

# Verbindend Gezag bij suïcidaliteit

## Groepstraining biedt ouders zelfvertrouwen en houvast

Ouders van jongeren met suïcidaal gedrag hebben baat bij een speciale oudertraining 'Verbindend Gezag', zo blijkt uit kleinschalig kwalitatief onderzoek. In de training staat relatieherstel voorop. Daarmee kunnen ouders grenzen gaan stellen aan zelfbeschadigend en suïcidaal gedrag.

• **Kathelijne en Katinka van Dongen, Hans Bom, Agaath Koudstaal, Robert Vermeiren en Anne Krabbendam**

### Over de auteurs

K.H.Y. van Dongen, systeemtherapeut LUMC Curium. Dr. K.A.J. van Dongen, onderzoeker, zelfstandig. Dr. H. Bom, klinisch psycholoog, systeemtherapeut. J.A. Koudstaal, klinisch psycholoog/psychotherapeut, LUMC Curium. Prof. dr. R.R.J.M. Vermeiren, hoogleraar kinder- en jeugdpsychiater, LUMC Curium en Youz. Dr. A.A. Krabbendam, kinder- en jeugdpsychiater LUMC Curium, lector Hogeschool Leiden.  
E: [k.h.y.van\\_dongen@lumc.nl](mailto:k.h.y.van_dongen@lumc.nl)

### Trefwoorden

suïcidaliteit, Verbindend Gezag, DTG, NVR



**W**at als je dochter van zestien iedere avond naar boven gaat om zichzelf te snijden? De sneden op haar armen en benen worden steeds dieper en je bent in een week al vier keer bij de Spoedeisende Hulp geweest. Je slaapt geen nacht door en bent niet meer in staat om te werken. Wat zeg je tegen je kind als je hoort dat ze naar de douche loopt? Durf je dan nog grenzen te stellen? Misschien snijdt ze extra diep als je haar tegen probeert te houden. Hoe ga je om met de gedachte dat iedere dag haar laatste kan zijn?

Waar jongeren met somberheid, zelfbeschadiging of suïcidaal gedrag vaak het gevoel hebben er niet meer bij te horen en anderen alleen maar tot last te zijn, overheerst bij hun ouders meestal het gevoel buitenspel te staan. Op de High Intensive Care van LUMC Curium en de deeltijdbehandeling voor adolescenten met problemen in de emotieregulatie en impulscontrole komen veel van deze jongeren en hun ouders. Vaak hebben de jongeren meerdere pogingen gedaan hun leven te beëindigen. Wat raakt, is de eenzaamheid en de machteloosheid die niet alleen die jongere zelf ervaart, maar ook het gezin en



netwerk om de jongere heen. Ook behandelaars worstelen met het gevoel dat er een kans bestaat dat het niet zal lukken om de jongere in leven te houden.

Dwang en drang zijn helaas te vaak nog onze verlegenheidsantwoorden als we het echt niet meer weten. Maar als 'de tegenpool van dwang niet vrijheid is, maar verbondenheid' (Buber 1923) is het zinvol te zoeken naar een aanpak van minder dwang en drang en meer verbondenheid; minder afstand en meer nabijheid, minder machteloosheid en meer kracht. Deze begrippen staan centraal in het gedachtegoed van Geweldloos Verzet (Omer en Wiebenga 2015).

Het gaat over je letterlijk geweldloos verzetten tegen negatief en destructief gedrag en met behulp van interventies van gerichte aandacht, aanwezigheid, nabijheid en interesse, een escalatie voorkomen om zo de machteloosheid van ouders te doorbreken.

## **Primaire doel is machteloosheid bij ouders te verminderen**

Bij LUMC Curium zijn alle behandelaren getraind in Verbindend Gezag, een methodiek die nauw aansluit bij de principes van Geweldloos Verzet, maar daar nog iets aan toevoegt. Of, preciezer gezegd: aan vooraf laat gaan. Verbindend Gezag gaat ervan uit dat je allereerst in de relatie met een jongere investeert zonder er iets voor terug te verwachten. Pas daarna kan, wanneer het gedrag echt onacceptabel is, worden overgegaan tot Geweldloos Verzet (de methodiek in engere zin). Verbindend Gezag is gebaseerd op de systeemtheorie, de hechtingstheorie en op de vijf pijlers van Geweldloos Verzet (zie figuur 1) (Bom en Wiebenga 2017). De oudertraining Verbindend Gezag is binnen en buiten LUMC Curium gebruikt voor een groot aantal doelgroepen; echter niet voor ouders van jongeren met



