

Zelfdoding in het jeugdwerk

**Op kamp,
cursus, ...**

Op kamp of cursus gaan betekent: jongeren een onvergetelijke tijd bezorgen, de zotste dingen eerst proberen, een hechte groep creëren waarin iedereen zich thuisvoelt, ... maar ook een luisterend oor bieden aan een jongere die zich niet goed voelt, of een jongere die denkt aan zelfdoding ondersteunen. Dit laatste is niet altijd evident. Soms moet je even nadenken of de jongere wel mee op kamp kan gaan. Ook tijdens het kamp kan je onverwacht geconfronteerd worden met een jongere die aan zelfmoord denkt.

Belangrijke aandachtspunten

- ✓ Indien je ondersteuning nodig hebt, neem contact op met het aanspreekpunt van je organisatie, een hulpverlener of volwassene in je omgeving.
- ✓ Je doel als jeugdwerker op kamp of op cursus is om een groep jongeren een fijne vrije tijd bezorgen. De tijd en aandacht die naar een jongere met zelfdodingsgedachten gaat, heeft automatisch gevolgen voor de groep.
- ✓ Je draagt als jeugdwerker de verantwoordelijkheid voor een groep jongeren. Een jongere die denkt aan zelfdoding kan je verantwoordelijkheid en draagkracht overschrijden. Dit kan het geval zijn wanneer een jongere bijvoorbeeld wegloopt van de activiteit, te veel individuele zorg en aandacht vraagt, andere jongeren zich tijdens de activiteiten zorgen maken, ... Durf hierbij stil te staan.
- ✓ Doe wat je kan voor de jongere. Het is niet jouw verantwoordelijkheid om ten allen tijde de veiligheid te garanderen.
- ✓ Sta stil bij de emotionele impact op de andere jongeren. Dit kan andere zaken losmaken, jongeren kunnen ongerust zijn, ...

Als je weet dat een jongere denkt aan zelfmoord, stel dan de volgende vragen in aanloop naar het kamp of de cursus

1. Zie je het als ploeg zitten?

Als begeleider is het je opdracht om de hele groep jongeren een fijne vrije tijd te bieden. Je bent geen hulpverlener. Het is niet altijd vanzelfsprekend om een jongere met zelfmoordgedachten mee te nemen op kamp of op cursus. Heb je ondersteuning nodig in dit proces, neem dan contact op met het aanspreekpunt van je organisatie.

2. Wat zijn de verwachtingen van de jongere?

Bespreek open met de jongere jullie bezorgdheden en verwachtingen. Wat heeft de jongere nodig? Kan hij of zij de eigen situatie realistisch inschatten? Hoe reageert de jongere als je hierover praat? Wat zou voor de jongere een goed kamp zijn?

3. Is de balans draagkracht - draaglast in evenwicht?

Denk voldoende na over:

Hoe is de deelnemersgroep? *Groot aantal deelnemers of net een kleiner groepje, het aantal jongeren met psychische of fysieke problemen, veel conflicten of net niet, ...*

Wat is de belasting van het kamp of de cursus? *Weinig slaap, beperkte accommodatie, fysiek zwaar, deelnemer wordt geconfronteerd met eigen grenzen, ...*

Hoe is de begeleidingsploeg samengesteld? *Veel ervaring, minder ervaring, grote ploeg begeleiders of net niet, ...*

4. Schat volgende zaken in

Is het mogelijk om duidelijke afspraken te maken met de jongere en de ouders? *Kan je rustig in gesprek gaan met de jongere en ouders, worden afspraken altijd nageleefd, ...*

Is er risico op weggelooptgedrag? *Is er thuis sprake van weggelooptgedrag? Verdwijnt de jongere soms tijdens jullie activiteiten? Leeft de jongere de gemaakte afspraken na?*

Heeft de jongere frequent crisismomenten? *Zeer recente zelfmoordpoging, de jongere dreigt openlijk met zelfmoord, ...*

Is de jongere op dit moment in begeleiding bij een hulpverlener? *Staat deze hulpverlener achter de deelname aan het kamp of de cursus?*

Kan de jongere mee naar het kamp of de cursus?

Als jullie beslissen dat de jongere mee kan op kamp of cursus.

Stel samen met de jongere en zijn ouders een plan op zodat het kamp of de cursus goed kan verlopen. Volgende punten kunnen je hierbij helpen:

Maak afspraken over de bereikbaarheid van de ouders tijdens het kamp zodat de jongere indien nodig in de loop van het kamp of de cursus kan worden opgehaald.

Indien de jongere geen volledig kamp ziet zitten (bv. te vermoeiend, ...) kan je bekijken of de jongere later aansluit of vroeger naar huis gaat. Op deze manier is het toch mogelijk om mee te gaan.

