KOSP

Newsletter Sommer 2026

Liebe Leser:innen

Herzlichen Dank für Ihr stetiges Interesse und Ihre kontinuierliche Unterstützung – wir freuen uns sehr, dass Sie uns weiterhin begleiten! Ab sofort legen wir unseren Newsletter mit den Partnerprojekten **SuiT** (Swiss Suicide Prevention Toolbox), **ASSIP** (ASSIP flex und ASSIP Suisse Romandie) und dem **Kompetenzzentrum Suizidprävention** (KOSP) zusammen. Der Newsletter heisst deshalb neu **KOSP Newsletter**. Auf der nächsten Seite stellen wir Ihnen die einzelnen Teilprojekte kurz vor.

Folgen Sie uns auf Social Media

ASSIP_FLEX

Inhalt:

Überblick Projekte • S. 2

Kompetenzzentrum Suizidprävention • S. 3

Was gibt es Neues? • S. 4-5

Interview Therapeutin • S. 6

Suizidforschung • S. 7

Swiss Suicide Prevention Toolbox

Ab 2026 entwickeln UPZ, PUK, BFH, CHUV und CNP gemeinsam «SuiT – Swiss Suicide Prevention Toolbox»: eine evidenzbasierte Toolbox, die Betroffenen, Angehörigen und Fachpersonen hilft, passende Unterstützungsangebote in der Suizidprävention zu finden. Teil dieser Toolbox sind sowohl die Projekte SERO, ASSIP flex, ASSIP Suisse Romandie und AdoASSIP als auch weitere bewährte Angebote der Schweizer Versorgungslandschaft im Bereich Suizidprävention.



Zusammenarbeit Deutschschweiz und Romandie

Ab 2026 bündeln ASSIP flex und ASSIP Romandie ihre Kräfte für die gemeinsame Weiterentwicklung und nationale Verbreitung. Unterstützt von der Fondation Adrian et Simone Frutiger entstehen dabei ein strukturiertes Schulungsangebot, eine nachhaltige Implementierung im Gesundheitssystem sowie eine verbesserte Aus- und Weiterbildungsqualität.

Kompetenzzentrum Suizidprävention

Das KOSP bietet ein breites Spektrum an Leistungen in den Bereichen Behandlung, Fort- und Weiterbildung sowie Postvention an. Das Angebot richtet sich an Betroffene nach einem Suizidversuch sowie an Angehörige und Fachpersonen.

Kompetenzzentrum Suizidprävention

Unsere Angebote im Überblick

ASSIP

Sprechstunde nach einem Suizidversuch

Die Sprechstunden ASSIP und ASSIP flex richten sich an Patient:innen nach einem Suizidversuch. Bei ASSIP flex bestimmen die Patient:innen selbst, wo die Behandlung stattfindet – ob in der Klinik, zuhause, bei der Hausärztin/dem Hausarzt oder bei einer Vertrauensperson. Das Angebot umfasst 3–4 Sitzungen sowie einen brieflichen Kontakt über zwei Jahre, inklusive Notfallkarte und persönlicher Strategieliste. Das Projekt ASSIP flex wird in Zusammenarbeit mit der Projektförderung PGV von Gesundheitsförderung Schweiz umgesetzt.



Sprechstunde für Angehörige und Mitbetroffene

Diese Sprechstunde richtet sich an Menschen, die durch einen Suizid oder Suizidversuch im nahen Umfeld betroffen sind – Angehörige, nahestehende Personen sowie Begleitende im Kontext eines assistierten Suizids. In einem geschützten Rahmen können belastende Erfahrungen besprochen werden, etwa suizidales Erleben verstehen, Trauer und Trauma, das Setzen persönlicher Grenzen oder die Gestaltung von Abschiedsritualen.



