

Suïcidaliteit pak je juist aan middels CGT!

Sanne Vink

Psychiater-psychotherapeut

Workshop

In het dagelijks werk van de cognitief gedragstherapeut(isch werker) kan somberheid en spanning bij cliënten zo hoog oplopen dat er suïcidale gevoelens ontstaan. Vaak wordt dan het crisisprotocol gevolgd en wordt een klinisch psycholoog of psychiater betrokken. Toch past het werken met suïcidaliteit juist ook goed binnen de cognitieve gedragstherapie. Suïcidaliteit kan bijvoorbeeld het resultaat zijn van de betekenisanalyse waarbij het nodig is om te onderzoeken welke betekenis de cliënt heeft gegeven. In andere gevallen past suïcidaliteit beter binnen een functieanalyse omdat het als gedrag wordt ingezet. Registratie opdrachten zijn onmisbaar om triggers te achterhalen. Om cognitief gedragstherapeutisch met suïcidaliteit aan de slag te gaan is het belangrijk om alle aspecten ervan zorgvuldig uit te vragen, iets wat voor therapeuten spannend kan zijn. Exposure voor de therapeut dus!

Sanne E. Vink, gestart als psycholoog maar inmiddels psychiater-psychotherapeut, werkt onder andere bij de crisisdienst van een grote GGZ-instelling. Ze heeft ruime ervaring in het bespreken van suïcidaliteit met cliënten. Zij benadrukt dat het bespreekbaar maken van suïcidaliteit juist lucht geeft en het risico op suïcidaliteit kan verkleinen. Belangrijk hierbij is om als therapeut 'holding' uit te stralen, waarbij eigen angsten en onzekerheid rondom suïcidaliteit onder controle gehouden wordt. Vanuit de hechtingstheorie weten we immers dat mensen in crisis geneigd zijn om in de ogen van de ander te kijken: in dit geval die van de behandelaar. Tijdens deze workshop zal besproken worden hoe dit in de praktijk toe te passen.

Maar zitten er risico's aan het bespreken van suïcidaliteit? En is er een verschil tussen acute en chronische suïcidaliteit? Hoe ga je om met suïcidaliteit die wordt ingezet om iets voor elkaar te krijgen? Wanneer is iets suïcidaliteit en wanneer automutilatie? En wat zijn de rode vlaggen waarbij inschakelen van de crisisdienst noodzakelijk is? Al deze vragen komen aan bod, waarbij ook ruimte is voor andere vragen. Daarnaast worden diverse feiten en fabels over suïcidaliteit behandeld en komen er verschillende FABA's aan bod. Dit alles terwijl de interactie met deelnemers hoog in het vaandel staat gedurende deze workshop!