



Draaiboek suïcidepreventie voor secundaire scholen

Dit is gebaseerd op de bundel 'Leidraad draaiboek suïcidepreventie voor secundaire scholen' opgemaakt door de suïcidepreventiewerking van de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg, in samenwerking met het Vlaams Actieplan Suïcidepreventie. Deze leidraad is een nuttig instrument om te gebruiken samen met dit draaiboek. Dit is te vinden op www.vlasp.be.

Waarom een draaiboek ter preventie van zelfdoding?

Er zijn regelmatig jongeren die gevoelens hebben van er niet meer te willen zijn, ze zijn bezig met suïcidale ideatie. Dit kan gaan over zelfmoordgedachten, concrete plannen, een poging ondernemen tot het sterven aan zelfdoding. Het probleem is reëel en komt vaak voor in de Vlaamse scholen. Elke school wordt geconfronteerd met jongeren die een verhoogd risico lopen tot het ondernemen van een poging tot zelfdoding. Het is van groot belang dat scholen hiermee weten om te gaan.

1. Voorkomen van paniekgevoelens, omdat er vooraf een plan is opgesteld

Indien er zich op school een suïcideproblematiek voordoet, is het heel menselijk en begrijpelijk dat men in paniek raakt: men is er immers niet op voorbereid. Het is logisch dat men in eerste instantie bang is om het verkeerd aan te pakken. Angst is echter een slechte raadgever. Beter is om vooraf in alle rust een goed plan op te stellen, waarin aan zowel de emotionele als de praktische aspecten aandacht wordt geschonken. De wetenschap dat er een dergelijk plan klaar ligt, is onmiskenbaar een goed middel om de paniek in te dammen.

2. Voorkomen van in paniek genomen verkeerde beslissingen

In een crisissituatie ontstaat soms de (verkeerde) gedachte dat het maar beter is om niets te doen en de ontwikkelingen af te wachten. Hierachter gaan vaak bewuste of onbewuste vooroordelen schuil, zoals "iemand die suïcide wilt plegen, is daar toch niet van af te brengen" en "je kunt er maar beter over zwijgen, anders breng je anderen misschien op een idee". Indien er wél wordt gehandeld, gebeurt dit vaak verkeerd, b.v. als na een suïcide(poging) besloten wordt de school te sluiten omdat er in zo'n emotionele sfeer die dag van lesgeven toch niets meer terecht komt. Een dergelijke beslissing leidt ertoe dat leerlingen die emotioneel erg aangeslagen kunnen zijn, die dag niet worden opgevangen en in een (suïcidale) crisis terecht kunnen komen.

3. Voorkomen dat een leerling een poging doet, door signaalherkenning, risico-inschatting en tijdige interventie.

Indien men onverwacht wordt geconfronteerd met een suïcidale leerling, is de kans groot dat men in paniek reageert vanuit eigen — vaak onbewuste — vooroordelen ten aanzien van suïcidaliteit of vanuit bestaande, onjuiste opvattingen, “mythen” (Diekstra, 1981). Zo kan men de opvatting hebben dat iemand die suïcidaal is uiteindelijk toch niet te helpen is, of dat iemand die zegt er een eind aan te zullen maken, dat toch niet zal doen. Door zo te reageren is de kans groot dat de suïcidale leerling in een nog groter isolement komt en daardoor een stap dichterbij staat bij een werkelijke suïcidepoging of suïcide. Ook is het een begrijpelijke — maar niettemin onjuiste — reactie om inderhaast een deskundige binnen of buiten de school te gaan zoeken en daardoor de leerling alleen te laten. Een draaiboek moet dus richtlijnen geven rond hoe men dient te handelen bij een onverwachte confrontatie met suïcidaal gedrag.

4. Voorkomen dat de leerling ten gevolge van een poging een blijvend lichamelijk letsel heeft of zelfs overlijdt.

Indien de situatie zich voordoet dat een leerling op school een poging tot zelfdoding onderneemt, is het goed dat iemand het hoofd koel houdt en de juiste EHBO-maatregelen kan nemen. Een draaiboek voor dergelijke situaties moet vermelden welke functionarissen op school over een geldig EHBO-diploma beschikken.

5. Voorkomen van ernstige emotionele schade bij de suïcidale leerling als de juiste zorg kan aangeboden worden.

Als de kritieke fase voorbij is, komt er een moment dat de leerling deskundige hulp dient te krijgen. Zeker als de oorzaak van (een deel van) de problemen op school te vinden is, kan de school vaak actief bijdragen tot het bepalen van de inhoud van de hulp. Maar ook als de oorzaak van de problemen geheel buiten de school ligt, is er voor de school een taak weggelegd. De leerling zal vroeg of laat weer op school terugkomen. Het is wenselijk dat de school met de betrokken leerling, de ouders en de hulpverleners overlegt hoe de terugkeer van de leerling op school zo goed mogelijk kan verlopen. Hiermee kan worden voorkomen dat de leerling in een geïsoleerde positie en daardoor opnieuw in ernstige emotionele problemen verzeild raakt.

6. Voorkomen van een emotionele crisis (en eventueel navolging van het suïcidaal gedrag) bij de medeleerlingen, door opvang en begeleiding te voorzien.

Indien in de bovengeschetste situatie besloten wordt om af te wachten en de zaak toe te dekken, kan dat ertoe leiden dat andere leerlingen (die ook met existentiële vragen zitten) ongewenste conclusies trekken, zoals “een suïcide(poging) is nog de enige weg om je problemen op te lossen”. De verantwoordelijke opvoeders wijzen immers niet op andere methoden. Een gevolg daarvan kan zijn dat suïcidaliteit bij een aantal andere jongeren toeneemt en dat er meer pogingen of zelfs daadwerkelijke suïcides gaan plaatshebben (Nieboer, 1985).

De niet uitgesproken gedachte dat erover praten andere leerlingen misschien aangemoedigd worden tot een suïcidepoging, gaat niet op: er wordt tóch over gesproken, men kan een suïcide(poging) nu eenmaal niet doodzwijgen. Daarom is het niet de keuze om er niet of wel over te praten, maar wel er zonder of met begeleiding — dus verantwoord! — over te praten. De organisatie van deze begeleiding dient in het draaiboek geregeld te zijn, inclusief de afspraken hierover met hulpverlenende instanties.

7. Samenwerken met andere instanties

Een school die kiest voor een draaiboek, kan in dit draaiboek de samenhang met het schoolbeleid ten aanzien van sociaal-emotionele aspecten verwerken en daardoor aangeven waarom bepaalde keuzes zijn gemaakt. Zo kan handelen in crisissituaties gestoeld zijn op beproefde vormen van samenwerking (zowel met interne als met externe instanties en personen). Dat dit door de betere samenhang en samenwerkingsstructuur kans biedt op een betere hulpverlening hoeft geen betoog. Bovendien wordt door een planmatig beschreven organisatie in een dergelijk draaiboek de preventieve werking ervan goed duidelijk: afspraken rond wie voor welke taken verantwoordelijk is (bv opvang van leerlingen die door het gebeurde erg aangeslagen zijn), kunnen escalatie van suïcidaal gedrag of andere emotionele problemen bij andere leerlingen voorkomen.

8. Voorlichten van de ouders.

Hoe staan ouders tegenover een school waar aandacht wordt besteed aan suïcidaal gedrag? De vrees bestaat dat de school voor veel ouders hierdoor een negatief imago zou krijgen. (“Er zullen op die school wel veel problemen zijn als er zoveel suïcidale leerlingen zijn.”). De school die deze zaken planmatig aanpakt verdient vertrouwen. Een belangrijke voorwaarde is dat ouders betrokken worden. Voorlichting over het waarom van bepaalde keuzes en over de samenhang tussen het draaiboek voor suïcidale crises en het schoolwerkplan aangaande leerlingbegeleiding zal het draagvlak voor een planmatige aanpak van suïcidepreventie vergroten. Een school die ook aandacht besteedt aan emotionele opvoeding en psychohygiëne, zal bij de meeste ouders ongetwijfeld een zeer positief imago krijgen (Nieboer, 1985).

Een draaiboek ter preventie van zelfdoding 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 in dergelijke situaties te werk wordt gegaan. Hoe kunnen we het organiseren dat signalen opgevangen worden en daar een juiste reactie op volgt? Wat als een leerling acuut suïcidaal is? Hoe vangen we medeleerlingen/leerkrachten op als een leerling overlijdt door zelfdoding?

Elk luik bevat telkens:

- Afspraken i.v.m. de coördinatie en de communicatielijnen.

Wie neemt contact op met wie?

Welke personen worden betrokken intern en extern?

Wie is verantwoordelijk en coördineert al de te nemen stappen?

- Richtlijnen voor het concrete handelen.

Wie doet wat? En voor wie?

Leerlingengroep, individuele leerlingen, leerkrachten, ouders.

- Evaluatie van het draaiboek en overlegmomenten.

Wie doet wat? En voor wie?

Om een draaiboek op te stellen is het belangrijk dat er in de school een werkgroep wordt samengesteld waar minimaal volgende mensen aanwezig zijn: directie, leerlingbegeleiding en CLB. Die werkgroep kan een aangepast draaiboek uitwerken.

Luik 1 Vroegdetectie

“Enkele leerkrachten melden aan de leerlingenbegeleiding hun bezorgdheid omtrent Silke. Men merkt dat ze vaak te laat komt op school, ze erg stil is tijdens de les en erg vermagerd is. Silke lijkt niet meer de vrolijke en sociale leerling van vorig jaar.”

Een eerste stap in zelfmoordpreventie is een algemene waakzaamheid voor signalen die erop kunnen wijzen dat het niet goed gaat met een jongere. Leerkrachten moeten deze signalen kennen, herkennen en weten hoe ze ermee moeten omgaan. 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 zorgen dat ze de hulp krijgen die ze nodig hebben. Deze vroegdetectie veronderstelt een goede samenwerking tussen leerkrachten, leerlingbegeleiders, CLB, CLB-arts, directie en duidelijke afspraken over de taak van elke partner.

