****

**Suïcidepreventieprotocol binnen**

**[vul naam van de organisatie in]**

Wat te doen bij suïcidaliteit en na een suïcide(poging)

Inhoud

[Inleiding 3](#_Toc199148039)

[Stappen bij (vermoedens van) suïcidaliteit 4](#_Toc199148040)

[Stappen na een suïcidepoging 7](#_Toc199148041)

[Stappen na een suïcide 9](#_Toc199148042)

[Meer informatie 11](#_Toc199148043)

[Bijlage 1. Geen risicotaxatie meer 12](#_Toc199148044)

[Bijlage 2. Suïcidaliteit inventariseren 13](#_Toc199148045)

[Bijlage 3. Het gesprek voeren 14](#_Toc199148046)

[Bijlage 4. Een veiligheidsplan en signaleringsplan maken 16](#_Toc199148047)

[Bijlage 5. Vijf tips over het betrekken van naasten in de zorg 17](#_Toc199148048)

[Bijlage 6. Diagnostiek en de structuurdiagnose 18](#_Toc199148049)

[CASE-methodiek 18](#_Toc199148050)

[Narratief interview 19](#_Toc199148051)

[Structuurdiagnose 19](#_Toc199148052)

# Inleiding

**Doel protocol**

Dit protocol biedt medewerkers bij [vul naam van de organisatie in] een overzicht van de stappen bij suïcidaliteit en na een suïcide(poging). Hoewel het essentiële informatie bevat, blijft maatwerk belangrijk, omdat elke jongere en situatie uniek is. Eigen inzicht, ervaring en overleg met anderen zijn daarbij onmisbaar. Het protocol is gebaseerd op de leidraad [Suïcidepreventie bij jongeren: een netwerkbrede werkwijze.](https://www.113.nl/sites/default/files/113/informatiemateriaal_2024/Leidraad%20sui%CC%88cidepreventie%20bij%20jongeren_juli2024-v2.pdf)

**Wat is suïcidaliteit?**

Suïcidaliteit is een overkoepelende term waaronder alle gedachten en gedragingen vallen die te maken hebben met het beëindigen van het eigen leven. Zie voor meer definities de [richtlijn suïcidaliteit](https://richtlijnendatabase.nl/richtlijn/su_cidaliteit/de_theorie_van_su_cidaliteit.html).

**Geen risicotaxatie meer**

Voorheen lag de focus bij suïcidepreventie op het inschatten en verminderen van suïciderisico. Onderzoek toont echter aan dat het risico op suïcide niet te voorspellen is. Suïcidaliteit fluctueert namelijk en jongeren delen niet altijd alles. Ook ervaren veel jongeren risicotaxaties met standaardvragen als onnatuurlijk, wat openheid en een gevoel van gehoord worden vermindert. Er wordt dan ook aanbevolen geen risicotaxatie meer te doen. Lees [hier](#_Bijlage_1._Geen_1) meer.

# Stappen bij (vermoedens van) suïcidaliteit

Het is belangrijk om zo vroeg mogelijk aanwezige suïcidegedachten 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.

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.

Hieronder staan kort de te nemen stappen. Soms kan je doorklikken voor meer informatie:

