

## Verslag regio avond Suïcidepreventie in supervisie en coaching 22-3-2018

Wim Welbers heeft tijdens deze regio avond in Noord-Brabant zijn kennis vanuit de GGZ met ons gedeeld. De eerste stap was een gezamenlijke verkenning van de relevantie van dit thema in de begeleidingskunde? De volgende vragen waren de leidraad voor de avond:

Hoe maak je contact met iemand over dit thema, hoe ga je er over in gesprek, en hoe verwijst je (als gatekeeper)? Dat gesprek is in de basis het belangrijkste. Gemeenschappelijk kenmerk van alle mensen die suïcidaal zijn? Zij willen niet dood!

Jongeren zijn een grote risicogroep, maar de piek zit tussen 50 en 60. Een bezoek aan de website 113 geeft een goed overzicht.

Suïcidaal gedrag omvat handelingen én gedachten ... De gangbare opvatting is wel om (psychisch) "zieke mensen" tegen zichzelf te beschermen. Zie het stress, kwetsbaarheid en entrapment model (133) Je hebt ook chronische suïcidaliteit.

Een goede check voor jezelf is: voel ik verbinding met de ander? Aanrader boekje: Piekeren over zelfdoding .Het onderwerp aanroeren brengt het denken erover niet dichterbij! Wij worden eraan herinnerd dat het gesprek geen trigger zal zijn. De basis is contact! Dit hebben wij met een gespreksopdracht in subgroepen geoefend en ook daarbij gemerkt dat het gesprek vooral een opening is en geen eindstation.

'Nabestaanden hebben levenslang.'

Voor verdieping verwijst Wim ons naar de publicaties en richtlijnen van Prof. dr. Ad J.F.M. Kerkhof en naar de website van 113.

De presentatie die Wim Welbers heeft gegeven vind je in via deze link.

Met hartelijk dank voor het verslag aan Felix Punt.