Hva slags hjelpemidler og materiell trenger vi i selvmordsforebyggende arbeid? Synspunkter fra fagfolk i Skottland.

Av Jacki Gordon, Ciara Byrne, Rona Slevin, Maureen Kelly, Martin Kerrigan og Robert Stevenson

Skottlands handlingsplan mot selvmord, *Choose Life*, ble lansert i 2002. Nedenfor gis det en kort beskrivelse av handlingsplanen og hvordan man gikk i gang med å registrere og evaluere hjelpemidler som kan brukes i det selvmordsforebyggende arbeidet. Denne beskrivelsen er bakgrunn for artikkelen om selve evalueringen, som sto i *Suicidologi* nr. 3, 2006. Den finner du på de neste to sidene.

Suicide prevention is everyone's business

Den selvmordsforebyggende strategien for Skottland

Choose Life (Velg livet), den selvmordsforebyggende strategi og handlingsplan for Skottland bygger på prinsippet om "felles ansvar" og gir offentlige myndigheter og private og frivillige organisasjoner et kollektivt ansvar for selvmordsforebygging.

Choose Life har syv hovedmål:

- 1) sette inn selvmordsforebyggende tiltak og intervensjoner tidligst mulig;
- 2) kunne håndtere akutte kriser;
- 3) i større grad bidra til å gi håp og restitusjon;
- 4) gi støtte til dem som opplever selvmordsatferd eller et fullbyrdet selvmord;
- 5) øke bevisstheten om selvmordsproblematikken og oppfordre folk til å søke hjelp tidlig;
- 6) følge opp mediene ved omtale av selvmord;
- 7) vite hva som fungerer

(Scottish Executive, 2002).

Choose Life er del av og arbeider under beskyttelse av *the National Programme for Improving Mental Health and Well-Being* (Skottlands program for bedre psykisk helse og velvære).

Den delegerte skotske regjeringen, *Scottish Executive*, koordinerer gjennomføringen av *Choose Life*-strategien og har etablert en gruppe, *National Implementation Support Team* (NIST), som skal gi støtte til lokal og nasjonal gjennomføring av strategien.

I Skottland er det 32 lokale myndigheter som alle må utvikle en lokal handlingsplan for selvmordsforebygging som bygger på målsettingene i *Choose Life*-strategien. Hver lokale myndighet har sin egen *Choose Life*-koordinator med ansvar for å sikre at en lokal handlingsplan blir laget og satt i verk og sørge for at arbeidet med selvmordsforebyggende tiltak opprettholdes.

Behovet for å vite hvilke hjelpemidler som finnes

Et av hovedmålene i *Choose Life*-strategien er å vite hva som fungerer. I den forbindelse støtte de lokale *Choose Life*-koordinatorene på et problem da de prøvde å finne hjelpemidler som kunne være til hjelp i arbeidet i deres område, f.eks. brosjyrer, opplæringsmateriell, retningslinjer og protokoller. Derfor var NIST og koordinatorene enige om at det ville være nyttig å samle, trekke ut essensen av og deretter spre til andre det som koordinatorene og andre involverte parter visste om tilgjengelige hjelpemidler – laget både i og utenfor Skottland. For at denne informasjonen skulle være tilgjengelig for alle, ble det bestemt at den skulle legges inn og lagres i en søkbar, online database www.chooselife.net - Resource Database

Derfor fikk et uavhengig konsulent-selskap i oppgave å gjøre to ting: for det første å gjennomføre en forberedende kartlegging for å finne fram til hjelpemidler som de som er involvert i selvmordsforebyggende arbeid i Skottland, kjenner til, og som handler om selvmordsforebygging, intervensjon og oppfølging; for det andre å gjennomføre telefonintervjuer med fagfolk på nasjonalt og lokalt plan for å høre deres syn på hvor adekvate og

chooselife

A national strategy and action plan
to prevent suicide in Scotland

er, og samtidig finne ut hvilke hjelpemidler de mener de har behov for.

I artikkelen på de neste sidene fokuseres det hovedsakelig på disse intervjuene.

Finne og dele kunnskap om kjente hjelpemidler

Det ble laget et spørreskjema der respondentene ble bedt om å angi, beskrive og kommentere alle hjelpemidler de kjente til som hadde fokus på selvmordsforebygging, intervensjon og oppfølging. Etter at spørreskjemaet var evaluert og forbedret, ble det sendt på e-post til alle lokale *Choose Life*-koordinatorene og til 39 nasjonale organisasjoner som spiller en sentral rolle innenfor arbeidet med psykisk helse. I tillegg til å fylle ut skjemaet ble de bedt om å sende spørreundersøkelsen videre til andre som de mente kunne kjenne til eller ha erfaring med hjelpemidler med relevans til selvmord. Gjennom denne prosessen ble 118 hjelpemidler identifisert. De vanligste av disse var opplæringsmateriell, brosjyrer, nettsteder og retningslinjer. Mange av hjelpemidlene var utviklet i Skottland eller andre steder i Storbritannia, men det var også noen som var utviklet i Amerika, Canada og Australia.