1. **Signaleer en inventariseer.** Vraag altijd naar suïcidaliteit bij uitingen van wanhoop of andere signalen die kunnen wijzen op suïcidaliteit. Vraag verder standaard naar suïcidaliteit bij de intake, onverwachte en/of ingrijpende gebeurtenissen en overgangsmomenten in de begeleiding. Vraag er ook naar als het plotseling beter lijkt te gaan met iemand die met suïcidaliteit worstelt. Je kan de suïcidaliteit inventariseren met behulp van [deze vragen](#_Bijlage_2._Suïcidaliteit).
2. **Ga erover in gesprek.** Maak contact, neem de tijd voor het verhaal achter de suïcidaliteit en onderzoek daarna wat de jongere nodig heeft om de suïcidaliteit te verminderen. Een open houding en oprechte interesse zijn belangrijk. [Hier](#_Bijlage_2._Het_1) vind je aanbevelingen voor het voeren van het gesprek.
3. **Maak of raadpleeg het veiligheidsplan.** In dit plan staat beschreven wat de jongere kan doen op het moment van een (dreigende) crisis. Als er geen veiligheidsplan is en er een maken niet onder je competenties valt, vraag dan in ieder geval wat de jongere nu nodig heeft om de suïcidegedachten te verminderen of te verdragen. Vraag vervolgens een [vul beroep in] om de jongere en jou te helpen een veiligheidsplan te maken. Later maken jullie ook een signaleringsplan. Dit is een persoonlijk plan dat helpt om vroege signalen van een suïcidale crisis te herkennen en daarop tijdig actie te ondernemen. Lees [hier](#_Bijlage_3._Een) meer.
	* [Klik hier] voor het format voor het veiligheidsplan
	* [Klik hier] voor formats voor het signaleringsplan.
4. **Betrek tijdens of na afloop van het gesprek altijd een** [vul beroep in]. Daarmee kan je overleggen over de te nemen stappen.
5. **Betrek de naasten van de jongere.** Stem af wie dit doet. Betrek in ieder geval de ouders/verzorgers, tenzij er zwaarwegende redenen zijn om het niet te doen. In dat geval zoek je naar een andere naaste. Is er een voogd, dan moet deze altijd worden betrokken. Bespreek eerst met de jongere dat je naasten wil betrekken en onderzoek of er weerstand is. Leg je er niet bij neer als de jongere geen naasten wil betrekken. Probeer in plaats daarvan de weerstand te verminderen. Neem de bezwaren van de jongere serieus, vraag door en leg uit waarom het toch belangrijk is naasten te betrekken: voor steun, suïcidaliteit is te zwaar om alleen te dragen. Geef regie waar mogelijk: laat de jongere meebeslissen over het moment, wat er gedeeld wordt en wie het vertelt. [Hier](#_Bijlage_4._Vijf) vind je vijf tips over het betrekken van naasten.

**Toestemming**

Bij jongeren onder de 16 jaar is het betrekken van ouders/verzorgers verplicht. Voor jongeren van 16 jaar of ouder geldt dat zij toestemming moeten geven. Als nodig, beoordeel dan of het op wettelijke gronden (zorgplicht gaat boven beroepsgeheim) mogelijk is om naasten toch te betrekken of houd een moreel beraad (zie ook 5.1.3 van de [leidraad](https://www.113.nl/sites/default/files/113/informatiemateriaal_2024/Leidraad%20sui%CC%88cidepreventie%20bij%20jongeren_juli2024-v2.pdf)) met collega’s. Komt daaruit dat naasten geïnformeerd zullen worden, bespreek dat dan vooraf met de jongere. Transparantie is essentieel om de vertrouwensband met de jongere te behouden. Geef de jongere zoveel mogelijk regie in de manier waarop de naasten geïnformeerd worden en wat er gedeeld wordt.

1. **Verricht diagnostiek en stel een structuurdiagnose op.** Als je zelf bevoegd bent tot diagnostiek, neem dan het CASE- of narratief interview af om een goed beeld van de suïcidaliteit te krijgen. Ben je niet bevoegd, betrek dan in overleg met jongere en ouders een [vul beroep in] die dit kan doen. Blijf zelf ook betrokken. Leg de uitkomsten vast in een structuurdiagnose. Lees [hier](#_Bijlage_6._Diagnostiek) meer.
2. **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.
3. **Betrek netwerkpartners.** Informeer het professionele netwerk. Kom bijeen, stem af wie wat doet en houd elkaar actief op de hoogte. De [vul beroep in] coördineert de besprekingen met het netwerk. De [vul beroep in] neemt deel aan deze besprekingen. Zorg ervoor dat alle gesprekken plaatsvinden in overleg met de jongere.
4. **Maak een [vul naam van plan in]plan met aandacht voor de suïcidaliteit en onderliggende problematiek**. Stem af met de jongere, naasten en netwerkpartners wat er in het plan moet komen te staan en zorg dat duidelijk is welke professional wat doet. Zorg ervoor dat er interventies zijn die zich richten op de suïcidaliteit en op de onderliggende problematiek.

1. **Zorg ervoor dat de dossiervoering op orde is.** Zorg ervoor dat belangrijke informatie, zoals [vul hier bijvoorbeeld het signalerings- en veiligheidsplan, de structuurdiagnose, gemaakte afspraken en gespreksverslagen over suïcidaliteit in], op vaste plekken in het dossier wordt ondergebracht. Zo is de informatie makkelijk vindbaar voor je collega’s indien nodig en kan je de suïcidaliteit monitoren.
* Het signalerings- en veiligheidsplan worden geplaatst onder [vul de plek in].
* De structuurdiagnose wordt geplaatst onder [vul de plek in].
* Gemaakte afspraken wat betreft suïcidaliteit staan onder [vul de plek in].
* Gespreksverslagen over suïcidaliteit staan onder [vul de plek in].

