

DRAAIBOEK ZELFMOORDPREVENTIE BIJ JONGEREN VOOR SCHOLEN

Elke school kan geconfronteerd worden met een leerling die zelfmoordgedachten heeft, een poging onderneemt of sterft door zelfdoding. Daarnaast heeft een school dagelijks te maken met jongeren die een verhoogd suïciderisico hebben.

Het is dan ook belangrijk dat er een degelijk preventiebeleid wordt opgesteld. Hoe bereid je je school voor op een dreigende crisis of een effectieve zelfdoding van een leerling? Hoe kan ervoor gezorgd worden dat risicoleerlingen gedetecteerd worden en de zorg krijgen die ze nodig hebben?

Naast de belangrijke elementen van algemene preventie waar een goed klimaat van de school centraal staat, is een degelijk draaiboek zelfmoordpreventie een belangrijke preventieve maatregel om volgende redenen:

- het voorkomt paniekgevoelens op momenten van crisis, omdat er van tevoren een goed plan is opgesteld;
- het voorkomt - in paniek genomen - verkeerde beslissingen omdat er op voorhand in alle rust over nagedacht is;
- het kan voorkomen dat een leerling een poging doet, door signaalherkenning, risico-inschatting en tijdige interventie;
- het voorkomt ernstige emotionele schade bij de suïcidale leerling omdat de juiste zorg kan aangeboden worden;
- het voorkomt emotionele crises bij medeleerlingen doordat deze opgevangen en begeleid worden.

Dit artikel gaat vooral over de praktische uitwerking van een draaiboek zelfmoordpreventie in de school.

Een leerlingbegeleider¹ uit een secundaire school vertelt:

“Een aantal jaren geleden volgde ik een driedaagse vorming: zelfmoordpreventie bij jongeren. Daar werd een namiddag uitgetrokken voor het opstellen van een draaiboek in de school rond zelfmoordpreventie. Zo is bij mij het idee gegroeid om dit uit te werken in onze school. Als leerlingbegeleider word ik regelmatig geconfronteerd met suïcidaal gedrag bij leerlingen en voelde ik de nood aan een draaiboek dat door heel de school gedragen wordt.

We hebben een projectmedewerker van het project zelfmoordpreventie van het centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg gevraagd om ons de nodige informatie te geven en ons op weg te helpen. Samen bekeken we welke stappen we moesten ondernemen.

Een eerste belangrijke stap was het sensibiliseren en motiveren van de directie. Ik maakte een bundeltje met redenen waarom het belangrijk is om een draaiboek te hebben in een school en ook cijfergegevens met hoe vaak we geconfronteerd werden met deze problematiek.”

Een draaiboek zelfmoordpreventie bestaat uit vier luiken:

1. Vroegdetectie
2. Bij acute dreiging
3. Na een zelfmoordpoging
4. Na een zelfdoding.

De opdracht van de school bestaat erin om voor elk luik zeer concreet te bekijken en af te spreken hoe ze te werk gaat in dergelijke situaties. Hoe kunnen we het organiseren dat signalen opgevangen worden en dat er een juiste reactie op komt? Wat als een leerling acuut suïcidaal is? Hoe vangen we medeleerlingen/leerkrachten op als een leerling overlijdt door zelfdoding?

Er wordt hier gesproken van een “draaiboek Zelfmoordpreventie”, maar luik 1 en 2 kunnen zeker ook voor andere problematieken gebruikt worden. In dit artikel worden ze specifiek voor zelfmoordgedrag uitgewerkt.

Om een draaiboek op te stellen is het belangrijk dat er een werkgroep wordt samengesteld waar minimaal volgende functies aanwezig zijn: directie, leerlingbegeleiding, CLB-medewerker. Deze werkgroep kan het draaiboek uitwerken, specifiek voor de situatie van hun school. In een latere fase moet dit bekend gemaakt worden aan het hele lerarenkorps.