Eens een werkgroep een manier van handelen heeft uitgestippeld, is het belangrijk dat leerkrachten een basisvorming krijgen over signaalherkenning en dat ze leren te verwijzen naar de leerlingenbegeleiding of het CLB. Ook moeten leerkrachten duidelijk geïnformeerd worden over de functie van het draaiboek en hun belangrijke positie en taak daarin.

Hieronder kunt u een stappenplan leerlingenbegeleiding vinden van de secundaire school het Lyceum in Ieper, scholengemeenschap OLV Vantuine.

Sociale- en emotionele begeleiding.

Wat en wie?

Socio-emotionele problemen zijn problemen die verband houden met de school of de schoolse context. (Klas)leraren vangen al veel problemen op. Een aantal van die problemen komen – via de klasleraar, ouders,... - terecht bij de leerlingenbegeleiding. Leerlingenbegeleiders hebben individuele contacten met leraren, ouders, leerlingen, ondersteunend personeel en externe hulpverlening. Leerlingenbegeleiders ondersteunen leraren in het begeleiden van leerlingen en doen zelf begeleidingen. Er is een team van leerlingenbegeleiders. De adjunct-directeur coördineert de leerlingenbegeleiding. Dit team wordt versterkt door het CLB. De leerlingenbegeleiders en het CLB komen wekelijks samen voor overleg tijdens het ‘team leerlingenbegeleiding’ of de ‘cel’.

Werking leerlingenbegeleiding

Melding van een probleem

Zowel ouders, leraren, leerlingen als directie kunnen bij de leerlingenbegeleiding melden dat er een probleem is i.v.m. een leerling. Bv. een leerkracht merkt op dat de leerling erg bleek, ongemotiveerd is, lijkt geen interesse meer lijkt te hebben in de activiteiten op school... Men merkt een duidelijke gedragsverandering op.

Observeren, informeren, aanpak

De leerlingenbegeleider observeert de leerling en informeert bij leraren, ouders, ... om zicht te krijgen op het probleem. Op het team leerlingenbegeleiding of de ‘cel’ (= overleg met het CLB) komt die leerling aan bod: het probleem wordt geschetst en de aanpak wordt bepaald.

Communicatie

De klassenleraar wordt ingelicht (minimum: informeren dat er gesprekken zijn) waarbij het belang van de leerling beschermd wordt. De klassenleraar informeert, indien nodig, de andere leraren. Indien noodzakelijk kan een bijkomende klassenraad georganiseerd worden voor een leerling.

Ook de ouders worden op de hoogte gebracht (minimum: informeren dat er gesprekken zijn). In bepaalde situaties kan beslist worden de ouders (eventueel niet of later) in te lichten.

Opvolging

De leerling wordt verder begeleid door de (klas)leraar, de leerlingbegeleider, het CLB of een externe dienst. De leerling wordt verder opgevolgd en komt verder aan bod tijdens het team leerlingenbegeleiding.

Overleg team leerlingenbegeleiding

Het team leerlingenbegeleiding komt wekelijks samen.

Er wordt gewerkt met een agenda

Het overleg heeft een vaste structuur:

- nieuw aangemelde leerlingen
- opvolging leerlingen die de week ervoor op de agenda aangemeld waren
- Strafstudie, sancties, opvolging strafpunten
- Andere agendapunten: verslag van een studiedag, groepsvorming,...

Per leerling wordt het probleem geschetst, informeren de leerlingenbegeleiders elkaar en wordt gezocht naar de beste aanpak. Er worden afspraken gemaakt van wie wat doet.

Er wordt telkens in het digitaal leerlingendossier genoteerd wat relevant is.

Samenwerking met het CLB

Het CLB heeft een belangrijke rol binnen onze leerlingenbegeleiding op school. De CLB-medewerker woont iedere week de vergadering bij.

Voor bepaalde zaken doen we altijd een beroep op het CLB: bv. testing, gezinsproblematieken,... Voor andere problemen komt het CLB slechts tussen als alle schoolse middelen naar begeleiding uitgeput zijn. Het CLB vervult de rol van draaischijffunctie bij verwijzing naar gespecialiseerde diensten zoals DGGZ, CAW,...

Het CLB volgt voor bepaalde leerlingen klassenraden, op vraag van de school of op eigen initiatief, is aanwezig op oudercontacten,...

Problematieken

Leerlingen die zich niet goed voelen, in de knoop zitten met zichzelf, aanpassingsproblemen hebben, leerlingen met ontwikkelings- en leerstoornissen (autisme, ADHD, ADD, dyspraxie, NLD, dyslexie, dyscalculie), pestproblemen, GON-begeleidingen, strafbeleid,... Maar dus ook leerlingen die in een dipje zitten, ongemotiveerd zijn... Men heeft bv. extra oog voor jongeren die zich niet goed voelen, die signalen geven dat het niet goed gaat... Men moet alert zijn voor allerlei signalen.

Signalenlijst suïcidaal gedrag.

Deze lijst werd opgemaakt door de Suïcidepreventiewerking van de CGG.

VERBAAL

Indirect

- “ik zie het niet meer zitten”
- “ ik zou willen dat ik er niet meer was”
- “ik heb er genoeg van”
- “over mij hoef je je binnenkort geen zorgen meer te maken”
- “ik zou willen slapen en nooit meer wakker worden”
- “ik wil er een eind aan maken”

Direct

- “ik wou dat ik dood was”
- “ik denk aan zelfdoding”
- “ik wil zelfmoord plegen”

GEDRAGSMATIG

- Zich isoleren, terugtrekken
- Stiller zijn
- Lusteloosheid, futloosheid
- Sombere stemming
- Slaapstoornissen
- Concentratiestoornissen - vergeetachtigheid
- Plotse huilbuien
- Woede-uitbarstingen - agressieve buien
- Stoornissen in het activiteitsniveau (sterke inactiviteit of juist hyperactiviteit)
- De neiging om vroeger interessante activiteiten te verwaarlozen
- Weglopen – spijbelen
- Opduikende problemen, met belangrijke personen (vrienden, collega's, ...)
- Opvallende verandering en/of verwaarlozing van uiterlijk
- (vermeerderd) alcohol- en/of druggebruik
- Stelen of ander delinquent gedrag
- Interesse in bepaalde boeken, muziek, internetsites, ...
- Neiging om onverantwoorde risico's te nemen, kleine ongelukjes
- Weggeven van persoonlijke spullen
- *Zelfmoordpoging – suïcidaal gedrag*

Specifieke signalen van suïcidaal gedrag bij jongeren

ALGEMEEN

- Uiten hun emoties meer in het gedrag dan in woorden
- Vaak gemaskeerde signalen “smiling depression”
- Mondelinge en/of schriftelijke aanwijzingen (gedicht, opstel, tekening) waaruit blijkt dat men het leven somber inziet en veel bezig is met de dood/zelfdoding
- Informatie van derden (ouders, medeleerlingen, leerkrachten, ...) over mogelijke gedachten aan zelfdoding

GEDRAGSMATIG

- Spijbelen
- Weglopen
- Slechtere schoolprestaties/huiswerk
- Agressief en vervelend gedrag tegenover ouders, medeleerlingen, leerkrachten, ...
- Alcohol- en/of druggebruik
- Slechte concentratie

Vooraf zelfmoordgedachten, -plannen, -voorbereidingen en eerdere poging(en) zijn uitermate belangrijke signalen!

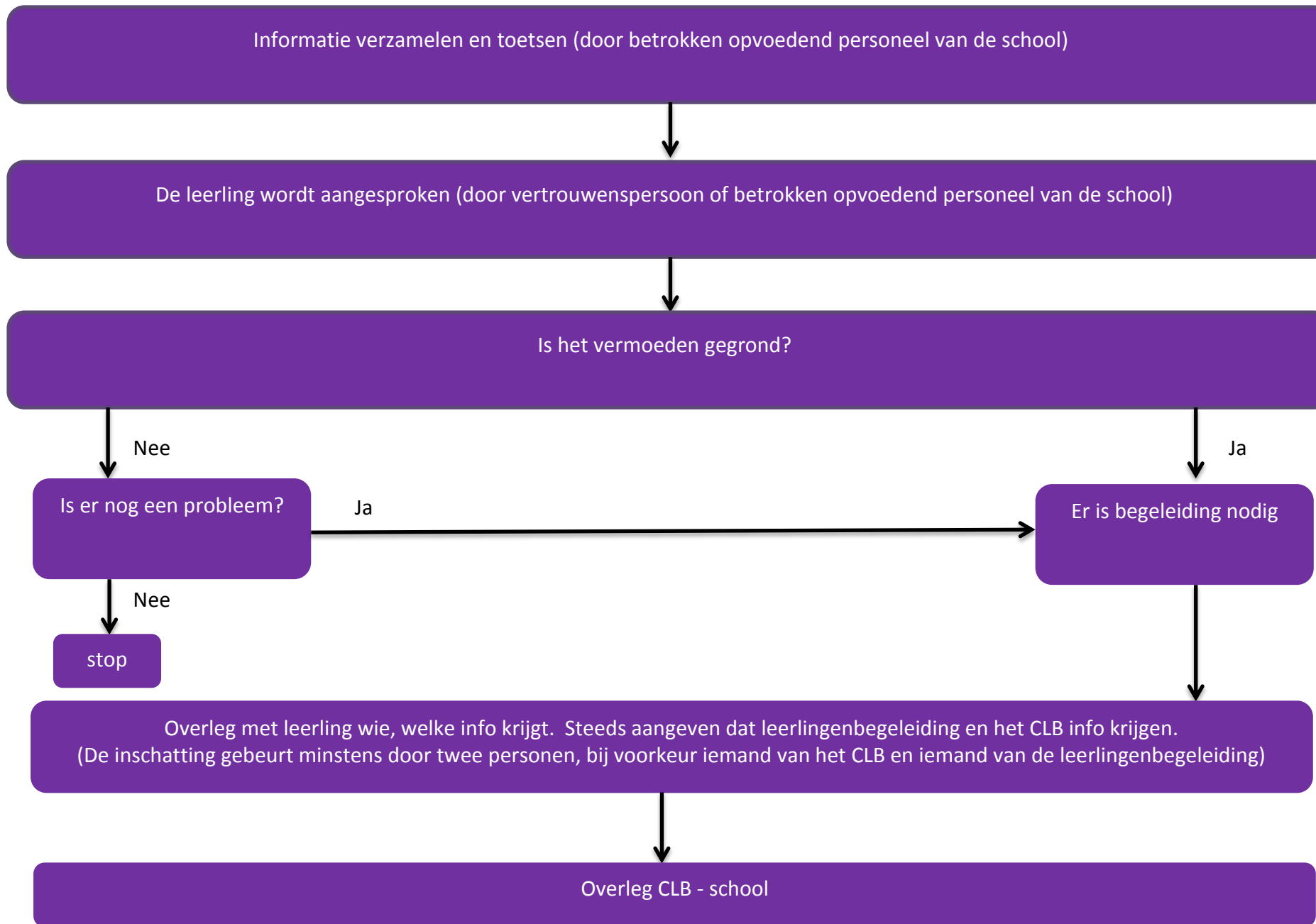
Elke plotse gedragsverandering kan betekenisvol zijn, zeker tegen de achtergrond van risicofactoren, somberheid, hopeloosheid en depressie!