**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.

**Vragen over suïcidaliteit**

Hier vind je wie je kan benaderen met vragen over suïcidaliteit:

[voeg een link toe naar een overzichtsdocument]

Stappen na een suïcidepoging

Na een suïcidepoging is het belangrijk om direct meerdere collega’s en het [vul naam van het crisis-/opvangteam in] bijeen te roepen en taken te verdelen. Dit stappenplan bevat essentiële stappen die genomen moeten worden na een suïcidepoging. Het stappenplan dient als houvast. Het kan altijd zo zijn dat er wat anders nodig is dan in de plannen beschreven staat.

Telefoonnummer team: [vul telefoonnummer in]

1. **Alarmeer en stel veilig.** Bel 112 indien nodig, roep hulp in en pas EHBO toe. Zorg dat omstanders uit de buurt blijven. Roep het [vul naam van het team in] bijeen dat de verdere stappen in gang zet.
2. **Zorg voor steun, nabijheid en begeleiding** naar het ziekenhuis indien nodig.
3. **Informeer betrokkenen**, zoals de ouders of voogd, collega’s en netwerkpartners. Licht ook de directie of achterwacht in. Het is verder nodig om in ieder geval [vul de personen of organen in die geïnformeerd moeten worden] te informeren. Stem met de jongere af wat je deelt.
4. **Zorg voor veiligheid.** Gabijvoorbeeld met de jongere naar een rustige omgeving en bespreek hoe de jongere de eerstvolgende uren doorkomt. Stel nu nog geen verdiepende vragen over de suïcidepoging. Zorg ook dat getuigen en naasten opvang krijgen. Dat laatste kan het [vul naam van het team in] regelen.
5. **Overleg over de vervolgstappen** met de jongere, naasten en betrokken professionals. [Vul beroep in] is nodig om beleid op te stellen.
6. **Ga het liefst de dag ná de poging in gesprek over de poging en wat eraan voorafging.** Besteed ook aandacht aan het veiligheidsplan en de preventie van een volgende poging. Bij dat gesprek zit tenminste iemand met een goede band met de jongere en iemand die beleid kan uitzetten, een [vul beroep in].
7. **Werk het dossier bij**. Meld het incident in [vul naam van het systeem in], voeg de informatie uit het gesprek toe en actualiseer het veiligheidsplan.
8. **Blijf de komende dagen, maar ook daarna, in contact met de jongere**. Bespreek in ieder geval maandelijks of het veiligheidsplan nog past bij de huidige situatie van de jongere.
9. **Blijf in contact met naasten en andere betrokkenen**, met name om de impact van de suïcidepoging monitoren en ze te helpen als ze met vragen zitten. Heb ook aandacht voor broers, zussen, vrienden en klasgenoten van de jongere, en school. Stem met het professionele netwerk af wie wat doet.
10. **Verzorg opvang en begeleiding voor de professionals**. Zorg ervoor dat de gebeurtenis en de impact ervan in het team wordt besproken en dat professionals weten waar ze terecht kunnen voor een luisterend oor of hulp. [Vul in wie dit doet] draagt er zorg voor dat hier aandacht voor is.
11. **Evalueer de situatie.** Reflecteer samen met de jongere, naasten en professionals op de situatie en pas het begeleidingsplan indien nodig aan. Kijk ook of het suïcidepreventiebeleid aangescherpt moet worden.De [vul in wie dit doet] initieert dit gesprek.

**Houding**

Wees na een poging rustig, betrokken, zorgzaam en zonder oordeel.

# Stappen na een suïcide

Het kan voorkomen dat je een suïcide meemaakt. Na een suïcide is het belangrijk zo snel mogelijk een aantal acties te ondernemen. Schakel direct het [vul naam van het crisis-/opvangteam in] in, roep je collega’s bijeen en verdeel de taken. Het stappenplan is slechts een richtlijn. Je kan er vanaf wijken. Volg daarbij je gevoel, overleg met collega’s en/of leg vast waarom je afwijkt.