suïcidaal gedrag. In een publicatie over deze doelgroep beschrijven Omer en Dolberger (2015) hoe het onderdeel 'verzet' ingezet kan worden bij jongeren die dreigen een einde aan hun leven te maken. Systematisch onderzoek ontbreekt echter, terwijl Verbindend Gezag wel raakt aan twee centrale constructen uit een van de belangrijkste theorieën over suïcidaliteit (Van Orden 2010). Volgens Joiner (2007) hangen suïcidale gedachten af van de gevoelens 'ik voel me alleen' en 'ik voel me tot last'. Bij het vergroten van een gevoel van 'samen' en het ontkrachten van het gevoel tot last te zijn, is voor ouders van suïcidale jongeren een belangrijke rol weggelegd. Dit sluit naadloos aan bij de uitgangspunten van Verbindend Gezag, waardoor deze methodiek een belangrijke therapeutische rol zou kunnen spelen bij de behandeling van ouders van suïcidale jongeren.

### Machteloosheid terugdringen

Dialectische Gedragstherapie (DGT; McCauley et al. 2018) is de meest effectieve behandeling voor jongeren met ernstige problemen in de emotieregulatie en suïcidaliteit. Hierbij worden gerichtheid op acceptatie en verandering gecombineerd. Jongeren (en vaak ook andere gezinsleden) leren hun emoties beter voelen, herkennen, uiten, waarderen, verdragen en reguleren. Kernstrategie binnen de DGT is valideren (Koudstaal et al. 2013); het tonen van begrip voor de gevoelens, gedachten en handelingen van een ander, met als belangrijk doel relaties te versterken en het begrip voor zichzelf te vergroten. Dit sluit goed aan bij de waarden van Verbindend Gezag. Een ouderbehandeling is een essentiële toevoeging om via de ouders de jongere te helpen, in

beweging te krijgen en het contact te versterken. Voordeel is dat bij een oudertraining Verbindend Gezag medewerking van de jongere niet nodig is om in actie te komen. Ook als de motivatie voor behandeling bij de jongere (tijdelijk) afwezig is, wat vaak het geval is bij deze doelgroep, is behandeling van ouders mogelijk, en effectief. Hierdoor is deze oudertraining een uitgelezen kans – als toevoeging of op zichzelf staand – bij de behandeling van jongeren met suïcidaal gedrag. Het ligt zo voor de hand, waarom

## Ouders vertellen hun kind wat ze vanaf nu anders gaan doen

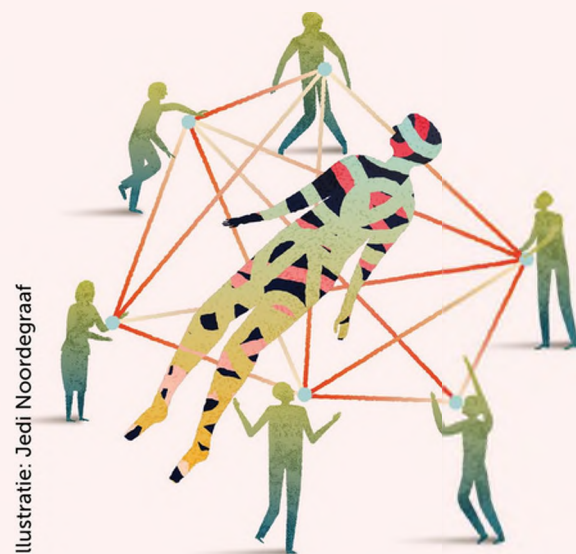
is deze training dan nog niet eerder specifiek bij suïcidaliteit aangeboden? Linehan et al. (2015) stellen dat suïcidaliteit vaak leidt tot een behandeling die gebaseerd is op angst. Juist het stellen van een grens is voor ouders en behandelaren spannend, want niemand weet hoe de jongere zal reageren. Wat als er juist dan een geslaagde suïcidepoging volgt? Die verantwoordelijkheid drukt zwaar. Uiteraard is het terecht om heel zorgvuldig te zijn (Omer en Dolberger 2015). Terugtrekken of niks doen is echter geen optie en het onderdeel Geweldloos Verzet is cruciaal bij Verbindend Gezag. Daarom is LUMC Curium een pilot begonnen met een oudergroep Verbindend Gezag toegespitst op

suïcidaliteit. De pilot werd geëvalueerd in een kleinschalig onderzoek. Door een oudergroep te vormen, geven we als behandelaren de boodschap: ook wij vinden het moeilijk, maar we geven niet op, en daarbij hebben we jullie, ouders, hard nodig.

