

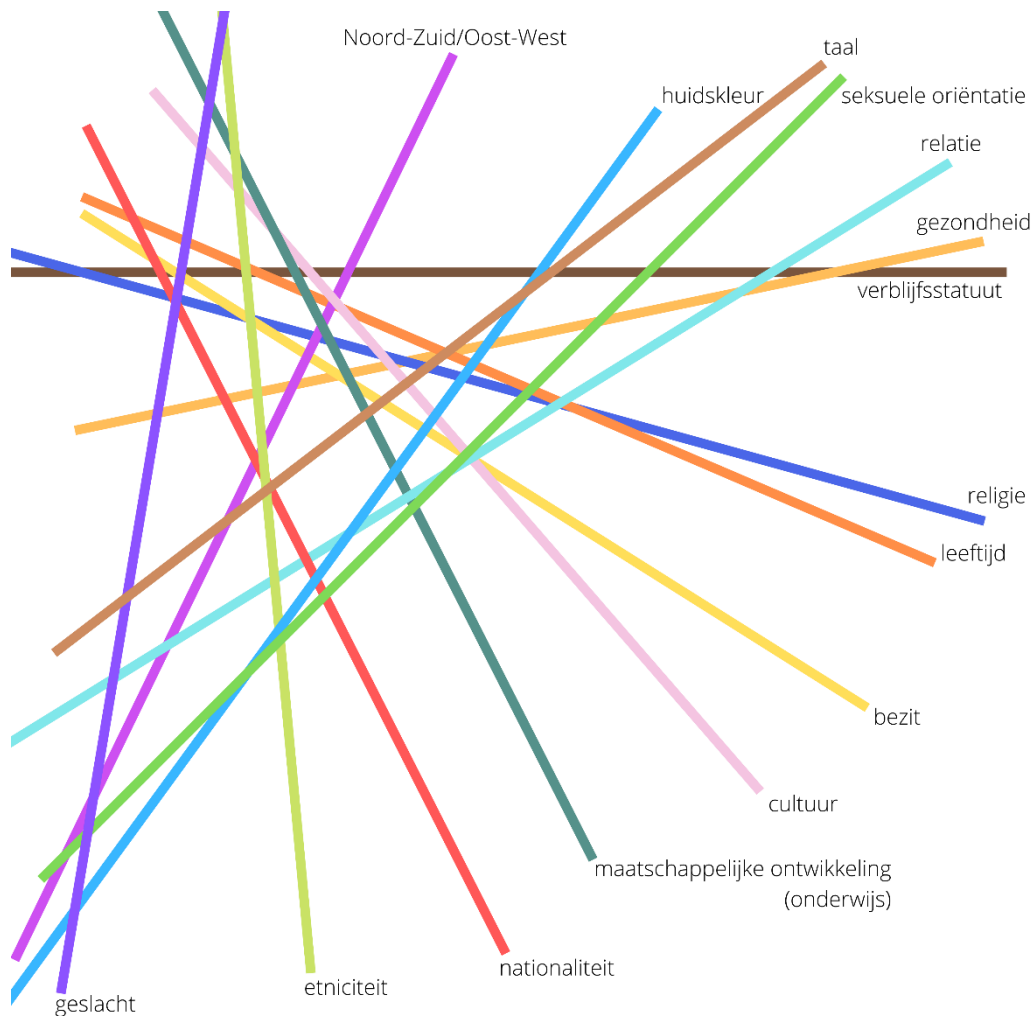
(13) Omgaan met suïcidaliteit bij kansengroepen

Workshop door CGG Andante | Sarah Holemans

Inhoud

De workshop gaat over de kennis van zelfmoord bij kansengroepen en hoe we daar als jeugdwerkers mee kunnen omgaan.

Kruispuntdenken



Iemand zijn emmer kan door bepaalde factoren sneller vol geraken tegenover sommige anderen. Daardoor kan deze workshop gelinkt worden aan alle assen binnen het kruispuntdenken.