Op deze cd is ook een powerpointpresentatie te vinden over signalen en herkenning van signalen bij suïcide en depressie. Deze ppp is gericht naar de leerlingenbegeleiders en eventueel leerkrachten van secundaire scholen.

Bij vroegdetectie kan een laag suïciderisico voorkomen.

Laag suïciderisico:

Dit gaat over een situatie waarbij signalen komen van onbehagen. Dit kan gaan over een vermoeden van depressiviteit, slechte schoolresultaten, probleemgedrag, tijdelijke dip, het uiten van een doodswens, vage suïcidedachten zonder concrete plannen... bij een jongere.



Contact met de klassenleerkracht door leerlingenbegeleiding. Minimum: informeren dat er gesprekken zijn met het CLB. Bevestigt leerkracht het vermoeden? Hoe is het gedrag in de klas? Deze informeert ook andere leerkrachten met nadruk op discretie.

Aanbod van een gesprek door de leerlingenbegeleiding of het CLB
Gaet leerling op aanbod in?

Ja

Risico-inschatting door het CLB:
- Zijn er concrete plannen
- Zijn de middelen beschikbaar?

Ja

Er is sprake van een verhoogd suïciderisico.
Ga over naar het stappenplan van 'verhoogd suïciderisico'

Nee

- Opstart begeleidende gesprekken door de leerlingenbegeleiding (met ondersteuning CLB) of door het CLB
- School communiceert bezorgdheid naar ouders toe
- Jongere wordt gestimuleerd om ouders te laten betrekken

Nee

- Vertrouwensleerkracht blijft klankbord (duidelijk afgrenzen en stimuleren tot hulp)
- Bezorgdheid communiceren naar ouders toe door leerlingenbegeleiding
- Verwijzing naar CLB en huisarts

Laag suïciderisico

Bij een laag suïciderisico zal de school, wanneer ze signalen van suïcidale ideatie ontvangt, informatie verzamelen en toetsen. Dit gebeurt vooral door de leerlingenbegeleiding. Daarna zal de leerlingenbegeleiding of een vertrouwenspersoon van deze leerling, de leerling zelf aanspreken. Deze zal bevragen of de leerling problemen heeft. Dit mag nog heel vaag blijven in eerste instantie.

1. Indien de leerling aangeeft dat er geen problemen zijn en men dit ook uit het gedrag kan afleiden, dan wordt de begeleiding gestopt. Men geeft wel aan waar de leerling terecht kan indien deze het moeilijk heeft. Men geeft aan dat hij/zij steeds terecht kan bij de leerlingenbegeleider, zijn/haar leerkracht en bij het CLB, indien de leerling dit wenst
2. Indien de leerling tijdens het gesprek wel aangeeft dat er problemen op vlak van suïcidale ideatie zijn of dat uit zijn/haar gedragingen signalen van suïcidale ideatie blijkt, dan is er begeleiding nodig. Er wordt duidelijk afgesproken met de leerling wie welke info krijgt. Men geeft aan dat zowel de leerlingenbegeleiding als het CLB deze info krijgen.
 - Daarna is er overleg tussen CLB en school. Tijdens dit overleg wordt er afgesproken wie wat verder opneemt. De voorkeur gaat vooral naar begeleiding door het CLB.
 - De klassenleerkracht wordt op de hoogte gebracht van het feit dat er gesprekken doorgaan met de leerling. Er wordt ook nagevraagd bij de klassenleerkracht of er gedragsveranderingen opgemerkt zijn bij de leerling, bv. slechtere prestaties, slechtere concentratie, stoornissen in het activiteitsniveau... zie bovenstaand 'signalen van suïcidaal gedrag'.
 - Er wordt een aanbod gedaan tot gesprek met de leerling door CLB (voorkeur) of leerlingenbegeleiding.
 - Indien de leerling ingaat op het aanbod doet men de risico-inschatting (adhv RI-document) om na te gaan of het gaat over een laag of verhoogd suïciderisico.
 - o Indien de leerling spreekt over concrete plannen, of indien de middelen beschikbaar zijn dan mogen we spreken van een 'verhoogd suïciderisico', ga over naar dit stappenplan.
 - o Indien de middelen niet beschikbaar zijn en er geen concrete plannen zijn dan starten er begeleidende gesprekken met voorkeur door het CLB of door leerlingenbegeleiding (met ondersteuning van CLB). Indien de leerlingenbegeleiding begeleidt, dan wordt deze leerling elke week op de cel besproken met het CLB. De school communiceert hun bezorgdheid naar de ouders toe. Men geeft zichtbare signalen aan en be vraagt of dit herkenbaar is voor de ouders. De leerling wordt gestimuleerd om zijn ouders te betrekken.
 - Indien de leerling niet ingaat op het aanbod blijft de vertrouwensleerkracht klankbord voor de leerling en de leerlingenbegeleiding. Hij/zij geeft opvallende signalen door aan de leerlingenbegeleiding. De leerkracht stimuleert de jongere tot gesprekken met de leerlingenbegeleiding of het CLB. De leerkracht geeft ook duidelijk zijn/haar grenzen aan. Hiermee bedoelen we dat de leerkracht bv. geen geheimhouding belooft aan de leerling. Zelfmoordgedachten moeten besproken worden met directie en leerlingenbegeleiding.

- Men maakt de andere leerkrachten alert voor signalen bij de jongere.
- De school neemt contact op met de ouders en uit haar bezorgdheid over de signalen die ze ziet bij de jongere. Men geeft vooral zichtbare zaken aan aan de ouders. Bv. slechte schoolresultaten, veranderend gedrag, futloos, vermoeid... Men vraagt na of dit herkenbaar is voor de ouders. Men verwijst ouders naar het CLB en de huisarts.

Indien jongere niet wenst dat CLB info krijgt, dan wordt de jongere elke week anoniem besproken op de cel.

*De jongere wordt steeds op de hoogte gebracht van alle stappen die ondernomen worden.

Postventie bij laag suïciderisico:

1 De leerling zelf:

Tijdens het wekelijks overleg CLB – leerlingenbegeleiding wordt afgesproken wie regelmatig een opvolgingsgesprek zal doen met de leerling. Vanuit leerlingenbegeleiding en CLB wordt regelmatig nagegaan bij ouders, leerkrachten... hoe het momenteel verloopt met de leerling. Men bevraagt of men nood heeft aan meer of andere ondersteuning... Men geeft ook zelf info over hoe het met de leerling gaat.

2 De medeleerlingen:

Men gaat na wie op de hoogte is. Indien anderen niet op de hoogte of betrokken zijn, wordt niets ondernomen. Indien medeleerlingen op de hoogte zijn zal de klasleraar of een vertrouwensleerkracht een klasgesprek aangaan over welbevinden. Hierbij verwijst deze leerkracht duidelijk naar de leerlingenbegeleiding en het CLB. Men geeft aan waar en wanneer de leerlingen terecht kunnen voor een individueel gesprek. Men vertelt ook dat de leerlingen buiten de schooluren terecht kunnen bij de kinder- en jongerentelefoon, www.noknok.be, het caw ... Eventuele andere betrokken leerlingen (bv. vrienden uit andere klassen, familie...) kunnen individueel aangesproken worden met het aanbod van individuele gesprekken.

3 De ouders van de leerling zelf:

Zie stappenplan.

4 De ouders van medeleerlingen:

Bij een laag suïciderisico worden deze niet op de hoogte gesteld.

5 De leerkrachten, leerlingenbegeleiders en andere:

Korte debriefing: Wat was er precies aan de hand? Wat zijn de volgende stappen? Aanbod tot individuele gesprekken indien nodig.

Luik 2 Bij acute dreiging

“Een leerling komt terecht bij de leerlingenbegeleiding. Hij vertelt dat hij het moeilijk heeft en eraan denkt om zijn leven te beëindigen. Hij weet reeds hoe hij dit zal doen en heeft ook de middelen reeds klaar gelegd. Hij schreef gisteravond een afscheidsbrief...”

Het is altijd een emotionele schok te horen dat iemand een eind aan zijn/haar leven wil maken. Het is begrijpelijk dat men daarop veroordelend of 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 belemmeren.

Hoe kan je dan als leerkracht het best reageren? Wie, wanneer en hoe moet je iemand betrekken?

