



DE ERVARINGSDESKUNDIGEN VAN GROEIRIJK KLAVER. TWEEDE VAN LINKS COÖRDINATOR IVONNE HEIJNEN. FOTO SIMONE VAN HUGTEN-DE NATRIS

**Zero suicides, nul zelfdodingen. Dat is de missie van GroeiRijk Klaver, onderdeel van GGzE Eindhoven en De Kempen. Met de inzet van 'ervaringsdeskundigen' loopt de instelling landelijk voorop.**

ARNOLD MANDEMAKER A.MANDEMAKER@ED.NL

'Ik werd niet gezien of gehoord. Door niemand. Als iemand vroeg wat ik wilde worden was mijn antwoord: ik wil gewoon dood.' Het is stil in de kapel van de Grote Beek als de jonge vrouw haar levensverhaal vertelt. Over een jeugd die in het teken stond van angst en eenzaamheid. Daarna een leven met drugs, schulden en de wens om er een eind aan te maken. Hoewel? „Ik wilde niet dood, dat wil niemand. Maar ik wilde niet langer lijden." Het was haar kat die haar op de been hield. „Want wie moest voor haar zorgen als ik er niet meer zou zijn?"

Het kwam toch tot een poging tot suïcide. Ze kwam in behandeling bij GGzE. Daar kicke zij af van heroïne en crack („Mijn grootste vrienden én mijn grootste vijanden") en kreeg ze langzaam weer grip op haar leven. Nu is ze een van de ervaringsdeskundigen in opleiding, mensen die met (pogingen tot) zelfdoding te maken hebben gehad, die cliënten van GGzE bijstaan. Zij gaan met hen in gesprek vanuit de beleving van de cliënt, stellen de vragen die een behandelaar misschien niet zo snel stelt. Ze tonen menselijke warmte en krijgen vertrouwen.

De ervaringsdeskundige sluit haar verhaal af met de projectie van de foto van een goede vriend die vlak voor zijn 25ste verjaardag een einde aan zijn leven maakte. „Ik houd hem in mijn achterhoofd bij alles wat ik nu doe. Hij motiveert mij."

**Kick-off**

De bijeenkomst in de kapel van De Grote Beek is bedoeld als kick-off van GroeiRijk Klaver, een speciale groep binnen de instelling voor geestelijke gezondheidszorg in de regio Eindhoven. Met die naam wil GGzE het gedachtegoed voortzetten van het voormalige Klaverblad. Een bezinningshuis voor mensen met suïcidaal gedrag, dat werd geleid door ervaringsdeskundigen. Vanaf nu zijn zij officieel operationeel binnen GGzE.

GGzE is de eerste grote ggz- instelling in Nederland die ervaringsdeskundigen inzet voor begeleiding van cliënten met suïcidaal gedrag. Andere instellingen zijn terughoudend, zegt Anouk Velthuisen, programmaleider suicide preventie. „De ervaringsdeskundige is in opkomst, maar het is nog controversieel. Naar het belang ervan is ook nauwelijks onderzoek gedaan. Er zijn wel een paar Amerikaanse studies, maar die zijn vooral gericht op oorlogsveteranen." In Nederland heeft alleen de Rijksuniversiteit Groningen in 2015 een verkennende studie gedaan. Toch zet GGzE nu deze stap. „Ervaringsdeskundigen kunnen op een andere manier contact maken. Menselijk, met warmte. Het gaat om her- en erkenning", zegt Velthuisen.

Coördinator van GroeiRijk Klaver is Ivonne Heijnen. Zij belandde na een poging tot zelfdoding op de PAAZ, de psychiatrische afdeling van het ziekenhuis. „Ik had mijn sociale netwerk uitgedund. Alleen mijn tante bleef mij opzoeken. Zij stond aan mijn bed toen ik bijkwam. 'Ben je blij dat je leeft?'" , was het eerste dat ze vroeg. 'Nee, ik baal als een stekker', was mijn antwoord. Ik ben drie maanden op de PAAZ geweest, maar mijn tante kwam elke avond op bezoek." Het bleek voor Ivonne de ommekeer in haar leven. Daarom heeft zij haar tante en oom meegenomen als eregasten bij de kick-off. In de pauze vertelt de tante hoe de moeder van Ivonne, haar zus, ziek werd toen haar dochtertje nog maar drie jaar oud was. Uiteindelijk stierf ze toen Ivonne zeventien was. Het tekende de jeugd van haar nichtje, met als eindstation die mislukte poging tot zelfdoding. Tante en oom bleven zich al die tijd over hun nichtje bekommeren. „En nu staat ze hier. Ik ben apetrots op haar", zegt ze.

### **Beleid gekanteld**

Geneesheer-directeur Joris Hendrickx van GGzE is gekomen om de kick-off bij te wonen. „Er zijn geen winnaars bij suicide, alleen verliezers", zegt hij. „Daarom moeten we dit zien te voorkomen. We dachten tot nog niet zo lang geleden dat je er juist niet over moest praten, want dat zou navolging uitlokken. Het protocol was: de eerste weken vooral geen contact met de naasten." Dat beleid is totaal gekanteld, stelt Hendrickx. Nu luidt het parool: praat er juist wél over, betrek de naasten erbij en doorbreek het taboe. „Wat nog ontbrak is de inzet van ervaringsdeskundigen hierbij. Dat doen we nu meer zichtbaar."

GroeiRijk Klaver heeft al contact gelegd met partners, waaronder de NS en ProRail, gemeenten en 113 Zelfmoordpreventie. Voor nu beperkt de hulpverlening zich nog tot cliënten van GGzE, maar het voornemen is om het werkterrein te verbreden. „We zijn zorgvuldig aan het onderzoeken op welke wijze we dit kunnen uitvoeren in de praktijk", zegt Ivonne Heijnen. „We gaan GroeiRijk Klaver nu eerst goed intern verder op de kaart zetten, we kunnen niet alles direct aanpakken."

Eén ding staat voor haar nu al als een paal boven water: „De inzet van ervaringsdeskundigen draagt zeker te weten bij aan herstel."