



MITEN VÄLTÄÄ UUSI ITSEMURHAYRITYS?

Apua on saatavilla. Kriisikeskus Osviitta tarjoaa tukea itsemurhaa yrittäneille henkilöille.

Keskusteluapu on luottamuksellista ja maksutonta. Tapaamisten viitekehyksenä toimii Linity-interventio, joka perustuu Bernin yliopiston psykiatrian klinikalla kehitettyyn ASSIP-malliin (Attempted Suicide Short Intervention Program).

Linity on strukturoitu menetelmä, jonka tavoitteena on ehkäistä itsemurhakäyttäytyminen.

- tunnistetaan itsetuhoisen käyttäytymisen ennakoivia varomerkkejä ja toimintaan laukaisevia tekijöitä.
- Laaditaan turvasuunnitelma, jonka avulla vältetään ajautuminen uuteen itsemurhayritykseen.

Linity soveltuu parhaiten henkilölle, jolla on taustallaan ensimmäinen tai toinen itsemurhayritys. Tehokkaimmillaan menetelmä on 1–2 viikon kuluttua yrityksen jälkeen.

Interventio koostuu 3–4 tapaamisesta ja tämän jälkeen 2-vuotisesta kirjeseurannasta.

Tapaamiskerrat:

1. Narratiivisessa keskustelussa keskustellaan itsemurhaan johtavista asioista. Keskustelu videoidaan.
2. Työntekijä ja asiakas katsovat yhdessä tallenteen ja keskustelevat sen herättämistä ajatuksista.
3. Työntekijä ja asiakas käyvät läpi itsemurhayritykseen johtaneita käyttäytymismalleja. Työstetään itsemurhakriisiä ehkäiseviä toimintastrategioita ja laaditaan turvasuunnitelma.
4. Turvasuunnitelma käydään läpi valitun läheisen tai mahdollisen hoitotahon edustajan kanssa.

Intervention jälkeen 2 vuoden kirjeseuranta.

Linity-työskentelyä Pirkanmaalla tarjoaa kriisikeskus Osviitta.

Ota rohkeasti yhteyttä ajanvarauspuhelimeen: 0400-734 793 tai sähköpostilla osviitta@osviitta.fi

Yhteydenoton jälkeen Linity-työntekijä ottaa sinuun yhteyttä.

mieli
Pirkanmaan
mielenterveys ry

