



STICHTING
HUNTO

Suïcidaal en zelfbeschadigend gedrag van jongeren

Advies & Aanpak

- **Handel actief bij vermoeden van suïcidaal en zelfbeschadigend gedrag.**
Dat wil zeggen: wacht niet af, maar nodig de jongere uit en deel je zorgen.
- **Let op eigen houding.**
Wees betrokken, (ver-)oordeel niet, luister actief, wees open en begripvol.
- **Neem jongere altijd serieus als zij aangeven dat zij van suïcidaal of zelfbeschadigend gedrag afweten bij een medeleerling. Dit is zorg, geen klikken!**
Nodig beiden uit voor een verkennend gesprek.
- **Benoem in het eerste gesprek wat je ziet of hoort en check altijd bij de jongere of dat klopt.**
Bijvoorbeeld: "Ik vind je somber eruit zien. Klopt dat?"
- **Beloof geen geheimhouding, zorg wel voor vertrouwen.**
Geef aan dat je je zorgen met (externe) professional deelt. Doe dit altijd in overleg met de jongere.
- **Vraag of de jongere zichzelf pijn doet. Benoem dat er jongeren zijn die dat doen als zij problemen hebben.**
Bijvoorbeeld: "Sommige jongeren doen zichzelf pijn als zij zich rot voelen, jij ook?"
- **In het gesprek kan je vaak aan de lichaamshouding zien of je vraag klopt. De gespannen lichaamstaal van de jongere laat meer zien dan het antwoord op de vraag.**
Bijvoorbeeld: "Op welke momenten wil je jezelf wat aandoen?"
- **Vraag niet om de wonden te laten zien.**
Dit voegt niets toe en kan belastend zijn voor de jongere.

Waarschuwing

» Suïcidaal gedrag kan een nieuwe suïcide uitlokken

» Zelfbeschadigend gedrag lokt vaak hetzelfde gedrag uit

- Maak het zelfbeschadigende gedrag bespreekbaar en zoek in individuele gesprekken naar het onderliggend probleem van het gedrag.
Bijvoorbeeld: “Beschadig je jezelf, omdat je je wanhopig voelt? Kan je mij meer vertellen?”
- Voer geen groepsgesprekken met jongeren die zichzelf beschadigen, dat kan het zelfbeschadigend gedrag bij elkaar uitlokken en verergeren.
- Vraag of de jongere denkt of fantaseert over doodgaan.
Vraag door bij een positief antwoord.
Bijvoorbeeld: “Je gaf aan dat je aan de dood denkt, welke gedachten heb je er over?”
- Als de jongere aangeeft weleens over zelfdoding te denken maar geen plannen heeft gemaakt, dan is (externe) professionele hulp nodig.
- Als een jongere aangeeft aan doodgaan te denken en al concrete plannen heeft gemaakt over hoe en wanneer, dan moeten de alarmbellen gaan rinkelen. Direct handelen is dan geboden!
Schakel in dit geval direct de ouders/verzorgers en de huisarts in.
- Onthoud dat bij crisissituaties zorg altijd boven geheimhouding gaat. Belangrijk is een zorgvuldig bijgehouden dossier!
- Zorg als school voor de zogenaamde ‘warme overdracht’ naar de externe hulpverlening. Ga als school eventueel mee bij de eerste afspraak.
- Houdt als school ‘vinger aan de pols’- contact met de jongere als hij of zij is doorverwezen naar de externe hulpverlening. Geef het ‘landen’ in de hulpverlening een kans door een stapje terug te doen als school.
Dat wil zeggen: onderhoud contact op afstand met de jongere zodat hij of zij zich niet doorgeschoven voelt.

Advies scholen

» **Deskundigheidsbevordering bij docententeams en in- en extern zorgpersoneel**

» **Themabijeenkomsten voor ouders over suïcidaal en zelfbeschadigend gedrag**

- » **Bronvermelding: Deze informatie is beschermd door auteursrechten van GGD Haaglanden.**
- » **Meer informatie over dit onderwerp is te vinden op: www.ggdhaaglanden.nl/suna**

Stichting HUNTO

-  Caya Appeldam #4 - Centro Colorado #501 - Meiveld #1G
-  +297 281 3344
-  info@hunto.aw
-  hunto.aw