Het primaire doel van de oudergroep is dat ouders zich minder machteloos voelen en hun vermogen als ouder weer kunnen ervaren en inzetten. De focus is daarom wat ouders en hun netwerk kunnen doen. De bedoeling is dat deze andere invalshoek bij ouders vervolgens ruimte schept voor verandering bij de jongere en diens individuele behandeling ondersteunt. Bij het ontwikkelen van de training die wordt beschreven in dit onderzoek werd gebruikgemaakt van het model van Rodenburg et al. (2010) aangevuld met ervaringen van Levvel en het Lorentzhuys.

### Verskil met reguliere oudergroepen Verbindend Gezag

De training is specifiek herschreven op het onderwerp suïcidaliteit. Zo is de training Ingebed in DGT-dagbehandeling en bestaat de groep alleen uit ouders van



Illustratie: Jedi Noordegraaf

jongeren met suïcidaliteit en zelfbeschadiging. Verder is de trainer al betrokken bij de dagbehandeling en bij het gezin. Er is extra tijd ingebouwd voor lotgenotencontact en de jongere kan eventueel aansluiten bij de sup-portersavonden. Behalve de vijf pijlers van GV komen ook DGT-elementen en psycho-educatie over zelfbeschadiging en suïcidaliteit aan de orde. De training is ook langer, minimaal tien sessies, met de mogelijkheid van terugkomsessies. De aankondigingsbrief wordt zoals passend bij Verbindend Gezag na beginnend relatieherstel geschreven, dus in het hart van de training, en niet aan het begin, zoals Omer en Dolberger (2015) voorstellen. De dreiging van een suïcide is groot en in deze haast is men geneigd stappen over te willen slaan en te versnellen, maar het element van verzet is alleen effectief als het geschiedt vanuit liefde. Relatieherstel heeft dus een prominente plaats. Te snel overgaan naar verzet heeft als risico dat de jongere zich niet begrepen zal voelen en dat maakt het risico op suïcide, maar ook op ander 'symptoomgedrag', zoals agressie of schoolweigering, juist groter. In de aankondigingsbrief valideren ouders de hopeloosheid en de eenzaamheid van de jongere en erkennen dat de jongere zich lange tijd niet gezien heeft gevoeld. Ouders vertellen ook wat zij anders gaan doen. Met die brief geven ouders hun kind de boodschap dat zij het kind willen zien en niet opgeven en met als doel dat de jongere zich weer gezien, gehoord, geliefd en begrepen voelt.

### **Kwalitatief onderzoek**

De ervaringen van ouders met de training zijn systematisch

geëvalueerd met behulp van een kwalitatief onderzoek. Het primaire doel van de oudergroep is dat ouders zich minder machteloos voelen en hun vermogen als ouder weer kunnen ervaren en inzetten. De focus in de training lag daarom op wat ouders en hun netwerk kunnen doen in de hoop dat de relaties in het gezin verbeteren. Omdat de training een pilot betrof, was het ook belangrijk zicht te krijgen op mogelijke verbeterpunten. Daarom zijn twee onderzoeksvragen geformuleerd. 1) Wat zijn de ervaringen van ouders die hebben meegedaan met de pilotgroep van de oudertraining Verbindend Gezag bij suïcidaliteit? 2) Wat zeggen deze ouders over de impact van de training op gevoelens van machteloosheid en kracht en op de gezinsrelaties? Data zijn verzameld middels een semigestructureerde vragenlijst per ouder en een diepte-interview per ouderpaar. In de semigestructureerde vragenlijst werden vragen volgens de opbouw van de training ingedeeld. De 45 vragen waren bijna allemaal open om ouders ( $n = 6$ ) in eigen woorden te kunnen laten antwoorden. De vragenlijst werd ingevuld tijdens de laatste terugkombijeenkomst. Resultaten werden geanalyseerd door een externe onderzoeker om de objectiviteit te vergroten. Andere technieken die werden gebruikt om de validiteit en betrouwbaarheid te vergroten zijn op te vragen bij de eerste auteur. De diepte-interviews werden gehouden op basis van open vragen en een lijst met de meest in het oog springende thema's uit resultaten van de vragenlijst. De drie interviews van gemiddeld anderhalf uur werden kort na de laatste bijeenkomst gehouden met beide ouders tegelijk bij LUMC Curium.

