

# Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suïcide bij scholieren

**Donderdag 11 november 2010**

10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

# Programma

## Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur  
Congrescentrum In de Orliehoek, Utrecht

### 13.30 **Zelfbeschadiging en suicide bespreekbaar maken - hoe doet u dat?**

**Martin Steendam**, *klinisch psycholoog en p-opleider GGZ Friesland*

**Marcia Kroes**, *voorlichter en trainer Stichting Zelfbeschadiging en ervaringsdeskundige*

**Carmen Vos**, *promovendus afdeling klinische psychologie VU*

### 14.00 **Voorbeeldgesprekken**

Na een korte inleiding met filmfragmenten zullen voorbeeldgesprekken worden gevoerd die gericht zijn op uw eigen praktijk. U krijgt de gelegenheid om actief te participeren aan de gesprekken en uw eigen casuïstiek in te brengen.

De thema's die tijdens de voorbeeldgesprekken aan de orde zullen komen zijn onder andere:

- Een gesprek beginnen - voorzichtig of direct de koe bij de horens vatten?
- Hoe gaat u om met uw eigen bezorgdheid, boosheid of angst?
- Doorvragen - welke vragen stelt u?
- Verwijst u door naar de GGZ of niet? - En verwijst u door?
- Hoe houdt u rekening met de culturele achtergrond van leerlingen?
- Wanneer licht u de ouders in? - En hoe betreft u hen bij de gesprekken?

### 14.45 Koffie- en theepauze

### 15.00 **Zelf aan de slag**

Tijdens dit onderdeel gaat u in een gerichte training in kleine groepjes aan de slag. Onder begeleiding van de trainers oefent u gesprekstechnieken en krijgt u tips en handreikingen, gericht op situaties uit uw eigen praktijk.

# Definities

## □ Suicide

Suicide is een handeling met een dodelijke afloop, door de overledene geïnitieerd en uitgevoerd, in de verwachting van een potentieel dodelijke afloop, met de bedoeling gewenste veranderingen aan te brengen

## □ Suïcidepoging/automutilatie

Een handeling zonder dodelijke afloop, waarmee de persoon, door de verwachting van schade aan het eigen lichaam of de dood te bewerkstelligen, of door het risico daarop niet uit de weg te gaan, gewenste veranderingen probeert aan te brengen. Deze handeling is geen terugkerende gewoonte

# Project Voorkom Suicide

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur  
Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- 24 hulpverleners getraind
- 40 pogers in protocollaire behandeling
- Samenwerking met drie S.E.H.'s
- Samenwerking met politie Fryslân e.a.
- Gesuperviseerde intervisiegroepen
- Folders / werkboeken / protocollen
- 300 gatekeepers getraind, zowel binnen als buiten de GGZ

# Gatekeepers

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Bereik van gatekeepers
  - contact met 410.000 suïcidale personen
  - contact met ??? jongeren met automutilatie
- Wie kunnen gatekeeper zijn
  - Ggz-medewerkers
  - Ggd
  - Politie
  - Huisartsen
  - Decanen
  - Bedrijfsartsen
  - Verslavingszorg
  - SEH-afdelingen
  - Dominees, pastores

# Suïcidaliteit bij jongeren

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suïcide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur  
Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- **Omgevingsinvloeden**
  - Invloed van media en rolmodellen
  - Suïcides of suïcidepogingen in nabije omgeving
  - Geen steun in gezin (gecontroleerd voor depressie)
  - Verstoorde relaties met ouders, met leeftijdsgenoten
  - Fysiek en seksueel misbruik
- **Psychologische invloeden (de Wit, 1999)**
  - Beperkte cognitieve en emotionele vaardigheden
  - Dilemma van afhankelijkheid en onafhankelijkheid
- **Psychiatrische stoornissen**
  - Depressie, schizofrenie, middelen misbruik, eetstoornis, borderline persoonlijkheidsstoornis



# Taxatie bij jongeren

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur  
Congrescentrum In de Orliehoek, Utrecht