Een goed draaiboek waarin alle te nemen stappen genoemd zijn, evenals wie waarvoor verantwoordelijk is, betekent een belangrijke houvast in een situatie die - door alle emoties - anders snel in paniek kan ontaarden. Elke leerkracht die geconfronteerd wordt met een zelfmoordproblematiek bij een leerling, meldt dit aan directie en/of 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 meerdere mensen. Samen met de leerlingbegeleiding en het CLB kan bekeken worden welke bijkomende hulp aangeboden wordt en welke ondersteuning nodig is voor de leerkracht. De leerkracht kan steeds terecht bij het CLB en de leerlingenbegeleiding. Het is belangrijk dat de leerkracht zelf een vertrouwenspersoon hiervoor kan kiezen.

- Maak een lijst van alle genoemde personen en instanties (namen, adressen, telefoonnummers van het werk, een privénummer).

De communicatielijnen moeten direct op elkaar aansluiten. Daarna is het belangrijk dat de ouders ingelicht worden. Hoe men dit het best kan

doen, kan besproken worden met directie, leerkracht en CLB.

Bij dit alles is het zeer belangrijk dat de jongere altijd op de hoogte wordt gebracht van de stappen die ondernomen zullen worden.

Bij acute dreiging

De begeleiding bij een acute dreiging gebeurt steeds samen met het CLB en de leerlingenbegeleiding van de school. Het zal steeds het CLB zijn die gaat inschatten, indien gewenst, in aanwezigheid van een leerlingenbegeleider. Dit aan de hand van het risico-inschattingsdocument, te vinden in de bundel.

Zie hoofdstuk 2, 3, 4 en 5.

We kozen ervoor om verschillende gradaties van suïciderisico op te maken. We spreken van een laag suïciderisico, een verhoogd suïciderisico en een acuut suïciderisico. Het laag suïciderisico kunnen we kaderen binnen vroegdetectie, vandaar dat het stappenplan in het vorige deel opgenomen werd.

Verhoogd suïciderisico:

Dit gaat over een situatie waarbij de signalen van de jongere reeds erg concreet zijn m.n. deze wijzen op een concreet plan om uit het leven te stappen. Het onderscheid met een acute suïcidedreiging is dat er geen nood is aan onmiddellijke interventie. Bedoelend dat men in de positie is waarbij er tijd genoeg is om de hulpverlening op gang te kunnen brengen en men de tijd heeft om de context (ouders/voogd) in te lichten.

Acuut suïciderisico (crisis):

Dit gaat over een situatie waarbij de signalen van de jongere reeds erg concreet zijn m.n. onmiddellijke interventie is nodig. Het beveiligen van de jongere (en de medeleerlingen) is prioritair aan het op gang brengen van de hulpverlening. Men heeft de tijd niet om context (ouders/voogd) in te lichten voor de interventie. Iemand staat op het punt een poging te ondernemen bv. Jongere staat klaar om uit het raam te springen, jongere heeft medicatie ingenomen...

Stappenplan vroegdetectie:
- er zijn concrete plannen
- het middel is beschikbaar

Melding concrete plannen
jongere zonder voorafgaande
signalen

Overleg CLB – school: wie is best geplaatst tot een gesprek met de jongere?
Telefoonnummer CLB - contactpersoon:

CLB voert een gesprek met de leerling. De leerlingenbegeleider of leerkracht kan in overleg met de jongere het gesprek bijwonen.

De schooldirectie contacteert de ouders voor een gesprek, diezelfde dag in aanwezigheid van iemand van het CLB.

Tijdens dit gesprek melden we aan de ouders: de gekende feiten, de reeds ondernomen acties, de reeds gekende signalen. Er wordt samen een afspraak gemaakt voor externe hulpverlening (CGG of privépsycholoog). Er wordt een folder van deze dienst bezorgd. Er wordt geprobeerd van de ouders een toestemming te bekomen voor contactname met de huisarts door de CLB-arts. Er wordt een volgende afspraak met de CLB-medewerker afgesproken.

Verhoogd suïciderisico:

- De directie is de interne meldpost, nl. de persoon die bewaakt dat alle stappen genomen worden.
- De directie coördineert de te nemen stappen.
- Men kan overgaan naar het stappenplan 'verhoogd suïciderisico' na een eerste aanmelding van laag risico waarbij na gesprek duidelijk wordt dat er sprake is van ofwel concrete plannen ofwel indien het middel reeds beschikbaar is.
- Er kan ook onmiddellijk een melding zijn van een jongere met concrete plannen of aanwezigheid van beschikbaarheid middel, zonder voorafgaande signalen.
- School neemt zo snel mogelijk contact op met de CLB-contactpersoon. Indien deze niet aanwezig is neemt een ander teamlid van het CLB dit op zich.
- De leerling wordt niet alleen gelaten. De leerlingenbegeleider of het CLB blijft bij de leerling.
- Indien de leerling het middel bij zich heeft, wordt dit afgenomen. Indien het middel thuis ligt, wordt besproken met de ouders om dit middel weg te nemen.
- Het CLB schat het risico in en bespreekt met de leerling dat zijn ouders diezelfde dag aangesproken worden. Tijdens dit gesprek kan een leerlingenbegeleider of een leerkracht het gesprek meevolgen indien de jongere dit wenst.
- De leerling gaat niet alleen naar huis!
- De schooldirectie neemt contact op met de ouders. Ze meldt de ouders dat ze zich ernstige zorgen maakt over de leerling. Ze geeft aan dat er dringend een gesprek met de ouders moet doorgaan. Ze nodigt de ouders hiertoe uit op school of gaat op huisbezoek. Dit gesprek gebeurt in aanwezigheid van schooldirectie, ouders en CLB.
- Het CLB en de schooldirectie melden tijdens het gesprek het volgende aan de ouders:
 - o de reeds gekende feiten
 - o de reeds ondernomen acties
 - o de reeds gekende signalen
 - o er wordt samen een afspraak gemaakt voor externe hulpverlening. De keuze is aan de ouders of dit het CGG Largo is of een privé-psycholoog. Men bezorgt aan de ouders alle gegevens. Bij voorkeur wordt de afspraak onmiddellijk telefonisch vastgelegd.
 - o het CLB vraagt toestemming aan de ouders zodat de CLB-arts mag contact opnemen met de huisarts. Deze kan het gezin ondersteunen en de jongere opvolgen.
 - o er wordt een volgende afspraak vastgelegd met de CLB-medewerker

*De jongere wordt steeds op de hoogte gebracht van alle stappen die ondernomen worden.

Postventie bij verhoogd suïciderisico:

1 De leerling zelf:

Indien er hulpverlening werd opgestart houdt het CLB contact met deze externe hulpverleningsdienst. School en CLB spreken af wie van hen het klankbord voor de leerling zelf blijft. Er is een blijvende aandacht voor risico-inschatting. Indien geen hulpverlening opgestart werd, blijft men de leerling in persoonlijke gesprekken stimuleren tot hulp.

2 De medeleerlingen:

De school gaat na wie op de hoogte is. Indien anderen niet op de hoogte of betrokken zijn, wordt niets ondernomen. Indien medeleerlingen op de hoogte zijn zal de klasleraar of een vertrouwensleerkracht een klasgesprek aangaan over welbevinden. Hierbij verwijst deze leerkracht duidelijk naar de leerlingenbegeleiding en het CLB. Men geeft aan waar en wanneer de leerlingen terecht kunnen voor een individueel gesprek. Men vertelt ook dat de leerlingen buiten de schooluren terecht kunnen bij de kinder- en jongerentelefoon, www.noknok.be, het caw ... Eventuele andere betrokken leerlingen (bv. vrienden uit andere klassen, familie...) kunnen individueel aangesproken worden met het aanbod van individuele gesprekken.

3 Ouders van de leerling zelf

Zie stappenplan

4 Ouders van de medeleerlingen

Deze worden niet op de hoogte gebracht. Uitzonderlijk kan dit wel indien andere leerlingen geconfronteerd werden met de feiten.

5 De leerkrachten, leerlingenbegeleiders en andere:

Korte debriefing: Wat was er precies aan de hand? Wat zijn de volgende stappen? Aanbod tot individuele gesprekken indien nodig.

Wat indien de jongere de hulpverlening weigert?

Indien de jongere de hulpverlening weigert, wordt er gewerkt met de ouders. Zowel school, ouders als CLB proberen de jongere te motiveren tot externe hulpverlening door het CGG of een privé-psycholoog. Gezien het verhoogd suïciderisico is de jongere handelingsonbekwaam. Er is ook een blijvende aandacht voor risico-inschatting. Nagaan of er geen sprake is van een acuut suïciderisico.

Je ziet dat er gevaar is

Breng eerst de grootste groep in veiligheid. Doe een poging om het direct gevaar weg te nemen. (bv. inpraten, wapen/middel wegnemen...) Probeer de jongere niet alleen te laten.

De receptie wordt verwittigd. Telefooneer, ga zelf of stuur iemand. De receptionist onderbreekt elk gesprek, verwittigt de leerlingenbegeleiding en het administratief personeel, deze verwittigt de aanwezige directie. Men vraagt de directie om 112 op te bellen.

Het administratief en opvoedend personeel gaat naar de receptie. Men houdt er een korte briefing.

Receptionist schakelt telefoon door indien evacuatie naar.....
Receptionist neemt evacuatie rugzak en aanwezigheidsbriefjes mee.

Directie belt 112 met GSM.
Deze houdt de lijn open naar de hulpdiensten. Indien er nieuwe info is meldt directie dit.

- Crisisteam overlegt
- Contactname CLB
- Communicatie naar ouders, slachtoffers en leerlingen bespreken in crisisteam

Acuut suïciderisico

Het stappenplan van acuut suïciderisico is gebaseerd op het stappenplan bij crisis van de scholengemeenschap OLV Vantaine.

