



Anja Gysin-Maillart

ASSIP – Kurztherapie nach Suizidversuch

Attempted Suicide
Short Intervention Program

2., überarbeitete Auflage

 hogrefe

ASSIP – Kurztherapie nach Suizidversuch

ASSIP – Kurztherapie nach Suizidversuch

Anja Gysin-Maillart

Wissenschaftlicher Beirat Programmbereich Psychologie:

Prof. Dr. Guy Bodenmann, Zürich; Prof. Dr. Lutz Jäncke, Zürich; Prof. Dr. Astrid Schütz,
Bamberg; Prof. Dr. Markus Wirtz, Freiburg i. Br., Prof. Dr. Martina Zemp, Wien

Anja Gysin-Maillart

ASSIP – Kurztherapie nach Suizidversuch

Attempted Suicide Short Intervention Program

Therapiemanual

2., überarbeitete Auflage



Dr. Anja Gysin-Maillart

Universitäre Psychiatrische Dienste Bern (UPD)
Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Murtenstr. 21
3008 Bern
Schweiz
anja.gysin@upd.unibe.ch

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://www.dnb.de> abrufbar.

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Kopien und Vervielfältigungen zu Lehr- und Unterrichtszwecken, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Hogrefe AG
Lektorat Psychologie
Länggass-Strasse 76
3012 Bern
Schweiz
Tel. +41 31 300 45 00
info@hogrefe.ch
www.hogrefe.ch

Lektorat: Dr. Susanne Lauri
Herstellung: René Tschirren
Fotos Umschlag und Innenteil: Anja Gysin-Maillart, Bern
Umschlaggestaltung: Claude Borer, Riehen
Satz: punktgenau GmbH, Bühl
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Finidr s.r.o., Český Těšín
Printed in Czech Republic

Die erste Auflage erschien 2013 unter dem Titel „Kurztherapie nach Suizidversuch. ASSIP – Attempted Suicide Short Intervention Program“ von Anja Gysin-Maillart und Konrad Michel.

2., überarbeitete Auflage 2021
© 2013 Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern
© 2021 Hogrefe Verlag, Bern
(E-Book-ISBN_PDF 978-3-456-96149-1)
(E-Book-ISBN_EPUB 978-3-456-76149-7)
ISBN 978-3-456-86149-4
<https://doi.org/10.1024/86149-000>

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigefügt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	7
Vorwort von Anja Gysin-Maillart	9
Vorwort von Konrad Michel	11
Einleitung	13
<hr/>	
1 Suizidales Erleben und Verhalten	15
1.1 Definitionen	15
1.2 Epidemiologie	16
1.3 Risikofaktoren und protektive Faktoren	17
1.4 Erklärungsmodelle	19
1.4.1 Medizinische Perspektive	19
1.4.2 Biologische Perspektive	21
1.4.3 Soziokulturelle Perspektive	22
1.4.4 Psychologische Perspektive	22
1.5 Suizidprävention	28
1.6 Klinische Suizidforschung und ihre Bedeutung für ASSIP	29
1.6.1 Ausgangssituation – Herausforderung	29
1.6.2 Kognitive Verhaltenstherapie	31
1.6.3 Therapien zur Emotionsregulation	33
1.6.4 Achtsamkeitsbasierte Therapie	33
1.6.5 Outreach-Interventionen	34
1.6.6 Sonderfall Borderline-Persönlichkeitsstörung	35
1.6.7 Psychische Störungen, Pharmakotherapie	35
1.6.8 Fazit	37
<hr/>	
2 Kurztherapie ASSIP: Therapiemanual	39
2.1 Therapeutische Haltung	39
2.1.1 Therapeutische Beziehungsgestaltung	39

2.1.2	Suizid ist keine Krankheit – Suizid ist eine Handlung	40
2.1.3	Narratives Interview	42
2.1.4	Was berichten suizidale Patienten?	43
2.1.5	Suizidaler Modus	45
2.1.6	Fazit	46
2.2	Grundlagen und Ziele von ASSIP	46
2.2.1	Zielgruppe der Kurztherapie ASSIP	46
2.2.2	Wirkfaktoren von ASSIP	48
2.2.3	Kurztherapie ASSIP im Überblick	49
2.3	Planung der Behandlungssitzungen	50
2.3.1	Rahmenbedingungen	50
2.3.2	Therapeutisches Setting	51
2.4	Erste Sitzung: Narratives Interview	51
2.4.1	Einführung	51
2.4.2	Vorgehen	52
2.4.3	Abschluss	54
2.5	Hausaufgabentext	54
2.5.1	Einführung	54
2.5.2	Vorgehen	55
2.6	Zweite Sitzung: Video-Playback	56
2.6.1	Einführung	56
2.6.2	Vorgehen	56
2.6.3	Abschluss	60
2.7	Dritte Sitzung: Fallkonzeption suizidalen Verhaltens	60
2.7.1	Einführung	60
2.7.2	Vorgehen	62
2.7.3	Abschluss	68
2.8	Vierte Sitzung (optional): Mini-Exposition	69
2.8.1	Einführung	69
2.8.2	Vorgehen	70
2.8.3	Abschluss	71
2.9	Brieflicher Kontakt	71
2.9.1	Einführung	71
2.9.2	Vorgehen	72
2.9.3	Verwaltung der Briefe	72
2.10	Ausblick	73
	Anhang	75
	Literatur	103
	Über die Autorin	115

Danksagung

Mein besonderer Dank gilt zuallererst allen Patientinnen und Patienten, ohne deren Bereitschaft zur Studienteilnahme die Evaluation der Kurztherapie ASSIP nicht möglich gewesen wäre. Auch bedanke ich mich für ihr Vertrauen und ihre wertvollen Rückmeldungen in all diesen Jahren, die halfen, wichtige Erkenntnisse in diese überarbeitete Auflage einfließen zu lassen. Weiter bedanke ich mich bei Konrad Michel für seine Rolle als Mentor und Mitbegründer von ASSIP.

