

Zelfdoding in het jeugdwerk

**Doorverwijzen
en omgeving
erbij betrekken**

“Een psycholoog? Ik ben toch niet gek?!”
“Mijn ouders begrijpen niet hoe ik mij voel.”
“Niemand gaat mij kunnen helpen.”
“Dit blijft toch tussen ons, hé?”
“Ik wil mijn ouders niet tot last zijn.”

Jongeren ervaren heel wat drempels om hun omgeving in te lichten en de stap naar hulpverlening te zetten. Ze zijn onzeker over wat ze kunnen verwachten, ervaren angst of schaamte, hebben een negatief beeld van hulpverlening of geloven dat niemand hen kan helpen.

Gebruik onderstaande tips om ouders of een vertrouwenspersoon te betrekken bij de jongere en hen te motiveren om de stap naar hulp te zetten.

Tip 1

Beloof geen geheimhouding

Geef dit van in het begin duidelijk aan. Een jongere heeft vaak al zijn moed verzameld om je te vertellen over zijn zelfmoordgedachten. Hij ziet jou als een vertrouwenspersoon. Hem de boodschap geven dat je het nodig vindt om zowel een andere volwassene als hulpverlening te betrekken bij de situatie is dan niet gemakkelijk, maar wel noodzakelijk. Je kan als begeleider bang zijn dat het delen van de vertrouwelijke informatie je vertrouwensband met de jongere schaadt. Informeer daarom de jongere over de stappen die je zet. Bespreek met de jongere welke volwassene of hulpverlening je samen kan betrekken en op welke manier dit het best kan gebeuren.

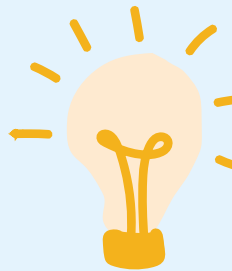
Wat als de jongere aandringt om zijn verhaal geheim te houden?

Geef de jongere duidelijk de boodschap dat het belangrijk is om volwassenen zoals ouders, een vertrouwenspersoon of een andere begeleider te betrekken zodat de jongere de juiste hulp kan krijgen. Indien de jongere blijft weigeren om anderen te betrekken, vraag je naar wat hij of zij hierbij moeilijk vindt. Sommige jongeren willen anderen niet tot last zijn of zijn bang dat ze niet serieus genomen worden. Overtuig de jongere om toch het gesprek met anderen aan te gaan. De manier waarop dit gesprek zal gebeuren, kan je samen bepalen. Een jongere denkt bijvoorbeeld aan zelfmoord en worstelt met zijn geaardheid, maar is er nog niet klaar voor om dit laatste te delen met anderen. In het gesprek met ouders of hulpverleners kan deze info initieel achterwege gelaten worden. Het feit dat de jongere aan zelfmoord denkt, heeft hier prioriteit.



Tip 2 Breng ouders steeds op de hoogte

De basisregel is dat ouders altijd ingelicht moeten worden wanneer hun kind aan zelfmoord denkt. Ouders dragen de verantwoordelijkheid voor het welzijn van hun kind en hebben ook het recht om te weten hoe het met hun kind gaat. Laat de jongere weten dat je zijn of haar ouders inlicht. Zoek indien mogelijk samen naar een geschikte manier om de informatie te delen. Bespreek met de jongere of je het gesprek met beide ouders voert. Soms verkiest een jongere een gesprek met één van de ouders. Spreek af of jij het gesprek met de ouders alleen of samen met de jongere doet.



Wat als de jongere niet wil dat zijn ouders ingelicht worden?

Probeer de jongere te motiveren door aan te geven dat hij er niet alleen voor staat. Wanneer er ernstige redenen zijn om ouders niet in te lichten, kan je samen kijken welke andere volwassen vertrouwenspersoon uit de omgeving wel betrokken kan worden. Het belangrijkste is dat zowel de jongere als jezelf als jeugdwerker niet alleen staan met de informatie die de jongere gegeven heeft.

Wat als ouders een deel van het probleem vormen?

Soms komt een jongere uit een moeilijke thuissituatie of blijkt dat de ouders een deel van het probleem vormen. Volgende vraag kan door je hoofd gaan: 'Maken we de situatie niet erger voor de jongere als we de ouders inlichten?' Dit is een logische vraag die beslissingen moeilijk kan maken. Daarom raden we aan om contact op te nemen met een hulpverlener of verantwoordelijke van je organisatie. Zo kan iemand vanop afstand meedenken.

Tips voor het gesprek met ouders

- ✓ Ga indien mogelijk samen met de jongere in gesprek met de ouders.
- ✓ Vraag jezelf af of je het ziet zitten om zo'n gesprek te doen. Het is helemaal oké als dit niet zo is.
- ✓ Bekijk binnen je organisatie welke personen deze taak op zich willen nemen.
- ✓ Doe het gesprek niet alleen. Laat je ondersteunen.
- ✓ In het gesprek licht je de ouders in over je bezorgdheid en pols je naar hun mening.
- ✓ Vertel hen dat de jongere op de hoogte is van het gesprek dat je met hen hebt indien de jongere niet mee aan tafel wil zitten.
- ✓ Geef aan dat hulpverlening de jongere kan helpen. Geef eventueel contactgegevens van hulpverleningsinstanties mee. (🔗 fiche Waar kan ik terecht?)

Wees erop voorbereid dat de eerste reactie van ouders heel verschillend kan zijn, gaande van boosheid tot verdriet en ongeloof.

Tip 3

Probeer zicht te krijgen op de bestaande doorverwijskanalen

Het is handig om zelf te weten waar een jongere terecht kan die niet goed in zijn vel zit of die aan zelfmoord denkt. Ook als jeugdwerker kan je op sommige diensten beroep doen voor advies en ondersteuning. Naast hulpverleners (🐼 fiche Waar kan ik terecht?) kan je als jeugdwerker ook terecht bij het aanspreekpunt van je organisatie. Zij kunnen samen met jou de situatie bekijken en nadenken over de mogelijke stappen.

Wat als de jongere niet doorverwezen wil worden?

Jongeren die aan zelfmoord denken, hebben meer gespecialiseerde ondersteuning nodig. Dit reikt veel verder dan jouw rol als begeleider. Geef de jongere de boodschap dat hij er niet alleen voor staat, dat hulp beschikbaar is en geef enkele hulpbronnen mee. Als jij of de jongere een hulpverleningsorganisatie nog niet kennen, neem dan eens samen een kijkje op hun website. Het kan voor de jongere drempelverlagend werken als hij of zij op voorhand wat meer informatie heeft over de dienst.



Omgaan met een jongere die denkt aan zelfmoord is niet gemakkelijk. Lucht op tijd je hart. Blijf niet alleen zitten met je bezorgdheden of vragen.