Informasjon om alle hjelpemidlene ble lagt inn i en database som kan nås og oppdateres via nettstedet til *Choose Life*.

www.chooselife.net

Hva slags hjelpemidler og materiell trenger vi i selvmordsforebyggende arbeid? Synspunkter fra fagfolk i Skottland.

Ved Jacki Gordon, Ciara Byrne, Rona Slevin, Maureen Kelly, Martin Kerrigan og Robert Stevenson

Skotlands handlingsplan mot selvmord, Choose Life, gjennomføres gjennom 32 lokale myndigheter som hver har sin egen Choose Life-koordinator. Som et ledd i handlingsplanen er det kartlagt hvilke hjelpemidler og informasjonsmateriell som brukes i det selvmordsforebyggende arbeidet over hele Skottland. I denne artikkelen presenterer vi en intervjuundersøkelse der fagfolk på nasjonalt og lokalt plan ble spurt spesielt om hvordan de mente at de eksisterende hjelpemidlene kunne forbedres, og om de hadde behov for mer materiell, og i så fall hva slags materiell de ønsker seg.

Et utvalg på 32 nasjonale og lokale fagfolk ble plukket ut til intervju. 20 av disse representerte nasjonale myndigheter med ansvar for folkehelse, psykisk helse eller for viktige målgrupper, f.eks. unge mennesker, menn, fanger eller etterlatte ved selvmord. De andre 12 utvalgte fagfolkene var lokalt forankret. De fleste av dem var lokale Choose Life-koordinatører. Av de 32 som ble spurt om å være med på undersøkelsen, svarte 31 ja til å bli intervjuet, bare én fra lokalplanet avsto på grunn av stort arbeidspres.

Intervjuene ble gjennomført ved hjelp av en delvis strukturert veiledning. Alle intervjuobjektene ble forsikret om at svarene ville bli anonymisert. Intervjuene varte 30–45 minutter i gjennomsnitt, og intervjueren tok detaljerte notater under intervjuet. Disse notatene ble senere analysert tematisk.

Hjelpemidler som er i bruk

Nasjonale og lokale fagfolk var i stand til å identifisere et bredt spekter av hjelpemidler som de enten kjente til eller hadde erfaring med å bruke. Blant de hyppigst nevnte var tre utgitt med støtte fra Choose Life / the National Programme for Improving Mental Health and Well-being, nemlig: *After a Suicide* (hefte produsert av Scottish Association for Mental Health), *Living with Suicide* (en video med tilhørende opplæringsmateriell produsert av Cruse Bereavement Care Scotland) og *The Reporting of Mental Health and Suicide by the Media* (produsert av the National Union of Journalists).

I tillegg til disse skotske hjelpemidlene ble de følgende tre ofte nevnt: *The Applied Suicide Intervention Skills Training* (ASIST) og *SuicideTALK* (begge fra LivingWorks Education, Canada) og *Skills-based Training on Risk Management* (STORM) (utviklet av University of Manchester i England).

Intervjuobjektene nevnte også en rekke mer generelle hjelpemidler relatert til psy-

kisk helse og hvordan den kan forbedres. Selv om disse hjelpemidlene ikke var spesiallaget for selvmordsforebyggende arbeid, sa mange at de syntes de var nyttige særlig når det gjaldt å øke bevisstheten om selvmord og gi tidlig hjelp til mennesker med økt risiko for selvmordsatferd og selvskading.

Det kom ikke som noen overraskelse at nasjonale fagfolk hadde mer erfaring med å bruke standardhjelpemidler eller hjelpemidler som var utviklet spesielt for bruk i deres egen organisasjon, enn hjelpemidler utviklet på lokalplan. Lokale fagfolk var på tilsvarende vis bedre kjent med og brukte oftere hjelpemidler som var produsert på lokalt plan, mens de bare i liten grad kjente til hjelpemidler som var utviklet i andre geografiske områder for å brukes lokalt.

Fagfolkenes mangelfulle kjennskap til hva som finnes av tilgjengelige hjelpemidler, bekrefter verdien av å opprette en online database der disse registreres.

