

Checkliste für ein strukturiertes Gespräch über Suizidalität

Suizidgedanken

- passive Ruhe- oder Todeswünsche
- Suizidgedanken: Häufigkeit, Dauer, Intensität
- Kontrolle oder Angst vor Kontrollverlust

Suizidabsichten

- Wunsch, sich das Leben zu nehmen
- Absicht, sich das Leben zu nehmen

Suizidpläne

- Methode
- Ort, Datum
- Vorbereitungshandlungen, gedankliche Vorbereitung

Suizidales Verhalten in der Vergangenheit

- Häufigkeit
- Wo, wann, wie?
- Umstände, Auslöser
- konkrete Absicht, »tot zu sein«
- konkrete Planung
- Bewertung des Suizidversuchs (Bedauern)

Aktuelles Befinden

- Hoffnungslosigkeit
- Verzweiflung
- Erleben von Disstress
- psychische Schmerzen

Zugang zu Suizidmethoden

- Waffen
- Medikamente
- Örtlichkeiten in der Nähe

Protektive Faktoren

- Gründe zu leben
- Ziele im Leben
- einen Sinn im Leben sehen