Het opstellen van een draaiboek is een heel proces:

“Het opstellen van een draaiboek heeft echt tijd nodig. Het is meer dan gewoon een bundeltje maken met daarin wat er dient te gebeuren bij zelfmoordgedrag van een jongere. Het is echt belangrijk dat het door heel de school en zeker de directie gedragen wordt. Mensen sensibiliseren, motiveren, overtuigen van het nut en de noodzaak van zo'n draaiboek vraagt tijd. Een vraag die vaak gesteld wordt is: gaan ouders niet bang worden als ze horen dat er in onze school zo'n draaiboek is? Moeten we echt aan dit onderwerp zoveel aandacht geven? Laten we het niet beter zoals het is? Eens onze directie goed geïnformeerd was en meermaals aangesproken, werd ze zich ook bewust van het nut van zo'n draaiboek.”

Vroegdetectie

Een eerste belangrijke stap in zelfmoordpreventie is een algemene waakzaamheid voor signalen die erop kunnen wijzen dat het niet goed gaat met een jongere (dus breder dan zelfmoordproblematiek alleen). Leerkrachten moeten deze signalen kennen, herkennen en weten hoe ze ermee om moeten gaan. Dit eerste luik is de basis voor de andere luiken.

Jongeren stappen niet zo gauw op eigen initiatief naar de hulpverlening. Des te belangrijker dus dat de school jongeren met problemen kan detecteren en ervoor kan zorgen dat jongeren de hulp krijgen die ze nodig hebben.

“We gingen samenzitten met een aantal leerlingbegeleiders, de directie, de projectmedewerker zelfmoordpreventie CGG en het CLB werd ook van in het begin erbij betrokken.

We hebben eerst lang gesproken over suïcidaal gedrag bij jongeren, hoe we daar mee om konden gaan en ook wat dit met onszelf deed als we ermee geconfronteerd werden. Daarna begonnen we met de concrete uitwerking van een stappenplan.

Het eerste luik van het draaiboek, vroegdetectie, heeft het meeste tijd in beslag genomen. We stelden ons de vraag wat leerkrachten moesten weten en doen. We waren van mening dat we deze signalen moesten herkennen en dan doorverwijzen naar de leerlingbegeleiding. We werkten een signalenlijst uit. Een lijst met signalen die er allemaal op kunnen wijzen dat het niet goed gaat met een jongere. In onze school speelt de klassenleerkracht een zeer belangrijke rol. Hij/zij verzamelt de signalen van de collega's en noteert ze op de meldingsfiche. Zo gaat er niets van informatie verloren. Soms wordt er ook een klassenraad georganiseerd om de juiste gegevens weer te geven. Op deze meldingsfiche wordt ook gevraagd welke stappen er reeds gezet zijn en welke zorgen de leerkrachten hebben. Vervolgens komt de meldingsfiche bij de leerlingbegeleiding en/of pedagogisch directeur terecht.

De leerlingbegeleiding verbindt zich ertoe om binnen de week een gevolg hieraan te geven. Als er een melding binnenkomt van signalen die in verband staan met suïcidaal gedrag, wordt dit sneller opgevolgd.

Leerkrachten worden gevoeliger gemaakt voor signalen van jongeren op deze manier. De vorming van leerkrachten is de afgelopen jaren sterk gericht op het observeren van signalen. Daarnaast werd er tijdens personeelsvergaderingen uitleg gegeven over de werking van de meldingsfiche, de taak van de leerkracht daarin en wat ze van de leerlingbegeleiding kunnen verwachten.

Leerkrachten ervaren meer en meer het nut ervan. Ze worden betrokken in de opvolging en merken dat de op gang gebrachte hulp inderdaad zinvol is en goede resultaten oplevert.”

Deze vroegdetectie veronderstelt een goede samenwerking tussen leerkrachten, leerlingbegeleiders, CLB, schoolarts, directie en duidelijke afspraken over de taak van elke partner.

Belangrijke vragen om een duidelijke manier van werken te installeren in de school:

- **Op welke manier zorgen we ervoor dat leerkrachten weten welke signalen jongeren kunnen geven?**
- **Wat als leerkrachten deze signalen oppikken, wat moeten ze er dan mee doen?**
- **Wie is het centrale meldpunt en welke stappen worden ondernomen?**

Eens de werkgroep een manier van werken heeft uitgestippeld is het belangrijk dat leerkrachten een basisvorming krijgen over signaalherkenning en dat ze leren adequaat door te verwijzen. Ook moeten leerkrachten duidelijk geïnformeerd worden over de functie van het draaiboek en hun belangrijke positie en taak daarin.

