

Mit Suizidalität leben?

Leben wollen
und nicht können

Was kommt jetzt



Fragen und Gefühle

- Angehörige
- Behandler
- Erfahrene

Es ist geschehen

- Angehörige
- Behandler
- Erfahrene

**Was ist Suizidalität?
Was ist zu tun?**

Signale

- zurück ziehen
- extreme Stimmungsschwankungen
- selbst verletzend
- mir kann keiner helfen...

Blick Angehörige

Fragen - Gefühle

- sein/ihr Verhalten macht unsicher
- wie kann ich helfen
- wie kann ich die eigenen Grenzen besser sehen

ich fühle mich

- überfordert
- hilflos
- wütend
- an meinen Grenzen
wie kann ich nur helfen

Blick Behandler

- **Frühwarnsystem**
- **Pilot - Kopilot**
- **besseres Verständnis**
- **Augenhöhe in Partnerschaft**
- **aufzeigen reflektieren
vorschlagen**
- **steuernde aktive Teilhabe**
- **Selbstbeobachtung -
Fremdeinschätzung**
- **binden Angehörige oft nicht
ein**

Was tun

- **Suizidalität offen ansprechen**
- **Suiziddrohungen ernst nehmen**
- **empathische Haltung geduldig zuhören**

Was tun

- „antisuizidale Abmachungen“
- depressive Gedanken klären
- Angehörige einbeziehen

Gefährliches Geheimnis

- **Reden statt schweigen**
- **Hilfe holen**
- **Grenzen achten**

akute Gefahr - Hilfe?

- **konkret davon sprechen, sich das Leben zu nehmen**
- **Pläne offenbart**
- **Abschiedsbriefe oder ein Testament**

Vorher - Krisenplan

- **Name Festnetz/Handy**
Notfallteam Therapeut
- **Familie/Freunde**
- **Notfallmedikation**
- **Besonderes**

Erst hatten wir kein Glück
und dann kam Pech dazu

[http://www.muepe.org/Patientenrechte/
pass.pdf](http://www.muepe.org/Patientenrechte/pass.pdf)