

**Kaartenset** voor het bespreekbaar maken van suïcidaliteit bij kinderen en jongeren

## Wat is SParcours?

Een kaartenset die ondersteunt bij het **aankaarten, bespreken en verdiepend onderzoeken van suïcidaliteit** bij kinderen vanaf ontwikkelingsleeftijd 10 jaar.

## Hoe werkt het?

Drie verschillende SuïcidePreventie-parcours bieden **werkvormen** en **richtvragen** om in gesprek te gaan over suïcidaliteit:

- **Babbelparcours**
- **Tekenparcours**
- **Wandelparcours**

## Voor wie?

Voor **alle hulpverleners** die individueel werken met suïcidale kinderen, met een basiskennis in suïcidepreventie.

## Wanneer?

Gebruik SParcours wanneer een kind aangeeft dat het **aan zelfmoord denkt**.

SParcours kan zowel gebruikt worden voor een **eerste gesprek** als voor **vervolggesprekken**.

## Het doel

- Aankaarten, bespreken en verdiepend onderzoeken van suïcidaliteit.
- Installeren van een veilig kader om suïcidaliteit te bespreken, zelfmoordgedachten te ordenen en isolement te doorbreken.
- Ondersteuning bij het komen tot een gedegen **Risicoformulering** en het in kaart brengen van **zorgbehoeften**. Op basis hiervan de best passende **vervolgzorg** installeren.
- Concrete input voor het opstellen of bijwerken van een persoonlijk **Safety Plan**.



## Aan de slag



- SParcours **gratis downloaden**: print en knip en ga direct aan de slag.
- SParcours **online aankopen**: verstevigd materiaal en met praktische toebehoren om SParcours mee op stap te nemen.
- Meer verduidelijking nodig? Raadpleeg de **instructievideo** of de **handleiding** of volg een van onze gratis **webinars**.

# INHOUD



## Drie parcours

De drie parcours kennen dezelfde **opbouw** om al pratend, creatief of via beweging/de omgeving volgende thema's te verdiepen:

1. Suïcidale gedachten en gevoelens
2. Suïcidale intentie
3. Signalen dat het moeilijker wordt
4. Emoties wanneer het moeilijker wordt
5. Risico- en beschermende factoren + voorspelbare veranderingen
6. Belangrijkste personen
7. Afleiding vinden als het moeilijk gaat
8. Redenen om vol te houden
9. Zorgcontinuïteit en veiligheid

De **basiskaarten** zijn blauw en **verdiepende kaarten** geel. Je kiest als hulpverlener welke kaarten je gebruikt, welke vragen je stelt en welke parcours je eventueel combineert.

Op de achterkant van elke kaart staat telkens of deze info geeft voor de **Risicoformulering** of het **Safety Plan**.

Op de voorkant van de parcourskaarten start je telkens met een **werkvorm** voor het kind. Deze zullen het gesprek leiden/het creatief werk mee vormgeven/de wandeling mee richting geven. De achterkant geeft **voorbeeldvragen** voor de hulpverlener en eventuele extra acties voor het kind.

## Vorming & advies

- > Ons e-learningplatform: [sp-reflex.zelfmoord1813.be](https://sp-reflex.zelfmoord1813.be)
- > Ons vormingsaanbod: [zelfmoord1813.be/vormingen](https://zelfmoord1813.be/vormingen)
- > ASPHA - de advieslijn suïcidepreventie voor huisartsen en andere hulpverleners: [zelfmoord1813.be/aspha](https://zelfmoord1813.be/aspha)