

Leidraad Opvang en Evaluatie Suïcidaliteit in Detentie LOES-D

Wat is LOES-D?

LOES-D is een Leidraad voor de opvang en evaluatie bij suïcidaliteit bij personen in detentie en biedt, in de vorm van een interview, **handvaten** aan om in gesprek te gaan met de persoon.

Hoe LOES-D gebruiken?

In LOES-D vind je een aantal **thema's** die kunnen helpen om een **zicht te krijgen op de suïcidaliteit** van een persoon in detentie. Op basis van LOES-D kan je de **Risicoformulering** opmaken. Deze Risicoformulering kan dan weer helpen om samen met de persoon in detentie het Safety Plan in te vullen.

Bij elk thema staan een aantal **voorbeeldvragen**. Formuleer de vragen zoals voor jou best aanvoelt en pas ze aan naargelang de context en de omstandigheden. Probeer hierbij een **open, niet-veroordelende empathische houding** aan te nemen, waarbij je focust op het gesprek en de zorgen van de persoon met zelfmoordgedachten.

Het is niet nodig om alle vragen (letterlijk) te stellen of om de volgorde te respecteren, probeer wel een zicht te krijgen op de verschillende thema's.

Thema's

1. Voorgeschiedenis van suïcidaal gedrag
2. Huidige suïcidale intentie
3. Risicofactoren
4. Hulpbronnen
5. Voorspelbare veranderingen
6. Zorgnoden

Houd hierbij rekening met:

- Het **detentietraject**
bv. Is de persoon al veroordeeld? Hoelang moet de persoon de straf nog uitzitten? Is dit hun eerste keer in de gevangenis?
- De **mogelijkheden** in jouw gevangenis
bv. Welke hulpverlening is wanneer beschikbaar, welke mogelijkheden zijn er wat betreft afleiding (bv. naar buiten gaan, bibliotheek, sport, muziek luisteren, puzzelen, etc.)?
- Verschillen in culturele **achtergrond** of geloof
Probeer je bewust te zijn van je eigen culturele kader en probeer de woorden te gebruiken die de persoon zelf gebruikt. Vraag hoe de persoon zelf over zelfmoord praat en welke woorden die gebruikt.

Wanneer LOES-D gebruiken?

Het suïcidaal proces kan sterk **fluctueren** doorheen de tijd. Daarom is het belangrijk **geregeld het suïciderisico (opnieuw) in te schatten**.

Doe dit in elk geval:

- bij onthaal (ook na overplaatsing)
- bij crisissituaties
- bij (toekomstige) veranderingen in de detentie of in de situatie buiten detentie
- bij signalen of suïcidale uitingen of na een zelfmoordpoging

Niet elke vraag past even goed bij elk contactmoment of elk punt in het detentietraject. Elke persoon en situatie is anders, er zijn geen vaste vragen opgedeeld per contactmoment. Je kijkt best zelf welke vragen gepast zijn en welke vragen je beter op een later moment kan stellen.

De **onderlijnde vragen** bespreek je best wel wanneer je weinig tijd hebt of bij een crisis.

1. Voorgeschiedenis van suïcidaal gedrag

Breng bij elke gedetineerde bij onthaal de voorgeschiedenis in kaart.

Zelfmoordgedachten

- Heb je **ooit** aan zelfmoord gedacht?
 - Wanneer voor het laatst?

Suïcidaal gedrag

- Heb je **ooit** een zelfmoordpoging gedaan?
 - Wanneer voor het laatst?
 - Welke methode heb je toen gebruikt?
- Heb je al eens dicht bij een suïcidepoging gestaan?
 - Wanneer was dat?

→ **Recente gedachten of poging?**

Ga dan verder in gesprek op basis van de vragen in deel 'Huidige suïcidale intentie'

→ **Geen recente gedachten of pogingen? Nooit aan zelfmoord gedacht of een poging gedaan?**

Herbevestig dan suïcidaliteit bij signalen of suïcidale uitingen, na een zelfmoordpoging of bij ingrijpende veranderingen (bv. vonnis, overplaatsing, relatiebreuk, ...).