- Je ziet dat er gevaar is. Bv. de jongere staat op het punt pillen in te nemen, de jongere staat op het dak, ...
- De leerkracht brengt de grootste groep in veiligheid. Hiermee bedoelen we zowel fysieke als psychische veiligheid. Bv. Zorg dat de klas de jongere die een suïcidepoging onderneemt niet kan zien.
- Probeer te zorgen dat de jongere niet alleen gelaten wordt, probeer erop in te praten.
- De leerkracht of het opvoedend personeel probeert het wapen, middel ... weg te nemen van de jongere. Hij/zij probeert op de jongere in te praten. Voorwaarde is dat hij/zij zich sterk genoeg voelt om dit aan te gaan.
- De receptie wordt verwittigd van de situatie. Er wordt getelefoneerd, men gaat zelf of er wordt iemand gestuurd naar de receptie. (bv. zorg ervoor dat dit nummer opgeslagen is in de gsm van elk personeelslid of zorg ervoor dat dit nummer bij elke telefoon ligt.
- De receptionist onderbreekt elk gesprek en verwittigt het administratief en opvoedend personeel. De receptionist verwittigt de aanwezige directie met de vraag om 112 op te bellen. (in geval van evacuatie schakelt de receptionist de telefoon door)
- Het administratief en opvoedend personeel gaat naar de receptie en houdt er een korte briefing.
- Ondertussen belt de directie de 112 op met de GSM en wordt deze lijn opgehouden. (er wordt niet gebeld met deze gsm naar anderen) Directie belt steeds terug bij nieuwe info naar de hulpdiensten.
- Directie neemt contact met de slachtoffers: bv. ouders, broers, zussen... van de leerling die een zelfmoordpoging onderneemt...

- Het crisisteam overlegt en neemt contact op met het CLB.
Telefoonnummer:
Crisisnummer CLB:
- Communicatie naar ouders, slachtoffers en leerlingen. Het crisisteam zit hiervoor samen.

*De jongere wordt steeds op de hoogte gebracht van alle stappen die ondernomen worden.

Postventie bij acuut suïciderisico

1 De leerling zelf:

Indien er hulpverlening werd opgestart houdt het CLB contact met deze externe hulpverleningsdienst. School en CLB spreken af wie van hen klankbord voor de leerling zelf blijft. Er is een blijvende aandacht voor risico-inschatting. Indien geen hulpverlening opgestart werd, blijft men de leerling in persoonlijke gesprekken stimuleren tot hulp.

2 De medeleerlingen:

Zie klasgesprek na zelfmoordpoging en klasgesprek na zelfdoding

3 Ouders van de leerling zelf:

Zie stappenplan en zie verder in luik 3

4 Ouders van de medeleerlingen:

Er wordt een brief bezorgd aan de ouders.
Een voorbeeldbrief is hieronder te vinden:

Beste ouders,

In de klas van uw zoon/dochter heeft recent een leerling een poging tot zelfdoding ondernomen. De emotionele impact hiervan kan groot zijn op uw zoon/dochter. Misschien heeft uw kind hierover reeds met u gesproken.

We vinden het belangrijk om u hiervan op de hoogte te stellen gezien dit momenteel nogal wat gevolgen heeft voor het normale schoolse verloop. Jongeren kunnen emotioneel erg in de war zijn hierover en kunnen nood hebben aan een gesprek om hun vragen en gevoelens te kunnen uiten. Dit niet alleen op school maar ook binnen het gezin.

Indien gewenst, kunt u steeds contact opnemen met onze CLB-medewerkers: en U kan hen telefonisch bereiken op

Bij vragen of problemen neem gerust contact op met het CLB of met de directie en leerlingenbegeleiding van onze school.

Met vriendelijke groeten,

5 De leerkrachten, leerlingenbegeleiders en andere:

Korte debriefing: Wat was er precies aan de hand? Wat zijn de volgende stappen? Aanbod tot individuele gesprekken bij leerlingenbegeleiding, directie of CLB indien nodig. Indien de impact erg groot is kan het CAW de papaver gecontacteerd worden voor opvang van leerkrachten en leerlingen. Men kan advies bieden, maar in sommige situaties kan men ook naar de school zelf komen om hulpverlening aan te bieden.

Wat indien de jongere de hulpverlening weigert?

Gezien de jongere bij een acuut suïciderisico niet handelingsbekwaam is zal er samen met de ouders gewerkt worden en kan de jongere dit niet weigeren.

Wat indien ouders en leerling hulpverlening blijven weigeren?

Indien de jongere en de ouders elke vorm van hulpverlening blijven weigeren, kan men geen beroep doen op de tuchtprocedure.

Vanuit verschillende bronnen wordt gesteld dat dit enkel kan op voorwaarde dat de leerling gedragingen stelt die een gevaar vormen voor het ordentelijk verstrekken van het onderwijs en/of de verwezenlijking van het eigen opvoedingsproject van de school in het gedrang brengt.

Aldus kan men in deze situatie hier geen beroep op doen.

Indien de school en het CLB van mening zijn dat de weigering door de ouders van elke externe begeleiding, het fysisch en psychisch welzijn van de minderjarige leerling in gevaar brengt, dan lijkt het aangewezen dat het CLB het **Comité voor Bijzondere Jeugdzorg** inschakelt.

Het is zo dat een jongere met suïcidegedachten en/of dreiging in de klas stress zal veroorzaken, zowel bij de andere leerlingen alsook bij de leerkrachten. Daarom moeten zowel school als CLB er waakzaam op zijn dat er geen imitatiegedrag ontstaat. Zeker jongeren die in dezelfde sociale omstandigheden leven als de jongere, zijn extra gevoelig voor imitatiegedrag.

Daarom kan het in uitzonderlijke omstandigheden noodzakelijk zijn dat de jongere, met suïcidegedachten en/of dreiging, gedurende een bepaalde periode uit de klas gehaald kan worden. Belangrijk is dan wel dat deze jongere relevante schooltaken, opdrachten... krijgt. Het is ook van groot belang dat deze jongere onder toezicht blijft. De jongere wordt niet alleen gelaten.

Luik 3 Na een zelfmoordpoging

Een jongen doet een poging met medicatie op school. Hij wordt opgenomen in het ziekenhuis, de medeleerlingen zijn geschrokken. Zowel leerkrachten en leerlingen zitten met vragen. Wat is er gebeurd? Waarom? Kon dit voorkomen worden? Kunnen de leerlingen contact opnemen met hem? Hoe zal het gaan als hij terugkomt?

De schooldirectie stelt zich vragen: Wat kunnen wij hierover communiceren aan de leerkrachten en leerlingen? Wat denken de ouders hierover? Wat als de ouders niet wensen dat erover gepraat wordt op school? Kunnen we de ouders voorstellen dat leerlingen op bezoek komen?

Directie, leerkrachten, leerlingen zijn geschokt, ontredderd, verdrietig, voelen zich machteloos en onzeker. Vragen naar schuld en verantwoordelijkheid sluimeren onderhuids. De situatie is zo complex, erover praten lijkt bijna onmogelijk. Sommige leerkrachten doen een poging om een gesprek aan te gaan met leerlingen in de klas. Maar wat zeggen zij dan? Leerlingen komen thuis en doen het verhaal. Ze weten niet precies wat er gebeurd is, er zijn gissingen, geruchten. Weten ouders hoe ze hierop kunnen reageren?

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 heeft gedaan, roept dit altijd heel wat gevoelens op. Mensen zijn geschokt en de ernst van het letsel bepaalt de emotionele reacties van leerkrachten/medeleerlingen. Als in dergelijke situatie een draaiboek klaarligt kan dit een hele steun zijn op een moment waar gevoelens de bovenhand nemen.

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

Gesprekken voeren met leerlingen over emotioneel beladen onderwerpen zoals doodgaan en suïcidaal gedrag, moet verantwoord gebeuren. Een opleiding kan de nodige bagage bezorgen. Bv. de 3 daagse opleiding door de Suïcidepreventiewerking van de CGG. Een gesprek met leerlingen heeft tot doel uitbreiding van suïcidaal gedrag te voorkomen en de terugkeer van de betrokken leerling voor te bereiden.

Klasgesprek na een poging tot zelfdoding.

Een klasgesprek moet zo snel mogelijk plaatsvinden. Dit moet voorbereid en geleid worden door de leerlingbegeleiders en het CLB van de school. Bij het gesprek zelf kan de klastitularis of een vertrouwensleerkracht aanwezig zijn. Na de activiteit moet men alert blijven voor eventuele problemen bij leerlingen; bij de betrokken leerling, maar ook bij vrienden en klasgenoten. Het is niet denkbeeldig dat leerlingen met emotionele problemen zelf een poging zouden doen. (“Als hij dat doet, mijn problemen zijn erger, waarom zou ik dat dan niet doen?”) Geconfronteerd worden met suïcidaliteit van medeleerlingen maakt jonge mensen erg bang en onzeker. Hoe moet ik omgaan met die leerling? Wat kan ik zeggen?

- Geruchten, roddels en misvattingen moeten ontkracht worden.
- Als de school één van de redenen is van het suïcidaal gedrag bvb. pesten, problemen met leerkrachten, studieproblemen, disciplinaire problemen... dan moet dat worden aangepakt.
- Als niemand van de andere leerlingen op de hoogte is van de poging en de betrokken leerling dit ook niet wenst, is het beter de andere leerlingen niet in te lichten.
- Als andere leerlingen WEL op de hoogte zijn (of er bestaat een vermoeden) is het aangewezen hierover te praten. De vraag is niet of er al dan niet over gepraat moet worden, maar of dit met of zonder begeleiding moet gebeuren van een externe persoon.
- In het klasgesprek is het van belang de leerlingen zelf te laten spreken over wat ze weten en hoe ze zich daarbij voelen.
- Er moet uitleg gegeven worden over waarom jonge mensen een poging kunnen ondernemen, wat de betekenis ervan kan zijn. Hierbij moet men opletten zelfmoord niet te verheerlijken of te dramatiseren. Zelfmoord komt voort uit lijden en veroorzaakt op zich ook lijden.
- Overloop met de leerlingen hoe ze kunnen reageren als de leerling terugkomt.
- In een gesprek alert zijn voor die leerlingen die het zelf ook erg moeilijk hebben. (bv. Leerlingen die recent iemand verloren, leerlingen die iemand gekend hebben die aan suïcide gestorven is, leerlingen die zelf reeds een poging ondernamen...)
- Bespreken wat alternatieven zijn voor suïcidaal gedrag: wat kan je doen als je het moeilijk hebt? Bv. Praten met iemand (vriend, leerkracht, leerlingbegeleiding, familie...), tele-onthaal, kinder-en jongerentelefoon, zelfmoordlijn... De nodige folders ter beschikking stellen!

