

*Ein Gespräch
eröffnet neue,
lebensorientierte
Perspektiven.*

Kontakt

Die Sitzungen finden dort statt, wo es für Sie sinnvoll ist - in der Klinik, bei Ihnen zu Hause oder in Ihrem Umfeld.
Melden Sie sich bei uns. Wir sind für Sie da.

Standort Bern

Universitäres Psychiatrisches Zentrum Bern
assip@hin.ch
058 630 88 11

Standort Zürich

Sanatorium Kilchberg AG
ambulatorium@sanatorium-kilchberg.ch
044 716 41 41

Bei Notfällen wenden Sie sich bitte...



Für weitere Informationen:
assip.org

ASSIP

Attempted Suicide Short
Intervention Program



Eine Kurztherapie für Menschen
nach einem Suizidversuch



Das zeichnet ASSIP aus

- ASSIP kann stationär, ambulant sowie zu Hause durchgeführt werden.
- Gemeinsam entwickeln wir einen persönlichen Krisenplan, um zukünftige suizidale Krisen zu bewältigen.
- ASSIP wirkt nachweislich. Das Risiko eines erneuten Suizidversuchs sinkt um annähernd 80%,* Die Kurztherapie ist eine Ergänzung, kein Ersatz für eine (längerfristige) Therapie.

*gemäss Studie von Gysin-Maillart, Schwab, Soravia, Megert, & Michel (2016)



nachgestellte Szene

“Die Therapiesitzungen mit Ihnen haben mir sehr geholfen. Mein persönlicher Krisenplan habe ich immer im Portemonnaie dabei. Ich erkenne die Warnsignale besser und kann reagieren. Vielen Dank für Ihre Unterstützung.”

Ehemaliger ASSIP-Patient

ASSIP in der Praxis

Erstgespräch: Ihre Geschichte

Sie erzählen die Geschichte Ihres Suizidversuchs in Ihren eigenen Worten. Das Gespräch wird auf Video aufgezeichnet.

Zweites Gespräch: Gemeinsam zurückblicken

Das aufgezeichnete Gespräch wird zusammen mit Ihnen angeschaut. Gemeinsam werden die Abläufe besprochen, Warnzeichen aufgedeckt und Strategien erarbeitet.

Drittes Gespräch: Ihr persönlicher Krisenplan

Die Hintergründe Ihrer suizidalen Krise, Warnsignale und Ihr persönlicher Krisenplan werden gemeinsam analysiert und schriftlich festgehalten.

Danach: Wir bleiben in Kontakt

Wir kontaktieren Sie über einen Zeitraum von zwei Jahren.