

Slutrapport

Suicidprevention i Sjuhärad

2021–2022

mikael.szanto@borasregionen.se
robert.hugg@vgregion.se



Innehållsförteckning

Bakgrund	2
Projektidé och förväntade resultat	2
Arbetsätt och genomförande	2
Resultat.....	4
Lokala handlingsplaner.....	4
Höjd kunskapsnivå om suicid i Sjuhärad	4
Våga fråga.....	4
Mental Health First Aid - MHFA	4
Suicidprevention i svensk sjukvård - SPiSS	4
Youth Aware of Mental Health - YAM.....	5
Konferenser	5
Suicid ska vara ett prioriterat område på ledningsnivå	5
Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser på alla nivåer	5
Blåljusmall	6
Ta vara på civilsamhällets engagemang och kunskap	6
Bidra till lärande av händelseanalys.....	6
Övrigt.....	6
Kommunikation, spridning och påverkansarbete	6
Projektledarnas reflektioner	7
Bilagor.....	8

Bakgrund

I Västra Götaland inträffar cirka 200 suicid varje år och uppskattningsvis görs 2000 suicidförsök. Suicid är ett folkhälsoproblem som förutom förlust av människoliv leder till omfattande psykiskt lidande och försämrad hälsa hos anhöriga och andra berörda.

Ett nationellt handlingsprogram beslutades av riksdagen 2008 för arbetet med att minska suicid. Den nationella visionen för suicidprevention innebär att "ingen människa ska behöva hamna i en sådan utsatt situation att suicid ses som den enda utvägen". För att detta mål ska kunna nås krävs insatser på såväl individ- som på befolkningsnivå nationellt, regionalt och lokalt.

En regional handlingsplan för suicidprevention har utarbetats i Västra Götaland, Handlingsplan för suicidprevention 2020-2025, som legat till grund för det suicidpreventiva arbetet i regionen. För att nå målet om att minska antalet suicid i länet krävs ett långsiktigt arbete som integreras i ordinarie verksamhet, i såväl kommunernas som regionens alla verksamheter.

Boråsregionen Sjuhärad kommunalförbund och Närvårdssamverkan Södra Älvsborg har erhållit statliga medel för suicidprevention, i syfte att motverka och förhindra suicid. Medlen har använts till projektet Suicidprevention i Sjuhärad. Projektet startades upp i mitten av december 2020 och har pågått fram till sista december 2022. Två projektledare har drivit projektet och arbetat 50 % vardera med insatsen, den ena är anställd av Närvårdssamverkan och den andra är anställd av kommunalförbundet. Projektet har tagit sin utgångspunkt i den regiongemensamma handlingsplanen och Närvårdssamverkan Södra Älvsborg har varit plattformen för arbetet. Följande rapport är en beskrivning av de insatser och resultat som projektet lett till.

Projektidé och förväntade resultat

Projektets syfte har varit att stödja kommunerna och regionens verksamheter på delregional nivå i det suicidpreventiva arbetet.

Effektmål, långsiktigt, efter projektet

- Minska antalet suicid i Sjuhärad med 40% från 2020 fram till 2025

Resultatmål, kortsiktigt, under projektperioden

- Att i samverkan åstadkomma ett strukturerat suicidpreventivt arbete
- Att stötta varje kommun i framtagandet och genomförandet av lokala handlingsplaner för suicidprevention
- Höjd kunskapsnivå om suicid i Sjuhärad
- Suicid ska vara ett prioriterat område på ledningsnivå
- Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser på alla nivåer
- Ökad samverkan mellan civilsamhället och offentliga verksamheter
- Bidra till lärandet av händelseanalyser