Telefoonnummer team: [vul telefoonnummer in]

1. **Alarmeer en stel veilig.** Als je erbij bent of de jongere vindt, bel 112 en vraag collega’s om hulp. Dek de jongere toe, houd omstanders weg, vraag hen niets te delen op sociale media, regel hulp voor hen en laat iemand de hulpdiensten naar de jongere begeleiden. Informeer het [vul naam van het team in] dat de verdere stappen in gang zet. Informeer ook de directie of achterwacht.
2. **Kom samen en verdeel taken.** Kom samen met het [vul naam van het team in], de leidinggevende en een aantal betrokken, aanwezige collega’s. Spreek af wie wat doet.
3. **Meld het overlijden bij de politie.** Dat is wettelijk verplicht. De politie regelt dat er een gemeentelijke lijkschouwer komt. Spreek in het [vul naam van het team in] af wie deze taak op zich neemt.
4. **Informeer en ondersteun de nabestaanden.** Weten ze het nog niet, breng hen dan persoonlijk op de hoogte. Soms kan de politie hier een rol in vervullen. Betuig je medeleven en geef ruimte aan de gevoelens die er zijn. Overleg wat gedeeld mag worden en maak afspraken over verder contact. Plan een huisbezoek indien gewenst.
5. **Informeer de medewerkers**, het liefst persoonlijk of in een bijeenkomst. Vertel dat er een zelfdoding heeft plaatsgevonden, bespreek de vervolgstappen, geef ruimte aan gevoelens en vragen, en instrueer hen over de omgang met andere jongeren en ouders. Informeer ook de Raad van Bestuur.
6. **Informeer de netwerkpartners.** Deel het nieuws van de zelfdoding, geef context, beschrijf de situatie bij jullie en bespreek ieders behoefte. Trek zoveel mogelijk samen op in het verdere proces. Denk bij netwerkpartners bijvoorbeeld aan de huisarts, school, sportclub en de gemeente. Hierin heeft de [vul beroep in] een belangrijke rol.
7. **Informeer eventuele groepsgenoten en hun ouders.** Laat een vertrouwde medewerker het nieuws brengen, zodat de jongeren veilig hun gevoelens kunnen delen. Vermijd details over de zelfdoding om kopieergedrag te voorkomen. Laat ouders weten dat er ondersteuning beschikbaar is voor hun kinderen. Bied hun verder een contactpersoon, uitleg over zelfdoding en handvatten om met hun kind te praten. De contactpersoon kan een [vul beroep in] bij [vul een organisatie in] zijn.
8. **Bied ondersteuning.** Laat groepsgenoten en medewerkers weten dat om hulp vragen normaal is en waar ze terecht kunnen voor steun. Organiseer ook een of meerdere steunende bijeenkomsten. Dit doet het [vul naam van het team in].
9. **Bespreek wensen voor het afscheid**. Overleg met naasten over hun wensen voor de uitvaart en mogelijke aanwezigheid van medewerkers of groepsgenoten.
10. **Blijf in contact met naasten en andere betrokkenen**, met name om de impact van de suïcidepoging monitoren. Wees alert op hevige emoties, schuldgevoelens en suïcidaliteit bij anderen.
11. **Bespreek de gebeurtenis in het team.** Geef aandacht aan de impact op het team en steun voor elkaar. Een moment hiervoor wordt gefaciliteerd door [vul in wie dit regelt].
12. **Meld de zelfdoding binnen 3 werkdagen bij de Inspectie voor Gezondheidszorg en Jeugd (IGJ).** Alle suïcides van jongeren die op grond van de Jeugdwet hulp ontvangen, moeten gemeld worden. Als de jongere niet onder de Jeugdwet valt, dan moet een suïcide alleen gemeld worden als er sprake is van een calamiteit of verplichte zorg en/of vrijheidsbeperkende maatregel. De melding wordt gedaan door de [vul beroep in].
13. **Evalueer de situatie.** Reflecteer met betrokken medewerkers en netwerkpartners op de gebeurtenis. Houd binnen 1-3 weken een verbindingsbijeenkomst, waarin ruimte is voor ieders verhaal en aandacht voor de impact van het overlijden. Laat iemand die *geen teamlid* is de bijeenkomst leiden. Houd daarna (binnen 3-6 weken) een bijeenkomst waarin het handelen geëvalueerd wordt. Het liefst wordt de bijeenkomst geleid door een deskundige die *niet betrokken was* bij de zorg voor de jongere. Inventariseer bij de nabestaanden of zij willen deelnemen aan de evaluatie en zo ja, betrek ze erbij. Maak een verslag van de interne evaluatie, deel deze met de [vul beroep in, bijvoorbeeld de eerste geneeskundige] en pas het beleid indien nodig aan. De [vul functie in] organiseert beide gesprekken.
14. **Blijf aandacht houden voor elkaars welzijn.** Vraag na 3, 6 en 12 maanden hoe het gaat met betrokkenen. Blijf oog houden voor stress en emoties, zowel bij collega’s als jongeren.