- Kinderen zijn in staat intenties, fantasieën, en gedragingen mbt suicide en wanhoop te beschrijven (Pfeffer, 2000)
- Mogelijke vragen aan het kind (Jacobsen, 1994)
  - ▣ Was je ooit zo wanhopig dat je niet meer wilde leven, dat je dood zou willen zijn
  - ▣ Heb je jezelf wel eens pijn gedaan of geprobeerd er een eind aan te maken
  - ▣ Heb je iemand verteld dat je dood wil of erover denkt er een eind aan te maken
  - ▣ Heb je je op enige manier al voorbereid om er een einde aan te maken
- Informatie van ouders moeilijk, vanwege onkunde, schuld, schaamte, misperceptie door eigen pathologie

# Behandeling bij jongeren

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congressentrum In de Driehoek, Utrecht

- Weinig onderzoeksgegevens
- Uit klinische ervaring (Pfeffer, 2000)
  - ▣ Individuele behandeling
  - ▣ Gelijktijdige behandeling ouders
  - ▣ Gericht op
    - verbeteren onderlinge communicatie
    - vergroten zelfwaardering van het kind
    - vergroten van empathie en steun
    - ontschuldigen van kind mbt gezinsproblemen



# Preventie bij jongeren

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Schoolprogramma's (Shaffer en Gould, 2000)
  - Vormen
    - Psycho-educatief reguliere programma's
    - Screeningsprogramma's
    - Preventie en behandelprogramma's
    - Postventieprogramma's
  - Doelen
    - Bewustwording van het probleem
    - Leren herkennen van (signalen van) risico-jongeren
    - Kennis bijbrengen van behandel- en verwijsmogelijkheden
  - Vorm
    - Duur training gemiddeld 2 uur
    - Door professionals uit gezondheidszorg
    - Gericht op leerlingen middelbaar onderwijs, ouders en docenten
  - Effect
    - Weinig onderzoek, soms positief

# Gedragsverandering

**Wanhopige jongeren**

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Afleidingstechnieken voor de korte termijn
- Inschakelen sociaal netwerk
- Bellen met tel. hulp lijn
- Impuls controle oefeningen
- Life style: drinken, drugs, slapen om risico te verminderen

# Training van gatekeepers

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Therapeutisch én diagnostisch interview
- Inhoud
  - Vaardigheid – houding – kennis
  - Gericht op contact maken
  - Leren doorvragen (Kerkhof)
- Doelen
  - Contact maken
  - Inschatten van ernst problematiek
  - Motiveren voor behandeling
- Basis is QPR (Question, Persuade, Refer)

# Intimiteit

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Gedachten aan suicide/automutilatie en gevoelens van wanhoop behoren tot de meest intieme menselijke ervaringen en vragen een zorgvuldige benadering.

# houding - vaardigheid - kennis

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur  
Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Congruent/ waarachtig

Zeg geen dingen waar u niet achter staat of die u niet weet

- Accepterend

Onvoorwaardelijke positieve waardering en acceptatie van de patiënt

- Empathisch

Maximaal inleven in de tunnel waarin de patiënt zit

(Mc Keon, 2009)

# houding - vaardigheid - kennis

**Wanhopige jongeren**

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Goede vragen op juiste moment stellen met juiste toon
- Concretiseren
- Non verbale houding is respectvol



# houding – vaardigheid - kennis

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- risicofactoren en beschermende factoren
- psychiatrische diagnose
- omgevingsfactoren (VIPs, prof. steun systeem)
- eerdere suicidaliteit
- demoralisatie/wanhoop
- impulsiviteit e/o gebruik middelen
- verlies/krenking

# Motiveren voor behandeling

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Motivational interviewing
  - Wees empatisch
  - Ga mee met weerstand
  - Ondersteun eigen-effectiviteit
  - Ontwikkel discrepantie
  
- Doelen
  - Versterken autonomie
  - Versterken oplossingsgericht denken
  - Verminderen gevoel van entrapment
  - Verbeteren samenwerking

# Voorbeeldgesprekken

**Wanhopige jongeren**

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur  
Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht

- Oefenen met behulp van actrice



# Zelf aan de slag !

Wanhopige jongeren

Omgaan met zelfverwonding en  
suicide bij scholieren

Donderdag 11 november 2010  
10.00 uur - 16.00 uur

Congrescentrum In de Driehoek, Utrecht



# Training

- QPR is leidraad
  - ▣ Question: empatisch luisteren/vragen
  - ▣ Persuade: doorvragen en motiveren
  - ▣ Refer: verwijzen
- Heb oog voor achterliggende emoties
- Ambivalentie hoeft niet direct opgelost
- Let op eigen gevoelens
- Zoek zelf steun waar nodig