

Doorvragen naar de aard van de suïcidegedachten (A. Kerkhof & K. Van Heeringen)

- **Hoe vaak denkt u aan suïcide?**
(Af en toe, dagelijks, voortdurend?)
- **Hoe intens denkt u aan suïcide?**
(Vluchtige gedachte, obsessie, nachtmerrie?)
- **Hoe wanhopig voelt u zich nu?**
(Bij vlagen, voortdurend, erger dan ooit?)
- **Komen er in uw gedachten ook beelden van suïcide naar boven?**
(Heldere beelden van mogelijke methoden of alleen gedachten?)
- **Hoe indringend zijn die gedachten en beelden van suïcide?**
(Overweldigend en oncontroleerbaar of vluchtig, voorbijgaand en controleerbaar)
Beangstigen deze gedachten en beelden u?
- **Heeft u impulsen om toe te geven aan uw verlangen om suïcide te plegen? Bent u bang om de controle over uzelf te gaan verliezen? Heeft u zichzelf in de hand?**
- **Wat is aantrekkelijker voor u: de gedachte door te zullen leven of de gedachte te zullen sterven?**
(Zou u liever door willen leven of leeft u alleen nog maar in afwachting van uw sterven?)
- **Als u aan uw eigen dood denkt, heeft u dan veel verdriet of moet u dan veel huilen?**
(Emotionele kleur kan onverschillig zijn of lijken of juist zeer aangedaan)
- **Heeft u al een plan gemaakt over hoe u een eind aan uw leven zou kunnen maken?**
(Heeft u een voorkeur voor een methode, plaats of datum?)
- **Heeft u al voorbereidingen getroffen in die richting?**
(Middel verworven, klaargelegd; afscheidsbrief geschreven, locatie opgezocht?)
- **Hoeveel haast heeft u met uw wens om suïcide te plegen?**
(Is er nog enige tijd of is er grote haast om vandaag nog suïcide te plegen?)
- **Welke dingen houden u tegen om suïcide te plegen?**
(Familieleden, nog enige hoop op verbetering, eerst nog zaken afmaken?)
- **Wat zou u bereiken indien u suïcide zou plegen?**
(Eindelijk rust, overleden dierbare terugzien, geen pijn meer voelen, het voor anderen gemakkelijker maken, wraak nemen, anderen duidelijk maken hoe wanhopig u bent?)
- **Welke zijn de consequenties van uw suïcide voor anderen?**
(Ernstig leed voor de achterblijvenden, goed voor hen dat ik er niet meer ben, laat me koud?)