#

# Meer informatie

* Leidraad [Suïcidepreventie bij jongeren, een netwerkbrede werkwijze](https://www.113.nl/sites/default/files/113/informatiemateriaal_2024/Leidraad%20sui%CC%88cidepreventie%20bij%20jongeren_juli2024-v2.pdf): voor meer informatie over de onderwerpen uit dit protocol.
* [113 Zelfmoordpreventie: jeugddomein](https://www.113.nl/wat-kan-ik-doen/ik-werk-de-zorg/jeugddomein/inleiding): voor algemene informatie over suïcidaliteit en suïcidepreventie bij jongeren en handreikingen voor specifieke groepen jongeren, zoals jongeren met autisme en jongeren met persisterende suïcidaliteit.

**Meer weten?**

Wil je advies over de aanpassing of verdere invulling van het suïcidepreventieprotocol dan kan je [hier](https://www.113.nl/adviesvraag-kwartiermakers) een vraag stellen. Heb je een vraag rondom een specifieke casus, dan kan je terecht bij [vul in wie het aanspreekpunt is voor vragen over suïcidaliteit], maar je kan ook bellen naar de [overleg- en advieslijn van 113](https://www.113.nl/overzicht-overleg-en-advieslijn-professionals) op werkdagen tussen 9.00 en 21.00 uur.


# Bijlage 1. Geen risicotaxatie meer

Voorheen lag de focus bij suïcidepreventie op het inschatten en verminderen van suïciderisico. Onderzoek toont echter aan dat het risico op suïcide niet te voorspellen is. Suïcidaliteit fluctueert namelijk en jongeren delen niet altijd alles. Verder ervaren veel jongeren risicotaxaties met standaardvragen als onnatuurlijk, wat openheid en een gevoel van gehoord worden vermindert.

Ook hulpverleners kunnen nadelen ervaren van risicotaxaties. Taxaties kunnen zorgen voor meer druk en angst om fouten te maken, wat het contact met jongeren bemoeilijkt. Verder kunnen er schuldgevoelens ontstaan bij een ‘onjuiste’ inschatting en kan je te maken krijgen met kritiek van collega’s. Dit terwijl wetenschappelijk onderzoek laat zien dat het niet mogelijk is om suïciderisico’s in te schatten.

In plaats van risicotaxatie is het belangrijk om te luisteren naar het verhaal achter de suïcidaliteit. Stel samen met de jongere een persoonlijk plan op, gebaseerd op risicofactoren, beschermende factoren en hun behoeften. Bedenk samen wat er nodig is, zowel op de korte als lange termijn, om de suïcidaliteit te verminderen. Werken met een veiligheidsplan is hierbij essentieel.

Belangrijke stappen zijn:

* Contact maken en een goede werkrelatie opbouwen.
* Overzicht creëren en dit vastleggen in een structuurdiagnose.
* Samen bepalen wat nodig is om het suïciderisico te verminderen, waarbij focus ligt op zaken die rechtstreeks te beïnvloeden zijn.

# Bijlage 2. Suïcidaliteit inventariseren

Je kan suïcidaliteit inventariseren met behulp van de volgende screenende vragen. Daarbij is het belangrijk om contact te houden met de jongere en de vragen niet als een lijstje af te nemen:

1. Zijn er wel eens momenten dat je niet meer wakker zou willen worden of er niet meer zou willen zijn?
2. 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?
3. Heb je jezelf wel eens iets aangedaan?
4. Heb je wel eens voorbereidingen getroffen, informatie opgezocht op internet om jezelf wat aan te doen of spullen gekocht of klaargelegd hiervoor?
5. Heb je momenteel een plan om jezelf wat aan te doen?

Als op de eerste twee vragen ontkennend wordt geantwoord, kunnen de vragen erna worden overgeslagen. Er **lijkt** geen sprake van suïcidaliteit. Luister daarbij naar jouw onderbuikgevoel. Als het niet pluis voelt voor jou, overleg dan met een collega en kom er dan op een ander moment op terug. Blijf uitstralen dat het over zelfdoding mag en kan gaan.

**Als op één van de vragen bevestigend wordt geantwoord, ga dan van mens tot mens het gesprek aan.**

**Niet-pluisgevoel in een groepssituatie**

Soms kun je als professional het gevoel hebben dat er iets speelt bij een jongere, zonder dat de situatie zich direct leent om hierop in te gaan. Dit kan bijvoorbeeld gebeuren als je je in een groep jongeren bevindt en individuele aandacht geven lastig is. Probeer dan op natuurlijke wijze een één-op-één moment te creëren of spreek later samen af.