Bij acute dreiging

Het is altijd een emotionele schok te horen dat iemand een eind aan zijn/haar leven wil maken. Het is begrijpelijk dat men daarop soms geschokt, misschien wel veroordelend of zelfs ontkennend reageert. In een eerste reactie zegt men vaak: “Zo erg zal het toch allemaal wel niet zijn, het zal zo'n vaart wel niet lopen...”. Door te ontkennen of te minimaliseren bestaat de kans dat de suïcidale jongere, die vaak al denkt dat niets of niemand hem nog kan helpen, in een nog groter isolement geraakt. Het gebeurt ook dikwijls dat de suïcidale jongere geheimhouding vraagt wat het in gang trekken van een goede hulpverlening kan bemmeren. Soms worden er te snel stappen ondernomen, omdat men vanuit paniekgevoelens reageert. Hoe kan je dan als leerkracht het best reageren? Wie, wanneer en hoe moet je iemand betrekken? Een draaiboek waarin al de te nemen stappen zijn uitgeschreven kan een belangrijke houvast zijn in zo'n situatie.

Voor het opstellen van een draaiboek is het belangrijk dat volgende stappen genomen worden:

- **Bepaal aan wie het signaal gemeld moet worden, wie is m.a.w. de interne meldpost.**
- **Bepaal wie de coördinatie op zich neemt en beslist welke stappen er genomen dienen te worden.**
- **Bepaal wie de leerling zal uitnodigen voor een gesprek. Deze persoon moet opgeleid zijn om een gedegen risico-inschatting te doen.**
- **Bepaal wie er in acute situaties bij de leerling blijft. Een van de belangrijkste stelregels is dat de leerling bij een acute suïcidale crisis nooit alleen mag gelaten worden en dat eventuele middelen, waarmee suïcide gepleegd kan worden, verwijderd moeten worden.**
- **Maak concrete afspraken met externe hulpverleners zodat duidelijk is waarvoor je op wie beroep kan doen. Maak een lijst met contactpersonen en waar ze te bereiken zijn.**
- **Bepaal wie verantwoordelijk is voor contact met externe hulpverleners.**
- **Bepaal wie contact neemt met de ouders om hen in te lichten over de ernst van de situatie en om de noodzaak van het inschakelen van de hulpverlening toe te lichten.**
- **Bepaal wie de leerling eventueel overdraagt aan een externe hulpverlener.**
- **Bepaal wie de verwijzing verder opvolgt en afspraken maakt over de nazorg. Deze nazorg is er voor de leerling zelf (opvang als deze weer op school komt, in geval van opname), maar ook voor leerlingen die van het gebeurde op de hoogte zijn.**
- **Maak een lijst van alle genoemde personen en instanties (namen, adressen, telefoonnummers van het werk, een privénummer).**

Elke leerkracht die geconfronteerd wordt met zelfmoordproblematiek bij een leerling, zou dit moeten melden aan de directie en/of de leerlingbegeleiding. Het is belangrijk dat leerkrachten geen geheimhouding beloven en dus niet alleen met de leerling op weg gaan. Een leerkracht kan een zeer belangrijke steunfiguur zijn, maar de zorg moet gedragen worden door meer mensen. Samen met de leerlingbegeleiding en het CLB kan bekeken worden welke bijkomende hulp aangeboden wordt en welke ondersteuning nodig is voor de leerkracht.

“Wat doet een leerkracht als hij geconfronteerd wordt met een leerling met suïcidale gedachten?”

We hebben samen met de directie, het CLB en de projectmedewerker zelfmoordpreventie CGG alle stappen doorlopen en bepaald wie die verschillende taken op zich neemt. Het is zeer belangrijk om een heel duidelijk draaiboek te maken, en bij elke mogelijke taak een naam te zetten! Op die manier wordt het draaiboek zeer concreet en gedragen door verschillende personen.

