

Protocol preventie/interventie/ postventie suïcidaliteit

Protocol Preventie

- Preventie begint bij het creëren van een veilige school, waar een positief klimaat heerst. Geen loze woorden, geen reclameboodschap voor de ouders, maar een professioneel beleid, waarin de beginsituatie wordt gemeten, waarin controleerbare doelen worden gesteld, waarin sleutelfiguren verantwoordelijkheid afleggen over het te voeren en gevoerde beleid.
- De school is doordrongen van het feit dat ze als organisatie een opdracht heeft in het informeren van leerlingen en personeel met betrekking tot het thema 'geestelijke volksgezondheid'. Aan dit thema wordt impliciet en expliciet aandacht geschonken in het reguliere curriculum tijdens de lessen gymnastiek, biologie, gezondheidskunde en tijdens sociale vaardigheidsactiviteiten. (Het effect van specifieke psycho-educatieve programma's, waarbij vaak wordt uitgegaan van het feit dat suïcide een begrijpelijke reactie is op extreme stress, is niet eenduidig positief en wordt daarom vooralsnog afgeraden.)
- De school werkt expliciet aan het aanleren van oplossingsvaardigheden en hulpvaardigheden en het aangaan en onderhouden van sociale contacten. Er wordt dus een brede aanpak geadviseerd.
- Voorlichting op het gebied van alcohol en drugs en de effecten die deze middelen hebben op de gemoedstoestand van de leerling is onontbeerlijk in de aanpak rondom suïcidaliteit. Alcohol en drugs deprimeren en bevorderen impulsief gedrag. In de praktijk blijkt dat een groot aantal suïcidepogingen ondernomen wordt onder invloed van alcohol en drugs.

- Gatekeeper-trainingen zijn bedoeld voor het onderwijs-personeel, dat wordt getraind in het identificeren van risicoleerlingen; het inschatten van risico's, het adequaat verwijzen van deze leerlingen en het leggen en onderhouden van contacten met belangrijke instanties op dit gebied. Deze trainingen verhogen het competentiegevoel bij leraren op dit gebied.

Protocol Interventie

- Interventie vindt plaats door persoonlijke gesprekken met de leerling. Als leidraad kunnen de in dit boek genoemde risicofactoren en kijkwijzers gebruikt worden. Als hulp in de gesprekshouding kunnen de in dit boek genoemde handelingswijzers een rol spelen.
- De leraar/leerlingbegeleider probeert samen met de leerling de situatie waarin deze verkeert op een rijtje te krijgen. Welke problematiek speelt er? Welke mogelijke oplossingen zijn er? Wie zijn de sleutelfiguren in het leven van de leerling? Waar kan verlichting of hulp gevraagd worden?
- Wanneer suïcidaal gedrag wordt vastgesteld, wordt aan de hand van een checklist gekeken hoe concreet de suïcideplannen zijn.
- De leraar of leerlingbegeleider heeft een up-to-date adres- en telefoonlijst van hulpinstanties, hulppersonen en heeft een achterwacht- of buddy-collega, die op de hoogte is van de crisissituatie.
- De leraar neemt contact op met ouders en verzoekt ze per direct hulp in te schakelen, de leraar ondersteunt hierin.
- Wanneer het gezin de risicofactor is (mishandeling, verwaarlozing, pedagogische onmacht, incest), wordt in overleg met de leerling en andere begeleiders/deskundigen een alternatieve opvang gezocht.
- Risicovolle voorwerpen worden uit de omgeving van de

leerling verwijderd (touw, scherpe voorwerpen, medicatie, glas, drank/drugs).

- Toegang tot risicovolle gebouwen en voertuigen wordt verhinderd.
- Er worden afspraken gemaakt over de dagstructuur, het dagprogramma en over de begeleiding van de leerling.

Checklist ter vaststelling van het acute suïciderisico

- Heeft het kind middelen of voorwerpen in zijn of haar bezit of nabijheid die hij of zij wil gebruiken?
- Weet het kind waar hij of zij de poging wil uitvoeren?
- Heeft hij of zij afscheidsbriefjes geschreven?
- Heeft het kind speciale of kostbare bezittingen weggegeven?
- Neemt hij of zij meer dan gewone risico's?
- Heeft het kind actie ondernomen om derden te verhinderen in te grijpen?

