

Het gesprek over de dood

Hoe maak ik contact met en ga ik in gesprek over een uitgesproken doodswens en/of suïcidale gedachten met een cliënt/bewoner?

Uitgangspunten

- Neem een uitgesproken doodswens en/of suïcidaal gedrag altijd serieus.
- Luister open, toon begrip, oordeel niet en vraag door.
- Het gesprek aangaan over een doodswens/suïcidaliteit vergroot nooit het risico. Erover praten geeft iemand juist het gevoel dat ze deze gevoelens niet alleen hoeven te dragen.
- Voor overleg met en advies van 113: bel 020-3113888 (werkdagen tussen 10-16 uur).

Vragen om te stellen

- Hoe gaat het met u? Kunt u aangeven hoe u zich op dit moment voelt?
- Denkt u wel eens aan de dood? Wat voor gedachten zijn dat?
- Wat gaat er door u heen als u aan de dood denkt? Vertel eens.
- Hoe lang heeft u deze gedachten al?
- Wat zijn aanleidingen om zo te denken?
- Wilt u zichzelf iets aandoen?
- Heeft u concrete plannen om uzelf iets aan te doen?
- Heeft u ooit eerder uzelf iets aangedaan?
- Is er iets wat u nu nodig heeft of wat ik voor u kan betekenen?

Laat het gespreksonderwerp er gewoon zijn, zonder dat je jouw oordeel geeft. Kom niet meteen met adviezen of een oplossing. Luisteren en de cliënt/bewoner serieus nemen is de eerste stap.



Hulp bij het aangaan van het gesprek: [VraagMaar app](#)
Of ga naar de website: www.113.nl

113 zelfmoord
preventie

Niet-pluis gevoel?

1. Overleg met een collega als je je zorgen maakt. Bespreek samen wat een passend plan is.
2. Schakel zo nodig een arts of psycholoog in. Ook bij twijfel! Is de arts of psycholoog afwezig? Er is altijd een achterwacht/dienstdoende beschikbaar.

Belangrijke acties in de zorg bij suïcidaliteit

1. **Maak en behoud contact met de cliënt/bewoner**
2. **Vergroot beschermende factoren**
Bied de cliënt/bewoner een activiteit aan waarvan je weet dat dit ontspannend werkt voor hem/haar of wat afleiding kan bieden. Indien cliënt/bewoner akkoord is, betrek naasten die normaal gesproken een positieve invloed hebben op hem/haar¹. Bied tevens steun aan naasten en verwijst naar 113 voor extra ondersteuning.
3. **Zorg voor een veilige omgeving**
Laat de cliënt/bewoner bij voorkeur niet alleen, zorg voor zoveel mogelijk toezicht zonder dat dit als storend wordt ervaren. Sluit ramen. Haal scherpe voorwerpen, schoenveters, touw, etc. weg. Laat medicatie innemen onder toezicht.
4. **Rapporteer**
Een duidelijke rapportage zorgt voor jouw collega's en de behandelaars voor alertheid en inzicht. Let er, indien van toepassing, wel op dat naasten die meelezen in het ECD op de hoogte worden gebracht van de suïcidaliteit.
5. **Zorg voor een veiligheidsplan**
Voor de arts en psycholoog: vraag naar het veiligheidsplan van de cliënt/bewoner en stel er zo nodig één op².

¹ Zie 'naasten betrekken'

² zie www.113.nl/veiligheidsplan

Naasten betrekken

Doel: Het creëren van steun en veiligheid, organisatie van nazorg, betrekken als bron van informatie

Betrekken van naasten is belangrijk, bespreek dit met de cliënt/bewoner.

- Check de belastbaarheid van naasten en biedt zo nodig steun of advies (113 biedt ook ondersteuning voor naasten).
- Het betrekken van naasten dient in overeenstemming te zijn met de wet- en regelgeving.
- Let op dat de cliënt/bewoner ook de mogelijkheid heeft om alleen te spreken met de zorgverlener.