2. Huidige suïcidale intentie

Bij signalen of bij recente zelfmoordgedachten of -poging bevraag je in elk geval de huidige suïcidale intentie.

Zelfmoordgedachten:

- Denk je **momenteel** aan zelfmoord?
- **Hoelang** heb je deze gedachten al?
- **Hoe vaak** heb je zelfmoordgedachten?
- Hoe **intens** zijn je zelfmoordgedachten?
- Kan je je gedachten onder **controle** houden of denk je constant aan zelfmoord?
- Zijn er specifieke situaties waarin ze (vaker) opkomen?

Concrete plannen:

- Heb je een **concreet plan** gemaakt?
 - Welke **methode** overweeg je? Is deze al voorhanden?
 - **Wanneer** zou je dit doen?
 - Heb je al bepaalde **voorbereidingen** getroffen?
 - **Hoe snel** wil je je plan uitvoeren?
 - In welke mate kan je het uitstellen?

Hopeloosheid

- Voel je je soms wanhopig of **hopeloos**?
Wat maakt dat je het gevoel hebt dat de situatie hopeloos is?
- Zie je mogelijkheden dat het beter wordt voor jou?
Is er iets wat jou hoop geeft?
- Wat zou zelfmoord voor jou **betekenen**?
Wat wil je bereiken door zelfmoord?

Bij herbevestiging

- Hoe ging het de voorbije weken?
- Vorige week gaf je aan dat ..., hoe gaat het nu?

→ Breng de aanwezige zelfmoordgedachten, plannen en hopeloosheid (huidige suïcidale intentie) opnieuw grondig in kaart.

Weinig tijd?
Stel in elk geval de onderlijnde vragen!



3. Risicofactoren (onderliggende problemen)

Stresserende levensgebeurtenissen:

- Zijn er bepaalde **zaken** die je stress geven of **waar je je zorgen over maakt**?
- Zijn er recente of toekomstige **veranderingen** die je extra stress geven?
- Zijn er de voorbije dagen / weken zaken gebeurd waardoor je je meer hopeloos voelde?
- Is er iets in jouw **cultuur of achtergrond** dat invloed heeft op jouw problemen?

→ Denk hierbij aan zaken die zich **zowel binnen als buiten detentie** afspelen zoals

- *een verlies of ziekte van een belangrijk iemand*
- *problemen in sociale relaties*
- *praktische of financiële zorgen, woonproblemen*
- *traumatische ervaringen*
- *juridische zaken zoals een aankomende uitspraak, overplaatsing, ...*
- *detentiespecifieke zaken zoals pesterijen, incidenten binnen detentie, gevoelens van onveiligheid, ...*

Lichamelijke klachten:

- Heb je bepaalde **lichamelijke klachten of pijn** waar je last van hebt?

Psychische problemen:

- Heb je nu of in het verleden **psychische problemen** gehad?

Middelengebruik

- Gebruik je drugs, medicatie of alcohol?
- Heb je problemen met middelengebruik?

Confrontatie met zelfdoding in de omgeving:

- Ben je zelf ooit **in je omgeving** geconfronteerd met zelfdoding?
- Ben je iemand uit je omgeving verloren aan zelfdoding?

→ Denk hierbij ook aan celgenoten of andere medegegedetineerden.

Zelfverwonding:

- Verwond je jezelf soms?
- Heb je jezelf al eens opzettelijk pijn gedaan?
 - Wanneer heb je dit voor het laatst gedaan?

Coping

- Hoe ga je over het algemeen om met problemen?
- Gebruik je soms drugs, medicatie, alcohol, ... (om aan je problemen te ontsnappen)?
- Word je soms **kwaad of agressief** wanneer de dingen niet lopen zoals je wil?

