Undervisning i selvmordsforebyggelse på grunduddannelserne i Danmark

Ved Inge Jacobsen

I Danmark er der som opfølgning på den nationale handlingsplan "Forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord" (1998) afviklet 15 forsøgsprojekter med undervisning i selvmordsforebyggelse på grunduddannelserne. Undervisningen er gennemført på uddannelserne til social- og sundhedshjælper, social- og sundhedsassistent, sygeplejerske, pædagog, lærer, socialrådgiver og sognemedhjælper. Denne artikel beskriver rammen om det overordnede projekt og udpeger nogle af problemfelterne. Herudover gives enkelte eksempler på de meget forskellige tilgange til undervisningen, som uddannelserne har valgt.

Baggrund

Med iværksættelsen af den danske handlingsplan blev det bl.a. anbefalet at udarbejde moduler for en obligatorisk undervisning på grunduddannelserne (Sundhedsstyrelsen, 1998). Dette især med henblik på en systematisk opkvalificering af alle relevante faggrupper. Som led i en 3-årig uddannelsesplan ved Center for Selvmordsforskning (Zøllner, 2001) støttede Socialministeriet efter indstilling fra Referencegruppen til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord, udvikling og afprøvning af undervisning i selvmordsforebyggelse for en række særligt prioriterede uddannelser. Det kortsigtede mål var at udvikle, afprøve og beskrive undervisning i selvmordsforebyggelse; det langsigtede mål var og er en varig implementering af undervisningen på grunduddannelserne.

Forberedelse af undervisningen

For at klæde underviserne bedst muligt på – og for at lette processen med igangsættelse af forsøgsundervisning – inviterede Center for Selvmordsforskning uddannelsesansvarlige fra forskellige uddannelser til at deltage i et gratis seminar. I løbet af to dage blev præsenteret viden om selvmordsadfærd – herunder definitioner, teorier og forklaringsmodeller, myter, holdninger og etik, risikofaktorer og risikogrupper, behandlingsformer, m.m. Og deltagerne blev bedt om, i grupper, at udarbejde forslag til bl.a. omfang, placering og indhold af en given undervisning. På den måde fik deltagerne et arbejdsblad, de kunne bruge som udgangspunkt for en ansøgning om projektmidler.

Prioriteringer

Efter seminaret fik uddannelsesinstitutionerne (både de deltagende og ikke-deltagende) mulighed for at søge om midler til at udvikle og afprøve undervis-

ning i selvmordsforebyggelse. Center for Selvmordsforskning vægtede især projekter, som indeholdt en tværfaglig undervisning, der også gik på tværs af emner, således at selvmordsforebyggelse ikke kom til at stå som et isoleret tema. Derudover havde følgende elementer højeste prioritet: holdningsdiskussioner (f.eks. etik, tabuer, myter) og kommunikationstræning (f.eks. "den vanskelige samtale"). Mange af projekterne har inddraget minimum 2 fag og følgelig benyttet to undervisere (f.eks. inden for hhv. pædagogik og psykologi) og flere har ladet selvmordsforebyggelse indgå som emne i et forløb, hvor "forebyggelse" eller "sundhedsfremme" har været overskriften. For at projekterne ikke skulle blive for dyre – og sandsynligheden for gentagelse minimal – blev den øvre grænse sat til DKK 40.000,- pr. projekt. Der var afsat i alt DKK 800.000,- til støtte af projekter i perioden 2002-2004. Centret modtog 16 ansøgninger, hvoraf én blev afvist p. g. a. mangelfuld projektbeskrivelse. Det er vores erfaring, at det ikke er tilstrækkeligt fra centralt hold at udbyde en pulje til særligt prioriterede uddannelser, hvis udbyderne af de pågældende uddannelser ikke selv er rede til at prioritere et område højt. Der må gøres et grundigt forarbejde for at gøre institutionerne parate til at deltage i et forsøgsprojekt. Af de deltagende uddannelser viste pædagog- og social- og sundhedsuddannelserne størst interesse for at udvikle og afprøve moduler med undervisning i selvmordsforebyggelse.

