden met deze doelgroepen.

Jongvolwassenen is als nieuwe doelgroep toegevoegd. Op basis van een zorgelijke stijging van recente suïcidecijfers onder jongvolwassenen tussen 20 - 30 jaar is eind vorig jaar gestart met het in kaart brengen van preventieve acties voor deze doelgroep die extra aandacht behoeven. De afgelopen drie maanden is vanuit het veld een scala aan acties voorgedragen, veelal bestaande landelijke of regionale activiteiten die een boost zullen krijgen. Een deel van deze acties overlapt met het werk uit de Landelijke Agenda Suïcidepreventie, een ander deel bestaat uit veelbelovende andere initiatieven.

5. Veiligheid en effectiviteit van zorg verbeteren vanuit samenwerking tussen professionals, naasten en ervaringsdeskundigen.

40% van de mensen die door suïcide overlijdt is in behandeling bij een zorgverlener. De zorgsector heeft daarmee enorme mogelijkheden om vanuit het contact met de patiënt suïcidaliteit te signaleren, te bespreken en te behandelen. Dit kan alleen vanuit een veilige cultuur op de werkvloer, gericht op continu leren en verbeteren. Onder andere het betrekken van naasten en ervaringsdeskundigen kan een belangrijke rol spelen bij het verbeteren van de zorg bij suïcidaliteit.

Resultaten:

- Een aantal van de bestuurders uit de GGZ en de jeugdzorg die deel hebben genomen aan de eerste leergang suïcidepreventie zijn gekomen tot verbeterplannen voor hun organisatie.
- Op acht locaties in het land is de 'Walk into the light' georganiseerd. Het is een wandeling om stil te staan bij de mensen die door suïcide om het leven zijn gekomen, om aandacht te vragen voor/te geven aan naasten van suïcidaliteit en mensen die zelf te maken hebben met suïcidale gedachten.
- Er is een adviesnota 'Inzet ervaringsdeskundigheid bij suïcidaliteit' voor professionals in de GGZ en het sociaal domein geschreven en de training Ervaringsdeskundige Suïcidaliteit is ontwikkeld voor ervaringsdeskundigen. De training is binnenkort beschikbaar via de website van het Suïcide Preventie Centrum.
- De leidraad suïcidepreventie bij jongeren is gepubliceerd. Het doel van de leidraad en bijbehorende instructievideo's is om professionals en organisaties binnen het jeugddomein te helpen om dezelfde werkwijze van suïcidepreventie toe te passen en samen als een groot netwerk op te trekken.
- Er is een online talkshow georganiseerd over de nut en noodzaak van suïcidepreventie in het ziekenhuis, knelpunten en behoeften. Bij 'Talkshow 113 Netwerk Ziekenhuizen' waren ervaringsdeskundigen, medisch professionals en bestuurders te gast.

- De vijfde podcastserie over suïcidepreventie staat op Huisarts podcast. De afleveringen van de podcastserie zijn op dit moment bijna 3000 keer beluisterd.

6. Barrières opwerpen voor de beschikbaarheid van 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. Binnen deze pijler staan gebouwveiligheid, verkrijgbaarheid en veilig omgaan met dodelijke middelen en de risico's van social media centraal.

Resultaten:

- Het Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik (IVM) heeft de e-learning 'Geneesmiddelen en suïcide' geactualiseerd. Deze is ruim 250 keer gedownload. De gemiddelde waardering is een 8.
- De door IVM eveneens geactualiseerde FTO-module is vorig jaar 69 keer gedownload. Met één download van de FTO-module wordt een FTO-groep bereikt van gemiddeld 2 tot 5 apothekers en 12-15 huisartsen.
- MIND onderzoekt de Australische Interventie #ChatSafe voor veilig social media gebruik door jongeren in samenwerking met focusgroepen en MIND Young Academy. Dit jaar zal deze in Nederland verspreid worden en wetenschappelijk worden gevalideerd.
- Er zijn gesprekken met verschillende GGZ-locaties gevoerd over de veiligheid van nieuwbouw. Daarnaast is een aantal locaties bezocht om mee te denken over gebouwveiligheid. Een adviesdocument voor gebouwveiligheid is in ontwikkeling.

7. Opzet van een landelijk lerend systeem.

Er wordt veel kennis verzameld op het vlak van suïcidepreventie. Om preventie te verbeteren werkt een brede groep van experts, onderzoekers, professionals, naasten en cliënten aan een lerend systeem. Binnen dit lerende systeem worden data en kennis continu geanalyseerd, geïnterpreteerd en uiteindelijk ingezet voor verbeteringen in de praktijk.

Resultaten:

- De suïcidepreventie toolkit voor GGZ-professionals is geüpdatet. De toolkit is een ondersteuningsinstrument dat behandelsuggesties geeft op basis van achterliggende factoren bij de patiënt. Teams van zeven grote GGZ-instellingen worden actief begeleid bij het implementeren van de toolkit. Daarnaast is aan 11 GGZ-organisaties, waaronder deelnemers van SUPRANET GGZ, een implementatiepakket verstrekt waarmee zij de toolkit zelfstandig kunnen implementeren.
- Er is in samenwerking met de Vrije Universiteit een database opgeleverd met alle Randomized Controlled Trials naar het effect van verschillende psychotherapieën op suïcide ideatie, pogingen en suïcides. Hier kunnen meta-analyses worden gedaan wat meer inzicht geeft in welke behandeling het beste werkt voor wie.
- Geanonimiseerde data over suïcidepogingen uit zes verschillende bronnen (Nationale Politie, SUPRANET GGZ, VeiligheidNL, Witte Kruis ambulancediensten, Nationale Spoorwegen en Nivel Eerstelijns Zorgregistraties) worden bijeengebracht en gecombineerd met resultaten van

cohortstudies. Op basis daarvan is een eerste schatting gemaakt van het aantal niet-fatale suïcidepogingen in Nederland.

- Om te leren van elke suïcide in Nederland zijn er implementatiescenario's voor de Psychosociale autopsie ontwikkeld. Hiernaast is er een online vragenlijst voor nabestaanden gemaakt die bijdraagt aan het vergaren van kennis over de aanleiding en achtergrond van suïcides, wat essentieel is voor goede, aansluitende preventiemaatregelen in de toekomst.
- Voor nabestaanden is er samen met nabestaandenorganisaties de brochure “Als je iemand verliest door zelfdoding – Een handreiking voor nabestaanden van een suïcide” uitgebracht.
- Om de impact van de Derde Landelijke Agenda Suïcidepreventie te monitoren is gestart met het opzetten van een Baten Management aanpak. Hierbij wordt 113 Zelfmoordpreventie geadviseerd door een team van Deloitte, die een aanpak ontwikkelde om de maatschappelijke impact van grote programma's in kaart te brengen. Doel is om uitspraken te kunnen doen over de realisatie van de in de agenda gestelde maatschappelijke veranderdoelen. Voor een aantal projecten van de Landelijke Agenda zijn op dit moment KPI's en meetinstrumenten bepaald en worden data bijgehouden. Bij de meeste andere projecten zal dit ook worden gedaan.

Voor meer informatie over de ontwikkelingen van de Derde Landelijke Agenda Suïcidepreventie verwijs ik u naar de website www.samenmindersuicide.nl.