→ Wees alert op zaken zoals agressie, impulsiviteit of middelengebruik.



4. Hulpbronnen (beschermende factoren)

Volhouden

- Wat heeft er je tot nu toe **geholpen om geen poging te doen**?
- Wat helpt er jou om het **vol te houden**?
- Wat geeft jou kracht om door te gaan? Wat geeft jou hoop?
- Wat zijn **redenen om te blijven leven**?

Sociaal netwerk

- **Bij wie kan je terecht** als het moeilijk gaat?
 - Binnen de gevangenis
 - Zit je alleen op cel of met anderen?
 - Kom je goed met hen overeen?
 - Heb je vrienden / positieve contacten in detentie?
 - Kan je terecht bij de beambten, hulp- en dienstverleners, bedienaren van de erediensten, ...?
 - Buiten de gevangenis
 - Heb je belwaarde?
 - Zijn er mensen die je soms belt?
 - Komen mensen je soms bezoeken?
 - Kan je met jouw familie en/of vrienden praten over je zelfmoordgedachten?
 - Hoe kijken ze in jouw **cultuur / religie** naar zelfmoord?

Tip!

Informeer je over de reële mogelijkheden in de gevangenis om frustraties te vermijden

Afleiding en ontspanning

- Wat helpt jou op moeilijke momenten?
- Zijn er zaken die je helpen om je **af te leiden** van je problemen?
- Wat helpt er jou om je te **ontspannen**?
- Neem je deel aan **activiteiten**, wandeling, ...?
- Heb je **werk** in de gevangenis?
- Heb je toegang tot kleine, concrete afleiders: kantine, chocolade, tv, ...?
- Wat zijn kleine dingen die kunnen helpen in je cel?
 - *Bv, stressbal, leesboeken, sudoku's, foto's, ...*



Zingeving

- Zijn er dingen of activiteiten die je helpen om je dag **betekenis te geven**?
- Ben je **gelovig**?
- Zijn er zaken waar je naar **uitkijkt**?
- Zijn er de voorbije dagen of weken dingen gebeurd waar je **moed of energie** uit hebt gehaald?

→ **Risicofactoren en beschermende factoren zijn nauw met elkaar verbonden**: een negatief antwoord op een vraag rond een beschermende factor kan zo een risicofactor worden, zoals bijvoorbeeld het ontbreken van positieve sociale contacten of het ontbreken van redenen om vol te houden..

5. Voorspelbare veranderingen

- Hoe kijk je naar de **toekomst**?
- Zijn er zaken de komende dagen of weken waar je tegenop ziet of waarover je je zorgen maakt?
- Zijn er zaken die je zouden kunnen helpen om de komende periode door te komen?
- Zijn er zaken de komende dagen of weken waar je naar **uitkijkt**?



!! Aandachtspunt

Vragen die peilen naar de **toekomst (voorspelbare veranderingen)** of naar **hulpbronnen** kunnen extra moeilijk te beantwoorden zijn voor (nieuw-)gedetineerden in voorlopige hechtenis of die nog niet veroordeeld zijn.

6. Zorgnoden

- Heb je **in het verleden**, toen het moeilijk met je ging, **hulp gezocht** voor psychische problemen?
 - Wie heeft je toen **geholpen**?
 - Wat vond je daarvan?
- Ben je bereid om hier binnen detentie verdere begeleiding te volgen of behandeling te krijgen?
- Welke **verwachtingen** heb je van zorg of behandeling?
- Hoe ervaar je de hulp of behandeling die is opgestart?
- Hoe zouden wij kunnen merken dat het slechter / beter gaat?
- Waar zou jij hulp zoeken in het land waar jij / je ouders / je familie vandaan komen?

Aan de hand van de vragen in deze leidraad kan je de **Risicoformulering** invullen. De icoontjes geven aan welke informatie onder welk onderdeel van de risicoformulering hoort.



Bij **herbevraging** pas je de Risicoformulering aan op basis van de nieuwe informatie.