

(Suizid-)Prävention

Im Rahmen der durch die Gesundheitsdirektion des Kantons Zürich und von Children Action unterstützten Krisenintervention für Jugendliche - Life besteht neben der klinischen Versorgung von suizidalen Jugendlichen in Krisen auch ein Präventionsauftrag.



PD Dr. med. Gregor Berger, Leitender Arzt Notfall- und Triagezentrum, Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie

Hotline als Kernelement des bestehenden Präventions-Angebots

Das Herzstück eines solchen präventiven Ansatzes bildet zunächst eine Hotline, die suizidal gefährdete Jugendliche rund um die Uhr erreichen können. In Zürich unterhält der Notfalldienst der Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie bereits heute ein Angebot, das neben den betroffenen Jugendlichen auch deren Umfeld (Eltern, Freunde) sowie Fachleuten (Ärztinnen und Ärzte,

Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, Lehrpersonen, Sozialarbeitende) beratend zur Seite steht. Auch das Angebot [Malatavie](#) von [Children Action](#), das als Vorbild für die Krisenintervention für Jugendliche - Life dient, betreibt eine solche Hotline. Auf nationaler Ebene nehmen die bekannte Hotline 147 der Pro Juventute sowie die Hotline 143 der Dargebotenen Hand analoge Aufgaben wahr. Zudem bietet der Zürcher Schulgesundheitsdienst ein Präventionsprogramm [Heb Sorg!](#) für Zürcher Schulen an. Schliesslich wird das bestehende Präventionsangebot durch [feel-ok.ch](#), eine Online-Gesundheitsplattform für Jugendliche, ergänzt, das Jugendlichen viele hilfreiche Informationen zur seelischen Gesundheit vermittelt.

Prävention aus der Versorgung heraus

Aufgrund der bereits vielfältig vorhandenen Präventionsangebote im Kanton Zürich hat sich die Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie mit der Krisenintervention für Jugendliche - Life entschieden, sich auf die Prävention aus der Versorgung heraus zu konzentrieren und die bereits bestehenden Angebote zu ergänzen. Ab Sommer 2023 sind drei neue Präventionsangebote geplant:

Eine Webseite soll hilfeschuchende Kinder und Jugendliche aber auch das Helfernetz dabei unterstützen, im Sinne der Vernetzung bestehende Informationen zur psychischen Gesundheit und bereits existierende Hilfsangebote leichter zu finden. Zudem werden regelmässige öffentliche Veranstaltungen zu wichtigen Themen der

Gesundheitsprävention von Kindern und Jugendlichen angeboten sowie ergänzende Elterngruppen für Familien organisiert, die auf eine Abklärung warten. Diese Elterngruppen sollen den betroffenen Familien helfen, die Wartezeit proaktiv zu überbrücken und mehr Selbstwirksamkeit im Umgang mit den Problemen ihrer Kinder zu entwickeln.

AdoASSIP – ein Kurzinterventionsprogramm für Kinder und Jugendliche nach einem Suizidversuch

Neben dieser Primärprävention fungiert die Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie als koordinierendes Zentrum für ein schweizweites Projekt zur sogenannten Sekundärprävention von weiteren Suizidversuchen nach einem bereits erfolgten Suizidversuch bei Jugendlichen. Suizide und Suizidversuche bei Jugendlichen haben im Vergleich zu Erwachsenen in den letzten Jahren zugenommen. Die Suizidalität in dieser Altersgruppe hat sich zu einem klinisch und gesundheitspolitisch relevanten Problem entwickelt. Der erste Suizidversuch gilt dabei als grösster Risikofaktor für einen wiederholten Suizidversuch oder vollendeten Suizid.

In Anlehnung an das für Erwachsene von den Universitären Psychiatrischen Diensten Bern erarbeitete [ASSIP-Programm](#) (Attempted Suicide Short Intervention Program), das die Wiederholung von Suizidversuchen um fast 80% reduzieren konnte, entwickelten wir eine adaptierte Version für Jugendliche. [AdoASSIP](#) (Adolescent Attempted Suicide Short Intervention Program) wird aktuell in 13 (Halb-)Kantonen (AI, AA, BE, BL, BS, GE, LU, NW, OW, SG, TG, VD, ZH) umgesetzt und durch die Projektförderung Prävention in der Gesundheitsversorgung von Gesundheitsförderung Schweiz mit CHF 1.5 Millionen mitfinanziert. Weitere Kantone (TriaPlus AG) haben sich mit eigenen Mitteln der Initiative angeschlossen.

AdoASSIP besteht aus drei Säulen: Die erste Säule beinhaltet die Identifizierung von Jugendlichen nach Suizidversuchen, worauf der Interventionsteil als zweite Säule folgt, der aus vier bis fünf Sitzungen besteht. Dabei wird versucht zu verstehen, wie die oder der Jugendliche in den «suizidalen Modus» gerät; ein Zustand, in dem sich die oder der Jugendliche in der Regel wie im Autopilot befindet, in dem es schliesslich zur suizidalen Handlung kommt. Hierzu wird die Geschichte des Suizidversuchs aus der Perspektive des Jugendlichen gemeinsam mit der Therapeutin oder dem Therapeuten aufgearbeitet, die persönlichen Grundbedürfnisse, die Warnzeichen sowie kurz- und längerfristige Ziele und Massnahmen miteinander formuliert und in einem Sicherheitsplan festgehalten sowie schliesslich der Familie vorgestellt. Nach einer solchen Kurzintervention melden wir uns für weitere zwei Jahre alle drei Monate beim Jugendlichen, um zu erfahren, wie es ihr oder ihm geht, und um sie oder ihn an den persönlichen Sicherheitsplan zu erinnern.

AdoASSIP sollte wenn möglich immer in Ergänzung zu einer bereits bestehenden Therapie erfolgen. Bei vielen Jugendlichen fehlt diese jedoch zum Zeitpunkt des Suizidversuchs. Daher soll die dritte Säule von AdoASSIP zusätzlich sicherstellen, dass betroffene Jugendliche eine ambulante Therapeutin respektive einen ambulanten Therapeuten finden und durch regelmässige sogenannte «out reach-Elemente» (die

Geschäftsbericht 2022

meisten Jugendlichen wählen WhatsApp-Nachrichten) das erarbeitete Konzept konsolidiert wird.

AdoASSIP - Ein Kurzinterventionsprogramm für Kinder und Jugendliche nach einem Suizidversuch

Für betroffene Jugendliche

Für Eltern von Kindern und Jugendlichen nach einem Suizidversuch

Für Zuweisende

The graphic features a light orange background. On the left, the text 'AdoASSIP' is written in large, bold, black letters. Below it, the acronym is expanded: 'Ado_{lescence} A_{tttempted} S_{uicide} S_{hort} I_{ntervention} P_{rogram}'. To the right of the text is a large, light grey play button icon. Further right is a cartoon illustration of a young woman with blonde hair, wearing a red jacket and blue jeans. Above her head is a thought bubble containing a tangled scribble and a black pill bottle. In the top right corner of the graphic, there is a logo for 'Psychiatrische Universitätsklinik Zürich' and a '100 JAHRE KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE' anniversary logo.