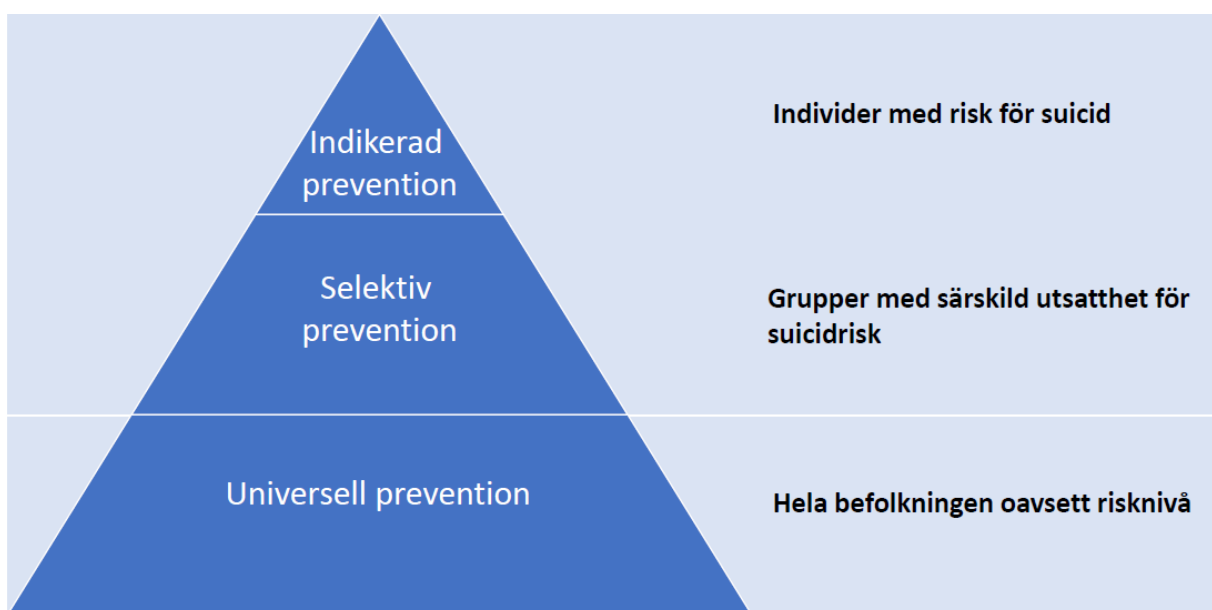
Arbetsätt och genomförande

Projektet inleddes med en planerings- och analysfas, där det genomfördes en behovsinventering och omvärldsbevakning, syftet var att lägga en grund för projektets inriktning och aktivitetsplan.

Behovsinventeringen genomfördes i olika dialogmöten med nyckelpersoner och nätverk i Sjuhärad. Omvärldsbevakningen utgick dels från att samla in information om området suicidprevention, dels genom möten med andra kommuner och regioner.

Resultatet av planerings- och analysfasen har, tillsammans med den länsgemensamma handlingsplanen, legat till grund för projektets insatser och fokusområden och beskrivits i den aktivitetsplan (se bilaga 1) som projektet tog fram. Aktivitetsplanen är strukturerad utifrån huvudrubriker som är kopplade till de sex aktiviteter som listas i den regiongemensamma handlingsplanen. På så vis fick projektets insatser en tydlig koppling till genomförandet av den regiongemensamma handlingsplanen. För mer information om varje huvudrubrik, se bilaga 2 Det goda livet i Västra Götaland – Handlingsplan för suicidprevention 2020 – 2025.

För att öka chanserna till en god effekt av det suicidpreventiva arbetet lyfts ofta vikten av att arbeta med en multikomponentstrategi, det vill säga en bred preventiv ansats med flera olika aktiviteter på olika nivåer. Nivåerna utgår från vilken grupp i befolkningen aktiviteten riktar sig till. Det individinriktade arbetet syftar till att på bästa sätt stödja personer med risk för suicid. Det gruppinriktade arbetet riktar sig till grupper med ökad risk för suicid. Det befolkningsinriktade arbetet syftar till ett förebyggande och främjande arbete riktat till hela befolkningen oavsett risknivå.