Spreek af hoe de jongere duidelijk zal maken dat het niet goed gaat.

Leg aan de jongere uit dat niet iedereen een luisterend oor kan bieden als het gaat over zelfmoordgedachten. Bespreek vooraf bij welke begeleider(s) de jongere hiervoor terecht kan.

Leg de jongere uit dat er niet op elk moment tijd zal zijn voor een gesprek hierover. Geef aan dat er later tijd gemaakt zal worden om hierover te praten.

Als jullie beslissen dat de jongere niet mee kan op kamp of cursus.

Probeer dit in eerste instantie te bespreken met de jongere. Bekijk het thema ook met de ouders.

Trek hiervoor voldoende tijd uit zodat de jongere en de ouders al hun vragen kunnen stellen.

Bespreek het proces dat aan deze keuze vooraf is gegaan. Vaak is het zo dat een jongere niet mee op kamp of cursus kan omdat de nodige ondersteuning niet geboden kan worden door de begeleidingsploeg.

Geef de boodschap dat de jongere zeker welkom is op andere activiteiten.



Wat als er onverwacht op het kamp of de cursus iets gebeurt?

Onderstaande situaties kunnen zich voordoen:



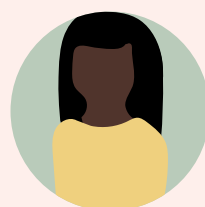
Mats, één van je medebegeleiders, vertrouwt je 's avonds op een rustig moment toe dat hij soms wel eens denkt aan zelfdoding.



Je verneemt van andere deelnemers dat Lucie zich al langer vreemd gedraagt. Zij blijkt 's nachts te zijn verdwenen. Na een zoektocht vinden jullie haar terug in het bos. Uit het gesprek dat je met haar hebt, blijkt dat zij eerder al een poging ondernam en nog steeds denkt aan zelfmoord.



Fien, een deelnemster die al een hele cursus zichtbaar afwezig is en geen connectie maakt met de anderen, vertelt je nadat je haar aanspreekt dat ze schrik heeft om de controle over zichzelf te verliezen. Ze spreekt over heel concrete zelfdodingsplannen.



Aya, een deelnemster die je vooraf niet kende, is al snel heel open over haar psychische problemen. Je komt te weten dat ze enkele weken voor het kamp nog opgenomen werd op een psychiatrische afdeling. Nu komt ze labiel over, ze claimt de begeleidingsploeg die tracht te luisteren naar haar verhaal, ... Dit escaleert en ze vertelt openlijk aan leden en leiding over haar zelfdodingsgedachten.

Wat kan je doen?

Bespreek met je begeleidersgroep hoe jullie de situatie zullen aanpakken.
Bekijk of de draagkracht in evenwicht is met de draaglast.
Kom samen tot een gedragen besluit.

1.

Neem de tijd om de situatie rustig te bespreken.
(👁️ fiche Crisissituaties & fiche Bespreekbaar maken)

2.

Neem contact op met het aanspreekpunt van je organisatie zodat hij of zij je vanop afstand kan ondersteunen en adviseren.

3.

Laat indien mogelijk de situatie inschatten door een professionele hulpverlener zoals bv. een huisarts (👁️ fiche Waar kan ik terecht?). Het is moeilijk om dit zelf als jeugdwerker te evalueren.

4.

Contacteer steeds de ouders of voogd wanneer het onderwerp zelfdoding naar boven komt in een gesprek met een jongere.
(👁️ fiche Doorverwijzen en omgeving erbij betrekken)

- Zijn de ouders hiervan al op de hoogte?
- Hoe schatten de ouders dit in?
- Is er al hulpverlening ingeschakeld?
- Leg uit hoe jullie de situatie ervaren.
- Bespreek wat een eerste stap kan zijn.

5.

Contacteer de ouders indien de situatie op kamp niet houdbaar is en maak praktische afspraken om de deelnemer te laten ophalen. Het kan aangewezen zijn dat het aanspreekpunt van de organisatie dit regelt.

Wat als je ondanks alle voorzorgsmaatregelen toch geconfronteerd wordt met een zelfmoordpoging op kamp of op cursus?

Een zelfmoordpoging tijdens een kamp of cursus is een acute crisissituatie die je kan overvallen. De eerste actie die je onderneemt, is het contacteren van hulpdiensten. Daarnaast is het belangrijk om jezelf bij te laten staan door iemand van je organisatie. Zij kunnen je ondersteunen of een aantal zaken overnemen zoals o.a. communicatie met ouders, pers, opvang van deelnemers en begeleiders, ... Samen kan je bekijken of en hoe het kamp of de cursus verdergezet kan worden of afgelast moet worden. (👁️ fiche Crisissituaties)