Kulturell relevans

Mange av intervjuobjektene understreket at det er viktig å sørge for at hjelpemidlene er kulturelt relevante og tilpasset forskjellige målgrupper. Selv om mange mente at det kunne være mulig å bruke hjelpemidler som var utviklet i andre land, argumenterte de for at de måtte tilpasses nøye etter skotske forhold. Kulturell relevans synes imidlertid å være et innviklet felt, for hjelpemidler utviklet i Skottland ble heller ikke alltid oppfattet som hensiktsmessige for alle. Det ble hevdet at noen skotske hjelpemidler hadde en urban vinkling og trengte tilpasning for bruk på landsbygda. Noen understreket dessuten behovet for å sørge for at både innhold, utforming og språk i hjelpemidlene er tilpasset forskjellige grupper i samfunnet og gjenspeiler et mangfold i forhold til for eksempel kjønn, rase, etnisk bakgrunn og seksuell orientering.

Hjelpemidlenes fleksibilitet

Det var gjennomgående enighet om at hjelpemidler som er utviklet for et bestemt formål, ikke alltid kan overføres til bruk i en annen setting eller et annet sted. Denne mangelen på fleksibilitet fører til at skreddersydde hjelpemidler blir utviklet på lokalplanet, noe som gir mulighet for en betydelig grad av dobbeltarbeid rundt i landet.

For å forhindre dette ble det foreslått å lage fleksible maler for generelle hjelpemidler som kan tilpasses lokalt for å gjenspeile lokale behov og forhold. En slik framgangsmåte ble ansett for å være spesielt godt egnet for generelle hjelpemidler som for eksempel henvisningsprotokoller, kontaktkort, undervisningsmateriell og retningslinjer for håndtering av vanlige problemer innen selvmordsforebygging og intervensjon.

Det var oppmuntrende å høre at dette til en viss grad er gjort allerede: Mange sa f.eks. at de hadde tilpasset opplysningsmateriell laget av en Choose Life-kollega i et annet område til bruk i sitt eget lokalsamfunn.

Hvor egnet er hjelpemidlene?

Manglende evaluering av egnethet ble trukket fram som en av hovedsvakheter ved eksisterende hjelpemidler. Et sentralt problem var mangelen på informasjon om hvilke hjelpemidler som fungerer under bestemte forhold og i forskjellige omgivelser. Noen mente at det ville være til hjelp for lokale fellesskap å ha en kjerne av hjelpemidler som gjennom en streng evalueringsprosess hadde vist seg å være hensiktsmessige. Da ville de ha tilgang til standardhjelpemidler som beviselig passer til formålet.

Behov for flere hjelpemidler

Intervjuobjektene ble bedt om å nevne områder der de følte at de trengte hjelpemidler, men ikke fant noen. Svarene de ga, skyldtes til dels manglende kjennskap til hva som finnes av tilgjengelige hjelpe-

chooselife

A national strategy and action plan to prevent suicide in Scotland

midler (noe en online database er ment å bøte på). Men intervjuobjektene nevnte også en rekke områder og målgrupper som ikke er dekket av kjente hjelpemidler.

Hjelpemidler innen oppfølging

Vi fant ut at det manglet hjelpemidler laget spesielt for å møte behovene til den mangfoldige gruppen mennesker som arbeider med etterlatte ved selvmord. Selv om de kjente til gode, generelle hjelpemidler om oppfølging, understreket intervjuobjektene behovet for skreddersydde hjelpemidler for religiøse ledere, begravesagenter, ledere av ulike organisasjoner og grupper og frivillige hjelpere.

Siden konsekvensene av selvmord kan være annerledes i små bygdesamfunn, ble det også foreslått at hjelpemidlene burde gi råd om hvordan man kan håndtere de spesielle omstendighetene man møter i små, tette lokalsamfunn.

Siden de fleste hjelpemidlene som finnes om oppfølging, synes å fokusere på tap ved selvmord, understreket intervjuobjektene behovet for nye hjelpemidler som tar for seg konsekvensene av selvmordsatferd og selvmordsforsøk som ikke har dødelig utgang.

Viktige grupper som krever målrettede hjelpemidler

Intervjuobjektene følte at det manglet hjelpemidler rettet mot spesielle målgrupper med forhøyet risiko for selvmordsatferd. For det første uttrykte de behov for hjelpemidler for eldre mennesker, særlig fordi enslige eldre og eldre som nylig har mistet sin livsledsager, ble sett på som spesielt sårbare. For det andre følte de behov for hjelpemidler for mennesker som skal ut fra en eller annen institusjon, for eksempel fengsel, bofellesskap (for barn under tilsyn), sykehus osv. Noen foreslo å utvikle protokoller og henvisningsprosedyrer for å sikre at disse menneskenes behov blir kommunisert effektivt til dem som skal ha ansvar for å følge dem opp i storsamfunnet. For det tredje mente de at stoffmisbrukere krever målrettede hjelpemidler. Her ble det etterlyst mer samarbeid både på nasjonalt og lokalt plan mellom dem som skal lage materiell om arbeid med stoffmisbrukere og dem som arbeider med selvmord og selvskading. For det fjerde ble det uttrykt behov for hjelpemidler som kunne møte behovene til dem som

har opplevd seksuelt misbruk eller andre former for misbruk og behovene til funksjonshemmede, inkludert mennesker med lærevansker. Sist, men ikke minst, følte noen intervjuobjekter at det manglet hjelpemidler for barn. De anbefalte at det blir utviklet læremateriell som tar opp spørsmål relatert til selvmord og selvskading i tilknytning til materiell som omhandler psykisk helse og velvære.

