



Samen
Minder
Suicide

FOLDER TRAIN-DE-TRAINER SUÏCIDEPREVENTIE

113 NETWERK ZIEKENHUIZEN

*'Hulp begint
met de
juiste vraag'*

INHOUDSOPGAVE:

Inleiding	3
Uitgangspunten	4
Train-de-Trainer	5
Nog een aantal adviezen	6
Contact	6
Bijlage 1: Trainersprofiel	7

INLEIDING

Deze folder bevat informatie over de Train-de-Trainer suïcidepreventie voor het 113 Netwerk Ziekenhuizen.

In Nederland bezochten in 2018 ongeveer 17.000 mensen een SEH na een zelfmoordpoging. Een groot deel van die mensen wordt daarna opgenomen op verschillende afdelingen voor medische behandeling of observatie, zoals de Intensive Care Unit (ICU), acute opname afdeling, medische afdelingen of een medisch psychiatrische unit. In algemene ziekenhuizen worden patiënten met suïcidaal gedrag geïdentificeerd, beoordeeld, verzorgd en ontslagen. Effectieve behandeling van patiënten met suïcidaal gedrag is essentieel, aangezien deze mensen een tienvoudig verhoogd risico op zelfmoord hebben en het risico op herhaling na ontslag het eerste jaar hoog is.

De zorg voor mensen die een zelfmoordpoging hebben gedaan, kan een uitdaging zijn voor professionals in ziekenhuizen. De meeste artsen hebben geen speciale training gekregen in de zorg voor patiënten met suïcidaal gedrag en voelen zich vaak onzeker over hun rol. Ook binnen de opleidingen tot verpleegkundige is het onderwerp onvoldoende geborgd.

Scholing is daarom een van de middelen die binnen het 113 Netwerk Ziekenhuizen wordt ingezet om de kennis, de kunde en het zelfvertrouwen van professionals in het ziekenhuis te optimaliseren en daarmee de kwaliteit van zorg voor patiënten die zijn opgenomen na een suïcidepoging te verbeteren.

Specifiek voor het 113 Netwerk Ziekenhuizen is de Train-de-Trainer suïcidepreventie ontwikkeld. Hiermee hebben ziekenhuizen de mogelijkheid om binnen het eigen ziekenhuis trainers op te leiden die zelf scholingen suïcidepreventie kunnen verzorgen voor de eigen collega's binnen het betreffende ziekenhuis. Beoogd trainers worden in een dag meegenomen in de inhoud en de wijze waarop het onderwerp suïcidepreventie wordt aangeboden, in een workshop en de verdiepende gatekeepertraining. In deze beide trainingsvormen krijgen deelnemers praktische handvatten om het gesprek over suïcidaal gedrag te voeren, ondersteund met praktijktoepassingen. Het opleiden van eigen trainers biedt het ziekenhuis de mogelijkheid de regie te houden over de inzet en de planning van trainingen.

UITGANGSPUNTEN

Organisatie en verantwoordelijkheden

- Het Train-de-Trainer programma wordt vanuit 113 ontwikkeld en bijgesteld op basis van actueel onderzoek.
- De trainers in de ziekenhuizen worden opgeleid door trainers van 113.
- Per ziekenhuis kunnen max. 3-4 beoogd trainers deelnemen aan de Train-de-Trainer.
- Deelnemers die de Train-de-Trainer hebben doorlopen ontvangen na afloop een certificaat.
- Het ziekenhuis is na afloop van de Train-de-Trainer eigenaar van de scholingsvormen die aan bod komen: de workshop en de gatekeepertraining. De daarbij behorende materialen komen ter beschikking van het ziekenhuis en de trainers.
- Voor een 113 Netwerk Ziekenhuis zijn de Train-de-Trainer, de materialen, de 'terugkom-momenten' en de eventuele ondersteuning kosteloos, onder de gestelde voorwaarden. Reiskosten voor (beoogd) trainers worden niet door 113 vergoed.
- Beoogd trainers kunnen door het ziekenhuis zelf worden geselecteerd aan de hand van het Trainersprofiel en de vragen voor een Intakegesprek (Bijlage 1) en de inzetbaarheid binnen de eigen organisatie/het eigen werkveld.
- Aangeleverd scholingsmateriaal mag worden aangepast aan de huisstijl van het ziekenhuis. Wijzigingen in de inhoud kunnen worden voorgelegd in de bijeenkomsten die vanuit 113 worden georganiseerd voor de trainerspoule. NB: Materiaal (folders, posters etc.) ter ondersteuning kan niet worden aangepast aan de huisstijl van het ziekenhuis.
- Backoffice medewerkers van 113 dragen zorg voor de planning, uitvoering en facturatie van alle onderdelen binnen het Train-de-Trainer programma en zorgen voor een optimale tevredenheid bij de trainers die deelnemen aan de Train-de-Trainer.
- Het ziekenhuis biedt de trainers de mogelijkheid om in ieder geval één van de twee van deze 'terugkom-momenten' bij te wonen.
- Het ziekenhuis draagt zelf de verantwoordelijkheid om de trainers in de praktijk in te zetten en de scholing op het gebied van suïcidepreventie structureel te borgen binnen het beleid.

