

# «Dikke knuffel, Julie»

Hey Veerle, mijn tijd is gekomen.  
Bedankt voor wat je gedaan hebt.  
Dikke Knuffel, Julie

**Dit is het sms'je dat Veerle Louis op zaterdag 11 maart om 12.44 u. krijgt. Twee minuten later gooit Julie (15) zich onder de trein. Veerle was haar groene leraar. Verschillende keren had Julie haar dood aangekondigd. Maar nu was het 'echt'.**

**Veerle Louis, groene leraar:  
«Ze nemen mijn arm vast en vragen 'Ca va?'»**

«Julie was een stil, wat teruggetrokken meisje. Ze vroeg nooit aandacht. Ze presteerde erg goed en was een superperfectionist. Dat zag je aan al haar werkjes. Bij het begin van het derde jaar secundair onderwijs had ze me als groene leraar gekozen. Het begon met een ongerust telefoontje van haar mama. Dat Julie niet goed in haar vel zat, over zelfmoord praatte en dat ze me een briefje zou schrijven. Na dat briefje heb ik met haar gepraat. Verteld dat mensen het moeilijk kunnen hebben, maar dat er altijd lichtpuntjes zijn. Dat ik wel zo iemand wilde zijn, maar dat ik dat niet alleen kon. Ik heb Julie overtuigd om met de CLB-medewerker te praten. Het werd snel duidelijk dat Julie professionele hulp nodig had. Ik heb haar mijn e-mailadres gegeven: voor als ze het moeilijk had. We beslisten om elkaar elke week op vrijdag na de lessen te zien. De eerste keer was ze erg nerveus en vertelde me dat ze zichzelf kraste. 'Ik vind mezelf niet mooi, ik ben te dik, ik kan geen vrienden maken. Krassen lucht op.'»

**Pillen**

«De dag na haar eerste gesprek met de psychologen van het centrum voor geestelijke gezondheidszorg doet ze haar eerste zelfmoordpoging. Haar moeder vond haar thuis: ze had pillen geslikt. We hebben toen de leerlingen van de klas van de juiste feiten op de hoogte gebracht. Ze konden vragen stellen en we besloten samen contact te houden met Julie in het ziekenhuis... Julie leek alleen vertrouwen in mij te hebben. Ze stond heel weigerachtig tegenover andere hulp. Opname in de psychiatrie zag ze totaal niet zitten. Elke week overlegde ik met de andere leerlingenbegeleiders op school. Dat steunde me. Toen Julie terug naar school kwam, had ze het erg moeilijk. 'Sommigen kijken naar mij en anderen zeggen niks', zei ze. Ze voelde zich daar niet goed bij. Ze klampte zich aan mij vast. Ik heb haar mijn gsm-nummer gegeven en concreet afgesproken: echt voor noodgevallen. Julie drong zich nooit op. Ze sms'te eerst om te vragen of ze mocht bellen.»

**Op toilet**

«Drie weken later krijg ik om 23 uur een sms'je van Julie. 'Ik zie het niet meer zitten, niemand kan me helpen, dankjewel'. Ze had opnieuw pillen genomen. Iedereen dacht: 'Dit kan toch niet'. Julie ketste elke vorm van psychiatrische hulp af. De start van de examens was rampzalig. Ze had me gevraagd om haar armen te verzorgen. Ik schrok: dit was niet meer krassen, dit was

snijden, zelfvernietiging. We zijn toen met Julie naar haar ouders gegaan, hebben haar armen getoond en gepleit voor een snelle opname. Maar er was een wachtlijst. We wisten dat Julie het opnieuw zou proberen. Niemand durfde haar nog alleen te laten. Tijdens het examen chemie doet ze een derde zelfmoordpoging, in de toiletten. Ik werd uit de les gehaald. Ik zei tegen Julie dat het zo niet verder kon, dat ze zich moest laten helpen. Nooit heb ik zoveel boosheid in iemands ogen gezien: 'Je gaat me niet meer terugzien', schreeuwde ze. 'Als ik naar de psychiatrie moet, spring ik onder een trein.' »