Tilpasse hjelpemidlene

Et tema som ofte kom opp under intervjuene, var hvordan man kunne bøte på manglene ved tilgjengelige hjelpemidler. Mange mente at selv om det var lett å finne mangler ved tilgjengelige hjelpemidler, trengte man ikke nødvendigvis alltid å utvikle en mengde helt nye hjelpemidler.

Det er for eksempel mulig å tilpasse eksisterende hjelpemidler. Det var spesielt interesse for å undersøke muligheten for å tilpasse hjelpemidler utviklet andre steder, også utenfor Skottland, særlig når disse har vist seg hensiktsmessige i bruk.

Muligheten for å integrere informasjon om selvmordsforebygging i andre relevante hjelpemidler ble også nevnt. Dette ble ansett for å være spesielt hensiktsmessig når hjelpemidlene omhandler risikofaktorer (for eksempel seksuelt misbruk, stoffmisbruk osv.), gjelder sårbare grupper (for eksempel eldre, hjemløse osv.) eller tar for seg beslektede temaer (for eksempel tiltak som fremmer psykisk helse).

Flexibile maler ble etterlyst for hjelpemidler som for eksempel protokoller for risikovurdering og henvisning. Maler som bygger på det beste som er laget, kan fylles ut lokalt, noe som vil skape en viss konsistens over hele landet.

Online hjelpemiddeldatabase

www.chooselife.net

Alle støttet utviklingen av en online hjelpemiddeldatabase og så på den som en lett tilgjengelig inngangsport til andre hjelpemidler for dem som arbeider med selvmord. Siden de fleste hjelpemidler ikke har vært gjenstand for noen formell evaluering, ble det ansett som spesielt verdifullt at databasen gir mulighet til å kommentere styrker og svakheter ved de forskjellige hjelpemidlene.

Om databasen vil bli en suksess, er selvfølgelig avhengig av hvor mye den blir

brukt. Det er viktig at de som arbeider med selvmord, tar utgangspunkt i databasen når de leter etter materiell, og at de legger inn i online-skjemaet både andre hjelpemidler og kommentarer til de hjelpemidlene som allerede finnes i databasen. Derfor understreket intervjuobjektene hvor viktig det er å spre kunnskap om databasen til forskjellige organer og oppmuntre dem til å komme med sine bidrag, sørge for at folk kommer til databasen via lenker fra andre nettsteder, passe på at informasjonen er oppdatert, og gi folk beskjed når nye hjelpemidler er lagt inn. Det ble også ansett som viktig å overvåke og evaluere bruken av databasen. NIST holder nå på med å implementere alle disse anbefalingene.

Over til deg som leser av Suicidologi

Den foreliggende undersøkelsen er liten, men vi håper allikevel at noen av de temaene som fagfolk i Skottland har tatt opp, vil være relevante også for dem som er involvert i selvmordsforebyggende arbeid i andre deler av verden. Vi er fullstendig klar over begrensningene i denne undersøkelsen, særlig det faktum at det vil være mange hjelpemidler 'der ute' som respondentene eller intervjuobjektene ikke kjente til. Vi håper derfor at denne artikkelen kan bidra til at dere lesere av Suicidologi vil oppsøke, bruke og bidra til hjelpemiddeldatabasen. Vi ønsker velkommen kommentarer til hjelpemidler som vi allerede kjenner til, og informasjon om hjelpemidler som ennå ikke finnes i databasen.

Referanse

Scottish Executive. (2002). **Choose Life: a national strategy and action plan to prevent suicide in Scotland**. Edinburgh: Scottish Executive.

Forfattere:

Jacki Gordon (National Information Manager, Choose Life), **Ciara Byrne** (Choose Life Development Co-ordinator North Lanarkshire), **Rona Slevin** (Choose Life Co-ordinator, West Dunbartonshire), **Maureen Kelly** (Public Awareness & Trainer, Choose Life, Renfrewshire Association for Mental Health), **Martin Kerrigan** (Choose Life Co-ordinator, Orkney), **Robert Stevenson** (Director, Hexagon Research and Consultancy)

chooselife

Mer info om undersøkelsen og Choose Life fins på www.med.uio.no/ipsy/ssff/suicidologi/2006-nr3/Gordonbakgrunn.pdf

(Artikkelen er oversatt av Kari Helene Hestvik)