Afreporteringer samlet i et idékatalog

Med projektansøgningen forpligtede uddannelsesinstitutionerne sig til at indsende en afreportering over forsøgsprojektet indeholdende en beskrivelse af: tilrettelæggelse og gennemførelse af undervisningen, undervisningsmateriale/litteraturliste, erfaringsopsamling med

forslag til justeringer og en plan for implementering af undervisningen i egen institution. Afreporteringerne er siden redigeret og samlet i et katalog – med tilhørende fortegnelse over litteratur, relevante hjemmesider, film, gæstelærere, lovparagraffer, henvendelsessteder og anbefalinger ved tilrettelæggelse af undervisning i selvmordsforebyggelse. Idékataloget, der udkom i maj 2004, har undervisere på de nævnte grunduddannelser som primær målgruppe, men også undervisere af andre faggrupper kan have udbytte af bogen.

Følgegruppe

I relation til forsøgs- og udviklingsarbejdet er nedsat en følgegruppe hvis kommissorium er: at følge og kommentere forsøgs- og udviklingsarbejdet med selvmordsforebyggende undervisning på grunduddannelserne, at vejlede og rådgive m. h. t. hvordan implementeringen mest hensigtsmæssigt gribes an, at støtte

arbejdet med implementeringen i de respektive uddannelser bl.a. ved at informere relevante instanser. Samarbejdet mellem centret og følgegruppen har været udbytterigt og påvirket processen positivt.

Eksempler på undervisningsmetoder

De gennemførte projekter er af yderst forskellig karakter – både hvad længde, indhold og metode angår. Nogle uddannelser har koncentreret 6 timers undervisning i en temadag, andre har ladet emnet indgå i et semesterforløb (op til 45 lektioner) med en bredere overskrift, f.eks. "Børn og unge, hvor sundhed trues", "Fortællende samvær". I det følgende bringes en kort omtale af udvalgte metoder.

Film: Det tavse råb

I størstedelen af projekterne er indgået en 19 minutter lang video, der er bygget op om en case med en lærer og en selvmordstruet studerende. Historien suppleres med information om intervention fra en skadestuesygeplejerske og en ungdomsrådgiver. Essensen af filmen er: "Har du mistanke, så spørg". Videoen har dels været anvendt som en indgang til emnet, dels dannet udgangspunkt for diskussioner om bl.a. etik, holdninger, myter og tabuer, og endelig har den været benyttet som oplæg til rollespil om den vanskelige samtale.

Forumteater

Et projekt – udført i et samarbejde mellem et pædagogseminarium og en social- og sundhedsskole – havde valgt at afprøve temadage med forumteater, en metode udviklet af brasilianeren Augusto Boal. Forumteater er et skuespil, hvor et emne, en konflikt eller en problemstilling er samlingspunkt for tilskuerne, der kan

påvirke handlingen direkte. Det er derfor egnet til komplekse problemstillinger. Idéen er at tage udgangspunkt i deltageres erfaringer, idéer og ressourcer og give dem plads til at opleve de følelser, der ligger bag. I forumteater skal problemstillingen være meget klart defineret fra start. Det skal være gennemskueligt, *hvad* og *hvor* det foregår, og *hvem* der er offer. Med forumteater er det meningen, at publikum skal have mulighed for at ændre handlingen i stykket – ud fra læresætningen:

"Jeg hører det, og jeg glemmer det. Jeg ser det, og jeg husker det. Jeg gør det, og jeg forstår det". De studerende udtrykte i deres evaluering af undervisningen stor begejstring for såvel metoden som det tværfaglige samarbejde.

Fortællekreds – den narrative metode

Et pædagogseminarium havde planlagt et semesterforløb med fokus på den narrative metode. På baggrund heraf arbejdede de studerende med fortællende samvær som lærings- og erkendelsesmåde. Der blev lagt vægt på betydningen af aktiv lytning, empatisk forståelse og refleksion. Filosofien bag projektet var bl.a., at fortællende samvær kan give pædagogen indsigt i, hvordan det menneske han/hun er omsorgsperson for, tænker og føler. Og at det under samværet er tilladeligt at fortælle pædagogen om svære spørgsmål og kriser. Herudover kan det at dele sine tanker og følelser med andre i sig selv virke afklarende og kan åbne for håb og nye muligheder. Under forsøgsprojektet skulle de studerende først lære, hvordan en fortællekreds gennemføres – siden skulle de selv stå for gennemførelse af fortællerunder med børn eller unge. Der var helt fastlagte regler for afvikling af fortællerunderne, der kunne tage udgangspunkt i 1. eller 3. persons fortællinger. Med 3. persons fortællinger var det muligt at lægge en distance til det, man fortalte – eller at spejle sig i det. Der blev bl.a. fortalt på basis af udsagn som: Fortæl om et menneske, som har betydet meget for dig; Fortæl om en person, der var meget alene eller ensom. De studerende erfarede gennem deres projekter, at de børn og unge, som havde deltaget i fortællekredsen, blev så begejstrede for det, at de ønskede at fortsætte ud over projektperioden.