We hebben op school een leerlingbegeleiding eerste lijn en tweede lijn. De mensen van de eerste lijn staan in voor de praktische zaken, toezichten, eerste opvang, EHBO en situaties met leerlingen en leerkrachten die een aantal korte interventies vragen.

De tweede lijn zijn mensen met een sociaalpedagogisch diploma die instaan voor het maken van handelingsplannen voor leerlingen met een problematiek, het coachen van de leerkrachten, oudercontacten en doorverwijzingen. De groep van de leerlingbegeleiders staat onder supervisie van de coördinator. De eindverantwoordelijkheid ligt bij de pedagogisch directeur.

De leerlingbegeleiding, tweede lijn, heeft ondertussen de driedaagse vorming “zelfmoordpreventie bij jongeren” gevolgd.

Ons draaiboek voor luik twee ziet er als volgt uit:

- 1. Een leerkracht die geconfronteerd wordt met een leerling met suïcidale gedachten moet dit melden aan de directie of coördinator van de leerlingbegeleiding.*
- 2. Deze laatste of een collega tweede lijn neemt de coördinatie waar.*
- 3. Ze verzamelt gegevens om het CLB, de leerlingbegeleiding of de leerkrachten opdracht te geven om tot de volgende stappen over te gaan. Het is de afspraak dat gegevens steeds terug bij directie en/of coördinator terugkomen.*
- 4. De leerlingbegeleiding, tweede lijn, is verantwoordelijk voor een gesprek met de leerling om de zelfmoordgedachten bespreekbaar te maken, risico en nood aan beveiliging in te schatten. We hebben ook aandacht voor besmettingsgevaar en doen een bevraging naar wie nog op de hoogte is van mogelijke gedachten en/of plannen.*
- 5. Als de situatie zeer acuut is, blijft iemand van de leerlingbegeleiding eerste lijn bij de leerling.*
- 6. De directie neemt het op zich om de ouders te contacteren om deze op de hoogte te brengen. De afspraak in onze school is dat ouders altijd gecontacteerd worden, zowel bij minder- als bij meerderjarigen.*

- 7. De leerlingbegeleiding, tweede lijn, is verantwoordelijk voor het inschakelen van externe hulpverleners (CLB, CGG). We hebben afspraken met deze externe diensten over de samenwerking. Het CGG verbindt er zich toe om binnen de 5 werkdagen een jongere die we aanmelden met deze problematiek te zien. Het CLB kan meteen een afspraak maken.*
- 8. De nazorg situeert zich op verschillende terreinen:*
 - a. De leerlingbegeleiding, tweede lijn, is verantwoordelijk voor overleg met de ouders over verdere aanpak.*
 - b. Ze zijn ook verantwoordelijk voor de verdere hulp aan de betrokken leerling en eventuele voorbereiding van de terugkeer naar school.*
 - c. Als er nood is aan opvang van de klas, neemt het CLB dit op zich.*
 - d. Leerkrachten kunnen terecht bij de leerlingbegeleiding en het CLB.*
 - e. Andere leerlingen kunnen terecht bij het CLB.*

Na een zelfmoordpoging

De grootste risicogroep voor zelfmoord wordt gevormd door jongeren die al eens eerder een poging hebben ondernomen. In dit opzicht is het belangrijk dat deze jongeren goed opgevangen en opgevolgd worden.

Als je als leerkracht, directie te horen krijgt dat een leerling een zelfmoordpoging gedaan heeft, roept dit altijd heel wat gevoelens op. Mensen zijn vaak geschokt en de ernst van het letsel bepaalt vaak de emotionele reacties van leerkrachten, medeleerlingen. Als in dergelijke situatie een draaiboek klaarligt, waar op voorhand in alle rust is over nagedacht, is dit een hele steun op een moment waar gevoelens vaak de bovenhand hebben.

Wanneer niemand van de medeleerlingen op de hoogte is van de poging en de betrokkenen wensen dit ook niet, is het best de andere leerlingen niet in te lichten. Meestal is er echter wel iemand op de hoogte en gaat zo'n nieuws snel rond.