- Bespreken hoe en aan wie ze hulp kunnen vragen en wat ze ervan kunnen verwachten. Waar, wanneer en wie ter beschikking staat voor een gesprek. (bv. CLB-medewerkers, leerlingenbegeleiding)
- Afspreken hoe zijzelf kunnen omgaan met signalen van medeleerlingen. Het probleem van geheimhouding aankaarten. Met name duidelijk stellen als zo'n signalen gezien worden dat men terecht kan bij leerlingenbegeleiding, CLB, leerkrachten...

Het is moeilijk om een standaard voorbeeld te maken van een klassengesprek. Belangrijk is om vooral de vragen van de leerlingen te beluisteren en te beantwoorden en rekening te houden met de bovenstaande tips.

Voorbeeld:
Goeiemorgen,

Leerling x is vandaag opgenomen in het ziekenhuis. X voelde zich reeds een eindje niet goed in zijn vel. Zijn er leerlingen op de hoogte van wat gebeurd is met X? Heeft iemand nog contact gehad met X? (de leerlingen zelf veel laten vertellen, feiten bevragen wat zij weten en zelf ook feiten geven en bevestigen wat klopt, geen details geven van de manier waarop, waar enzoverder...)

X heeft een zelfmoordpoging ondernomen.

X zag geen oplossing meer voor zijn problemen.

Hoe voelen jullie je daarbij? (aangeven dat verschillende emoties hebben normaal kunnen zijn bv. verdriet, schuldgevoelens, kwaadheid...)

Duidelijk aangeven dat de medeleerlingen hier geen schuld treffen. Iemand doet zoiets als ze heel veel problemen hebben en niet door één iets. (duidelijk schuldvraag gaan beantwoorden, zodat er geen leerlingen met schuldgevoelens tov X zitten!)

Weten jullie wat jullie kunnen doen als je het moeilijk hebt? (leerlingen zelf laten aangeven, bv. praten met iemand, iets leuks doen, ...)

Waar kunnen jullie terecht? (leerlingen zelf laten aangeven) Nogmaals bevestigend aangeven waar en wanneer dat men terecht kan bij de leerlingenbegeleiding en het CLB. (ook voor de eerste dagen zeker vaste momentjes meegeven wanneer ze kunnen langskomen)

Wat doen jullie als je hoort dat iemand zich niet goed in zijn vel voelt? Als je ziet dat het niet goed gaat met een leerling is het belangrijk om dit te bespreken met een leerkracht, de leerlingenbegeleiding of het CLB. Jullie kunnen altijd luisteren, maar het is belangrijk dat iemand hen kan helpen.

Nagaan of de leerlingen nog vragen hebben.

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?

Indien de poging niet op school plaatsvindt, maar de school 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 externe hulpverlener?
- Wie is verantwoordelijk voor de verdere begeleiding van de betreffende leerling (verdere opvolging, contact externe hulpverleners, voorbereiding terugkeer naar school)?

Opvang van klasgenoten en andere leerlingen die van het gebeurde op de hoogte zijn:

- Wie gaat de klas in om de klasgenoten op de hoogte te stellen: klastitularis/leerlingenbegeleiders? Eventueel met begeleiding van een hulpverlener: CLB psycholoog, CLB-arts, medewerker van een CGG met wie daarover tevoren afspraken zijn gemaakt.
- Wat kan daarbij wel en wat niet verteld worden?
- Geeft men de leerlingen daarbij de kans om op het gebeurde te reageren en zo ja, hoe (in groepjes onder elkaar, klassikaal, hoe signaleert men leerlingen die zich er moeilijk over uiten maar er toch erg door aangeslagen kunnen zijn)?
- Wanneer mogen de leerlingen naar huis?
- Kan er en/of moet er voor bepaalde leerlingen voor begeleiding gezorgd worden bij het naar huis gaan? Denk bijvoorbeeld aan leerlingen die op weg naar huis langs het huis van de betrokken leerling moeten of langs de plek waar de suïcidepoging heeft plaatsgehad en aan leerlingen die erg aangedaan zijn door het gebeurde.
- Wat organiseert men eventueel voor andere (parallel)klassen?
- Wat organiseert men voor die leerlingen die niet in dezelfde klas zitten, maar toch nauwe banden hebben met de betrokken leerling? Dit geldt uiteraard voor broers en zussen, maar ook voor goede vrienden in andere klassen.

- Wat onderneemt men op lange termijn als vorm van nazorg? Te denken valt daarbij aan het extra alert zijn van alle leerkrachten voor leerlingen die signalen van emotionele problemen uitzenden, maar ook aan gerichte voorlichting aan het schoolteam (welke signalen en hoe ermee om te gaan), aan de leerlingen (aangeven dat de school wil helpen als leerlingen het ergens moeilijk mee hebben, wijzen op het leerlingbegeleidingssysteem, eventueel een open brief) en voorlichting aan de ouders (in overeenstemming met die aan de leerlingen; eventueel beleggen van een infomoment voor ouders).

De school heeft de opdracht de terugkomst van de leerling na een zelfmoordpoging goed voor te bereiden dit samen met het CLB. Het is belangrijk dat de school en het CLB 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/haar om te gaan en daardoor nog extra belast wordt.

Overleg met de ouders en de leerling zélf is noodzakelijk. Het is goed om te weten of nazorg al op gang is gebracht. Wanneer het nog moet geregeld worden, gebeurt dit best in samenspraak met het CLB. Het is de bedoeling dat de leerling zich begrepen en gesteund voelt en zo “normaal” mogelijk zijn studies kan verderzetten.

Wanneer het functioneren op school mede aan de oorsprong van de poging ligt, dringt de aanpak van proble(e)m(en) zich op: pesten, te grote studiedruk, problemen met leerkrachten of medeleerlingen.

Terug naar school.

Wanneer de leerling terug naar school gaat is het belangrijk dat zowel de jongere als de klasgenoten voorbereid worden. Het is zeker zinvol om samen te zitten met de jongere, ouders, externe hulpverleners en medeleerlingen. Op die manier kan de terugkomst in de klas positiever verlopen.

Ten eerste wordt er best de dag voor de terugkomst van de leerling **een klasgesprek door het CLB en/of leerlingenbegeleider** aangegaan. Men gaat na of de leerlingen met bepaalde vragen, gevoelens of problemen zitten. Mogelijk te bespreken punten kunnen zijn:

- hoe reageren we?
- mogen we praten over de zelfmoordpoging?
- nagaan of er leerlingen zijn die mogelijks met schuldgevoelens zitten of anderen als schuldige aanduiden
- aangeven indien ze signalen van de leerling horen dat kan wijzen op 'niet goed in zijn/haar vel voelen' ze dit onmiddellijk moeten melden aan een leerkracht of de leerlingenbegeleiding.
- ...

Laat de leerlingen ook genoeg openheid om vragen te stellen.

Daarnaast zal er ook een gesprek doorgaan met de **leerling en zijn ouders** vooraleer de leerling opnieuw start in school. Het is belangrijk dat de leerling durft en probeert aan te geven wanneer deze het moeilijk heeft, zodat deze op zo'n moment begeleid kan worden tot bij de leerlingenbegeleiding voor een gesprek. Ook wordt afgesproken met de leerling en zijn ouders of ze wensen dat de leerlingen van bepaalde zaken op de hoogte zijn. Mag er bv. gecommuniceerd worden dat de jongere externe hulp zal krijgen waardoor de leerling soms wel eens afwezig kan zijn tijdens de lessen?

Er kunnen ook afspraken gemaakt worden omtrent gemiste lessen en taken. Het is belangrijk dat de leerling op zo'n moment geen gemiste toetsen hoeft in te halen, en hij bv. kopies krijgt van de gemiste lessen.

Belangrijk is om vooral na te gaan of de leerling en zijn ouders nog met vragen of onzekerheden zitten omtrent het schoolse.

Hoe staat school tegenover de terugkomst van de leerling? Heeft men hierover vragen of onzekerheden? Belangrijk is dat het CLB deze zaken nagaat en indien nodig intervenieert tussen de externe dienst en school. Op die manier kunnen mogelijke tips of adviezen gegeven worden aan leerkrachten en leerlingenbegeleiders zodat men de jongere nog beter kan ondersteunen.

Na X aantal weken:

Op regelmatige basis wordt er nagevraagd bij ouders, collega's... hoe het nu gaat, of zij bepaalde vragen hebben naar ondersteuning... Ook de medeleerlingen blijvend een klankbord aanbieden. Gerichte aandacht naar direct betrokkenen, maar ook de 'stillere getuige' met een persoonlijke ervaring op vlak van suicide(gedachten). Ook betrokkenen informeren over hoe het met de leerling in kwestie gaat.

Luik 4: Na een zelfdoding

(overgenomen uit het draaiboek Suïcidepreventiewerking van de CGG)

Stappenplan

Onderstaand stappenplan wil een leidraad zijn voor scholen in zo'n moeilijke tijd. Het geeft een overzicht van welke stappen genomen dienen te worden en waar aandacht voor moet zijn.

a. Het bericht komt binnen

Het bericht kan op verschillende manieren de school bereiken: via geruchten, telefonisch, media...

Indien een leerling komt met het bericht van overlijden van een medeleerling, moet er direct worden gezorgd voor opvang en aandacht voor deze leerling.