En grund i projektet har varit att varje kommun ska ha en lokal handlingsplan för suicidprevention. Projektet har stöttat kommunerna i arbetet och utgått från det stödmaterial som har tagits fram av Nationellt Centrum för Suicidforskning och Prevention, materialet finns samlat på sidan Rekommendation för suicidpreventiva insatser ([RESPI](#)).

En viktig del av projektet har varit att öka kunskapen om suicid, projektet har genomfört ett antal olika utbildningsinsatser för att uppnå detta. Så kallade gatekeeperutbildningar har varit en viktig del i den insatsen. Gatekeeperutbildningar fokuserar på att öka kunskaper om suicidprevention samt bemötande och identifiering av riskindivider hos individer som har en stor sannolikhet att komma i kontakt med suicidala personer. Mottagare av hjälpen kan antingen vara personer från den allmänna befolkningen, men vissa utbildningar syftar också till att minska suicid inom specifika yrkesgrupper (exempelvis poliser som hjälper andra poliser) som löper ökad risk för stress. Utbildningsinsatserna kan behandla områden såsom varningstecken eller riskfaktorer för suicidhandlingar, hur man kan identifiera suicidnära eller deprimerade individer och hur man kan hjälpa en sådan individ eller referera denne till annan adekvat hjälpinsats. I vissa fall fokuserar utbildningsmoment på att försöka förändra negativa attityder eller reducera stigmatisering kring psykisk ohälsa, depression och suicid med målet att främja hjälpsökande beteenden (för mer information om gatekeeperutbildningar se [länk](#)).

Under tiden projektet pågått har VästKom anställt en länsgemensam resurs för suicidprevention. Projektet har haft en kontinuerlig dialog med länssamordnaren och bland annat deltagit i det regionala processteam som startades upp under 2021. Processteamets syfte var att bidra med erfarenheter, hitta behov på olika nivåer såsom utbildning, kommunikation och informationsspridning, samt ge delregionerna stöd i de lokala processerna.

Resultat

Lokala handlingsplaner

Ett sätt att stärka det suicidpreventiva arbetet är att ta fram konkreta handlingsplaner för suicidprevention. Handlingsplanen bidrar till att strukturera arbetet och göra det långsiktigt och hållbart. Projektet har stöttat lokal vårdsamverkan i varje kommun i Sjuhärad med att ta fram lokala handlingsplaner för suicidprevention. Stödet har varit behovsanpassat och sett olika ut beroende på var i processen de har befunnit sig. Utöver det enskilda stödet till varje lokalt vårdsamverkansområde har projektet också arrangerat gemensamma nätverksträffar, workshopar och konferenser.

Vid projektets slut finns det nu handlingsplaner i sju av åtta lokala vårdsamverkansområden. Den åttonde och sista handlingsplanen planeras att vara klar under våren 2023. De lokala handlingsplanerna är av skiftande karaktär, några av dem är detaljerade och innehåller en tydlig plan, medan andra är mer valta att utforma sina planer mer generellt.

Höjd kunskapsnivå om suicid i Sjuhärad

För att öka kunskapsnivån om suicid och suicidprevention har projektet i huvudsak arbetat utifrån fem olika utbildningsinsatser, det vill säga föreläsningsserie Våga fråga, Mental Health First Aid (MHFA), Suicidprevention i svensk sjukvård (SPiSS), Youth Aware of Mental Health (YAM) samt arrangerat två större konferenser på temat. Insatserna har riktat sig till olika målgrupper för att nå ut brett till så väl allmänhet som professionella.

Våga fråga

Våga fråga är en suicidpreventiv utbildning framtagen av Suicide Zero. Projektet anlidade Suicide Zero för att hålla utbildningen. Utbildningarna riktade sig till en bred allmänhet och genomfördes digitalt vid fyra tillfällen. Totalt deltog cirka 400 personer på utbildningstillfällena. Utvärderingarna visar att deltagarna över lag har varit nöjda med innehållet och fått med sig ny kunskap om suicid.