Kwaliteit

- Het Train-de-Trainer programma is opgezet volgens didactisch verantwoorde principes, waarbij elke trainer die voldoet aan het trainersprofiel een ontwikkeling doormaakt van 'onbewust onbekwaam' naar 'bewust bekwaam', tot een zelfstandig trainer suïcidepreventie die boven de stof staat.
- 113 investeert in het ontwikkelen, onderhouden en behouden van de trainerspoule op het expertise niveau dat verwacht mag worden van de trainers. Daarvoor worden gedurende het jaar twee 'terugkom-momenten' georganiseerd. Deze dagen zijn bedoeld om elkaar te ontmoeten, voor intervisie, uitwisselen van ervaringen, delen van laatste ontwikkelingen, etc.

TRAIN-DE-TRAINER

- **Duur:** 1 dag
- **Aantal deelnemers:** 6-10 deelnemers
- **Trainers:** 2 trainers van 113 Zelfmoordpreventie
- **Locatie:** het eigen ziekenhuis

Na het volgen van de Train-de-Trainer kunnen de deelnemers als zelfstandig trainer suïcidepreventie binnen het eigen ziekenhuis de workshop en/of de gatekeepertraining suïcidepreventie aan collega's aanbieden:

Workshop

Wanneer je suïcidepreventie in je team of organisatie **bespreekbaar wilt** maken, wordt gebruik gemaakt van de workshop. Denk dan aan een klinische les, maar ook een voorlichting of lunchpraatje over suïcidepreventie voor je directe collega's of medewerkers van andere afdelingen. Deze workshop is **een eerste kennismaking** met het onderwerp.

- **Duur:** 2 uur
- **Aantal deelnemers:** 10-15 deelnemers
- **Trainers:** 1 trainer van het eigen ziekenhuis
- **Locatie:** het eigen ziekenhuis

Gatekeeper

De gatekeepertraining is een verdieping op de workshop. In je werk ontmoet je mensen die (mogelijk) suïcidale gedachten hebben en/of na een suïcidepoging zijn opgenomen in het ziekenhuis. In de gatekeepertraining leert je hoe je deze gedachten bespreekbaar maakt, hoe je een indruk krijgt van de veiligheid en een ander kan stimuleren om hulp te zoeken. De training bestaat uit het bespreken van eigen ervaringen, kennisoverdracht, het aanleren van gespreksvaardigheden en een interactieve bespreking van verwijsmogelijkheden. Deze training is geschikt voor zorgprofessionals op verschillende afdelingen binnen het ziekenhuis en in het bijzonder voor zorgprofessionals van de SEH en de IC.

Deze gatekeepertraining heeft een, specifiek op de praktijk van het ziekenhuis gerichte, aanpassing op de gatekeepertraining die al jaren wordt aangeboden.