### *De onderzoeksgroep*

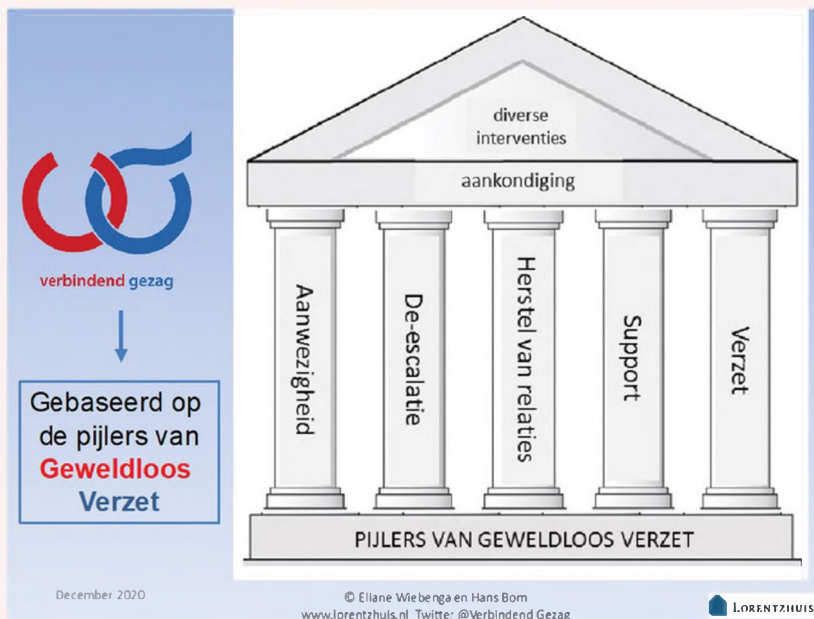
Aan de training deden drie ouderparen mee. Alledrie hadden een dochter in dagbehandeling bij LUMC Curium, en alle ouders deden mee aan het onderzoek. De jongeren waren in dagbehandeling voor emotieregulatieproblematiek waarbij sprake was van zelfbeschadigend gedrag en suïcidaliteit. Alledrie hadden een autismespectrumstoornis. Comorbiditeit bestond uit depressie, ADHD of een persoonlijkheidsstoornis. Hun leeftijd varieerde van veertien tot zeventien jaar. De behandelduur van de dagbehandeling is gemiddeld zeven maanden. Een van de jongeren was aanwezig bij het interview met haar ouders. Hieronder volgen per thema de resultaten uit de vragenlijst, ondersteund door citaten van ouders uit de interviews; 'V' staat voor vader, 'M' voor moeder.

### **Thema machteloosheid**

*Van machteloosheid naar openheid, houvast en zelfvertrouwen.* Alle ouders ervaren gevoelens van machteloosheid aan het begin van de behandeling. V: "Wat je voor ogen moet houden, we zaten in een behoorlijke crisissituatie; met een kind dat was weggelopen, zichzelf beschadigde, niet meer naar school ging, alle contacten met leerlingen had verbroken, ons buitensloot en ook steeds vaker suïcidale uitingen deed. Ja, en dan?"

Alle ouders geven aan zich sinds de training minder machteloos te voelen. V: "We voelden ons machteloos als ons kind boven zat en we geen contact hadden. Dat gevoel is veranderd. Onze machteloosheid is bijna weg. Ze laat zich zien, ze laat zich horen, ze wil graag dingen, we doen dingen samen. Ze gaat erop uit. Het begin is er. Dat maakt dat de

**Figuur 1** De vijf pijlers van Geweldloos Verzet



machteloosheid verminderd is en de openheid gegroeid is." V: "Het heeft ons zelfvertrouwen versterkt. Dat is het meest kernachtige, misschien inderdaad zelfs wel de grote crux van de training. Door de training hadden we vastigheid, houvast en zelfvertrouwen."

