

Opvang en gesprek met klas na poging tot zelfdoding

1. Terug naar school

Als de kritieke fase voorbij is, komt het moment dat de leerling terugkeert naar school. Het is belangrijk dat de school met de leerling, ouders, externe hulpverleners, medeleerlingen, overlegt hoe dit zo goed mogelijk te begeleiden is. Hiermee kan men voorkomen dat de leerling in een geïsoleerde positie geraakt doordat medeleerlingen niet goed weten hoe met hem/haar om te gaan en dat hij/zij daardoor nog extra belast wordt.

2. Gesprek met de klas

Gesprekken voeren met leerlingen over emotioneel beladen onderwerpen als doodgaan en zelf moordgedrag moet verantwoord gebeuren en het zou een goede zaak zijn als scholen hiervoor bepaalde leerkrachten in de gelegenheid zouden stellen zich hierin te bekwamen door middel van nascholing.

In de opvang van klasgenoten en leerlingen die op de hoogte zijn van de poging kunnen de volgende elementen als leidraad dienen:

- meestal circuleren er geruchten
- een gesprek met leerlingen heeft tot doel uitbreiding van suïcidaal gedrag te voorkomen en de terugkeer van de betrokken leerling voor te bereiden
- de leerlingen moeten de kans krijgen om te vertellen wat ze weten en hoe ze zich erbij voelen. Deze gevoelens moeten gekaderd worden.
- geruchten, roddels en misvattingen moeten ontkracht worden
- correcte informatie geven over de suïcideproblematiek is nodig
- benadrukken dat zelfdoding geen heldendaad is, maar voortkomt uit lijden en zelf ook weer lijden veroorzaakt.

3. Aandachtspunten voor gesprek met de klas

- als de school een van de redenen is van suïcidaal gedrag (pesten, problemen met leerkrachten...) dan moet dat worden aangepakt.
- als niemand van de andere leerlingen op de hoogte is van de poging en de betrokken

leerling dit ook niet wenst, is het beter de andere leerlingen niet in te lichten.

- als andere leerlingen wel op de hoogte zijn (of er bestaat een vermoeden) is het nodig hierover te praten. De vraag is niet: er wel of niet over praten, maar erover spreken met of zonder begeleiding.

- in het klasgesprek is het van belang de leerlingen zelf te laten spreken over wat ze weten en hoe ze zich daarbij voelen;
- er moet uitleg gegeven worden over waarom jonge mensen een poging kunnen **ondernemen, wat de betekenis ervan kan zijn. Hierbij moet men opletten zelfmoord niet** te verheerlijken of te dramatiseren. Zelfmoord komt voor uit lijden en veroorzaakt zelf ook lijden.
- overloop met de leerlingen hoe ze kunnen reageren als de leerling terugkomt;
- in een gesprek alert zijn voor die leerlingen die het zelf ook erg moeilijk hebben,-bespreken wat alternatieven zijn voor suïcidaal gedrag: wat kan je doen als je het moeilijk hebt?
- bespreken hoe en aan wie ze hulp kunnen vragen en wat ze ervan kunnen verwachten (wie aanspreken, wanneer);
- afspreken hoe zijzelf kunnen omgaan met signalen van medeleerlingen. Het probleem van geheimhouding aankaarten.