Bij telefonische melding: wordt direct doorgegeven aan directie.

b. Directie is op de hoogte

Als het bericht niet afkomstig is van de familie, wordt dit eerst nagevraagd. Dit dient zo snel mogelijk te gebeuren om twijfels/gissingen te voorkomen.

Er wordt bekeken wie contact opneemt met de ouders. De directie roept het crisisteam samen.

c. Crisisteam

Stel zo snel mogelijk een crisisteam samen dat de verdere stappen bespreekt. Directie, klastitularis, leerlingbegeleider en CLB-medewerker dienen deel uit te maken van dit team.

Dit team is verantwoordelijk voor:

- informeren van de betrokkenen (schoolpersoneel, leerlingen, klas, vrienden,...)
- organisatorische aanpassingen
- contacten met ouders
- opvang van leerlingen en leerkrachten
- bepalen risicoleerlingen, extra zorg
- regelingen i.v.m. rouwbezoek en uitvaart

- administratie
- nazorg van de betrokkenen

Het team gaat na wie geïnformeerd moet worden

- leerkrachten van de klas van de overleden jongere
- de rest van het personeel
- de klas van de leerling
- familieleden die op school zitten
- ex-klasgenoten
- vrienden, vriendinnen die in een andere klas zitten
- overige leerlingen (?)
- chauffeur van de bus en leerlingen die de schoolbus nemen
- ouders en het oudercomité
- schoolbestuur
- CLB

Er wordt afgesproken wie wie informeert en welke info er gegeven wordt.

d. Contacten met de ouders van de overleden leerling

De directie neemt zo snel mogelijk contact op met de ouders. Tijdens dit eerste gesprek wordt besproken welke info doorgegeven mag worden, wat er gezegd mag worden over de zelfdoding van hun kind. Openheid over de doodsoorzaak en er vrij over kunnen spreken is veelbetekenend voor medeleerlingen. De ouders spelen hier een aanzienlijke rol. Het kan zijn dat ouders wensen dat niet over zelfdoding gesproken wordt. Dat betekent dat de school geen openheid mag bieden over de dood van haar leerling. Hier is de taak van de school om hierrond met de ouders te overleggen. Ouders die hun kind verliezen door zelfdoding moeten in korte tijd belangrijke beslissingen nemen. Deze beslissingen worden genomen in een tijd van wanhoop, verdriet, chaos,... De omgeving kan helpen door met de ouders de alternatieven te overlopen. Ze kunnen de steun van mensen die van op iets meer afstand kunnen kijken, goed gebruiken. Openheid is belangrijk om roddels/geruchten te ontkrachten en om medeleerlingen te helpen bij het verlies. Dit wordt best zo meegedeeld aan de ouders.

Als ouders ondanks alles toch kiezen voor een verhullend verhaal, moet de school dit accepteren. De school blijft wel verantwoordelijk voor het welzijn van alle leerlingen op school. Als de ouders akkoord zijn en er afspraken gemaakt kunnen worden over welke boodschap aan de medeleerlingen gegeven zal worden, moet de school een plan maken over de manier waarop leerlingen worden ingelicht en hoe de leerlingen

kunnen opgevangen worden.

Eerste contact:

- De directie neemt nog dezelfde dag contact op.
- Vraag of je dezelfde dag langs mag komen.
- Spreek met de ouders af welke informatie aan de leerlingen mag gegeven worden.
- Het crisisteam bekijkt wie met de directie op bezoek gaat bij de ouders.
- Hou er rekening mee dat tijdens het eerste bezoek vooral gevoelens uitgewisseld worden.
- Vraag op het einde van je bezoek of je een tweede bezoek mag brengen om verder afspraken te maken.

Een tweede contact:

Vraag welke verwachtingen de ouders hebben naar de school toe. Overleg met de ouders over:

- of ze er iets op tegen hebben dat de andere ouders van de leerlingen op de hoogte gebracht worden met een brief.
- bezoekenmogelijkheden van leerlingen
- afscheid nemen van de overleden leerling
- bijdragen aan en bijwonen van de uitvaartdienst
- afscheidsdienst op school
- info over hulpverlening en gespreksgroepen voor nabestaanden na zelfdoding (www.zelfdoding.be)

Spreek af wie verder contact onderhoudt met de ouders.

e. Slecht nieuwsmelding personeel van de school

In eerste instantie worden de leerkrachten van de klas van de overleden jongere ingelicht (en eventueel klasvrij gemaakt). Daarna wordt het ander personeel van de school ingelicht wanneer dit mogelijk is (denk ook aan afwezige leerkrachten).

Het doel van deze briefing aan het personeel is:

- boodschap overbrengen
- ruimte geven voor reacties, emoties
- info geven over wat de school verder gaat doen (praktische gang van zaken en afspraken)
- info geven over waar leerlingen terecht kunnen

- wat zeg je tegen de leerlingen?
- samenwerking met externe diensten

Met klastitularis en andere leerkrachten van de overleden jongere kan bekeken worden wie naar de klas gaat, wie de eerste melding doet en de opvang daarna. Na de eerste opvang is het belangrijk dat leerkrachten info krijgen over hoe ze risicoleerlingen kunnen detecteren, signaleren en aan wie ze signalen moeten melden. Het is zeer belangrijk dat de maanden na een zelfdoding leerkrachten extra alert zijn, wegens het “besmettelijk” karakter dat een zelfdoding kan hebben. Na een zelfdoding worden er altijd meer zelfmoordgedachten vastgesteld bij medeleerlingen.

Vanuit preventief standpunt is het dus zeer belangrijk dat de leerkrachten weten wat de signalen zijn en hoe ze ermee dienen om te gaan. (Verwijzing PPP)

f. Opvang leerkrachten

Soms wordt onderschat wat het voor een leerkracht betekent om geconfronteerd te worden met een zelfdoding van een leerling. Het welbevinden van leerlingen is voor veel leerkrachten van belang. De zelfdoding van een leerling kan leerkrachten onzeker maken. Angst, waarom?, schuld, ... zijn gevoelens die bij hen kunnen spelen.

In het draaiboek moet vastliggen hoe de opvang van de leerkracht georganiseerd zal worden en wie er voor verantwoordelijk is.

Een infomoment over dit onderwerp, kan een mogelijkheid zijn om het thema te bespreken onder collega's en samen te bekijken hoe er in de toekomst mee omgegaan wordt.

Men kan beroep doen op CAW slachtofferhulp indien school noch CLB deze opvang kan aanbieden.

g. Slecht nieuwsmelding aan de leerlingen

De klastitularis/leerkracht kan dit zelf doen, alhoewel dit een emotioneel zware opdracht is. Een CLB-medewerker gaat steeds samen met de leerkracht de klas in. De leerkracht en de CLB-medewerker bereiden kort voor wat er besproken zal worden.

Daarnaast moet bekeken worden of er andere leerlingen (vrienden, familie) apart genomen kunnen worden om hen in te lichten in een apart lokaal en wie dit op zich zal nemen.

Aandachtspunten voor de mededeler/leerkracht:

- Ga voor jezelf na of je dit alleen aankunt. Vraag indien nodig een collega, leerlingbegeleider of CLB-medewerker om je hierbij te ondersteunen, en eventueel samen naar de klas te gaan.
- Bereid je zorgvuldig voor: wat ga je zeggen en hoe, welke reacties kan je verwachten, wat kan je doen na de slechtnieuwsmelding.

- Wees erop voorbereid dat die situatie andere verlieservaringen kan reactiveren, zowel bij leerlingen als bij leerkrachten.
- Zorg dat een leerlingbegeleider/CLB-medewerker beschikbaar is die ingeschakeld kan worden wanneer leerlingen extra opvang nodig hebben of erg overstuur zijn (en regel iets voor leerlingen die graag alleen zijn, of extreem overstuur zijn)
- Bij een zelfdoding komen vaak andere vragen, gevoelens naar boven dan bij een andere doodsoorzaak: waarom?, kwaadheid, angst, schuld,... Het is belangrijk dat deze besproken kunnen worden.

De mededeling:

- Begin met een inleidende zin, maar breng vervolgens het slechte nieuws zonder eromheen te draaien.
- Vertel wat er gebeurd is, hoe, wanneer, waar.
- Geef in eerste instantie alleen de meest noodzakelijke informatie, kort.
- Maak voldoende tijd en ruimte voor het uiten van emoties.
- Laat hen ventileren: wat denken, wat voelen ze?

Voorbeeld van een klasgesprek:

“Ik heb jammer genoeg een erg droevige mededeling voor jullie: gisteren isoverleden ten gevolge van zelfmoord.

Sommigen onder jullie wisten misschien dat het met niet zo goed ging, of dat er bepaalde moeilijkheden waren; anderen hebben misschien wel bepaalde signalen gezien, maar dachten dat het niet zo erg zou zijn.

Toch komt het voor ons allemaal toch wel als een echte schok aan.

Ik denk dat we er allemaal nood aan hebben om hierover te praten, om dit droevig nieuws te verwerken. Het is belangrijk dat jullie beseffen dat je zeker niet alleen staat met je verdriet. We moeten elkaar steunen om door deze moeilijke periode heen te komen.

Als je een gesprek wil hebben met iemand, kun je altijd terecht bij, dit vandaag en morgen omu in lokaal”

h. Eerste opvang medeleerlingen en info zelfdoding

Dit kan gebeuren wanneer de eerste emoties geluwd zijn, in een later stadium, als er voldoende ruimte is gemaakt voor de eerste reacties:

- Benadruk in een klasgesprek dat zelfdoding plaatsvindt in een toestand van lijden, dat deze mensen echt lijden en geen andere uitweg meer zagen. Het is aan de leerkracht om deze boodschap duidelijk over te dragen en zich zoveel mogelijk te onthouden van eigen oordelen. Dit gesprek moet voorbereid worden met derden.
- Wat als je het moeilijk hebt (wat kan je dan doen)? Bij wie kan je terecht (familie,vrienden,...)?