### Thema kracht

**Zelf doen.** Alle ouders geven aan dat ze geleerd hebben zelf de situatie te beïnvloeden, wat goed voor hen voelt. V: "Begeleiding en training van ouders is veel belangrijker dan wordt gedacht. Je kunt de ander niet veranderen, maar wel de manier waarop je reageert." M: "Ik zie veel beter wat er gebeurt en kan beter bijsturen. Dat vind ik fijn, dat geeft rust."

**Netwerk.** Het betrokken netwerk in de training bestaat vooral uit naaste familie; broers, zussen, grootouders, ooms en tantes van de jongere. Bijna alle ouders zijn het netwerk meer gaan betrekken. Ze zijn vooral meer gaan delen. Inzet van het aanwezige netwerk heeft geleid tot meer steun, begrip,

hulp en openheid. Twee ouders geven aan dat ze er vooral binnen het gezin mee aan de slag zijn gegaan. Hun netwerk is klein. Bij een van de jongeren zijn ook vrienden, kennissen en leerkrachten meer betrokken geraakt. De meeste ouders geven aan dat het netwerk ook andere dingen is gaan doen. Er komt bijvoorbeeld regelmatig iemand langs. M: "Mijn zus heeft geprobeerd ons te ontlasten en we kunnen ons verhaal kwijt. Eerst waren we er echt met z'n tweeën mee bezig en

**Kind moet zich  
weer gezien,  
gehoord,  
geliefd,  
begrepen  
voelen**

sinds de supportersavond meer als team, meer open." Twee vaders ervaren geen extra steun van het netwerk. V: "Het enige is dat ze af en toe zouden kunnen vragen hoe het gaat. Dat is een hele belangrijke. Omdat het te pijnlijk voor ze is, vragen ze het niet."

**Aanwezigheid.** Alle ouders geven aan dat ze bewuster aanwezig proberen te zijn voor hun kind. V: "Doordat mijn aanwezigheid als vader is toegenomen is, ook de kwaliteit van de relatie met mijn kind toegenomen." M: "Dat we op een gegeven moment weer met haar naar het dorp gingen, samen boodschappen doen, een ijsje kopen, samen met haar en haar broer gaan varen. Soms korte momenten, maar ook een gesprek van een uur midden in de nacht. En dat ze dan zoveel deelt en zoveel connectie heeft ervaren." V: "Normaal ging ik op de bank liggen en viel ik gewoon in slaap. Nu ga ik toch spelletjes doen, of wat anders."

**Relatie-/herstelgebaar.** Bijna alle ouders geven aan onvoorwaardelijke relatiegebaren gemaakt te hebben, zoals een briefje in de tas stoppen, het netwerk te vragen kaartjes te sturen voor de verjaardag, binnenlopen om te laten zien dat je er bent. V: "We hebben geleerd om iedere keer relatiegebaren te maken, een kopje thee blijven brengen, iets lekkers halen, aan kleine dingen laten we zien dat we om haar geven. Een knuffel geven. Waardoor we weer een relatie hebben en dat zij weer gaat zien dat ze ons kan vertrouwen en bij ons terecht kan."

**Vermindering van spanning en vermijding; de-escaleren.** Alle ouders zijn minder gaan vermijden, stellen meer en bewust grenzen en voeren meer moeilijke gesprekken. M: "Ja. Niet op het moment als je eigen emoties heel

hoog zitten ertegenin gaan of communiceren, terwijl bij haar emoties ook heel hoog zitten. Eerst laten bezinken, haar even lucht geven. Vooral jezelf even lucht geven en pas daarna het gesprek aangaan.”

*Aankondigingsbrief.* Ouders vinden de interventies, in dit geval de aankondigingsbrief, moeilijk of spannend om uit te voeren. Maar tegelijkertijd is het ook goed en hebben de meesten het voorlezen zelfs gevoeld als omslagpunt. V: “Onze dochter ging altijd onder de douche snijden. Maar dat gaat nu goed. Door de brief. Daarin stelden we een hele duidelijke grens.” Ouders die stelling nemen tegen het zelfbeschadigende gedrag, melden dat dit gestopt is. Het lezen van de aankondigingsbrief heeft hierbij een grote impact. V: “Ja nú, dachten we, nu gaan we het gewoon doen. Het heeft gebracht dat ze gestopt is met snijden. En dat heeft ze zelf gedaan. En ook het idee dat ze weet dat wij daar achter staan.”

