

Stappenplan suïcidepreventie zeer makkelijk lerenden / hoogbegaafden

Signaleren		
Wat signaleer je bij de leerling?	Let op	
Somberheid, stress, stiller of juist drukker worden, uitdagend of storend gedrag, afnemende leerprestaties, inconsistente werkwijze, veel afwezig (ziekmeldingen of spijbelen) of alleen fysiek aanwezig in de les, perfectionisme, stemmingswisselingen, verkeert in isolement of zoekt dit zelf op	Niet iedereen die denkt aan zelfdoding praat hier makkelijk over.	Leerlingen kunnen het soms goed verbergen of durven er niet op school over te praten
Bespreekbaar maken		
Wat is er aan de hand?	Doe:	
<ul style="list-style-type: none"> Vraag open hoe het gaat Benoem signalen die je ziet 	Vraag door en toon je betrokkenheid en respect	Blijf open en onbevooroordeeld
<ul style="list-style-type: none"> Vraag welke problemen er zijn Laat merken dat je ziet hoe moeilijk de leerling het heeft 	Doe niet:	
<ul style="list-style-type: none"> Vraag of de leerling aan zelfdoding denkt en hoe vaak Denk mee over andere opties dan zelfdoding Verwijs de leerling door naar hulp. <p>Hoe je dat doet verschilt per situatie: is er een plan voor zelfdoding, zijn er alleen gedachten of is er een sprake van suïcidegedachten?</p>	Ga geen strijd aan over het plegen van zelfdoding	<p>Belooft niets dat je niet waar kunt maken</p> <p>Ga niet te ver in je betrokkenheid</p>
De weg naar hulp wijzen		
Concreet plan zelfdoding en		
het gesprek verloopt coöperatief?	het gesprek verloopt <i>niet</i> coöperatief?	
<ol style="list-style-type: none"> Bespreek met de leerling dat jullie samen hulp gaan zoeken Indien mogelijk: denk mee over andere opties dan zelfdoding en welke hulp nodig is om die opties te verwezenlijken. Bedenk hierbij een concrete eerste stap Bel als dat kan samen ouders /huisarts /behandelaar /crisisdienst en overleg welke stappen er NU genomen moeten worden Breng een collega op de hoogte Zorg dat de leerling niet alleen is, blijf er zelf bij en laat iemand anders hulp bellen Draag de leerling over aan de ouders of de hulpverlenende instanties <p>NB: Bij suïcideplannen moet er meteen hulp komen!</p>	<ol style="list-style-type: none"> Uit je zorgen en benoem dat het verstandig is hulp in te schakelen Indien mogelijk: denk mee over andere opties dan zelfdoding en welke hulp nodig is om die opties te verwezenlijken. Bedenk hierbij een concrete eerste stap Vertel over de stappen die je gaat nemen Ga indien mogelijk in overleg met collega's Indien mogelijk: blijf bij de leerling en laat een collega bellen naar ouders /huisarts /behandelaar /crisisdienst 	
Wel suïcidegedachten, maar geen concrete plannen	Geen suïcidegedachten en geen aanwijzingen dat ze er wel zijn	
<ol style="list-style-type: none"> Laat de leerling vertellen over de reden waarom hij dood wil Denk mee over andere opties dan zelfdoding en welke hulp nodig is om die opties te verwezenlijken. Bedenk hierbij een concrete eerste stap Zoek samen naar hulp en bespreek de mogelijkheden Help de leerling hulp te vragen bij bijv. ouders, huisarts Houd vinger aan de pols na dit gesprek Vergroot het netwerk waarop de leerling kan steunen Overleg met collega's 	<ol style="list-style-type: none"> Onderzoek de reden voor het veranderd gedrag van de leerling Denk mee over opties om de problemen die de leerling ervaart aan te pakken Geef aan dat als er later suïcidegedachten zijn de leerling altijd kan komen praten 	
'Alternatieve opties' voor suïcide		
<ol style="list-style-type: none"> Positief schoolklimaat realiseren samen met leerkracht / mentor / schoolleiding Samen met leerling, ouders en met leerkracht / mentor / schoolleiding bespreken welke veranderingen in het onderwijs nodig zijn om het onderwijsaanbod te laten aansluiten op de leerbehoeften van de leerling en concrete stappen ter verbetering zetten De leerling in sociaal, emotioneel en ook psychisch opzicht ondersteunen en begeleiden 		
NB: Aanpassing onderwijs(klimaat) is noodzakelijk; informatie: https://kenniscentrumvoormakkelijklerenden.nl		

Evalueren	
Met collega's	Met leerling
<ul style="list-style-type: none">• Wat ging goed?• Functioneren de lijnen en doorverwijzing binnen en buiten de school?• Suggesties voor verbetering van het preventieprotocol?	<ul style="list-style-type: none">• Vraag aan de leerling hoe het gaat• Denkt de leerling nog aan zelfdoding?• Hoe pakken de eventuele andere opties uit?
Meer weten? Zie: www.113.nl/onderwijs of bel voor advies 020-3113888 en voor crisishulp 0900-0113	

Het stappenplan *suicidepreventie zeer makkelijk lerenden / hoogbegaafden* is een aangepaste versie van het *Stappenplan suicidepreventie scholieren* van 113 Zelfmoordpreventie.