Selvmondsforebygging blant ungdom i Nordland

Ved Anne Line Diesen og Pia Birgitte Jessen

Siden 1997 har Nordland fylke hatt et selvmondsforebyggende prosjekt med prosjektleder i 50 % stilling første år, deretter 75 % stilling. Prosjektet ble vedtatt i fylkesutvalget etter et innlegg fra sykehusprest Gunnar Kristiansen på Nordland psykiatriske sykehus (NPS). Bakgrunnen for vedtaket var flere selvmondsforsøk og selvmondstanker blant ungdom.

Målgruppe

Målgruppa for prosjektet var i utgangspunktet elever i videregående skole, men prosjektet har endret seg til å omfatte den yngre del av befolkningen. Selvmondsraten blant unge menn fra 20 – 29 år har tidligere vært høyere i Nord-Norge enn i resten av landet, og prosjektet ønsket også å favne denne gruppa. Derfor er det inngått et samarbeid med Forsvaret i Bodø.

Målsetting

1. Øke kunnskap om selvmond og selvmondsforebyggende arbeid blant skole- og helsepersonell i hele fylket.
2. Styrke skole- og helsepersonels muligheter til å identifisere elever i faresonen, samt utvikle rutiner og samarbeid som sikrer at elever får den hjelp de trenger.
3. Bedre elevenes evne til å mestre problemer og livskriser. Tilbud om kurs/fagdag til alle skoler.

Alle ansatte i videregående skoler og deres samarbeidspartnere har fått tilbud om en undervisningsdag med forebygging av selvmond som tema, og med ett unntak har de takket ja.

Tverretatlige ressursgrupper

Prosjektet ble tidlig presentert for alle rektorer i fylket, og vi møtte stor velvilje på en besøksrunde ved oppstart. Representanter fra skolene, kommuner, barne, ungdoms- og voksenpsykiatrien, pedagogisk-psykologisk tjeneste, politiet, Kirken, utekontakten og andre som var spesielt engasjert i lokalt forebyggende arbeid, møtte opp. For å sikre elevmedvirkning i prosjektet inviterte vi også elevrepresentanter til disse møtene. Vi dannet 11 tverrfaglige ressursgrupper i hele fylket, som har blitt sentrale i det videre arbeidet. Vi har hatt to felles samlinger for alle ressursgruppene. Gruppene har hatt besøk fra Senter for selvmondsforebygging i Nord-Norge, og siste prosjektår har alle gruppene fått tilbud om kurset Intervensjon ved selvmondsfare fra Living Works.

Elevmedvirkning

Det var en forutsetning at det skulle være elever med i ressursgruppene, slik at elevenes bidrag om egen hverdag kunne komme tydelig fram. Gruppene har brukt mye tid på å finne fram til gode metoder for å inkludere elevrepresentantene. Prosjektet har samarbeidet med elevombudet og elevorganisasjonene, og i løpet av våren 2000 skal vi ha vår tredje temasamling. Temaet skal være "Ung, stolt og homofil". Det er valgt på bakgrunn av NOVA-rapporten nr. 1/99 som viste at homofile og lesbiske oftere har selvmondstanker og oftere gjør selvmondsforsøk enn den øvrige befolkningen. Disse er også en gruppe som Helsetilsynet ønsker å fokusere på i Handlingsplan mot selvmond.

Psykiatrien og selvmondsforebyggende arbeid

Opptappingsplan for psykisk helse 1999 – 2006 legger vekt på at psykiatritjenestene skal bli mer tilgjengelig og bidra aktivt i tverretatlig samarbeid og forebyggende arbeid. Selvmondsforebyggende arbeid vil være en naturlig del av virksomheten. Det er foreslått å videreføre prosjektet innen en egen utviklingsavdeling som er under planlegging på NPS, der kompetanseheving til ressursgruppene kan videreutvikles i samarbeid med distriktpsykiatriske sentre. Prosjektet er ikke en del av handlingsplanen, og skal evalueres av Nordlandsforskning i år 2000.

Ressursgruppe i Vesterålen

I Vesterålen ble det i oktober 1997 etablert en ressursgruppe for å forebygge selvmond i den videregående skolen. Gruppen består av rådgivere fra de fleste videregående skoler, to helsesøstre, to fra pedagogisk-psykologisk distriktssenter (PPD), en fra oppfølgingstjenesten, to elever, en fra barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP) og en fra voksenpsykiatrisk poliklinikk (leder for gruppen). Gruppen har jevnlig møter. Det har bl. a. blitt utarbeidet en handlingsplan for gruppen, og det har vært jobbet med kriseplaner for skolene.

Flere fra Vesterålen har deltatt på samlinger for ressursgruppene som har vært arrangert av prosjektet. Gruppemedlemmene har uttrykt ønske om opplæring og øking av kunnskap omkring selvmondsforebyggende arbeid. På bakgrunn av det har Bjørnar Urke fra BUP og Pia Birgitte Jessen hatt undervisning for gruppen. Fjorten personer har deltatt i kurs i intervensjon ved selvmondsfare, som ble meget positivt mottatt. Det har også vært arrangert en halvdagssamling med lederne fra Senter for forebygging av selvmond i Nord-Norge.

Det er ønske om videre samarbeid med spesialisthelsetjenesten omkring det selvmondsforebyggende arbeidet. Poliklinikkene i Vesterålen jobber mye med kompetanseheving blant samarbeidspartnere. Dette er en del av det daglige arbeidet, og det selvmondsforebyggende arbeidet er et prioritert område.

Anne Line Diesen er utdannet lærer med videreutdanning i mediekunnskap, systemisk arbeid og endringsledelse. Hun er ansatt ved NPS som prosjektleder for selvmondsforebyggende arbeid i Nordland fylke og er også kursleder for Living Works.

Pia Birgitte Jessen er utdannet ergoterapeut. Hun jobber som utviklingsleder ved Voksenpsykiatrisk poliklinikk, Stokmarknes sykehus. Hun er leder for ressursgruppen i Vesterålen og er trener for Living Works.

Foto: Sylvelin Sandvik