- Als mensen geconfronteerd met meer stressfactoren, maakt dat hen kwetsbaarder.
- Armoede is geassocieerd met suïcidale ideatie (gedachten over zelfdoding) en suïcidaal gedrag.
- Vrouwen in kansarmoede en mannen in kansarmoede hebben een verschillende kans op zelfmoord. Bij mannen gaat het om een hogere kans.
- Suïcidaliteit en LGBTQ+, stress blijft doorheen de tijd. Holebi's en transgenders denken in hoge percentages ooit eens aan zelfmoord. Niet omdat ze holebi of transgender zijn, maar omdat stress de hoogte in gaat.
- Suïcidaliteit en een migratieachtergrond: personen van Turkse, Marokkaanse en Italiaanse origine vertonen minder suïcidaal gedrag dan personen van Belgische origine. Dat verhoogt bij de tweede generatie tegenover de eerste generatie.
- Suïcide niet gebruiken bij jongeren, wel zelfmoord. Verwoord zoals de jongere het zelf gebruikt. Indien je het zelf aanbrengt, gebruik zelfmoord.
- ...

Welke oplossingen worden aangereikt?

Ga in gesprek, luister, geef erkenning, zoek niet meteen naar oplossingen, blijf alert voor signalen, ...

Hoe kunnen we dat implementeren in onze jeugdwerkpraktijk? Hoe komt dat terug in de 4 functies van het jeugdwelzijnswerk?



- **Laagdrempelig groepsgericht vrijetijdsaanbod:** houd rekening met de individuele signalen van jongeren. In groep kan ook gewerkt worden aan suïcidepreventie.

- **Welzijnsgericht werken:** stel de vraag “denk je aan zelfmoord?”. Ga in gesprek, luister eerst en reik niet meteen oplossingen aan. Geef erkenning.
- **Veranderingsgerichte functie:** beleids- en signaalfunctie: signaalfunctie over de signalen en drempels die steeds worden ervaren binnen het zoeken naar hulp. Signaalfunctie in het omgaan met jongeren met suïcidegedachten, ga in gesprek, stel de vraag “denk je aan zelfmoord?”.
- **Brugfunctie:** brugfunctie naar gepaste en professionele hulpverlening.

Quotes, signalen en bezorgdheden

Stel dat je thuis op blote voeten rondloopt en ineens stoot je met je kleine teen tegen de rand van een kast. Je roept, je vloekt, je kan niet anders dan roepen. Je roept niet zodat je partner zou komen om je te helpen, je roept omdat je niet anders kan door de pijn. Zo moet je elke uiting van suïcidaliteit begrijpen. Mensen die dat zeggen, tonen of proberen, moet je horen; want zij kunnen niet anders meer omdat ze pijn hebben. Er wordt vaak gezegd dat het gaat om ‘aandacht’, maar dat is niet het essentiële doel. Eerst en vooral vertrekt het vanuit pijn.

Vraag de jongere: “hoeveel van jezelf (percentueel) denkt aan leven en hoeveel van jezelf denkt aan dood. Ga nadien verder in gesprek, wat zit er in dat percentage?”

Filmpje: *‘It’s not about the nail’*. Wij zien zelf wel nog oplossingen op wat er wel goed gaat. Luister eerst en geef erkenning voordat je oplossingen probeert aan te reiken.

“Zeg alleen wat je echt kan waarmaken. Als je zegt ‘je kan me altijd contacteren’, klopt dat?”

“We hebben als jeugdwerker niet altijd antwoorden. Er zijn heel diverse signalen. Jongeren kunnen soms heel plots veranderen, dat kan ook een signaal zijn. Ga in gesprek. Als jeugdwelzijnswerker kom je in contact met de laatste momenten van jongeren, laatste gesprekken. Denk aan zelfzorg.”

“Het heeft ook een maatschappelijke oorzaak. Het mag geen utopie zijn dat ‘geen zelfdodingen’ niet bestaat. Er zijn samenlevingen in de wereld waar er geen zelfmoord bestaat.”

“Wij als welzijnswerkers kunnen niet altijd concrete oplossingen bieden. Als we jongeren naar de hulpverlening brengen worden ze soms bijna meteen opnieuw weggestuurd.”

“Soms is het beter voor bepaalde mensen om net niet in een groep te zitten met andere mensen met psychiatrische problematieken en wordt er bewust gekozen om geen hulpverlening aan te bieden.”

“Bijvoorbeeld bij de serie ‘13 Reasons Why’ moet het einde getoond worden, maar dat moet nadien besproken worden. Het wegsteken is niet altijd de juiste oplossing.”

“Mensen die aan zelfmoord denken, worden getriggerd met alles wat daarmee te maken heeft. Zij zien het positieve niet meer, zien geen oplossingen, zien niet dat anderen hen gaan missen, ...”

“Wij zijn niet expert in alles. Wat we wel hebben is de band met onze jongeren en we vertrekken van daaruit.”

Meer info

www.zelfmoord1813.be