

Suïcidepreventie is een noodzakelijk onderdeel van een menselijk schuldenbeleid

Alle betrokkenen binnen de schuldhulpverlening – in het bijzonder deurwaarders en maatschappelijk werkers - moeten getraind zijn om suïcidaliteit bij cliënten te herkennen en het gesprek erover aan te gaan. Het hebben van (ernstige) schulden is een belangrijke risicofactor voor psychische problematiek en suïcidaliteit. Omgekeerd kunnen mentale kwetsbaarheid en wanhoop ook leiden tot schulden. Als we mensen met schulden willen helpen moeten we ook aandacht hebben voor hun wanhoop en mentale kwetsbaarheid.

Bij 113 Zelfmoordpreventie ervaren wij iedere dag dat de meeste mensen niet dood willen, maar een uitweg zoeken uit de pijn en problemen. Ruim 30% van de mensen die zich inschrijven voor de therapie bij 113 geeft aan te denken aan zelfmoord door financiële problemen. Hun leven lijkt daardoor uitzichtloos.

Mensen met financiële problemen plegen vaker zelfmoord. Geldzorgen en oplopende rekeningen kunnen permanente stress veroorzaken. Onderzoek heeft aangetoond dat mensen met geldproblemen slechter kunnen nadenken en impulsiever worden. Armoede verkleint mentale bandbreedte en leidt tot een tunnelvisie (Sendhil & Mullainathan, 2013). En tunnelvisie is een risicofactor voor zelfmoord¹. Vele (inter)nationale studies laten zien dat de kans op suïcide toeneemt naarmate het opleidingsniveau, de beroepsklasse of het inkomen lager is. Professionals uit beroepsgroepen die dagelijks in contact komen met mensen met schulden, kunnen hier een verschil van leven en dood maken. Door signalen van suïcidaliteit op te vangen en hier zelf het gesprek over aan te gaan, terwijl zij hun primaire professionele taak blijven uitvoeren.

Belang van vroeg-signalering door professionals in de sociaal economische sector

Financiële en psychische problemen gaan vaak hand in hand, en kunnen leiden tot een vicieuze cirkel die eindigt in de dood. Hoe eerder dit samenspel wordt ontdekt, hoe groter de kans op een goede afloop en het voorkómen van een financieel of menselijk drama. Veel mensen die aan suïcide denken, schamen zich en durven er alleen over te vertellen als ze er direct naar gevraagd wordt. Dit kan verklaren waarom 60% van de suïcides plaats vindt bij personen die nog niet in beeld zijn in de geestelijke gezondheidszorg.

Veel suïcidale mensen vragen in eerste instantie zelf niet om hulp. Ze hebben daar een zetje voor nodig. Deurwaarders en maatschappelijk werkenden kunnen hier een letterlijk levensreddende rol bij spelen. Niet door de financiële nood te helpen lenigen, maar door te vragen naar zelfmoordgedachten. En hierop dóór te vragen. En door de betrokkene bij (vermoeden van) suïcidaliteit te stimuleren deskundige hulp te zoeken. Hoe eerder de vraag naar wanhoop en zelfmoord gesteld wordt, hoe groter de kans op ontsnapping aan een desastreuze draaikolk.

¹ De registratie van schulden in de statistieken is onvolledig. Dit maakt dat de cijfers, voor zover die nu uit de statistieken kunnen worden gehaald niet 1 op 1 aan suïcide cijfers kunnen worden gekoppeld.

Leer professionals in de sociaal economische sector praten over suïcide

Ongefundeerde opvattingen staan soms in de weg bij goede hulpverlening. Zoals dat je mensen op een verkeerd idee kan brengen door naar zelfmoord te vragen of dat mensen het toch wel doen als ze het willen. Daar is geen enkel bewijs voor. Of dat het vragen als een ongewenste inmenging in privé zaken is. Onjuist omdat de meeste mensen die diep in de problemen zitten, het als een opluchting ervaren dat er (eindelijk) openlijk over gesproken kan en mag worden.

113 Zelfmoordpreventie stelt daarom dat alle betrokkenen binnen de schuldhulpverlening - deurwaarders en de maatschappelijk werkers binnen de buurt/wijkteams - getraind zouden moeten zijn als Gatekeeper². Zij hebben dag in, dag uit persoonlijk contact met mensen die een ernstige risicogroep vormen voor suïcide. 113 heeft de Suïcidepreventietraining Gatekeeper ontwikkeld (gefinancierd door het ministerie van VWS). Deze is geschikt voor zowel de gerechtsdeurwaarder bij een uithuisplaatsing, als een casemanager bij de gemeente of een baliemedewerker die te maken heeft met suïcidaal gedrag van cliënten. Het trainen van Gatekeepers is een effectieve manier van zelfmoordpreventie (Mann e.a. 2005). Gatekeepers herkennen zelfmoordgedachten, weten hoe ze een gesprek over zelfmoordgedachten kunnen voeren en hoe ze het zoeken van hulp kunnen stimuleren³.

113 Zelfmoordpreventie

Onze missie is een land waar niemand eenzaam en radeloos overlijdt door zelfmoord. Bij 113 Zelfmoordpreventie (in 2009 opgericht als 113Online) kunnen hulpvragers en hun naasten 24/7, gratis en anoniem contact leggen via 0900-0113 of www.113.nl. Het bijzondere aan de manier van werken van 113 is de intensieve samenwerking tussen onbetaalde professionals (vrijwilligers) en betaalde professionals (psychologen). In 2017 voerde 113 meer dan 50.000 telefoon- en chatgesprekken met hulpvragers en hun naasten.

Maar 113 doet meer, we helpen ook andere(n) te helpen. Naast de crisishulp via telefoon en chat heeft 113 een 'collegiale advieslijn'. 113 overlegt in deze lijn met veel soorten professionals: van mentoren van scholen en wijkteams tot UWV-medewerkers en schuldhulpverleners. We geven trainingen aan gatekeepers en werken actief samen in regio's. Met GGD'en, ggz-instellingen, huisartsen en andere professionals en ervaringsdeskundigen. Wat hen bindt is dat zij niet langer accepteren dat suïcidale mensen eenzaam en radeloos sterven door zelfmoord.

² Gatekeepers zijn mensen die geen zorgprofessional zijn maar in hun werk wel in aanraking komen met mensen met suïcidale gedachten zoals schuldhulpverleners, UWV-medewerkers, wijkteams, etc.

³ De specifieke training van 113 is effectief in het bevorderen van de kennis en het vertrouwen van de getrainden om met suïcidaliteit om te gaan (Terpstra e.a, 2018).