### **Ze foefelde**

«Ze is dan opgenomen. Maar ze foefelde met haar medicatie en zette hulpverleners op het verkeerde been. 'Zij maken het ingewikkeld, ik niet, ik wil er gewoon niet meer zijn.' Ik ging haar elke week bezoeken en zag stilaan het licht uit haar ogen gaan. Die week mocht ze op zaterdag tussen 8 en 20 uur naar huis. Om 11.30 uur heeft ze me nog een mailtje gestuurd. 'Ik heb een concreet plan, ik bedank je, ik spring onder de trein, ik ben heel nerveus. Ik hoop dat het geen pijn gaat doen.' Ik heb dat mailtje pas achteraf gelezen. Om 12.44 uur kwam het sms'je. Toen ik het telefoontje van haar zus kreeg, ben ik moedeloos gaan huilen. Urenlang, zonder ophouden. Maandag was zwaar op school. Maar mijn collega's waren bijzonder warm en begripvol. Er was ruimte voor tranen, stilte, een knuffel. Ook zij vingden de leerlingen heel goed op.»

### **Groene leraar**

«Ik ben blij dat Julie mij als groene leraar heeft gekozen. Ik heb de kracht gevoeld, wat je kan betekenen. Ik heb ook de grenzen ontdekt. Maar je moet vooruit. Er zijn nog andere leerlingen die op je rekenen. Toch blijft dat gevoel van schuld, van falen. Wat had ik nog meer kunnen doen? Ik had met Julie concrete afspraken gemaakt over sms en e-mail. Om mezelf te beschermen, het draaglijk te houden. Ik vraag me soms af of ik de grenzen niet te nauw getrokken had. Enkele dagen na de zelfmoord kwam Robbe van vijf Handel tijdens een springuur aan de deur van de leraarskamer kloppen. 'We moeten ook aan jou denken', zei hij en hij gaf me een knuffel. Je beseft dan dat leerlingen ook bezorgd zijn om jou. De kleine tekenjes die ikzelf voortdurend uitstuur naar leerlingen kreeg ik plots terug: leerlingen die even mijn arm vastnamen en vroegen: 'Ça va?' »

### **Katrien Descamps, leraar:**

#### **«Er moest ruimte zijn voor het verdriet»**

«Maandag hebben we een bezinningsmoment georganiseerd voor heel de school. Het aardrijkskundelokaal was ingericht als een rouwlokaal. Wie wou, kon er na de bezinning nog blijven. Of er later in de week

terugkomen. Vooral voor de klasgenoten en de dichtste vrienden van Julie was dat erg belangrijk. Met de directeur en de leerlingenbegeleiders hadden we een lijst opgesteld van leerlingen en ook vrienden van Julie die erg emotioneel konden reageren of het moeilijk konden krijgen. We vroegen hun groene leraren een extra oogje in het zeil te houden. In een brief naar alle ouders vertelden we wat er gebeurd was met Julie, hoe we de leerlingen op school opvangen en dat hun zoon of dochter het thuis ook wel eens moeilijk kon krijgen.

Dat ze dan gerust contact mochten opnemen met ons. Met de leraren spraken we af dat als leerlingen vragen stelden, we er zouden op ingaan. Maar het was ook goed dat het ritme op school zo snel mogelijk zou worden hervat. En al wie naar de begrafenis wilde, kon dat.»