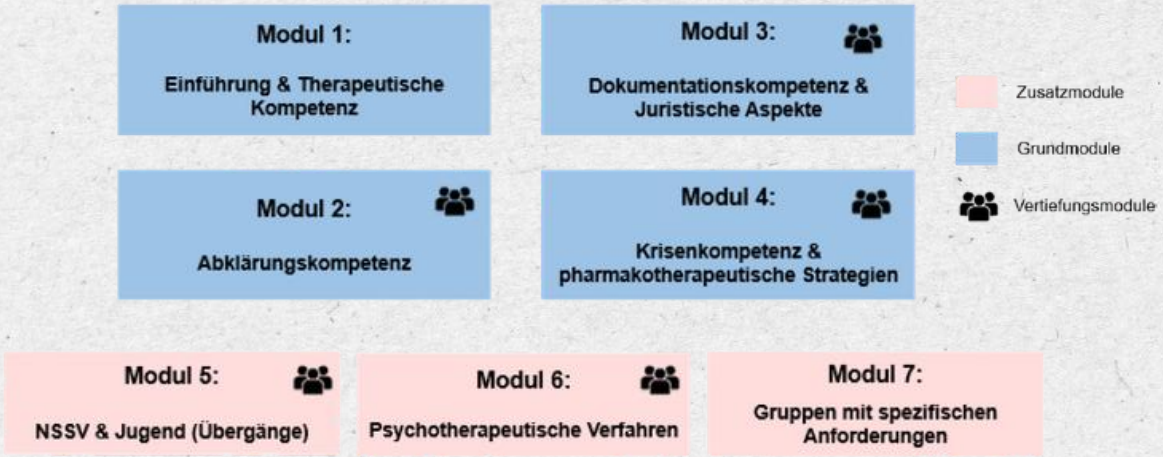
Was gibt es Neues?

Aus UPD und PZM wird UPZ



Per 1. Juli 2026 haben sich die Universitäre Psychiatrische Dienste Bern AG (UPD) und die PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG zur neuen Universitäres Psychiatrisches Zentrum Bern AG (UPZ) zusammengeschlossen. Ziel der Fusion ist eine gebündelte, zukunftsfähige psychiatrische Versorgung im Kanton Bern sowie eine Stärkung von Lehre und Forschung.

KOSP Schulungsangebot



Ab 2026 bietet das KOSP ein klinikübergreifendes Schulungsprogramm zur klinischen Suizidprävention an – offen für Ärzt:innen, Psycholog:innen und Pflegefachpersonen. In vier Grundmodulen werden therapeutische, diagnostische, dokumentarisch-juristische sowie krisenbezogene Kompetenzen vermittelt; Zusatzmodule vertiefen Themen wie ASSIP, NSSV bei Jugendlichen oder spezifische Zielgruppen. Ziel ist eine einheitliche, nachhaltige Kompetenzentwicklung sowie eine offene, nicht-stigmatisierende Haltung im Umgang mit Suizidalität.

Neue Homepage



ASSIP Romandie hat eine neue Webseite: assip-romandie.ch. Sie informiert Betroffene, Angehörige und Fachpersonen über die Methode, Weiterbildungsangebote sowie die Kontaktstellen am CHUV Lausanne und CNP Neuchâtel. Die Webseite www.assip.org bleibt weiterhin bestehen und informiert über ASSIP und die weiteren Angebote.

Fachveranstaltung in Lausanne über suizidales Leiden

Am 12. März 2026 lud Prévention Suicide Romandie in Lausanne zu einer Fachveranstaltung ein. Neben verschiedenen Referaten, u.a. von Dre Rachel Gibbons zu einem beziehungsorientierten Ansatz in der Suizidprävention, konnte auch ASSIP vorgestellt werden. Im Rahmen eines Podiumsgesprächs stellte ASSIP-Therapeut Sebastien Brovelli die Kurztherapie gemeinsam mit einer Person, die selbst davon profitiert hat, vor. Das Publikum setzte sich aus Vertretern des Gesundheits- und Sozialwesens zusammen – eine wertvolle Gelegenheit, ASSIP einem breiten Fachpublikum vorzustellen. Weitere Informationen zu Prévention Suicide Romande finden Sie unter www.preventionsuicide-romandie.ch.