Protocol Postventie

- Postventie start nadat een leerling suïcide heeft gepleegd. Postventie heeft als primair doel de leerlingen, het schoolpersoneel en overige betrokkenen te ondersteunen in het rouwproces.
- Het doel van postventie is traumatisering van medeleerlingen en personeel voorkomen. Door structuur te bieden aan het proces van verdriet en rouw moet voorkomen worden dat de betrokkenen psychische problemen ontwikkelen en er mogelijke imitatie-effecten ontstaan.
- Het is van belang dat het personeel en de leerlingen snel, effectief en juist worden geïnformeerd, zodat er niet allerlei onjuiste verhalen gaan circuleren. School is wel gebonden aan datgene wat ouders hierin wenselijk achten. Goed overleg met en advisering van ouders speelt daarin een belangrijke rol.

- In het postventietraject moet er ook oog zijn voor het continueren van de dagelijkse gang van zaken. Veel leerlingen willen ondanks hun verdriet en verbijstering zo snel mogelijk terug naar de houvast en structuur van het dagelijkse schoolleven.
- Het postventietraject wordt duidelijk beschreven in het postventieplan, dat deel uitmaakt van het totale protocol.
- Een dergelijk plan schrijven blijft maatwerk. Het zal geschreven moeten worden met inachtneming van de specifieke situatie op de betreffende school. Het zelf schrijven van zo'n plan zorgt er ook voor, dat het 'detail specifieker' en 'doorleefder' wordt. Het plan, met draaiboek, is van groot belang, omdat het structuur biedt in een situatie waarin de wereld even op zijn grondvesten schudt.
- Het is van belang dat jaarlijks aandacht wordt geschonken aan dit soort plannen. Stel ze in de eerste maand van het schooljaar opnieuw aan de orde met de vragen: Is het plan nog up-to-date? Zijn de verantwoordelijke personen nog steeds verantwoordelijk? Heeft het nieuwe personeel kennis van het plan?

In het **postventieplan** komen onder andere aan de orde:

- Het op de hoogte brengen van het personeel, de leerlingen en de ouders van de overige leerlingen.
- Afspraken rondom contacten met de media.
- Afspraken met betrekking tot de eindverantwoordelijkheid in de uitvoering van het postventieplan.
- Afspraken over eenduidige berichtgeving naar de leerlingen.
- Wanneer en waar worden de leerlingen geïnformeerd, in welke bewoordingen (bijvoorbeeld het eerste lesuur, in de eigen mentorgroep, door de vertrouwde mentor, deze krijgt eventueel een schriftelijke tekst aangeleverd).
- Vaak worden leerlingen voor het eerst geconfronteerd

met de dood, dan kan uitleg van rouw, het ervaren van verlies, de procedures rondom condoleren, begrafenis of crematie verhelderend en steunend zijn.

- Het bespreken met de leerlingen hoe emoties geuit kunnen worden.
- Hoe te reageren naar de familie. Vormen van steunbetuigingen. Uitleggen wat condoleren is.
- Het is belangrijk in algemene termen te informeren over suïcide en te vertellen dat suïcide geen normale reactie is op stress.
- Maatregelen ter voorkoming van kopieergedrag.
- De zorg voor de risicoleerlingen: leerlingen die eerder een suïcide hebben meegemaakt; leerlingen die bekend zijn met depressieve klachten; leerlingen die opgroeien in problematische gezinssituaties (bijvoorbeeld KOPP-kinderen²⁰); leerlingen die onlangs een conflict hadden met de overleden leerling; leerlingen die de overledene idealiseren.
- Contact met de familie waarin steun wordt aangeboden, afspraken over betrokkenheid van school bij begrafenis of crematie.
- Welke rouwactiviteiten er op school plaatsvinden.
- Inrichting van een tijdelijke rouwruimte.
- Zorg voor het schoolteam.
- Externe professionele ondersteuning.
- Na enige tijd evaluatie en eventuele aanpassing van het postventieplan.

Van Heeringen geeft in het *Handboek Suïcidaal Gedrag*²¹ een aantal aanbevelingen voor de media, onder andere ter voorkoming van een imitatie-effect. De volgende zijn ook bruikbaar in de onderwijspraktijk:

²⁰ Kinderen van Ouders met Psychiatrische Problematiek.

²¹ Van Heeringen, 2006.

- Beschrijf de methode van de suïcide niet in detail.
- Beschrijf de suïcide niet sensationeel of romantiserend.
- Simplificeer de daad niet, alsof er maar één enkele aanleiding zou zijn.
- Maak er geen heldendaad van.
- Stel de suïcide niet voor als een redelijk alternatief, of als een begrijpelijke en invoelbare oplossing, maar als een wanhoopsdaad.
- Belicht de achtergrond van impulsiviteit en het 'crisiskarakter' van suïcide.
- Bespreek alternatieven voor suïcide: hulp zoeken bij huisarts, telefonische hulpdiensten, gesprek met mentor, vertrouwenspersoon, websites van hulpverlenende instanties.