Dan is het nodig hierover met de medeleerlingen te praten. De vraag is dan niet: er wel of niet over praten, maar erover spreken met of zonder begeleiding. Deze activiteit moet zo snel mogelijk plaats vinden, voorbereid en geleid worden door leerlingbegeleiders van de school. Bekijk dan met de ouders welke informatie wel en welke niet gebruikt mag worden. Welk standpunt de ouders daarin ook nemen, de school heeft de verantwoordelijkheid om de andere leerlingen zo goed mogelijk op te vangen. Een gesprek met leerlingen heeft tot doel uitbreiding van suïcidaal gedrag te voorkomen en de terugkeer van de betrokken leerling voor te bereiden.

Door de juiste opvang en gepaste aandacht, kunnen problemen voorkomen en tijdig herkend worden.

Gesprekken voeren met leerlingen over emotioneel beladen onderwerpen als doodgaan en suïcidaal gedrag moet verantwoord gebeuren. Het zou een goede zaak zijn als scholen hiervoor bepaalde leerkrachten de gelegenheid zouden geven zich hierin te bekwaamen door middel van bijscholing.

Na de eerste opvang moet men alert blijven voor eventuele problemen bij leerlingen (waar het eerste luik weer zeer belangrijk is); bij de betrokken leerling, maar ook bij vrienden, klasgenoten.. Het is niet denkbeeldig dat leerlingen met emotionele problemen bang zijn om zelf ook zo ver te geraken dat ze een poging doen. Ze vergelijken zich: "Als hij dat doet, mijn problemen zijn erger, waarom zou ik dat dan niet doen?" De school heeft de opdracht de terugkomst van de leerling na een zelfmoordpoging goed voor te bereiden. Het is belangrijk dat de school met de leerling, ouders, mogelijke externe hulpverleners en medeleerlingen overlegt hoe dit zo goed mogelijk kan gebeuren. Zo kan men voorkomen dat de leerling in een geïsoleerde positie geraakt, doordat medeleerlingen niet goed weten hoe met hem om te gaan, en daardoor nog extra belast wordt. Geconfronteerd worden met suicidaliteit van medeleerlingen maakt jonge mensen erg bang en onzeker. Hoe moet ik omgaan met die leerling? Wat kan ik zeggen? Overleg met de ouders en de leerling zelf is noodzakelijk. Het is belangrijk om te weten of nazorg al op gang is gebracht. Wanneer het nog moet geregeld worden, gebeurt dit best in samspraak met het CLB. Het is de bedoeling dat de leerling zich begrepen en gesteund voelt en zo "normaal" mogelijk zijn studies kan verder zetten. Wanneer het functioneren op school mede aan de oorsprong van de poging lag, dringt de aanpak van deze problemen zich op: pesten, te grote studiedruk, problemen met leerkrachten of medeleerlingen.

De volgende taken en verantwoordelijkheden moeten in een draaiboek geregeld zijn:

Indien de poging op school plaatsvindt:

- **Bepaal wie de interne meldpost is en wie de te nemen stappen coördineert.**
- **Wie staat in voor de EHBO?**
- **Wie blijft er bij de leerling?**
- **Wie zorgt voor medische hulp?**
- **Wie neemt contact met de huisarts?**
- **Wie is verantwoordelijk voor opvang van medeleerlingen en leerkrachten?**
- **Maak een mogelijk scenario van een gesprek met de klas, wat daarbij wel en niet kan verteld worden.**
- **Wie is verantwoordelijk voor de verdere begeleiding van de betreffende leerling (verdere opvolging, contact externe hulpverleners, voorbereiding terugkeer naar school)?**

Indien de poging niet op school plaatsvindt, maar men via de betrokkene, de ouders, of anderen op de hoogte wordt gebracht:

- **Wie communiceert met de betrokkene, ouders?**
- **Wie bereidt terugkomst naar school voor?**
- **Wie zorgt voor emotionele opvang van de leerlingen (groepsopvang en voorkomen dat suïcidaal gedrag zich uitbreidt)?**
- **Wie neemt contact op (mits toestemming) met een externe hulpverlener?**
- **Wie is verantwoordelijk voor de verdere begeleiding van de betreffende leerling (verdere opvolging, contact externe hulpverleners, voorbereiding terugkeer naar school)?**

"In het derde luik beschrijven we wat we doen als we te maken krijgen met een zelfmoordpoging. Hier maken we een onderscheid tussen een poging die plaatsvindt binnen de school en een die plaatsvindt buiten de school.

