

Fragenkatalog zur Abschätzung der Suizidalität

(Mäulen 2006, zit. aus Mäulen 2010)

1.	Haben Sie in letzter Zeit daran denken müssen, sich das Leben zu nehmen?	Ja
2.	Häufig?	Ja
3.	Haben Sie auch daran denken müssen, ohne es zu wollen? Haben sich Suizidgedanken aufgedrängt?	Ja
4.	Haben Sie konkrete Ideen, wie Sie es machen würden?	Ja
5.	Haben Sie Vorbereitungen getroffen?	Ja
6.	Haben Sie schon mal mit jemanden über ihre Suizidabsichten gesprochen?	Ja
7.	Haben Sie schon einmal einen Suizidversuch unternommen?	Ja
8.	Hat sich in Ihrer Familie oder Ihrem Freundes- und Bekanntenkreis jemand das Leben genommen?	Ja
9.	Halten Sie Ihre Situation für aussichts- und hoffnungslos?	Ja
10.	Fällt es Ihnen schwer, an etwas anderes als Ihre Probleme zu denken?	Ja
11.	Haben Sie in letzter Zeit weniger Kontakt zu Verwandten, Freunden oder Bekannten?	Ja
12.	Haben Sie noch Interesse daran, was in Ihrem Beruf oder Ihrer Umgebung vorgeht?	Nein
13.	Interessieren Sie sich noch für Ihre Hobbys?	Nein
14.	Haben Sie jemanden, mit dem Sie offen und vertraulich über Ihre Probleme sprechen können?	Nein
15.	Wohnen Sie in Ihrer Wohnung in einer Gemeinschaft mit Familienmitgliedern oder Bekannten?	Nein
16.	Fühlen Sie sich unter starken familiären oder beruflichen Verpflichtungen stehend?	Nein
17.	Fühlen Sie sich in einer religiösen bzw. weltanschaulichen Gemeinschaft verwurzelt?	Nein
Je mehr Fragen im Sinne der angegebenen Antworten beantwortet werden, desto höher muss das Suizidrisiko eingeschätzt werden.		

Fällt Ihnen auf, dass es einem Kollegen, einer Kollegin schlecht geht, fragen sie nach, auch wenn es aufgrund der ärztlichen Sozialisation schwer fällt. Geht es Ihnen selbst einmal schlecht, sprechen Sie mit einem vertrauten Kollegen/Kollegin darüber oder suchen professionelle Hilfe auf. Falls Sie selbst einmal eine psychische-gesundheitliche Krise überwunden haben, geben Sie ihr Erfahrungswissen weiter und berichten auch darüber wer oder was Ihnen geholfen hat. Achten Sie auch darauf, dass bei allem berechtigten Ehrgeiz die Konkurrenz am Arbeitsplatz nicht übertrieben wird. Nehmen Sie direkte und indirekte Suizidankündigungen sehr ernst!

Literatur:

Mäulen, B. (2010): Jedes Leben zählt, Suizid von Anästhesisten

Allfällige Kontaktadressen im Haus:

Universitätsklinik für Psychiatrie – Telefonnummer: 0512/504-23648

Betriebsarzt – Telefonnummer: 0512/504-22015

mcb – Telefonnummer 0512/504-26900