- **Duur:** 3,5 uur (exclusief voorbereiding)
- **Aantal deelnemers:** 6-10 deelnemers
- **Trainers:** 2 trainers van het eigen ziekenhuis
- **Doelgroep:** verpleegkundigen, verpleegkundig en medisch specialisten (io/anios/agnio).
- **Locatie:** het eigen ziekenhuis

NOG EEN AANTAL ADVIEZEN

- In verschillende regio's zijn meerdere ziekenhuizen bezig met een plan van aanpak suïcidepreventie. Scholing is daarin altijd vertegenwoordigd. Het kan een voordeel zijn in samenwerking met andere ziekenhuizen in de regio een trainerspoule op te starten die ziekenhuis overstijgend kan werken, bij uitval bijvoorbeeld. En tegelijkertijd verbindt dit ook professionals.
- Wanneer een trainer is geschoold voor het geven van trainingen binnen het eigen ziekenhuis, is het belangrijk dat deze de opgedane kennis zo spoedig mogelijk in praktijk brengt. Het is daarom essentieel om deelname van beoogd trainers aan de Train-de-Trainer af te stemmen op het plannen van trainingen binnen het eigen ziekenhuis.
- De workshop en de gatekeepertraining verschillen in inhoud en duur. De workshop is een eerste kennismaking met het onderwerp, de gatekeepertraining richt zich op oefenen en het toepassen van gespreksvaardigheden. Vanuit 113 wordt geadviseerd de workshop alleen daarin te zetten waar basiskennis voldoende is, of als een eerste stap. Voor professionals in de zorg is de gatekeepertraining voorwaardelijk voor het adequaat signaleren, contact maken en verwijzen.
- Er is een verschil tussen trainer zijn en trainingen geven. 113 vindt het belangrijk dat zoveel mogelijk professionals worden getraind, maar hecht ook aan goede kwaliteit. Daarom bieden wij, indien gewenst, de mogelijkheid om trainers in het begin te begeleiden en ondersteunen in het geven van de workshop en/of de gatekeepertraining.

CONTACT

Behoeftte aan meer informatie? Neem contact op via agz@113.nl.

BIJLAGE 1: TRAINERSPROFIEL

De functie – Als trainer suïcidepreventie leer je collega's hoe ze iemand verder kunnen helpen om hulp te zoeken. Het doel van de training is het leren signaleren of iemand aan zelfmoord denkt. Daarnaast is het aanbieden van kennis en het aanleren van gespreksvaardigheden om contact te maken met mensen die (mogelijk) denken aan zelfmoord, een belangrijk onderdeel van de training. Je traint onder meer medisch en verpleegkundig professionals, beveiligers, of bijvoorbeeld de collega's bij de afdeling HRM.

Wie ben jij?

- Je hebt een warm hart en een koel hoofd.
- Je werkt als verpleegkundig of medisch professional op een afdeling in het ziekenhuis.
- Bij voorkeur heb je aantoonbare trainingservaring en/of het aanleren van (generieke) vaardigheden.
- Je hebt affiniteit met suïcidepreventie.
- Je bent zelf uitstekend in staat écht contact te maken met mensen en kunt dit demonstreren in de training ('teach what you preach').

Je inzet als trainer

- Je volgt een Train-de-Trainer opleiding van 1 dag.
- Je geeft per jaar minimaal 3 trainingen in de eigen ziekenhuissetting.
- Je volgt in ieder geval één van de twee 'terugkom-momenten' die twee keer per jaar door 113 worden georganiseerd voor de trainerspoule.

Vragen voor een intakegesprek met een beoogd trainer:

1. Heb je een goed beeld van de trainingen die worden gegeven door 113?
2. Wat is je motivatie om trainer suïcidepreventie te worden binnen jouw ziekenhuis?
 - *Wat heb je met zelfmoordpreventie/praten over zelfmoordgedachten?*
 - *Hoe ga je om met je (eventuele) beperkte ervaring met gesprek over zelfmoord?*
3. Wat maakt je een goede trainer (vanuit didactisch perspectief)?
 - *Wat zeggen deelnemers over jou in een trainersevaluatie? Kwaliteiten en aandachtspunten?*
 - *Wat doe jij om goed contact te krijgen met de groep?*
 - *Wat is jouw beeld bij de deelnemers? Welke vragen zouden ze kunnen hebben? Hoe ga je hiermee om?*
 - *Hoe ga je om met weerstand in de groep, bijv. als iemand echt weigert te oefenen?*
4. Hoe zou je je zelf voorstellen aan de groep?
 - *Heb je affiniteit met specifieke doelgroepen? Sta je open voor alle doelgroepen?*
 - *Hoe ben je als co-trainer?*
 - *Heb je daar ervaring mee en hoe stel je je op naar de ander, hoe zorg je dat er een match is als je elkaar nog niet kent?*