Mental Health First Aid - MHFA

MHFA är ett utbildningsprogram med fokus på den psykiska hälsan, grundtanken är samma som för fysisk Första hjälpen-utbildning: Att ge kursdeltagaren sådana kunskaper som tillåter denne att rycka in och ge en första hjälp tills den drabbade fått professionell hjälp. Projektet har totalt utbildat 17 instruktörer i Sjuhärads kommuner.

Instruktörerna har i sin tur genomfört utbildningar i respektive kommun. Vid uppföljning i december 2022 hade samtliga kommuner som deltog i uppföljningen kommit igång med utbildningsinsatser. De flesta kommunerna önskar fler utbildade instruktörer. Överlag är kommunerna nöjda med utbildningen, man ser den som en viktig del i arbetet mot brukare. Med ökad kunskap så kommer även ökad trygghet att prata om psykisk ohälsa. En positiv lärdom är att flera som gått utbildningen har kunnat ta med sig sin nya kunskap i privatlivet, där de kunnat prata om psykisk hälsa med familj och vänner.

Suicidprevention i svensk sjukvård - SPiSS

SPiSS är en webbaserad utbildning som ger ökad kunskap för att minska antalet självmord och självmordsförsök och riktar sig främst till personal inom hälso- och sjukvården. Projektet har använt

SPISS som en gatekeeperutbildning med målet att implementera den inom SÄS, den regionala primärvården, Habilitering och hälsa, Mini-Maria och ungdomsmottagningarna. Implementering av SPISS har varit varierande och skett på olika sätt inom olika organisationer. Det finns ett suicidpreventivt arbete inom alla regionala verksamheter och i flera områden har man tagit fram rutiner för att utbilda i suicidprevention årligen.

Youth Aware of Mental Health - YAM

Youth Aware of Mental Health (YAM) är ett program för skolelever som främjar diskussion och utvecklar färdigheter för att möta livets svårigheter och öka kunskap om psykisk hälsa. Projektet hade som mål att implementera YAM i samtliga kommuner i Sjuhärad. Kommunerna har funnit insatsen intressant och relevant, det har dock visat sig svårt att implementera YAM under projekttiden. Detta beror till stor del på att skolverksamheterna har många pågående projekt och insatser och det krävs en långsiktig planering för att starta upp en insats som YAM. Med anledning av detta kommer Sjuhärads kommunalförbund att ta över arbetet med att implementera YAM efter projekttiden.

Konferenser

Projektet har genomfört två konferenser inom området suicidprevention, varav en i samverkan med Räddningstjänsten. Syftet var att bidra till ökad samverkan inom området samt ge kunskapspåfyllnad och kompetensutveckling. Det var ett stort intresse för konferenserna och totalt har över 300 personer deltagit.

Utvärderingarna av konferenserna visar att deltagarna generellt var mycket nöjda med innehåll och upplägg. I utvärderingarna framkommer det också att konferenserna har gett deltagarna kunskap som de har användning för i sin yrkesroll. Utvärderingarna visar att det finns önskemål om att konferenserna ska vara återkommande då de har bidragit till ökad kunskap och samverkan.

Suicid ska vara ett prioriterat område på ledningsnivå

Projektet har arbetat för att göra suicidprevention till ett prioriterat område på ledningsnivå. Metoden som har använts har i huvudsak varit att medverka i de olika forum och nätverk som finns inom ramarna för kommunalförbundet och Närvårdssamverkan. Projektet har vidare besökt flertalet av de relevanta chefsnätverk som finns inom ramarna för kommunalförbundet, med syfte att ge fördjupad och mer riktad information. Projektet har också medverkat på samtliga lokala ledningsgrupper inom Närvårdssamverkan med syfte att skapa genomförandekraft i arbetet med handlingsplaner.

Projektet har medverkat på möten med de olika politiska grupper som finns kopplade till kommunalförbundet och Närvårdssamverkan, syftet här har också varit att skapa förutsättningar för det lokala arbetet och engagemang för suicidprevention.