Des Weiteren danke ich allen Kolleginnen und Kollegen, die halfen, ASSIP zu entwickeln, zu evaluieren, umzusetzen und am Laufen zu halten: Prof. Dr. med. Thomas Reisch, Prof. Dr. phil. Hansjörg Znoj, lic. phil. Millie Megert, lic. phil. Salome Bühler, lic. phil. nat. Pietro Ballinari, PD Dr. phil. Leila Soravia, Dr. phil. Simon Schwab, B. Sc. Rahel Jansen, lic. phil. Martin Rufer. Mein Dank geht auch an Prof. Dr. med. Werner Strik, Prof. Dr. med. Sebastian Walther, Prof. Dr. phil. Franz Moggi und Dr. phil. Christoph Stucki, die durch ihre Unterstützung die Einführung von ASSIP als klinisches Angebot und seine wissenschaftliche Erforschung er-

möglicht haben und diese bis heute fördern. Weiter danke ich allen nationalen und internationalen ASSIP-Therapeutinnen und -Therapeuten wie auch den Forschungskolleginnen und -kollegen, die mein Denken und Handeln beeinflusst haben und das klinische und wissenschaftliche Wachstum von ASSIP unterstützen.

Ein großer Dank geht weiter an Dr. phil. Susanne Lauri vom Hogrefe Verlag, die die Veröffentlichung der überarbeiteten Auflage des ASSIP-Manuals von Anfang an vorbehaltlos unterstützt hat.

Mein herzlicher Dank geht zudem an meinen Mann, Tobias Gysin, für seine unerschöpfliche Geduld und immerwährende Unterstützung meiner beruflichen Tätigkeit und seinen kreativen Beitrag zu den Bildern im Behandlungsteil dieses Buches. Meinen Töchtern Sophie und Mia danke ich für die unzähligen zauberhaften Momente, die sie mir schenken und die immer wieder aufs Neue Quelle meiner Inspiration sind.

Anja Gysin-Maillart

Vorwort von Anja Gysin-Maillart

Die Geschichte dieses Therapiemanuals begann, als vor über 15 Jahren meine Zusammenarbeit mit Konrad Michel ihren Anfang nahm. Mithilfe seiner wertvollen Expertise entwickelte ich eine neue, handlungstheoretische Perspektive in der therapeutischen Arbeit mit dem suizidalen Patienten¹, die mich bis heute begleitet. Meine Arbeit war dabei stets von der Haltung geprägt, dass Patienten nach einem Suizidversuch spezifische therapeutische Schritte machen müssen, um das Leben wieder als Alternative sehen zu können. Elementar ist dabei die Ansicht, dass der Suizid keine Krankheit, sondern eine Handlung in einem biografischen Kontext ist. Jeder Patient hat dabei seine ganz persönliche Geschichte, die es zu verstehen gilt: Der Suizidversuch ist eine zielgerichtete Handlung mit einer inneren Logik. Konrad Michel und ich stellten uns die Frage: Was braucht der suizidale Patient, und was sind hilfreiche Konzepte, die in eine therapeutische Intervention einfließen müssen? Das gemeinsame Entwickeln, Ausarbeiten und Zusammensetzen der Bausteine für diese Kurztherapie für Menschen, die einen Suizidversuch hinter sich haben, übte eine Faszination auf mich aus. Dabei wurde ich von Konrad Michel als Mentor in das Gebiet der Suizidprävention vertieft eingeführt. Eine wichtige Rolle spielten die von ihm organisierten regelmäßigen „Aeschi

Conferences“, die den professionellen und persönlichen Austausch mit anerkannten nationalen und internationalen Experten ermöglichten. Im Rahmen dieser ganz besonderen Tagungen wurde ich mit Konzepten und Modellen vertraut gemacht, die von der Neurobiologie über die Bindungstheorie bis zu den neuen Entwicklungen in der kognitiven Verhaltenstherapie reichten. Im Zentrum stand dabei immer eine patientenzentrierte therapeutische Haltung.

Die Entwicklung zur Kurztherapie ASSIP, wie sie heute manualisiert vorliegt, fand über mehrere Jahre statt. In einer zweijährigen Pilotphase standen die Rückmeldungen der Patienten im Vordergrund. Es war uns wichtig, unsere Patienten als Experten mit ins „Team“ zu nehmen. Es wurde dabei immer deutlicher, dass Menschen, die einen Suizidversuch überleben, ein Gefäß, einen sicheren Ort und damit eine Fachperson brauchen, die sich zusammen mit ihnen ganz auf das individuelle innere Erleben in der suizidalen Krise – emotional und gedanklich – konzentriert. Unsere Patienten halfen so, ASSIP weiterzuentwickeln und als Behandlungskonzept zu optimieren.

Die Rückmeldungen der Patienten waren faszinierend. Viele fühlten sich „gehört“ und waren dankbar für das neue klinische Angebot. Also entschieden Konrad Michel und ich im Jahr 2009, ASSIP in Zusammenarbeit mit dem Psychologischen Institut der Universität Bern (Schweiz) wissenschaftlich zu untersuchen. Die Wirksamkeitsstudie wurde in einer rando-

¹ Um die Lesbarkeit zu verbessern, verwenden wir das generische Maskulinum; Frauen sind selbstverständlich stets ebenfalls gemeint.