

## Verlag week 26

*Deze week start zo zoetjes aan ons zomerprogramma; de vakantie staat voor de deur, dus collega's gaan op vakantie en daar passen we ons programma op aan. Vandaar de zomerse foto bij week 26.*

### Maandag 24 juni

In de schrijfgroep deden we onder meer de schrijfpdracht: In hoeverre wil ik mijzelf bewijzen en waarom? Mijn conclusie was dat het gaat om jezelf willen bewijzen dus gezien willen worden door de ander. Eigenlijk is de uitdaging dus om eerst en vooral jezelf te accepteren.

Er waren helaas weer maar twee deelnemers. We bespraken dat we een plannetje voor de pr moeten opstellen om meer deelnemers te krijgen. 's Middags is er werkoverleg.

### Dinsdag 25 juni

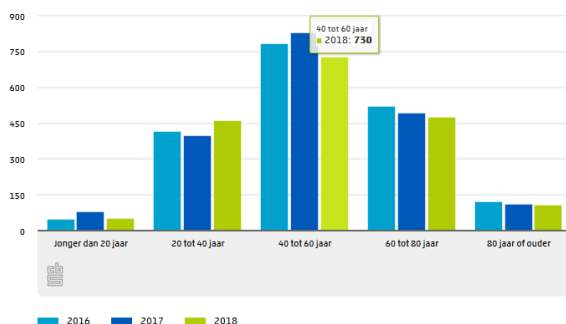
Ik doe een telefonisch interview voor mijn E-healthproject met Irene Helderman, Innovatiemanager Zorg en Ict – [GGZ](#) in Eindhoven en tevens oprichtster van de [Welshop](#).

### Woensdag 26 juni

Vandaag de hele dag Suicidpreventie. De cursus wordt gegeven in een soort barakje op het terrein op het Landgoed Willibrordus in Heiloo, een thuiswedstrijd voor mij, want dat is mijn woonplaats. Een pittig en indringend onderwerp, dat heel kundig en zorgvuldig wordt behandeld. We starten met een rondje naar de ervaringen van de cursisten met dit thema. Wat ik vermoedde, was in zekere zin schokkend maar het bleek waar: iedereen had er ervaring mee; sommigen hadden zelf een poging gedaan, en anderen, zoals ik, hadden er in hun (zeer) directe omgeving één of meerdere keren mee te maken gehad. Nu ik dit schrijf denk ik: het komt zo vaak voor en toch is het een taboe. Maar zo gaat dat helaas vaak met taboes.

We krijgen onder meer een aantal statistieken te zien waaruit blijkt dat het aantal [suicides onder jongeren in 2017](#) bijna is *verdubbeld*. Eigenlijk best belangrijk om te weten... Gelukkig blijkt uit de [CBS-cijfers van 2018](#) dat het aantal zelfdodingen in dat jaar is teruggelopen;

Aantal zelfdodingen



Zie hieronder de intro van dat bericht:

*In 2018 daalde het aantal zelfdodingen met bijna 5 procent tot 1 829, waarvan 1 176 mannen en 653 vrouwen. Het aantal mannen dat een einde aan hun leven maakt, is al jaren ongeveer twee keer zo hoog als het aantal vrouwen. Onder mannen waren er echter 10 procent minder zelfdodingen dan een jaar eerder, onder vrouwen nam het aantal iets toe. Dit meldt het CBS op basis van nieuwe cijfers.*

We krijgen ook – onder andere - een opdracht waarin de één de cliënt is en de ander de zorgverlener. De bedoeling is dat we iemand uitvragen op zijn mate van suicidaliteit (Kies de uitspraken die het meest op jouw cliënt van toepassing is). Ook kregen we de opdracht om aan de hand van een reeks vragen de ruimere voorgeschiedenis van iemand uit te vragen.

Verder hoor ik over psychiater Jan Mokkenstorm, de man achter het noodnummer (0900) 0113 en de [website](#) daarvan. Op YouTube zijn meerdere filmpjes van hem te zien over het thema zelfdoding. Waaronder [Hoop doet leven](#).