- Bij wie kunnen ze terecht in de school? Mogelijkheden hulpverlening overlopen en uitleg geven. De leerlingen moeten duidelijk weten bij wie ze terecht kunnen. Bij voorkeur is dit iemand van de school zelf (een vertrouwensleerkracht of CLB-medewerker) die wel overleg kunnen plegen met externe hulpverleners. De stap naar hulpverlening is voor jongeren vaak bijzonder hoog en het helpt als de persoon een vertrouwd gezicht is.
- Hebben jongeren signalen opgevangen? Wist iemand dat hij/zij zich niet goed voelde, problemen had? Er moet zeker besproken worden wie eventueel op de hoogte was van de plannen van de leerling. Met deze leerlingen moeten gesprekken worden gevoerd, waarin daarover gepraat kan worden en hun eventueel schuldgevoel een plaats kan krijgen.
- Focus op de medeleerlingen, hun reactie, hun toekomst.
- Reacties kaderen als “normaal”, behorend bij een rouwproces.
- Wat kunnen ze doen als ze signalen van medeleerlingen opvangen?
- Praktische info over het verdere verloop van de dag en de komende dagen.
- Vertel dat alle ouders via een brief op de hoogte gebracht worden van de feiten.
- Gelegenheid tot uitspreken, neerschrijven anekdotes, herinneringen aan de overleden leerling. Dit kan in het herdenkingschrift.

i. Risicoleerlingen

Het crisisteam heeft de taak om te bepalen welke “risicjongeren” er in de school zitten. Dit zijn jongeren die het, naar aanleiding van de zelfdoding, extra moeilijk zouden kunnen hebben of die meer risico lopen om ook suïcidaal te worden.

Risicjongeren kunnen zijn:

- Familie
- Vrienden
- Leerlingen uit dezelfde klas
- Leerlingen die in conflict lagen met de overledene
- Leerlingen die het wisten of zagen aankomen
- Leerlingen die zelf kampen met psychische problemen, zelfmoordgedachten, ooit poging hebben ondernomen
- Leerlingen die zelf ooit iemand verloren hebben door zelfdoding
- Leerlingen die een grote gedrags-/emotionele verandering laten zien

Er moeten personen in de school verantwoordelijk zijn voor de individuele opvang van leerlingen als dit nodig is.

Ook kunnen de ouders van bepaalde leerlingen opgebeld worden als de school zich zorgen maakt.

j. Contacten met de ouders van de andere leerlingen

Informeer de ouders met een brief. De inhoud van deze brief kan uit volgende items bestaan:

- Kort de feiten, doodsoorzaak benoemen
- Gang van zaken in de school
- Mogelijkheden hulpverlening
- Belang van erover praten met kind
- Wie kunnen ze contacteren in school met vragen of bezorgdheid? Gespreksavond? Hoe kan zo iets gebeuren? Hoe kan ik mijn kind daarbij helpen? Het crisisteam moet ook bekijken of het nodig is om bepaalde ouders van jongeren die het extra moeilijk hebben, of van een aantal risicojongeren, persoonlijk op te bellen.

Voorbeeld van een brief:

Beste ouders,

In de school van uw zoon/dochter heeft onlangs een meisje/jongen zelfmoord gepleegd. Misschien heeft uw zoon/dochter het daar reeds met u over gehad.

Het lijkt ons belangrijk om u daarvan op de hoogte te stellen aangezien dit momenteel nogal wat gevolgen heeft voor het normale schoolse verloop. Ook de emotionele impact die een dergelijk voorval heeft op jongeren (en volwassenen) is aanzienlijk.

Het is dan ook zeer belangrijk om – indien uw zoon/dochter dit wenst – de nodige tijd te besteden aan deze ontwikkelingen en eventueel te trachten op een aantal vragen een antwoord te geven.

U kan steeds contact opnemen met de directie van de school voor verdere inlichtingen of vragen: tel.:

Ook van het Centrum voor Leerlingenbegeleiding staan tot uw dienst. U kan hen bereiken via het telefoonnummer:

Soms is het zo dat jongeren (en volwassenen) heel erg aangeslagen zijn en behoefte hebben aan een gesprek met andere hulpverleners.

Aarzel niet om met eventuele vragen of problemen contact op te nemen!

Met vriendelijke groeten,

k. Organisatorische aandachtspunten

- Laat de jongeren niet zomaar naar huis gaan. Soms wordt er gedacht dat de jongeren op school niks meer kunnen doen, omdat ze door de emoties toch geen les kunnen volgen. Zeer begrijpelijk, maar zo kan de school ook geen opvang bieden aan de leerlingen en worden ze 'alleen' gelaten. Het is beter om samen te blijven en te praten over het verlies (zie ook materialen die gebruikt kunnen worden in verliessituaties).
- Wanneer leerlingen echt naar huis willen: ga na of de ouders thuis zijn, breng hen op de hoogte en vraag hen om de jongere op te halen of laat de jongere thuisbrengen.
- Bekijk de activiteiten van de volgende dag kritisch en overweeg eventueel het uitstellen of afgelasten van bepaalde activiteiten.
- Regel eventueel een afscheidsdienst op school voor de overleden leerling en breng de ouders hiervan op de hoogte.
- Stel een lokaal ter beschikking waar jongeren zich in alle rust kunnen terugtrekken.
- Maak een herdenkingstafeltje met een herdenkingsschrift.
- Er mag niet meer aandacht besteed worden aan een overlijden door zelfdoding als aan een overlijden met andere doodsoorzaak, omdat de kans reëel is dat zelfdoding verheerlijkt wordt.

l. Administratieve zaken

- Blokkeer alle uitgaande post betreffende de overleden jongere.
- Blokkeer de schoolrekening en stuur ook geen rekeningen meer op, behandel die persoonlijk met de ouders.
- Ga zorgvuldig om met alles wat er van de overleden jongere nog op school is, voor ouders zijn dit heel waardevolle zaken. Op vraag van ouders of tijdens latere contacten kunnen deze overhandigd worden.

m. Begeleiding tussen overlijden en uitvaart

- Besteed zeer veel aandacht aan de gevoelens en het gedrag van de leerlingen.
- Creëer een centrale herinneringsplek in de school.

- Creëer eveneens een herinneringsplek in de klas zelf. Neem de lege stoel niet meteen weg. Bespreek met de klas hoe de overledene het best herdacht wordt: foto, kaars, bloemen, tekeningen,...
- Maak ruimte en tijd voor de vragen waarmee leerlingen zitten. Leerlingen die verbaal (nog) niet sterk genoeg zijn, uiten zich misschien beter op een creatieve manier, bijvoorbeeld door tekeningen te maken. In de klas kan expliciete aandacht besteed worden aan het praten met de leerlingen over hun gevoelens en aan het werken rond afscheid nemen (zie voor mogelijke manieren om het te bespreken in de klas bij materialen).
- Stimuleer klasgenootjes om langs te gaan bij de ouders van de overleden leerling.
- Ga, na overleg met de ouders, met de jongeren na welke bijdrage ze willen leveren aan de afscheidsdienst op school en de begrafenis. Maak voldoende tijd voor de uitwerking ervan.
- Er mag niet meer aandacht besteed worden aan een overlijden door zelfdoding als aan een overlijden met andere doodsoorzaak, omdat de kans reëel is dat zelfdoding verheerlijkt wordt.
- Laatste groet. Ga eerst zelf het lichaam van de overleden leerling groeten, zodat je aan de betrokken leerlingen kan uitleggen hoe het lichaam eruit ziet. Bereid het groeten van het lichaam zeer goed voor. Iedereen gaat mee naar het funerarium, maar iedereen wordt vrij gelaten of ze een laatste groet willen brengen. Zorg voor voldoende opvang achteraf. Men gaat er samen naar toe en men komt samen terug. Men moet ook samen kunnen napraten achteraf (eventueel samen eten).
- Begravenis. “Samen heen – samen terug”. Voorbereiding in de klas.

n. Nazorg

- Creëer een blijvende plek voor de overledene, maar toon ook dat het leven verder gaat.
- Probeer de eerst schooldag na de uitvaartplechtigheid opnieuw te starten met het ‘normale’ verloop van de lessen.
- Organiseer ook na de uitvaartplechtigheid nog activiteiten die het rouwproces kunnen bevorderen, zoals tekenen, schrijven, een groepsgesprek of het werken rond gevoelens.
- Let op signalen van jongeren die het moeilijk hebben en heb speciale aandacht voor risicoleerlingen.
- Bied individuele ondersteuning aan jongeren die het moeilijk hebben met de verwerking van het verlies.
- Blijf aandacht hebben voor speciale dagen, zoals de verjaardag en sterfdag van de overleden leerling. Dit zowel in de klas als naar het gezin van betrokken leerling.
- Denk er ook aan dat schoolreizen, ouderavonden, schoolvoorstelling e.d. moeilijke momenten zijn voor de ouders, broers en zussen van de overleden leerling. Ook op die momenten kan een kaartje, brief, tekening of ander gebaar een steun betekenen voor het gezin.
- Organiseer op het einde van het schooljaar een afrondingsritueel met de klas van de leerling.

- Blijf steeds oog hebben voor de broers en zussen van de overleden leerling.
- Geef aan de ouders van de overleden leerling persoonlijke bezittingen, zoals boeken, schriften en werkstukken terug.

Bronnen:

Leidraad draaiboek suicidepreventie voor secundaire scholen. West-Vlaanderen, Suicidepreventiewerking van de Centra voor Geestelijke Gezondheidszorg, 2010.

Brief ouders na een zelfdoding van een jongere. Poperinge, CLB Poperinge.

Stappenplan leerlingenbegeleiding. Ieper, Lyceum.

Dank aan:

CGG, Nele Desseyn
CLB Poperinge, Karolien Damman
CLB Veurne, Emily Bulcke
Lyceum, Griet Van Eenhooghe



Sara Decoopman