Sammantaget bedömer projektet att resultatet av insatserna skapat förståelse för vikten att arbeta suicidpreventivt. Konkret har det också bidragit till att skapa förutsättningar för upprättandet och implementeringen av de lokala handlingsplanerna.

Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser på alla nivåer

Projektet har informerat om vikten av att ha SIP vid olika möten, däremot har projektet valt att inte lägga fokus på det här området på grund av att det finns en SIP-samordnare som har haft ansvar för implementering av SIP.

Blåljusmall

Blåljuspersonal har ofta viktig information om den suicidnära personen utifrån vad som observerats på skadeplats och i samband med upphämtning och transport av blåljuspersonal. För att all viktig information ska komma bedömande läkare i psykiatri till del, så planerade projektet arbeta för att en särskild blåljusmall skulle tas fram. Projektet har inte lyckats bygga upp en rutin kring en blåljusmall under projektiden. Planer finns för att projektledarna kommer fortsätta att arbeta med frågan under 2023.

Ta vara på civilsamhällets engagemang och kunskap

Civilsamhället och offentliga verksamheter behöver samverka för att motverka stigmatisering och göra det lättare att samtala om psykisk ohälsa och suicid. Det finns flera intresseorganisationer som arbetar med att skapa engagemang, kunskap och dialog. De har en viktig funktion i det suicidpreventiva arbetet. Projektet har samarbetat med ett antal olika organisationer från civilsamhället för att ta vara på deras kunskap och engagemang.

Bidra till lärande av händelseanalys

I de fall som en individ begår suicid bör en gemensam händelseanalys göras med insatser från region och kommun. Syftet med en gemensam händelseanalysrutin är att öka kunskapen om den suicidala processen och identifierar förbättringsområden samt bidra till att utveckla det förebyggande arbetet.

Med anledning av Tidöavtalets planer på en haverikommission vid suicid har projektet valt ändra aktivitetens syfte. Det finns planer på att implementera ett pilotprojekt med syfte att bygga kunskap om suicidala processer genom att olika organisationer träffas för att diskutera utifrån olika case.

Övrigt

Äldre personer har en ökad risk för suicid, utifrån ett behov som påtalades i referensgruppen togs ett material fram om äldre och depression. Materialet togs fram i dialog med en grupp nyckelpersoner. Vid lansering av det framtagna materialet så anordnades ett seminarie, där Suicide Zero höll i utbildning Våga fråga äldre.

Transpersoner har ökad psykisk ohälsa och med ökad risk för suicid. Projektet har skapat ett samarbete mellan RFSL och Lundströmmottagningen i syfte att öka kunskap om mottagningens arbetssätt.

Kommunikation, spridning och påverkansarbete

Kommunikations- och påverkansarbetet har i huvudsak skett genom att projektteamet återkommande har medverkat på olika chefsnätverk, ledningsgrupper, arbetsgrupper samt politiker. På dessa möten har projektet bidragit med kunskap och information om suicidprevention och projektets insatser.

På Närvårdsamverkans hemsida [vårdsamverkan-suicidprevention](#) finns information att läsa om projektet. I samarbete med länssamordnaren för suicidprevention har en kortare informationsfilm tagits fram, [Samverkansprojekt i Södra Älvsborg](#).

Projektet har uppmärksammats i media vid följande tillfällen:

- Suicidpreventiva dagen den 10 september 2021 uppmärksammades projektet i Borås tidning, där reporter hade intervjuat en av projektledarna.
- Radio P4 Sjuhärad har bevakat de två konferenserna och sände bland annat liveintervjuer med projektledare och medverkande föreläsare.

I projektets inledning skickade projektet ut ett nyhetsbrev, efter ett par utskick upplevdes detta dock som överflödigt då nyheterna och informationen var knapphändig. Med anledning av detta valde projektledarna att avsluta nyhetsbrevet.

