# **Stappen bij (vermoedens van) suïcidaliteit**

Binnen het jeugddomein

**Het is belangrijk om zo vroeg mogelijk aanwezige suïcidale gedachten te identificeren. Dat doe je door alert te zijn op signalen die op suïcidaliteit kunnen wijzen en standaard bij bepaalde momenten naar suïcidaliteit te vragen. Als daaruit blijkt dat een jongere inderdaad met suïcidaliteit worstelt, is het vervolgens van belang daarover in gesprek te gaan en een aantal stappen te ondernemen. Hieronder staan kort de te nemen stappen.**

Iedereen kan en mag vragen naar suïcidaliteit en het gesprek erover aangaan. Erover praten werkt beschermend en versterkt de suïcidaliteit niet. Loop je vast of vind je het moeilijk, vraag er dan een [vul beroep in] bij of wend je tot de aandachtsfunctionaris suïcidepreventie.



**Signaleer en stel vragen.** Vraag altijd naar suïcidaliteit bij uitingen van wanhoop of andere signalen die kunnen wijzen op suïcidaliteit. Doe dit ook bij de intake, ingrijpende gebeurtenissen, overgangsmomenten en als het plotseling beter met iemand lijkt te gaan.

**Voorbeeldvragen**

* Zijn er wel eens momenten dat je niet meer wakker zou willen worden of er niet meer zou willen zijn?
* Gaan die gedachten wel eens verder, dat het in je opkomt om jezelf wat aan te doen?
* Heb je wel eens gedachten gehad om uit het leven te stappen?
* Heb je wel eens gedachten gehad aan zelfmoord/zelfdoding?
* Heb je jezelf wel eens iets aangedaan?
* Heb je wel eens voorbereidingen getroffen, informatie opgezocht op internet om jezelf wat aan te doen of spullen gekocht of klaargelegd hiervoor?
* Heb je momenteel een plan om jezelf wat aan te doen?



**Ga in gesprek.** Maak contact en neem de tijd voor het verhaal achter de suïcidaliteit. Onderzoek daarna wat de jongere nodig heeft. Een open houding en oprechte interesse zijn belangrijk.



**Vraag wat de jongere nodig heeft om met de suïcidale gedachten om te gaan.** Indien van toepassing voor jouw organisatie, maak of raadpleeg dan het veiligheidsplan of betrek een collega die je daarbij kan helpen.



**Betrek tijdens of na afloop van het gesprek altijd een** **[vul beroep in].** Daarmee kan je overleggen over de te nemen stappen.



**Betrek naasten.** Betrek in ieder geval de ouders, verzorgers of voogd. Bespreek dit eerst met de jongere en ga in op eventuele bezwaren.



**Verwijs de jongere indien nodig door** voor hulp rondom suïcidaliteit. Daarvoor kan je in eerste instantie terecht bij de huisarts of bij de ggz als de jongere daar al in behandeling is. Bespreek of de jongere zelf, samen met een naaste of samen met jou hier contact over legt. Blijf zelf na het doorverwijzen ook contact houden met de jongere. Kijk ook hoe je een eventuele wachttijd kan overbruggen.



**Bespreek de jongere in het team en stem af over de vervolgstappen**. Bespreek wat jullie kunnen bieden, welke mogelijkheden er zijn en welke voor- en nadelen elke optie heeft. Stel vervolgens vast wat de vervolgstappen zijn. Neem de behoeften van de jongere en naasten daarin mee.



**Betrek netwerkpartners.** Werk samen met het professionele netwerk. Als de jongere in behandeling is bij de ggz, houd je hier in ieder geval contact mee. Stem regelmatig af wie wat doet en houd elkaar actief op de hoogte. De [vul beroep in] coördineert de besprekingen, de [vul beroep in] neemt deel. Zorg ervoor dat elk gesprek plaatsvindt in overleg met de jongere.



**Maak een [vul naam van plan in]plan met aandacht voor de suïcidaliteit en onderliggende problematiek**. Stel samen met de jongere, naasten en netwerkpartners een plan op en leg vast wie wat doet. De behandeling van suïcidaliteit ligt meestal bij de specialistische zorg. Jij kunt wel ondersteunen en werken aan onderliggende problematiek.



**Zorg ervoor dat de dossiervoering op orde is.** Zorg ervoor dat belangrijke informatie op vaste plekken in het dossier wordt ondergebracht.

**Zelfzorg**

Zorg goed voor jezelf. Sta regelmatig stil bij hoe het met je gaat, vraag hulp, bespreek je ervaringen in intervisie en zorg ervoor dat je weet wat jou helpt om spanning te verminderen.