Gry Bruland Vråle:
Møte med det selvmordstruede
mennesket

3. utgave, 182 sider.

Gyldendal Akademisk, 2009

ISBN 978-82-05-38514-6

Bokanmeldelse v/ Gudrun Austad,

“Møte med det selvmordstruede mennesket” retter seg mot helsepersonell, men kan leses av alle som kommer i kontakt med selvmordstruede og deres pårørende. Boka ble første gang utgitt i 1993, og revidert i 2000. Tittel og oppbygging er som i de tidligere utgavene. Nå er boka revidert i tråd med oppdatert kunnskap. Det er tatt hensyn til endringer i helselover, nasjonale retningslinjer, regional organisering av det selvmordsforebyggende arbeidet, synet på brukervedvirkning og samarbeid med pårørende. Mye har skjedd på dette området siden år 2000.

Boka er delt inn i 8 kapitler. Første kapittel beskriver det underliggende menneskesynet, og relasjonenes betydning i møte med den selvmordstruede. Vråle omtaler behandling og miljøterapi som et samarbeidsprosjekt mellom pasient og hjelper. I andre kapittel møter vi det selvmordstruede mennesket. Vråle beskriver selvmordsproblemets omfang, og sentrale begreper som selvmord og selvmordsforsøk. Hun gir leseren en innføring i selvmordsprosessen som forståelsesmodell, og ser på mulige årsaker til selvmord. Kartlegging og vurdering av selvmordsrisiko beskrives også. Tredje kapittel tar for seg etiske aspekter ved selvmord, samt juridiske utfordringer sett i lys av Lov om psykisk helsevern og Lov om pasientrettigheter.

Fjerde kapittel gir en bred beskrivelse av praktisk selvmordsforebygging. Vråle viser forebygging på samfunnsnivå, forebygging overfor utsatte grupper og behandling av personer med aktuell selvmordsproblematikk. De nye begrepene ”kontinuerlig observasjon” og ”intervallobservasjon”, som brukes ved beskyttelse av pasient der selvmordsrisikoen er høy, blir nøye gjennomgått. Bruk av avtaler og kontrakter ved forebygging i psykisk helsevern gis også en grundig drøfting. Oppfølging i primærhelsetjenesten etter selvmordsforsøk, samarbeid med pårørende, dokumentasjon,

veiledning og undervisning, belyses også på en praktisk måte.

Femte kapittel har flere eksempler på temaer som kan tas opp i samtale med den selvmordstruede. Temaene er av eksistensiell og relasjonell karakter. “Åpenhet om livet og døden” er et slikt tema. Her oppfordres hjelperen til å snakke åpent med pasienten om selvmord. Kapittel seks gir en rekke praktiske eksempler fra ulike behandlingssituasjoner. De er hentet fra kommunehelsetjenesten, psykiatrisk – og somatisk avdeling. Eksempelene viser møter med barn, ung dom og voksne. Kapittel syv tar opp ulike følelser og reaksjoner hos dem som blir igjen etter et selvmord. Her beskrives også hjelp og støtte etterlatte kan ha bruk for. Det åttende kapitlet staker ut kursen for det videre arbeidet, ved å oppsummere seks utfordringer i møtet med den selvmordstruede. Etiske og eksistensielle utfordringer, utfordringer med å forstå og møte den selvmordstruede, samt utfordringer i forhold til forskning og fagutvikling.

Boka har en logisk og oversiktlig oppbygning. Figurene som brukes er tydelige og oppklarende. Boka er lett å lese, men er på ingen måte lettvin. Selvmord som et komplekst fenomen vises med stor tydelighet. Vråle har en praktisk tilnærming til temaet med flere kliniske eksempler og konkrete behandlingsforslag. I tillegg gir boka rom for refleksjon, både på et etisk-, juridisk-, mellommenneskelig- og eksistensielt plan. Relasjonen mellom hjelperen og den selvmordstruede er i seg selv et selvmordsforebyggende virkemiddel. Dette perspektivet gjennomsyrrer boka. Det samme gjør samarbeid med pårørende, fokus på mestring og brukervedvirkning. Best illustreres dette i sitatet Vråle starter med: ”Mer enn å forstå hva som får noen til å ta sitt liv, må vi arbeide med å forstå hva som får mennesker til å leve!” Vråle får vist at instrumentelle tiltak og behandlingsmetoder også har relasjonelle aspekter. Klinisk selvmordsforebygging finner sted i møtet mellom den selvmordstruede, dennes pårørende og hjelperen. Boka vil være til nytte og hjelp i dette møtet.

Kapitlet om praktisk selvmordsforebygging kan fungere som et viktig supplement til de nasjonale retningslinjene for forebygging av selvmord i psykisk helsevern. Gjennomføring av beskyttelsestiltakene

”kontinuerlig observasjon” og ”intervallobservasjon” blir nøye beskrevet. De relasjonelle aspektene ved beskyttelsestiltakene, vurderinger basert på klinisk skjønn og etisk refleksjon, får god plass i boka. Det samme gjelder samarbeidet med pårørende i perioder der pasienten observeres kontinuerlig. Vråle bruker begrepet ”fastvakt” synonymt med ”kontinuerlig observasjon”. Her synes jeg hun kunne holdt seg konsekvent til den nye terminologien, nettopp for å bidra til entydig begrepsbruk.

Boka kan leses i sin helhet, men kan også brukes som oppslagsbok. For eksempel når beskyttelsestiltak skal iverksettes, når man lurer på hva man skal snakke med den selvmordstruede om, eller når noen har tatt livet sitt. Boka har nyttige litteraturhenvisninger, sitater og henvisninger til andre ressurser og nettsteder, der man kan søke mer kunnskap.

Noen kritiske kommentarer til slutt: Vråle har slurvet med statistikken. På s. 54 står det: ”I en periode fra slutten av 1960-tallet og fram til 1994 var det en jevn økning i antall selvmord i Norge”. Toppen ble nådd i 1988 med 708 selvmord, antallet selvmord sank etter dette. Når Vråle skriver at vi vet ”mye om hva som hjelper mennesker i en selvmordskrise og hva som skal til i et samfunn for å få tallene ned”, synes jeg hun kunne nyansert dette noe mer. Forskingen er ikke entydig her og mye forskning gjenstår. Vi vet mye, mye vet vi ikke og mye er forskerne uenige om.

De som har lest en tidligere utgave av **“Møte med det selvmordstruede mennesket”** vil også ha stort utbytte av å lese den nye. Denne utgaven har oppdateringer som er nødvendige for å drive klinisk selvmordsforebyggende arbeid i tråd med den faglige -, etiske - og juridiske utviklingen i samfunnet.

Dette er ei viktig bok for alle som driver klinisk selvmordsforebygging. Det er den eneste i sitt slag i vårt land. Den bør, etter min mening, være pensum på alle helse- og sosialfaglige utdanninger. Et eksemplar av boka bør finnes i alle kommuner, på alle landets psykiatriske avdelinger og DPSer. Der kan boka vise seg å bli svært nyttig!

Gudrun Austad er psykiatrisk sykepleier, ansatt ved RVTS-Vest.