

Workshop POP-GG

Jasmine Mommen

Kirsten O

Inhoud

- Screeningsinstrument
- Suicidepreventiebeleid

→ **3 casussen**

Screeningsinstrument

- **Inhoud:** gezondheidsgedrag + motivatie tot gedragsverandering
 - Gedrag: 6 thema's: Tabak, alcohol, beweging, zitten, voeding en mentale gezondheid
 - Motivatie: 3 stadia:
 - 1) *Precontemplatiefase*: overweegt gedragsverandering niet
 - 2) *Contemplatiefase*: overweegt gedragsverandering wel, geen plan
 - 3) *Preparatiefase*: klaar voor gedragsverandering en plan
- **Doel:** Hulpmiddel bij gesprek (bv. POP gesprek)
 - Om te detecteren welk gezondheidsgedrag opvolging vraagt (adhv scoring) + detectie van motivatie (om gericht advies te kunnen geven)
 - Om thema's bespreekbaar te maken

Waarom een suïcidepreventiebeleid?

- In Vlaanderen **dagelijks 3** zelfdodingen
- **70%** van de zelfdodingen in Vlaanderen gebeuren in de economisch actieve bevolking
- Wie op het werk een collega verliest door zelfdoding, loopt **3 maal meer kans** om zelf te sterven door zelfdoding

CASUS 1

Fragment 3.5

Casus 1: bespreking

- Wat gebeurde er?
- Wat denken jullie van deze situatie?
- Hoe zou je handelen?

Casus 1: Mogelijke actie

- Interpretatie: psychische moeilijkheden
- **Actie:** (zie volgende slides)

Casus 1: Mogelijke actie

- **Detecteren van signalen:** 'Ik hou dat niet vol'
- **Reageren op signalen:** doorverwijzing sociale dienst
 - 1) **Druk je bezorgdheid uit:** benoem signalen die je opmerkte
 - 2) **Vraag naar zelfmoordgedachten:** vragenlijst als hulpmiddel

Rollenspel:

- Werknemer vult vragen over mentale gezondheid in
- Begeleider interpreteert de scores a.d.h.v. handleiding
 - Werknemer heeft lagere veerkracht + positief antwoord op vragen suïcide
 - Motivatievraag: preparatiefase (klaar voor gedragsverandering)
- 3) **Bied hulp:** bladwijzer

- **Reageren op signalen!**

1. Druk je
bezorgdheid
uit

2. Vraag naar
zelfmoordged
achten

3. Bied hulp

1. Druk je
bezorgdheid
uit

- **Persoonlijk** en **vertrouwelijk** gesprek
- Benoem **signalen** die je opmerkte

2. Vraag naar zelfmoordgedachten

- Opgebouwd van **algemeen** naar **specifiek** en **expliciet**
- Hoe gaat het nu met u? → Denk je soms aan de dood? → Denk je aan zelfmoord?

3. Bied hulp

- Verzeker de veiligheid van uw werknemer en verwijs door (bladwijzer)

- Meer info over opmaken suïcidepreventiebeleid:
 - www.zelfmoord1813.be
 - Suïcidepreventiewerking van de centra geestelijke gezondheidszorg

CASUS 2

Fragment 3.1

Casus 2: bespreking

- Wat gebeurde er?
- Wat denken jullie van deze situatie?
- Hoe zou je handelen?

Casus 2: Mogelijke actie

- **Detecteren van signalen:** 'Ik hou dat niet vol'
- **Reageren op signalen:** doorverwijzing sociale dienst
 - 1) **Druk je bezorgdheid uit:** benoem signalen die je opmerkte
 - 2) **Vraag naar zelfmoordgedachten:** vragenlijst als hulpmiddel

Rollenspel:

- Werknemer vult vragen over mentale gezondheid in
 - Begeleider interpreteert de scores adhv handleiding
 - Werknemer heeft lagere veerkracht + negatief antwoord op vragen suïcide
 - Motivatievraag: contemplatiefase (overweegt gedragsverandering)
- 1) **Bied hulp:** website Fit in je hoofd

CASUS 3

Tijdens een POP-gesprek komt ter sprake dat de werknemer zijn/haar gezondheid wil verbeteren. De werknemer weet echter nog niet rond welk thema hij/zij wil werken. Vervolgens kan het screeningsinstrument afgenomen worden.

Casus 3: Mogelijke actie

Rollenspel

- Werknemer vult het screeningsinstrument in
- Begeleider interpreteert de scores a.d.h.v. de handleiding
 - Werknemer scoort hoog op tabaksgebruik
 - Motivatievraag: preparatiefase (klaar voor gedragsverandering)
- Actie:

Feliciteer de respondent met deze beslissing, gerichte doorverwijzing naar een rookstopcursus via het werk (indien mogelijk) of een rookstopconsulent

→ www.vlaanderenstoptmetroken.be (lokaal aanbod)

→ www.tabakstop.be/rokers/hoe-stoppen-met-roken (methodes)

Contactgegevens

- Jasmine Mommen
Onderzoeksgroep Gezondheidspromotie
Universiteit Gent
Jasmine.Mommen@UGent.be
- Kirsten O
Suïcidepreventiewerker
CGG PassAnt vzw
kirsten.o@passant.be