# Bijlage 3. Het gesprek voeren

Hier volgen enkele aanbevelingen voor het voeren van het gesprek:

* Sta stil bij hoe je je voelt. Merk je dat jouw spanning zo hoog is dat je het overzicht verliest en eigenlijk geen contact meer kan maken? Probeer de spanning eerst iets te verlagen. De spanning hoeft niet helemaal weg, maar moet wel draagbaar zijn. Adem bijvoorbeeld een paar keer diep in en uit.
* Wees oprecht en geïnteresseerd.
* Toon empathie en bied nabijheid.
* Geef aan dat je je zorgen maakt.
* Benoem de signalen die je ziet.
* Stel een directe vraag over suïcidaliteit, bijvoorbeeld: denk je weleens aan zelfdoding?
* Raak niet in paniek en blijf rustig, je laat dan zien dat het erover kan en mag gaan.
* Kom niet meteen met oplossingen of tips.
* Spreek open over suïcidaliteit. Durf concreet te zijn en door te vragen.
* Sluit in het gesprek aan bij de woorden die de jongere gebruikt.
* Sluit aan bij de belevingswereld van de jongere.
* Vraag uit wat er is gebeurd waardoor de jongere suïcidegedachten heeft.
* Geef voldoende ruimte aan het verhaal achter de suïcidaliteit.
* Vraag uit hoe sterk de suïcidegedachten zijn.
* Vraag hoe vaak de gedachten er zijn en hoe concreet ze zijn.
* Vraag of de jongere al eerder suïcidegedachten heeft gehad en zo ja, wat de jongere dan deed: wat hielp om deze gedachten te verminderen?
* Vraag altijd wie de belangrijkste naasten zijn en hoe zij betrokken kunnen worden.
* Probeer de jongere niet over te halen het niet te doen.
* Luister zonder oordeel en praat iemand geen schuldgevoel aan.
* Erken de emoties, zeg bijvoorbeeld “ik zie aan je dat je het zwaar hebt”, maar voorkom dat je instemt met de suïcidaliteit. Zeg niet: “Ik snap wel dat je niet meer wil leven.”
* Laat de regie zoveel mogelijk bij de jongere, maar overvraag deze niet.
* Onderzoek samen wat de jongere nodig heeft om zich beter te voelen.
* Sta er – voor je het gesprek afrondt – bij stil wat de jongere nu nodig heeft om de suïcidegedachten te verminderen of te verdragen, eventueel met behulp van het veiligheidsplan.
* Kom samen tot concrete afspraken over hoe verder: welke stappen zetten jullie en waarom? Een stap kan bijvoorbeeld zijn: het opbellen van de ouders, er een collega bij halen, de ggz of huisarts betrekken, samen wandelen of een afspraak plannen voor de volgende dag.
* Bespreek hoe de jongere zich voelt of wat de jongere denkt bij het nemen van een volgende stap.
* Consulteer een collega als je ergens over twijfelt, bijvoorbeeld over of je de jongere na afloop van het gesprek naar huis kan laten gaan.
* Beloof zorgvuldigheid, beloof geen geheimhouding. Je kunt geen geheimhouding beloven vanwege je professionele verantwoordelijkheid.
* Geef contactgegevens mee van personen of organisaties waarmee de jongere kan schakelen indien nodig, bijvoorbeeld van jouw organisatie, de huisarts van de jongere of 113.

**Voorbeeldvragen**

Voorbeelden van vragen die je kunt stellen in de afrondende fase van het gesprek:

* Hoe zorgen we dat je zo goed mogelijk door deze heftige periode komt?
* Is er iemand die je nu graag bij je wilt hebben?
* Hoeveel nabijheid is nu en de komende dagen nodig?
* Hoe gaan we deze nabijheid vormgeven?
* Wat kan ik nu doen om jou te helpen?
* Wie kan jou verder op dit moment helpen?
* Wat ga jij nu doen wat helpend is?
* Hoe wil jij dat we contact houden over jouw gevoelens en gedachten en gedrag?

