

Workshop Handelings- verlegenheid en suïcidaliteit

Mirjam Hospers

Anke Sepsanie

Koen van Loenen



Landelijk
Zorgsysteem
voor Veteranen

Kennismaking

- Wie herkent terughoudendheid in gesprek over suïcidaliteit?
- Wat maakt het lastig om het gesprek hierover aan te gaan?



Het gesprek in 5 fasen



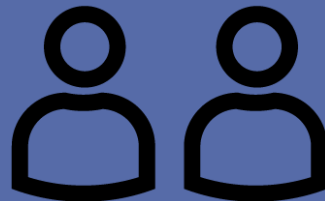
Signaleren



**Stel de
vraag**



**Contact
met
wanhoop**



**Contact
met hoop**



**Verwijzen
en
veiligheid**

Fase 1



Signaleren

Uitspraken

Gedrag

Risicofactoren

Fase 2



Stel de vraag



Signaleren



Stel de vraag



Contact met
wanhoop



Contact met
hoop



Verwijzen
en veiligheid

Fase 3



Contact met wanhoop



Signaleren



Stel de vraag



Contact met
wanhoop



Contact met
hoop



Verwijzen
en veiligheid

Fase 3

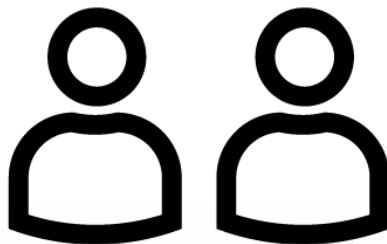


**Contact
met
wanhoop**

Mismatch in een gesprek over zelfdoding

Suïcide is
een oplossing

Suïcide is
een probleem



Fase 3



Contact met wanhoop

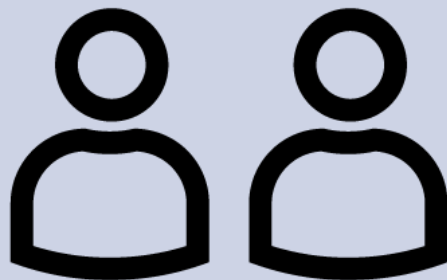
Hoe maak je contact met wanhoop?

- **Zelfcontrole: rust bij jezelf**
Rustig ademen en spreken, ontspannen lichaamshouding.
- **Wanhoop:**
Wat is er aan de hand? Wat maakt je zo wanhopig? Wat nog meer? Wat was het moeilijkste moment in de afgelopen week? Welk van die dingen vind je op dit moment het meest lastig/pijnlijk?
- **Gedachten:**
Wat denk je als je aan zelfdoding denkt? Wat nog meer? Waar wil je vooral van af?
- **Plannen:**
Heb je een plan om zelfdoding te plegen? Hoe lang hou je deze situatie nog vol?

Do's: open vragen, reflecties, empathie

Don'ts: tegenspreken, oplossen, adviseren, oordelen, vragenlijst afwerken

Fase 4



Contact met hoop



Signaleren



Stel de vraag



Contact met
wanhoop

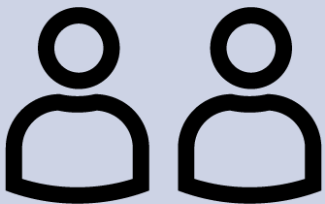


Contact met
hoop



Verwijzen
en veiligheid

Fase 4



**Contact
met
hoop**

Hoe maak je contact met hoop?

Vraag naar relaties/leefredenen

- Wie/wat heeft je tot nu toe tegengehouden om zelfdoding te plegen?
- Wie zou jou/jij het meeste missen?
- Wat zou je nog graag mee willen maken in het leven?

Vraag door

Fase 5



Verwijzen en veiligheid



Signaleren



Stel de vraag



Contact met
wanhoop



Contact met
hoop



Verwijzen
en veiligheid

Fase 5



**Verwijzen
en
veiligheid**

Verwijzen in het gesprek

- Wat moet er nu gebeuren?
- Wie kan je daarbij helpen?
- Wat is nu een volgende stap? Wat heb je nodig om stap te zetten? Wanneer ga je dat doen?
- Zorg voor warme overdracht.

Fase 5



**Verwijzen
en
veiligheid**

Welke mogelijkheden tot verwijzen heb je?

- Waar verwijs je (intern) naar door?
- Welke moeilijkheden kom je tegen met betrekking tot verwijzen?
- Wat is jouw rol bij het doorverwijzen? Hoe zou je dat aanpakken?

Oefenen

Nabespreken

Vragen