Samtaletræning – huskereglene

På en sygeplejerskeuddannelse blev der bl.a. arbejdet med at styrke de kommunikative redskaber. For at lære at spørge tæt ind til tanker og overvejelser om selvmord – og for at kunne handle hensigtsmæssigt herpå – udarbejdede studerende og undervisere i fællesskab et sæt huskereglene for samtaleens indhold og fokuspunkter. Til sammen udgjorde forbogstaverne ordet 'ansvar'.

A – Altid alvorligt

En person, der udtrykker selv vage selvmordstanker, skal altid tages alvorligt. Du er forpligtet på at tage dig af ham eller hende. Det, der siges eller vises, kan/må ikke slås hen eller opfattes som tomme trusler eller afpresning.

N – Nye løsninger

Den selvmordstruede skal hjælpes til at se nye løsningsmuligheder. Især fokuseres på livsbevarende løsninger.

S – Samtale

Brug enkle spørgeteknikker i samtalen. "Hvordan har du det egentlig?". Åbne spørgsmål og aktiv lytning.

V – Videre til andre

Vær klar over, *hvem* der tager sig af *hvad*. Sørg om nødvendigt for at følge den selvmordstruede eller sørg for at andre gør det. Vær sikker på, at andre overtager dit ansvar.

A – Afhjælp belastninger

Hjælp den selvmordstruede til at finde muligheder for forandringer i sin livssituation eller opfattelse. Det kan ske ved, at du samtaler med vedkommende eller hjælper med praktiske foranstaltninger.

R – Refleksion

Forsøg at hjælpe den selvmordstruede til refleksion. Reflektér selv i og efter situationen, inddrag andre i dine tanker og overvejelser. Brug dine kolleger eller krisehjælp.

Huskereglene blev herefter trænet gennem rollespil i den vanskelige samtale.

Landsdækkende seminar

Med henblik på at udbrede kendskabet til forsøgsundervisningen afholdt Center for Selvmordsforskning i maj 2004 et erfaringsudvekslingsseminar på landsplan. Undervisere fra alle i indledningen nævnte uddannelser blev inviteret. Ved seminaret fik deltagerne udleveret et eksemplar af idékataloget og diverse materialer, mulighed for at se filmen "Det tavse råb" og deltage i to workshoprunder med præsentationer af forsøgsprojekterne og endelig blev forumteatermetoden benyttet til – i plenum – at sætte fokus på barrierer og dilemmaer i forhold til at undervise i selvmordsforebyggelse. En vigtig erfaring forsøgsprojekterne har gjort sig er netop, at det kan være ekstra vanskeligt at undervise i selvmordsforebyggelse, fordi enkelte studerende bliver så følelsesmæssigt berørt af det, at de må forlade undervisningen. Som underviser er det vigtigt at være forberedt på, hvordan man bedst håndterer dette. Hvis det ikke er muligt at være to undervisere, kan man f.eks. aftale med de studerende, at de holder øje med hinanden parvis.

De helt centrale personer er underviserne

Fokus for dette projekt har især været igangsættelse af undervisning i selvmordsforebyggelse. I forhold hertil er underviserne de helt centrale personer. Uden deres interesse og engagement for emnet – ingen undervisning i selvmordsforebyggelse. Fra de første seminarer for uddannelsesansvarlige stod det klart, at underviserne manglede viden om selvmordsadfærd, at de havde brug for at diskutere holdninger og etik, og at de fandt stor støtte i – via projektmidlerne – at få mulighed for at afprøve deres tanker i praksis. For at servicere underviserne bedst muligt, har Center for Selvmordsforskning løbende orienteret dem om ny litteratur, relevante hjemmesider, konferencer, m.m. Denne service planlægges integreret i centrets nye hjemmeside, således at alle undervisere får mulighed for at tilmelde sig automatisk udsendelse af nyheder.

Implementering af undervisningen?