Stel zo snel mogelijk samen met de jongere een veiligheidsplan op. Een signaleringsplan kan later worden gemaakt. [Vul beroep in of ‘Elke hulpverlener’] kan de plannen maken. Bespreek per casus wie van de begeleiders of behandelaars dit op zich neemt. Een paar belangrijke aandachtspunten:

# Bijlage 4. Een veiligheidsplan en signaleringsplan maken

1. **Gebruik een passende vorm en inhoud.** Stem de plannen af op de behoeften en voorkeuren van de jongere: werk bijvoorbeeld met cijfers, kleuren, symbolen of stripfiguren, afhankelijk van wat de jongere wil. Zorg dat het plan persoonlijk en herkenbaar is, zodat de jongere het effectief kan gebruiken.
2. **Betrek naasten en betrokkenen.** Stel de plannen samen op met naasten en andere betrokken professionals, zodat iedereen de inhoud en eigen rol begrijpt.
3. **Maak de plannen concreet en 24/7 dekkend.** Zorg dat de plannen zo concreet mogelijk en altijd toepasbaar zijn.
4. **Neem de tijd o**m het plan volledig in te vullen en zo concreet mogelijk te maken. Dit kan meerdere sessies kosten.
5. **Houd de plannen actueel en toegankelijk.** Zie het plan als een levendig document dat regelmatig wordt geëvalueerd en aangepast. Zorg dat de jongere, naasten en betrokken professionals altijd toegang hebben tot de meest recente versie. Zorg dat de laatste versie altijd op een vaste plek staat.
6. **Spreek af waar de jongere de plannen** **bewaart** zodat deze ze snel kan raadplegen.

**Tip**Voor het veiligheidsplan kan je [het model van 113 zelfmoordpreventie](https://www.113.nl/heb-je-nu-hulp-nodig/veiligheidsplan-en-backup-app) gebruiken. Er is ook een app: de [BackUp app](https://www.113.nl/heb-je-nu-hulp-nodig/veiligheidsplan-en-backup-app/backup-app).

**Geen non-suïcide contract**

Stel geen schriftelijk non-suïcide contract op, omdat dit ervoor kan zorgen dat jongeren niet open durven te zijn. Wel contact, maar geen contract.

# Bijlage 5. Vijf tips over het betrekken van naasten in de zorg

Hier vind je vijf tips over het betrekken van naasten:

1. **Leer de naasten kennen**. Investeer in de band die je hebt met naasten en geef ruimte aan hun ideeën, behoeften, gevoelens en stressniveau. Heb ook aandacht voor de wederzijdse verwachtingen, dat helpt om met elkaar op een lijn te komen.
2. **Stel samen een veiligheidsplan en signaleringsplan op.** Naasten kunnen de jongere helpen bij de inventarisatie van de waarschuwingssignalen en helpen bij het bedenken van uitvoerbare en zinvolle acties. Niet alleen door de jongere, maar ook door henzelf: waarmee kunnen zij de jongere helpen? Heb ook aandacht voor wat de omgeving zeker niet moet doen.
3. **Maak afspraken over het contact.** Spreek met de jongere en naasten af hoe jullie onderling contact houden en welke informatie gedeeld wordt.
4. **Geef naasten handvatten of verwijs naar de hulplijn van 113.** De hulplijn is 24/7 bereikbaar. Naasten kunnen chatten via [www.113.nl](http://www.113.nl) of gratis bellen naar 0800-0113. Verwijs naasten ook naar de websites [meeleven.be](https://www.mee-leven.be/) en [mijnkindwildood.nl](https://mijnkindwildood.nl/hulp-voor-jezelf/).
5. **Heb aandacht voor het welzijn van naasten.** Ondersteun naasten actief. Vraag hoe het met hen gaat en wat ze nodig hebben. Verwijs zo nodig naar professionele hulp. Heb in het bijzonder ook aandacht voor het welzijn van broers en zussen. Vraag geregeld naar het welzijn van broers en zussen in het contact met de ouders. Als je een broer of zus zelf spreekt, vraag dan ook altijd hoe het gaat.

# Bijlage 6. Diagnostiek en de structuurdiagnose

Deze informatie hoort bij de stap diagnostiek doen en een structuurdiagnose opstellen. Als je zelf bevoegd bent tot diagnostiek, neem dan het CASE- of narratief interview af om een goed beeld van de suïcidaliteit te krijgen. Leg vervolgens de uitkomsten vast in een structuurdiagnose. Ben je niet bevoegd, betrek dan in overleg met de jongere en de ouders/verzorgers een [vul beroep in] die dit kan doen. Blijf zelf ook betrokken.

### CASE-methodiek

**Stap 3**

**Stap 2**

**Stap 1**

**Stap 4**

Het CASE-interview bestaat uit vier stappen.

