113 aan de hand van een chat



113 zelfmoord preventie

Vragen pre/post chat:

Naam (of nickname)
Richard

Zoek je contact voor jezelf, iemand anders of allebei?
Mezelf

Wat is je leeftijd?
55

Geslacht
Man

Ben je bij iemand in behandeling vanwege psychische problemen?
- Nee

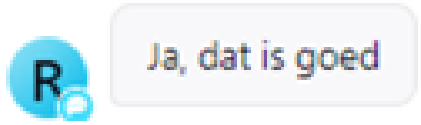
Nu volgen er enkele stellingen waar je 1 t/m 10 in kan vullen.1 = helemaal niet van toepassing10 = helemaal wel van toepassing
Ik heb de neiging om mezelf te doden
9

Ik heb de wil om te leven
4


Richard
Hoi Richard, je spreekt nu met Lizzie van 113 zelfmoordpreventie. Ik zal je wat korte vragen stellen en kijken of ik een collega kan vinden die met je in gesprek kan gaan. Zou je mij kort willen vertellen waarom je contact met ons heb opgenomen?
113
Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken


Ik ben kapot. Ik heb zoveel schulden en ik weet niet hoe ik hier ooit nog uit moet komen. Ik ben mijn familie alleen maar tot last, het zou beter zijn als ik er niet meer zou zijn.
Live chat • 4d • Vertaling bekijken


De enige manier om hier vanaf te komen lijkt op dit moment de dood te zijn. Goed dat je naar de chat bent gekomen Richard. Voor we daarover verder praten vind je het goed als ik je wat vragen stel over je veiligheid op dit moment?
113
Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken


Ja, dat is goed

Dat is fijn. Ben je gewond of heb je iets ingenomen wat gevaarlijk kan zijn, zoals drank, drugs of medicijnen?

113

Live chat • Maaike Jager • 5d • Vertaling bekijken

R

Nee, helemaal niks. Ik denk wel na over zelfmoord maar denk niet dat ik het kan.

Live chat • 5d • Vertaling bekijken

Het blijft tot nu toe bij gedachten. Even voor de zekerheid, heb je op dit moment iets in het zicht waarmee je jezelf iets kan aan doen?

113

Live chat • Maaike Jager • 5d • Vertaling bekijken

R

Nee

Live chat • 5d • Vertaling bekijken

Goed, dan heb ik nog een laatste vraag voor je: op wat voor plek ben je momenteel?

113

Live chat • Maaike Jager • 5d • Vertaling bekijken

R

Ik zit thuis, ben alleen. Mijn partner is op werk en de kinderen op school.

Live chat • 5d • Vertaling bekijken

Bedankt voor het beantwoorden van mijn vragen Richard, Ik zal je gaan doorverbinden met een collega om uitgebreider in gesprek te gaan. Ik wens je veel sterkte!

113

Live chat • Maaike Jager • 5d • Vertaling bekijken

Hoi Richard, je spreekt nu met Maaike. Je hebt veel schulden en dat maakt dat het je allemaal zo ontzettend hoog zit. Het is je nu zo veel geworden dat je niet meer wil leven. Wat maakt dat je in deze situatie terecht bent gekomen?

Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken

Ja klopt Maaike. Het zit zo. Ik had dus een eigen bedrijfje maar deze is helaas failliet gegaan. Ik heb zo hard gevochten om het op de been te houden maar het zit er echt niet in. Dit betekent dat ik nu ook met grote schulden zit door alle rekeningen die ik al een tijd lang niet betaal. Ik doe al een tijd alsof ik naar mijn werk ga, maar eigenlijk doe ik niks. Niemand weet hiervan. Het is één grote bende.

Live chat • 4d • Vertaling bekijken

Je hebt zo ontzettend hard gevochten maar dit heeft je echt opgebroken. Je zit er nu helemaal alleen in. Dat is een ontzettend zware last op je schouders.

Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken

Ja de schaamte is zodanig groot dat ik het niet durf te delen, die eenzaamheid is enorm zwaar. Het voelt alsof mijn hele leven een toneelstuk is en het voelt alsof ik enorm heb gefaald en de problemen alleen maar erger maak. Soms denk ik dat het beter zou zijn als ik er niet meer was.

Live chat • 4d • Vertaling bekijken

Er zit een grote angst om het te delen. Er zit een grote schaamte op. Waar ben je zo bang voor?

Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken

Ja. Dit is natuurlijk ook niet iets wat je zomaar even zegt, het leven van mijn vrouw stort ook in, dat is gelijk ook waar de angst bij mij zit. Ik wil haar niet belasten met mijn problemen, ik ben bang dat ze me zal verlaten en dat ik dan nog eenzamer zal worden. Ik schaam me enorm voor deze situatie en dat gevoel is zo naar. Ik trek het bijna niet meer en wordt angstig van de gedachten die ik heb.

Je bent bang dat je anderen, in dit geval je vrouw er erg mee belast. Je wil haar eigenlijk echt beschermen.

Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken

Ja precies. Ik zit in een tweestrijd met mezelf. Ik wil haar er niet mee belasten, maar daardoor ga ik mezelf alleen nog maar slechter en wanhopiger voelen. Maar hoe begin je met dit te vertellen?

Live chat • 4d • Vertaling bekijken

Enerzijds wil je weg uit deze situatie dat breekt je op anderzijds ben je ook heel bang voor de gedachten die je nu hebt. Je wil het eigenlijk het liefste dat je het kwijt kan bij iemand.

Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken

Wat zou het je kunnen opleveren als je het met je vrouw kan delen?

Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken

Ik schaam me kapot voor die schulden, maar het zou ergens wel een opluchting zijn. Ik hoop dat zij me dan wil helpen hieruit te komen, zelf overzie ik het niet meer.

Live chat • 4d • Vertaling bekijken

Je wil heel graag uit de situatie komen en delen zou je veel opluchting kunnen geven. Het zou veel voor je betekenen als je het samen kan doen.

Live chat • Maaike Jager • 4d • Vertaling bekijken

Ja, dat wel. Alleen ik denk dat mijn familie wel heel erg schrikt. Het gaat van mijn schouders, op die van hen. Ik weet niet of ik ze daarmee wil belasten. Ook niet door te vertellen dat ik aan zelfmoord heb gedacht.

Stel dat jouw vrouw hiermee zou zitten, hoe zou je het vinden als jij daar achter zou komen?

Live chat • Maaike Jager • 6d • Vertaling bekijken

Ja dan zou ik wel schrikken, maar haar ook wel willen helpen. Ik zou niet willen dat er ineens schuldeisers voor de deur staan en dat ik er zo achter moet komen.

Live chat • 6d • Vertaling bekijken

Jij zou ook schrikken maar er wel heel graag voor haar willen zijn.

Live chat • Maaike Jager • 6d • Vertaling bekijken

Ja ik zou haar wel ondersteunen. Ik hoop dat ze dat ook bij mij wil doen, maar weet gewoon niet hoe ik het gesprek aan moet pakken

Live chat • 6d • Vertaling bekijken

Het is een heel lastig gesprek die je dan zou hebben. Heb je wel eens vaker een lastig gesprek gehad met je vrouw?

Live chat • Maaike Jager • 6d • Vertaling bekijken

Ja, we hebben al veel meegemaakt samen. Ik heb haar al eerder om hulp gevraagd en dat was toen eigenlijk ook best fijn. Ze begreep me heel goed en stond voor me klaar. Nu ik er over nadenk was ze toen ook niet boos op me

Live chat • 6d • Vertaling bekijken

Jullie hebben veel meegemaakt samen, jullie zijn er echt voor elkaar!

Live chat • Maaike Jager • 6d • Vertaling bekijken

Hoe ben je toen het gesprek begonnen?

Live chat • Maaike Jager • 6d • Vertaling bekijken

Ik heb haar toen tijdens het eten verteld dat het niet zo goed ging. Ze vroeg goed door, dus daardoor kreeg ik het gevoel dat ze het echt belangrijk vond dat het goed met me ging. Dat kan ik vanavond ook wel zo doen denk ik

.. Geknipt stukje, plannen en afronden

Dankjewel voor het gesprek Richard

Live chat • Maaike Jager • 6d • Vertaling bekijken

R Jij bedankt voor je hulp Maaike!

Live chat • 6d • Vertaling bekijken

Oke graag gedaan

Live chat • Maaike Jager • 6d • Vertaling bekijken

Sluit jij de chat?

Live chat • Maaike Jager • 6d • Vertaling bekijken

R Ja ga ik doen, dag!

Live chat • 6d • Vertaling bekijken

Hulpvrager heeft de chat gesloten.

Opmerking • SprinklrSystem • 6d