Projektledarnas reflektioner

Den inledande behovsinventeringen och omvärldsbevakningen gav oss en tydlig riktning i arbetet med att ta fram aktiviteter och insatser som var relevanta. Den aktivitetsplan som projektet arbetade fram blev också väl mottagen av styrgruppen. Den stora utmaningen i projektet har varit att genomföra insatserna i aktivitetsplanen. Ambitionsnivån har varit hög och insatser som kräver samverkan och engagemang har krävt tid att genomföra. Att arbeta med Närvårdssamverkan och kommunalförbundet som plattform för förankring och genomförande har varit en framgångsfaktor. Det ska dock tilläggas att det också har varit en utmaning. Trots att insatserna har förankrats i styrgrupp och ofta även i olika chefsnätverk har vi ofta stött på utmaningar vid implementering. Komplexa insatser kräver ett långsiktigt arbete för att skapa förståelse och engagemang. Det här är dock ett problem som är svårt att komma runt och vi kan i efterhand inte se att vi skulle kunna ha arbetat på annat sätt som skulle varit mer effektivt. Det är dock en lärdom som är viktig att ta med sig in i framtida insatser, utvecklingsarbete tar tid, inte minst när det involverar samverkan över stuprörs- och organisationsgränser.

Nationella statsbidrag blev motorn till att starta upp ett projekt på delregional nivå med både ett kommunalt och ett regionalt perspektiv som grund. Kommunalförbundets och Närvårdssamverkans nätverk och organisationsstrukturer har varit avgörande för ett lyckat projekt, dessa båda verksamheter är utmärkta att utgå från i en insats som kräver samsyn över organisatoriska gränser. De båda projektledarnas olika utbildning, bakgrund och kompetens har även det varit en framgångsfaktor där vi har utgjort ett komplement till varandra.

Under arbetets gång har vi sett vad betydelsen av engagerade medarbetare gör för positiv skillnad i ett arbete. Vi tror att det ibland kan vara av värde att ha med dessa engagerade medarbetare, istället för att ha specifika yrkesprofessioner som kanske inte alltid är intresserade av att göra det där lilla extra i ett arbete.

Mycket tid har lagts ner på att stötta i det lokala suicidpreventiva arbetet och vi ser att det har gett resultat, bland annat i form av att arbetsgrupper för suicidpreventivt arbete har upprättats i varje lokalt vårdssamverkansområde. Arbetsgruppernas fokus har varit att utarbeta de lokala handlingsplanerna för suicidprevention. En risk vi ser är implementeringen av handlingsplanerna och utvecklingen av det suicidpreventiva arbetet avstannar nu när handlingsplanerna är framtagna. Ytterligare en risk vi ser kopplat till det lokala suicidpreventiva arbetet är att de som arbetar med frågan inte får resurser i form av tid, budget och mandat att driva utvecklingen vidare.

I samband med att den specifika insatsen kring suicidprevention har löpt ut kommer projektledarna att gå vidare till ett nytt uppdrag som rör samsjuklighet. Vi ser att det finns flera gemensamma nämnare mellan dessa båda utvecklingsområden. Som nämnts tidigare tar utvecklingsarbete tid och det finns delar i det suicidpreventiva arbetet som behöver fortsätta drivas delregionalt. Projektledarna kommer att fortsätta bevaka området suicidprevention, vilket bland annat innebär att delta i det länsgemensamma nätverket för suicidprevention och följa upp de lokala närvårdssamverkansområdenas suicidpreventiva arbete. Det finns också tre delar i aktivitetsplanen som projektet inte har hunnit eller lyckats genomföra fullt ut, YAM, blåljusmall och händelseanalys, dessa områden kommer projektet fortsätta arbeta med under 2023 inom ramarna för insatsen kring samsjuklighet.

Bilagor

Bilaga 1 Aktivitetsplan [länk](#)

Bilaga 2 Handlingsplan suicidprevention i Västra Götaland [länk](#)