### **Lieven Vandekerckhove, directeur:**

#### **«De feiten staken ons plots voorbij»**

«Je hoort wel eens van een leerling die zelfmoord pleegt in een grote school. Maar zolang het niet binnen je eigen schoolmuren gebeurt, sta je er niet echt bij stil. We wisten dat Julie het erg moeilijk had. Maar je blijft toch altijd geloven dat er een oplossing komt. Tot de feiten ons voorbijstaken. Enkele jaren geleden zouden we erg geïmproviseerd hebben. Het werk van jarenlange leerlingenbegeleiding werkte: samen bekijken welke leerlingen het moeilijk zouden krijgen, hoe dat opvangen, hoe communiceren, hoe genoeg ruimte geven aan het verdriet. Voor leerlingen én leraren. Maar tegelijk mochten we ons ook niet koesteren in dat verdriet. Het leven gaat door. Bovendien moet je niet zwijgen over zelfmoord bij jongeren. Het is juist door het niet bespreekbaar te maken dat je jongeren op ideeën brengt. We houden Julie heel dicht bij ons nu. Ze heeft een plaatsje met foto gekregen in de gangkapel. Er staat ook een rouwkoffertje bij waar iedereen wat dan ook in kwijt kan. Ieder belangrijk moment hier op school zal ze er zijn. Ook als haar klasgenoten hier over drie jaar afstuderen.»

### **Brett en Tom,**

#### **klasgenoten en Julies beste vrienden:**

#### **«Sommige leraren zijn gewoon leraren»**

Brett: «Ik denk vaak dat je met je gevoelens niet op school moet zijn. Sommige leraren zijn gewoon leraren. Maar mevrouw Louis is anders. Julie had veel aan haar: ze sms'ten

en mailden. Ik heb dezelfde groene leraar gekozen. Ik weet dat ik er altijd naartoe kan. Ze weet alles over Julie. Ze weet ook onmiddellijk wat ik bedoel. Zonder veel woorden.»

Tom: «We hadden regelmatig contact met Julie toen ze in die instelling zat. We hebben nog een doos naar haar opgestuurd. Ik had er een persoonlijk briefje bij gestoken en een reep chocolade. Ik wist dat ze daar

verzot op was. Na haar zelfmoord hebben ze briefjes onder haar hoofdkussen gevonden. Eentje voor Brett en eentje voor mij. 'Dit is

zowat het laatste wat je van me zal horen. Wil jij tijdens mijn begrafenis dit tekstje voorlezen?' Ik heb het lastig gehad op die begrafenis en raakte moeilijk uit mijn tekst. Dat vond ik heel erg. Het laatste wat ik voor haar kon doen, lukte zo moeilijk. We zijn in de klas van plaats veranderd. En Julie is mee veranderd. Ook al is ze er niet meer.»

*Hoe Tom en Brett over Julie vertellen, lees je deze maand in Maks!*

### **Jeanique en Dominique, haar ouders:**

#### **«Bewondering voor de school»**

«Je kan niet geloven dat een kind van vijftien zo met de dood bezig is. Soms was Julie zo blij en opgewekt dat we dachten dat het allemaal wel in orde zou komen. Maar ze heeft iedereen, ook alle hulpverleners op een dwaalspoor gebracht: ze wilde dood. We hebben veel bewondering voor de aanpak van de school. Haar groene leraar was de enige met wie Julie echt contact had. We weten dat Veerle met veel vragen zit. Maar er was niemand die Julie nog kon helpen, niemand. De beste vrienden van Julie komen nog elke week bij ons op bezoek. Dat doet ons deugd: dat Julie niet vergeten wordt.»

*Het hele verhaal van Jeanique en Dominique lees je deze maand in Klasse voor Ouders.*

### **Marleen Vanbecelaere,**

#### **CLB-medewerker:**

#### **«Je moet er snel bij zijn»**

«Julie wou eerst geen gesprek met het CLB. Maar ze deed het dan toch. Niet zozeer voor zichzelf, maar omdat ze het beloofd had aan haar groene leraar. Bij het eerste gesprek was al vlug duidelijk dat Julie professionele hulp nodig had. Ze was moedeloos, geloofde er niet meer in. Hoe vroeger je er als hulpverlener bij bent bij kinderen met depressieve neigingen, hoe beter. Niet elke gedachte aan zelfmoord is even onomkeerbaar.»

## **DAG VAN DE NABESTAANDEN**

Ontmoet leraren, hulpverleners en nabestaanden die ook met zelfmoord geconfronteerd werden op de 5<sup>de</sup> Dag van de Nabestaanden (18 november, Elewijt/Zemst). Er is een workshop hoe je een draaiboek maakt op school. Info: info@wergroepverder.be - www.zelfmoord.be