* **Stap 3 Actuele suïcidegedachten.** Bij deze stap begin je. Door aan te sluiten bij de actualiteit, toon je interesse in hoe het nu met de jongere gaat, en wat deze nu denkt, voelt en ervaart. Zorg ervoor dat je niet gelijk naar oplossingen zoekt, maar richt je volledig op het begrijpen van de jongere en het in kaart brengen van zijn of haar problemen.
* **Stap 2 Gebeurtenissen in de recente voorgeschiedenis.** Zodra je je een compleet beeld hebt gevormd van de actuele suïcidaliteit, kan je overgaan naar deze stap. Vraag in detail naar gebeurtenissen, gedachten en gevoelens in de laatste 4-8 weken. Deze periode levert vaak veel informatie op over de omstandigheden, aanleidingen en omvang van de suïcidaliteit.
* **Stap 1 Ruimere voorgeschiedenis en eerdere episoden van suïcidaliteit.** Vervolgens komt deze stap, waarin je bijvoorbeeld kan vragen naar eerdere suïcidaliteit, eerdere behandelingen, en wat er toen wel en wat er toen niet heeft gewerkt. Je kan ook vragen naar het voorkomen van suïcidaliteit of vormen van psychopathologie in de familie.
* **Stap 4 Verwachting en plannen voor de toekomst.** In deze stap kijk je welke invloed de uitkomst van de overige stappen mogelijk op de toekomst van de jongere kan hebben. In deze stap worden er samen met de jongere afspraken gemaakt voor de toekomst: het volgende uur, volgende week of komend jaar. Bespreek onder andere waar de jongere behoefte aan heeft en wat de jongere gaat doen als deze de ruimte verlaat.

### Narratief interview

Het [narratief interview](https://www.113.nl/sites/default/files/113/Diagnostiek%20Nieuw.pdf) gaat als volgt:

* **Stap 1 Zoek naar de hoogste piek.** Vraag wanneer iemand de afgelopen week of weken het dichtst bij zelfdoding was. Vraag zo nodig door tot jullie een concreet moment van maximaal drie uur hebben gevonden. Dit heet het ‘indexmoment’.
* **Stap 2 Zoek naar behandeldoelen.** Vraag iemand om te vertellen over de dag van het indexmoment en stel open vragen om dingen op het spoor te komen waar jullie wat mee kunnen.
* **Stap 3 Zoom uit en zoek naar ‘knikken’.** Dat zijn punten in het leven waarop er ineens een toe- of afname van suïcidaliteit was. Vraag wanneer iemand voor het laatst een week niet aan zelfdoding heeft gedacht en wat er toen anders was. Ga na wanneer de suïcidaliteit sindsdien is toe- of afgenomen en waarom.
* **Stap 4 Vat jullie bevindingen samen.** Geef een samenvatting van jullie bevindingen die eindigt met de redenen die iemand ziet om af te zien van zelfdoding. Vraag om een reactie. Voeg de bevindingen toe aan het dossier van de jongere.

### Structuurdiagnose

Na het CASE-interview of het narratief interview wordt er zo snel mogelijk een structuurdiagnose opgesteld. Dit kan de [vul beroep in] doen, die samen met de jongere het gesprek over de suïcidaliteit heeft gevoerd. De structuurdiagnose helpt om zicht te krijgen op de context waarbinnen de suïcidaliteit is ontstaan en vanuit daar aanknopingspunten te vinden voor het verminderen van de suïcidaliteit en verbeteren van de veiligheid.

De structuurdiagnose is een beschrijving van het optreden, de aard van de suïcidaliteit en de bredere context waarin dit optreedt. De structuurdiagnose van de suïcidaliteit omvat:

* een beschrijving van de huidige suïcidale episode en wanhoop (gedachten, neiging, gedrag);
* een beschrijving van de relevante stress- en kwetsbaarheidsfactoren (waarin in ieder geval moet staan: aanleiding van huidige episode, eerdere suïcidale episodes)
* een beschrijving van de beschermende factoren;
* een werkhypothese over de etiologie (ontstaansvoorwaarden) en pathogenese (ontstaanswijze) van de suïcidaliteit;
* een inschatting van de mate waarin de jongere in staat geacht mag worden de eigen belangen bij de suïcidaliteit te overzien en te waarderen;
* een beschrijving van het persoonlijke en hulpverlenersnetwerk;
* behandelbeleid gericht op de suïcidaliteit en onderliggende problematiek.

Bespreek de structuurdiagnose met jongeren en hun naasten en pas aan waar nodig. Stel de structuurdiagnose bij elk signaal van suïcidaliteit bij.

**Tip!** Gebruik eventueel de [Toolkit Suïcidepreventie](https://www.113.nl/wat-kan-ik-doen/ik-werk-de-zorg/ggz-professionals/toolkit-suicidepreventie) voor praktische ondersteuning.