### **Thema gezinsrelaties**

Ouders geven aan dat de relaties in het gezin hechter zijn geworden, er minder strijd is, er meer en open gecommuniceerd wordt, meer samengewerkt wordt, lastige onderwerpen besproken worden, en er meer begrip, steun en validatie is gekomen.

*In het gezin.* M: “Wij zijn dichterbij elkaar gekomen. Ik vind dat dat echt zo is. Dat komt ook echt door de training.”

*Tussen ouder en kind.* V: “De verbinding is zeker toegenomen, ook als ik op zee ben. Tegenwoordig heb ik een vaste appsessie met onze dochter op zaterdagmiddag.

*Tussen broers en zussen.* M: “Ik merk wel aan haar zusje dat ze dichterbij elkaar zijn gekomen. Normaal zaten ze elkaar steeds in de haren

en dat is een heel stuk minder geworden.”

*Wat is de jongere anders gaan doen?* Alle jongeren zijn gestopt met zelfbeschadiging, de jongere geeft zelf ook grenzen aan, er is meer contact gekomen, of een kind houdt zich nu aan de grens. V: “Het gekke is, zelfs het afsnauwen is veranderd. Het is er nog wel, maar wordt gevolgd met ‘Love you’. Ze wil laten weten: het heeft niks met jou te maken. Nu kwam ze laatst naar met toe, gaf een knuffel en vertelde wat haar dwars zat. Dat ze naar je toe komt en gaat delen. Die wederkerigheid ontstaat.” M: “En ook fijn is dat toen wij de brief schreven, ze samen met haar persoonlijk begeleider een brief teruggeschreven heeft. Dat was heel moeilijk, maar ook heel mooi. Ik vond het heel confronterend dat ze zich niet veilig thuis voelde. Dat wil je als ouder natuurlijk niet horen, maar ik vond het wel fijn om te weten, want dan kan je er ook iets aan doen.”

### **Opvallende extra resultaten**

*De groep als anker.* Uit de vragenlijst blijkt dat alle ouders de groepsbijeenkomsten heel waardevol vinden. Ze hebben de training als heel positief ervaren. M: “Weet je waar ik aan zit te denken: om een beetje in die training te blijven. Dat verhaal, van dat bootje met het ankertje; dat bootje om vast te houden als ouder naar je kind. Wij zaten in dat bootje te dobberen op de zee, je weet bij God niet meer... en de training was het anker.”

*Andere ouders.* Alle ouders geven aan veel steun te hebben gehad aan de andere ouders uit de groep. Het delen, het gevoel dat je niet de enige bent, de verbondenheid zijn erg fijn. Een hand op je schouder en gedeelde tranen na het voorlezen van de brief. Het relativeert je eigen situatie of het biedt hoop dat

het ook goed kan gaan. Een vader noemt dit contact onmisbaar. V: “We hadden een sterke band in een moeilijke tijd. Daar waar familie niet altijd lijkt te begrijpen hoe heftig het is. De andere ouders snappen het wel, want die zitten in hetzelfde schuitje. Terwijl we hele verschillende mensen zijn. We delen iets heel groots met elkaar.”

*Combinatie Oudertraining, systeemtherapie en DGT.* Tijdens de interviews komt ter sprake dat ouders de combinatie van dialectische gedragstherapie, gezinstherapie en oudertraining van grote waarde vinden. M: “Het is de combinatie van wat zij heeft gedaan en wat wij hebben gedaan waardoor het beter gaat. V: “Dat geeft zeker het gevoel dat dit meegedragen heeft, daar zijn we van overtuigd. Onze dochter in de therapie en wij in de cursus: dat werkt zeker.”

### **Conclusie**

Als ouder moet je balanceren tussen soms tegenstrijdige belangen. Beschermen tegen gevaar en tegelijkertijd ruimte geven om eigen keuzes te maken; een veilige haven bieden en tegelijkertijd grenzen blijven stellen. Beide staan onder druk bij suicidaliteit. Daardoor ervaren niet alleen de jongeren, maar ook de ouders veel stress. In de oudergroep bleek dat een suïcidepoging een traumatische gebeurtenis is waarvoor ouders ook zelf hulp kunnen gebruiken.