Ook wordt heel nuttige info getoond over het belang van het maken van een [Veiligheidsplan](#). De belangrijkste les die ik meeneem is: [maak het bespreekbaar](#) (filmpje) Niet omheen draaien.

## Donderdag 27 juni

Vol dagje. 's Morgens een [themabijeenkomst](#) waarbij collega's van Schagen en Hoorn aanwezig zijn. Er zijn meerdere presentaties en we krijgen de opdracht om in kleinere groepjes onze droom te formuleren wat we zou willen introduceren als dienst en/of iets waarvoor we meer aandacht willen.

Daar kwamen mooie dingen uit, onder meer een manier om de kwaliteit van onze dienstverlening te verbeteren en tegelijkertijd het ziekteverzuim te doen dalen. Je begint dat met diensten aanbieden die zijn gebaseerd op de competenties van de ervaringsdeskundigen, en omdat die doen waar ze goed in zijn, is de kans op overbelasting minder en heb je een gezondere basis om vanuit verder te groeien. Dit gekoppeld aan *expertiseteams*, want veel van de ervaringsdeskundigen maken deel uit van zo'n team. Ik weet niet of ik het zo goed heb verwoord, maar zo heb ik het in grote lijnen onthouden. Wat er met de aangedragen ideeën gebeurt, is nog een tweede. Ze worden zonder twijfel meegenomen in andere overlegorganen.

Na afloop hadden we nog [teamcoaching](#) met een klein team van collega's (vier man) in Schagen, ook op het terrein van GGZ in Heiloo. Daar ging we in op de behoefte aan leiderschap in het team: wie hakt de knopen door? Er kwam helaas niet zo heel veel uit; sinds kort lopen we de vergaderingen strakker, omdat één collega daarin bekwaam en daadkrachtig het voortouw neemt, en wat we moeten doen is eigenlijk ook wel duidelijk; we kennen allemaal de groepen, we weten hoe ze werken en wat er van ons verlangd wordt. Soms echter zijn er problemen die meer in de buurt komen van waar het management zich mee bezighoudt; de dagelijkse operatie loopt redelijk gesmeerd.

## Groep over Zingeving

Na afloop sluiten collega I. en ik aan bij team Alkmaar, bij de [Groep Zingeving](#); ook daar wordt met thema's gewerkt. We nemen deel en zijn allebei erg enthousiast. Waar het vooral om ging, was kijken wat een geestelijk verzorger in zo'n groep kan betekenen. Dat bleek een vrouw, begin 70, in dienst van de GGZ. Een zeer dynamisch iemand en een uitstekend moderator. Niet onbelangrijk als je een groep vlot wilt trekken of in beweging houden. Vraag: willen wij ook zo iemand, óf juist *die* vrouw, óf hebben we nu de kunst afgekeken en starten we *asap* zelf? Ik ben wel een voorstander van het inhuren van de geestelijk verzorger die in aan het werk heb gezien; die brengt veel kennis, ervaring en diepgang. Ik had het gevoel dat collega I. daar minder van geporteerd leek te zijn. Als ik NIVEA smeer, dan kom ik hier op: De groep was relatief klein, vijf mensen. Als je daar drie begeleiders op hebt... Dat vind ik zelf té veel. Schakel je een geestelijk verzorger is, dan kan het zijn dat er één persoon als groepsleider moet afvallen. Misschien zit daar hem de kneep.



Ik babbelde nog even na met de collega's in Alkmaar. "Waarom werk jij eigenlijk niet in Alkmaar?", vroeg iemand toen. Ja, waarom niet? Wel zo dichtbij en van wat ik er van kan zien, ook een leuk team. Waarschijnlijk omdat in gesolliciteerd heb naar een functie in Schagen/Den Helder. Is dat gezien de groei-ambities onomkeerbaar? Ik denk het niet. Zou ik het willen? Wellicht. Ik voel me er wel thuis, al ken ik nog niet iedereen even goed. Voorlopig maar even trouw aan Schagen.