Det overordnede projekt har mødt en del udfordringer undervejs: nye bekendtgørelser (hvilket medførte, at mange ud-

dannelser underviste efter både en ny og en gammel studieordning på samme tid), sammenlægning af uddannelsesinstitutioner i CVU (Centre for Videregående Uddannelse) og en kort horisont for ansøgning om samt udvikling og afprøvning af forsøgsundervisningen (1 skoleår). Af de deltagende uddannelsesinstitutioner har hovedparten implementeret hele eller dele af den afprøvede undervisning. Men ting tager tid. Undervisning i selvmordsforebyggelse implementeres ikke over én nat – eller i løbet af 3 år for den sags skyld. Og det sker heller ikke på baggrund af 15 gennemførte projekter. En implementering kræver opfølgning og gerne en afdækning af, hvordan, hvor, i hvilket omfang og for hvem der tilbydes undervisning. Center for Selvmordsforskning vil fortsætte arbejdet på to planer: lokalt og centralt. Derfor gennemfører centeret netop nu ovennævnte afdækning, dels for at støtte de uddannelsesinstitutioner, der allerede har implementeret undervisning i selvmordsforebyggelse, dels for at motivere de øvrige institutioner til at gå i gang. Herudover vil centret arbejde for en implementering, ved at det fra centralt hold anbefales at lade undervisning i selvmordsforebyggelse indgå som en obligatorisk del af alle relevante uddannelser.

Inge Jacobsen

har siden 2001 arbejdet som uddannelseskonsulent ved Center for Selvmordsforskning i Odense, Danmark. Ud over det beskrevne projekt har hun bl.a. haft ansvar for udvikling og implementering af efteruddannelseskurser for lærere og psykologer, oprettelse af netværk for og database over undervisere, udarbejdelse af undervisningsmateriale og afholdelse af temadage for undervisere.

Center for Selvmordsforskning varetager forskning i selvmordsadfærd, registre for selvmord og selvmordsforsøg, vidensformidling og uddannelse. Centret, der har eksisteret siden 1989, er en selvejende institution under Socialministeriet.

Referencer

Jacobsen, I. (red.). (2004). **Idékatalog – inspiration til undervisning i selvmordsforebyggelse på grunduddannelserne**. Center for selvmordsforskning.

Forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord i Danmark. Udvalget til udarbejdelse af forslag til handlingsplan til forebyggelse af selvmordsforsøg og selvmord i Danmark. – København: Sundhedsstyrelsen, 1998. (kap. 9. Grund-, videre- og efteruddannelse, s. 71-77)

Zøllner, L. (2001). **Uddannelsesplan**. Center for Selvmordsforskning

Yderligere information og litteraturtips

Interesserede læsere kan downloade idékataloget (Jacobsen (red.), 2004) fra centrets hjemmeside www.selvmordsforskning.dk eller rekvirere det på telefon + 45 66 13 88 11 eller e-mail info@selvmordsforskning.dk mod betaling af forsendelse og gebyr.

Det tavse råb

Filmen kan bestilles gennem Det Danske Filminstitut.

<http://www.dfi.dk/sitemod/moduler/katalog/filmside.asp?pid=8670&filmid=14000>

Undervisningsmaterialet til filmen er beskrevet i artikel i Nyhedsbrev om selvmordsforebyggelse, nr. 2, 2003 (s. 8).

<http://www.selvmordsforskning.dk/filecache/9083/1100511935/nyhedsbrevnr.22003.pdf>

Selve materialet kan downloades fra Sundhedsstyrelsens hjemmeside:

http://www.sst.dk/Forebyggelse/Faglige_omraader/Selvmordsforebyggelse/Undervisningsmateriale.aspx?lang=da

Metodebøger til forumteater

Boal, A. (1995). **Spil**. Teaterforlaget

Boal, A. (1985). **Stop - det er magisk**. Teaterforlaget

Metodebøger til fortællekreds

Christensen, P. H., Hansen, E. & Vejleskov, H. (1997). **Det narrative - fra metapsykologi til puslebord**. Skrifter fra Center for Småbørnsforskning, nr. 9, Kroghs Forlag

Horsdal, M. (1999). **Livets fortællinger - en bog om livshistorier og identitet**. Borgens forlag.

Lundby, G. (2000). **Narrativ Terapi**. Socialpædagogisk Bibliotek, Gyldendal.

Sejlelid, E. P. (2002). **Kan omsorg læres? - Fortellingen som pædagogisk hjælpemiddel**. Fagbokforlaget, Bergen

www.selvmordsforskning.dk Hjemmesiden er nyudviklet.