Interview
3 Fragen an ASSIP flex Therapeutin

Joy Sahli

Psychologin M. Sc.
Psychotherapeutin i.W.

Was ist deine Therapeutinnen-Superkraft?

Meine Therapeutinnen-Superkraft ist es, als Mensch offen und ehrlich mit meinem Gegenüber in Beziehung zu treten. Ich möchte, dass Menschen sich mit ihrer Geschichte gesehen und angenommen fühlen und nicht nur über ihr Anliegen oder ihr Leiden definiert werden (so wie es auch im ASSIP die Haltung ist).

Gibt es ein Ritual oder eine Kleinigkeit, die vor jeder ersten Sitzung zu deinem Ablauf gehört?

Mein wichtigstes Ritual zum Start in den Tag ist tatsächlich das Lesen im Zug auf dem Arbeitsweg. Angekommen, erledige ich dann zuerst einige administrative Aufgaben (Mails, Briefe, etc.), bevor ich mich auf die erste Stunde vorbereite. Kurz vor Beginn nehme ich mir Zeit, die bisherigen Gespräche noch einmal gedanklich durchzugehen, damit ich präsent in die Sitzung starten kann.

Was ist das Erste, was du nach einer intensiven Sitzung machst, um wieder abzuschalten?

Ich lüfte zuerst den Raum und verlasse ihn kurz, sei es für einen Kaffee, aufs WC, einen Besuch im Teambüro oder einfach etwas Bewegung.
Danach komme ich zurück, sortiere meine Gedanken und mache mir Notizen. Wenn mich eine Sitzung länger beschäftigt, tausche ich mich in der Supervision/Intervision darüber aus.

Suizidforschung

Neue Publikation 2025: Implizite Assoziationstests zur Suizidalität

Exploring suicidal behaviour through implicit identity and control biases: Findings from the *Death-Implicit Association Test* and its novel control-adaptation

Lara Marie Aschenbrenner [a,b,*], Adriana Frei [a,b], Thomas Forkmann [c], Dajana Schreiber [c], Heide Glaesmer [d], Juliane Brüdern [d], Maria Stein [e], Marie-Anna Sedlinská [a,b], Kristina Adorjan [a], Sebastian Walther [a,f], Anja Gysin-Maillart [a,d,g]

Aschenbrenner et al. (2025) haben in einer Studie mit 116 Patient:innen einen neuen Test (cD-IAT) untersucht, der unbewusste Gedanken rund um Kontrolle, Leben und Tod misst. Die wichtigsten Erkenntnisse:

- Menschen mit mehreren oder kürzlich erfolgten Suizidversuchen fühlen sich unbewusst weniger «im Griff» ihres eigenen Lebens.
- Der neue Test erkennt diese Muster zuverlässiger als bisherige Verfahren.
- Das Verfahren steckt noch in der Erprobung – weitere Studien sollen es bestätigen.

Neue Publikation 2026: Psychiatrische Diagnosen & psychisches Leiden

Associations between psychiatric diagnoses, comorbidity, and psychological pain across suicide-related presentations: A comparative study in clinical populations

Lara Marie Aschenbrenner [a,*], Andrea Baumgartner [a], Marie-Anna Sedlinská [a,b], Adriana Frei [a,b], Sebastian Walther [a,c], Kristina Adorjan [a], Anja Gysin-Maillart [a,d,e]

Aschenbrenner et al. (2026) haben bei 233 Patient:innen untersucht, welche Faktoren mit Suizidgefährdung zusammenhängen. Die wichtigsten Erkenntnisse:

- Die Anzahl psychiatrischer Diagnosen sagt wenig darüber aus, ob jemand «nur» an Suizid denkt oder handelt.
- Entscheidender ist das Ausmass an psychischem Schmerz – unabhängig von Diagnosen und Depressionsschwere.
- Das spricht dafür, subjektives Leiden in der klinischen Praxis gezielter zu erfassen.