**Training Suïcide Preventie**

**Inleiding**Hoe ontstaan zelfmoordgedachten?
Zelfmoordgedachten hebben bijna nooit slechts één oorzaak en er gaat meestal een heel proces aan vooraf. Heeft de militair die zich bij jou meld zelfmoordgedachten? Lukt het contact te maken en nieuwsgierig te zijn naar de reden van de doodswens? Wat roept het bij jou op en hoe handel je het meest effectief:
- Goed (vroeg) signaleren
- Tijdig opschalen (verantwoordelijkheid op de goede plek)
- Goed rapporteren en borgen
Deze training is, geschreven vanuit de landelijke multidisciplinaire richtlijn diagnostiek en behandeling van suïcidaal gedrag in combinatie met de PITSTOP training.

**Onderwerpen die aan bod komen en leerdoelen**- Deelnemers kunnen een acuut suïciderisico onderscheiden van een chronisch suïciderisico.
- Deelnemers hebben actuele kennis over suïcidaliteit.
- Deelnemers zijn competenter in het hanteren van suïcidaal gedrag.
 **Voor wie**
Voor medewerkers in de dienstverlenende sector die in toenemende mate geconfronteerd worden met suïcide: psychiatrie, TBS klinieken, defensie en politie.

**Werkwijze**
De training is ervaringsgericht, we bespreken als eerste de theorie en de kaders over de doodswens die militairen kunnen hebben.
Daarna ligt de focus op het ervaren van wat suïcide dreiging voor je betekent en hoe je met deze dreiging om kunt gaan, ook in relatie tot je eigen overtuigingen en die van jouw collega’s.
Je oefent met een trainingsacteur om je eigen machteloosheid en spanningsopbouw rondom dit thema te herkennen en tijdig de verantwoordelijke behandelaar, huisarts of crisisdienst in te schakelen en van de juiste informatie te voorzien, zodat die in actie kunnen komen.
Er is ruime aandacht voor lichaamstaal, zowel in spanningsopbouw als in je handelen.
We staan stil bij het effect van je gedrag en welke mogelijkheden je hebt om je aanpak effectiever te maken. Dit is een ervaringsgerichte training, de deelnemers worden verantwoordelijk gemaakt voor hun eigen leerproces

**De training kent drie fases:**

Fase 1
Kennisoverdracht met betrekking tot suïcide en suïcide preventie, zodat er een gemeenschappelijk kader is voor je handelen in de praktijk. Waarbij stil gestaan wordt bij de volgende vraag: ben je op de hoogte van het beleid binnen jouw organisatie?
Fase 2
Bewust worden van je eigen reacties op fysiek, emotioneel en cognitief niveau en vandaaruit leren anticiperen op je eigen reacties.
Fase 3
Oefenen in rollenspel met een acteur die je helpt te registreren wat je fysiek en emotioneel ervaart in contact met cliënten en hoe je hier jouw reactie het beste op afstemt.

Vragen die daarbij gesteld kunnen worden zijn wat heb ik nodig, wat heeft de ander nodig en wat wordt professioneel van mij verwacht in die situatie.