We gaan concreter in op een poging binnen de school:

- *De interne meldpost is de directie en de coördinator leerlingbegeleiding (of collega tweede lijn)*
- *De directie neemt de coördinatie op zich. Daar worden de gegevens verzameld om het CLB, de leerlingbegeleiding opdracht te geven om tot de volgende stappen over te gaan.*
- *De leerlingbegeleiding, tweede lijn, blijft bij de leerling.*
- *We hebben ook bepaald dat de technisch adviseurs verantwoordelijk zijn voor de evacuatie van de leerlingen van de plaats waar de poging zich heeft voorgedaan. Als de poging op de speelplaats plaatsvindt, gebeurt de evacuatie via de geluidsinstallatie door de directie.*
- *De leerlingbegeleiding, tweede lijn, is verantwoordelijk voor het verwittigen van externe diensten. We kunnen in dergelijke situatie beroep doen op een huisartsenpraktijk in de buurt (voor medische verzorging) en/of de brandweer (die materiële en logistieke ondersteuning biedt). Er staat ook duidelijk in het draaiboek vermeld wat de naam en het telefoonnummer is en welke afspraken gemaakt zijn met deze instanties.*
- *De leerlingbegeleiding vangt de externe diensten op in de school, met een korte briefing van de situatie.*
- *De directie stelt de ouders op de hoogte, eventueel wordt de huisarts van het gezin gecontacteerd zodat deze, als vertrouwenspersoon, in overleg kan gaan met de ouders.*
- *Eventuele broers/zussen worden ingelicht en opgevangen door de leerlingbegeleiding eerste lijn. Leerkrachten en andere leerlingen worden ingelicht en opgevangen door de leerlingbegeleiding tweede lijn. De klas van de betreffende leerling wordt opgevangen door het CLB en de klassenleerkracht. Hier houden we weer rekening met besmettingsgevaar.*
- *We hebben een aantal richtlijnen opgesteld van wat een gesprek met de klas kan inhouden en aandachtspunten daarbij.*
- *Ook een aantal leerkrachten die instaan voor de opvang worden vermeld in het draaiboek.*
- *Na de acute fase is het nodig om te bekijken welke hulp de jongere nodig heeft. De leerlingbegeleiding tweede lijn bekijkt dit en voorziet ook verdere nazorg. Indien nodig wordt contact opgenomen met CLB, CGG.*

Na een zelfdoding

Sommige scholen hebben reeds een draaiboek uitgewerkt over hoe te handelen bij sterfte van een leerling/leerkracht. Dit kan zeker gevolgd worden als de doodsoorzaak zelfdoding is, mits een aantal aandachtspunten. Een leerling verliezen door zelfdoding is één van de meest aangrijpende gebeurtenissen die zich in een school kunnen voordoen en allerlei vragen duiken op (meer dan bij een andere doodsoorzaak): "Waarom? Heeft iemand dit zien aankomen? Wat hadden we kunnen doen om dit te voorkomen? Hoe gaan

medeleerlingen reageren, hoe kunnen we ze best opvangen?”

Veel aandachtspunten bij luik 3, na een zelfmoordpoging, gelden hier ook, alleen zal de impact van het gebeuren nog groter zijn.

Na een zelfdoding van een leerling in een school, ziet men vaak meer zelfmoordgedachten en/of -gedrag bij de medeleerlingen. Het is dan ook zeer belangrijk dat medeleerlingen opgevangen worden, dat ze juiste informatie krijgen en weten waar ze zelf terecht kunnen met eventuele problemen.