In de training boden we ouders een veilige omgeving, waarin zij door de handvatten van Verbindend Gezag, psycho-educatie en het leren valideren mogelijkheden kregen om weerstand te bieden tegen de sterke krachten die spelen bij suicidaliteit. De resultaten van de pilot tonen dat de



machteloosheid groot was onder ouders. We kunnen zeggen dat ouders de oudertraining als een zeer waardevolle manier hebben ervaren om de machteloosheid te verminderen en de verbinding met de jongere en relaties in het gezin te verbeteren. Ze zijn er sterker uit gekomen.

Ouders leerden vanuit verbinding een grens te stellen aan het suïcidale en zelfbeschadigende gedrag. Het gaf de jongeren in deze pilot de kracht om te stoppen met het zelfbeschadigende gedrag. De suïcidale uitingen stopten of namen af. Juist na het stellen van de zo spannende grens in de aankondigingsbrief.

Door de kleine omvang en het verkennende karakter van het onderzoek is niet aan te tonen dat dit effect alleen door de oudergroep en het schrijven van de brief is gekomen. De jongere kreeg ook zelf behandeling met DGT en de ouders en de jongere kregen daarnaast samen systeemtherapie. Ouders ervaren de combinatie van deze drie behandelmethoden als krachtig. Interessant zou zijn verder te onderzoeken in welke mate een oudertraining zoals gegeven in deze pilot leidt tot het verder verminderen van zelfverwonding en suïcidaliteit bij jongeren vergeleken met andere behandelingen en/of oudertrainingen.

Een belangrijk voordeel van een Verbindend Gezag-oudergroep is

## Te snel in verzet gaan, maakt kans op suïcide groter

dat deze speciaal ontwikkeld is om ouders sterker te maken. Uit de literatuur blijkt dat veel ouders van suïcidale jongeren na de poging van hun kind een posttraumatische stressstoornis krijgen (Stanley et al. 2019; Zhang en Shapiro 2021). Ouders overvalt een gevoel van groot verdriet als hun kind een suïcidepoging doet, waarbij ze zich onzeker voelen over hun ouderschap en erg twijfelen of ze hun kind wel kunnen helpen (Boussat et al. 2021). Dat vertelden ook de ouders in dit onderzoek. Dat terwijl juist zelfvertrouwen van de ouders de enige voorspellende factor bleek bij het succesvol kunnen toepassen van een behandelplan na het ontslag van jongeren die een poging tot suïcide hadden gedaan (Ewell et al. 2021). Een steunende, validerende omgeving voor ouders maakt dat zij zich minder alleen voelen. Ook helpt het om gevoelens van schuld en gedachten over 'geen goede ouder zijn' te verminderen (Ratnaweera et al. 2020). Ouders van suïcidale jongeren hebben dan ook behoefte aan een plek waar ze zelf ondersteuning krijgen (Boussat et al. 2021). Want niemand kan de radeloosheid zo goed begrijpen als ouders die hetzelfde hebben meegemaakt. Een belangrijke bevinding van onze pilot is het steunende aspect voor ouders onderling. De kracht van Verbindend Gezag is dat het expliciet een interventie is voor ouders, een plaats om te leren onvoorwaardelijk te investeren in het contact met hun kind, steun te zoeken, kalm te blijven, en door samen te werken de band met hun kind herstellen van waaruit begrenzing mogelijk is. Dat maakt iedereen sterker. Als je het kind wilt helen, moet je ook zorg hebben voor de ouders. Daarvoor is het belangrijk ouders goed te

Illustratie: Jedi Noordegraaf



begrijpen en goed samen te werken. Een oudergroep Verbindend Gezag, geïntegreerd met DGT en kennis over suïcidaliteit, met als schakel de systeemtherapeut, geeft een degelijk kader voor verder onderzoek. ●

### Kernreferenties

- Bom, H., & Wiebenga, E. (2017). Verbindend Gezag, naar een nieuwe vorm van autoriteit gebaseerd op principes van geweldloos verzet. *Tijdschrift voor Psychotherapie*, 43(4), 269-289.
- Mc Cauley, E., Berk, M., Asnarow, J., Adrian, M., Cohen, J., Korslund, K., ... & Linehan, M. (2018). Efficacy of dialectical behavior therapy for adolescents at high risk for suicide, a randomized clinical trial. *JAMA Psychiatry*, 75(8), 777-785.
- Omer, H., & Dolberger, D. (2015, January). helping parents cope with suicide threats, an approach based on nonviolent resistance. In *Family Process* 54(4), 1-17.

De volledige literatuurlijst is opvraagbaar bij het redactiesecretariaat: KAP@bsl.nl.