In betrekkelijk korte tijd moeten veel initiatieven genomen worden voor het schoolpersoneel, de medeleerlingen en de familie van de overleden leerling. Het grote voordeel van het draaiboek is dat de praktische beslissingen al tevoren zijn overdacht en er ruimte ontstaat om aandacht te schenken aan de meer emotionele aspecten van opvang en zorg voor nabestaanden, vrienden en klasgenoten en - op langere termijn - de nazorg en preventie.

De volgende punten moeten uitgewerkt worden:

- **De feiten: hoe komt het bericht binnen, wat is er gebeurd, wie is op de hoogte, wie neemt contact op met de ouders?**
- **Hoe, wat, aan wie communiceren in de school?**
- **Opvang regelen voor personeel, medeleerlingen, broers, zussen, vrienden én vijanden op school.**
- **Nagaan of iemand van de plannen op de hoogte was en deze personen opvangen.**
- **Mogelijke risicojongeren in kaart brengen.**
- **Extra alertheid voor signalen van medeleerlingen de komende maanden (luik 1).**

In dit draaiboek spelen de ouders een belangrijke rol. Met hen wordt besproken wat de school kan doen. Voor de opvang van de leerlingen geldt dat openheid noodzakelijk is en er een mogelijkheid is om in groep en/of individueel te spreken over het gebeuren. Elementen over de opvang na een poging gelden ook in deze situatie. Jongeren blijven dus best op school maar krijgen in groep en individueel (meermaals) de kans om het verlies te verwerken. De groeps gesprekken vallen best onder de begeleiding van vertrouwensleerkrachten die gecoacht werden door hulpverleners. De CLB- medewerkers zijn betrokken in de opvang, wat de drempel naar individuele hulpverlening verlaagt. Verder moet het duidelijk zijn in de school welke externe hulpverleners zij zullen aanspreken. Afspraken over samenwerking en doorverwijzing worden op voorhand met deze hulpverleners doorgesproken.

Iedereen rouwt op zijn manier en moet daar ook de ruimte voor krijgen. Samen met jongeren rouwrituelen uitwerken kan helpen om het verlies te verwerken. Tijdens de gesprekken probeert men best te vermijden de overledene te verheerlijken. De leerkracht maakt duidelijk dat zelfdoding voortkomt uit lijden en op zich ook weer heel veel lijden veroorzaakt.

Ook op langere termijn moet men alert blijven voor signalen van psychische problemen (suïcidale en andere) en hulp aanbieden. De verjaardag van de leerling of de verjaring van het overlijden zijn momenten die extra aandacht verdienen (ook op langere termijn).

Astrid ALDERS

Zelfmoordpreventie CGG/LITP Hasselt
CGG PassAnt Leuven
litp.zelfmoordpreventievlaanderen.be of
a.alders@cgglitp.be

Meer informatie?

Vanuit het Project Zelfmoordpreventie van de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg worden geregeld vormingen opgezet en scholen ondersteund in de opmaak van een suïcidepreventiedraaiboek. Uit deze ervaringen blijkt dat scholen de behoefte hebben om duidelijke afspraken te maken met betrekking tot het omgaan met deze problematiek. Een concreet voorbeeld kan vaak helpen om het eigen draaiboek, specifiek voor de situatie van de school, gestalte te geven.

Voor meer informatie kan u contact opnemen met info@zelfmoordpreventievlaanderen.be

Website: www.zelfmoordpreventievlaanderen.be

LITERATUUR

- Andriessen, K. (1998). Omgaan met suïcidaal gedrag van leerlingen. In J. Baert (Red.), Handboek Leerlingenbegeleiding (pp. 69-88, 191-192), Diegem: Kluwer.
- Hawton, K. & Van Heeringen, K. (2000). International Handbook of Suicide and Attempted Suicide.
- Plass, A. & Mulder A. (1993). Suïcide bij jongeren. Bohn Stafleu Van Loghum.
- Vanhove R. (2003). Preventie in de praktijk. Suïcidepreventie op school: draaiboek. In Polslag nr. 39.

NOTEN

- ¹ Het artikel kwam tot stand in samenwerking met Riet Berben, leerlingbegeleider T.I. St. Jansberg, Maaseik.