

Lokal genomförandeplan för suicidprevention

Datum: 5 maj 2022

Dokumentinformation

Information till:	Hållbarhetsutskottet
Datum:	2022-05-05
Dokumentsansvarig:	Sektorchef Social Velfärd
Ansvarig för revidering:	Kontaktperson Sektor Social Velfärd
Gäller för:	Lidköpings kommun
Gäller till:	2025

Innehållsförteckning

Dokumentinformation	2
Bakgrund	4
Terminologi	5
Lokal genomförandeplan för suicidprevention	6
Avgränsningar	6
Mål, syfte och uppföljning	7
Mål	7
Syfte	7
Uppföljning	7
Insatser för att uppfylla målen med genomförandeplanen	8
Lokal handlingsplan som involverar nyckelaktörer	8
Prioritera suicidprevention på ledningsnivå	8
Höjd kunskapsnivå	8

Bakgrund

Varje år tar cirka 1500 personer i Sverige sitt liv, cirka 30-40 suicid är bosatta i Skaraborg.

Suicidhandlingar är den yttersta konsekvensen av ett stort lidande. Lidandet kan ha orsakats av att personen drabbats av svår sjukdom (såväl psykisk som fysisk) eller av olika trauman och drabbande livshändelser.

Suicidproblematik innebär inte enbart ett lidande för den suicidnära personen utan också för dennes familj, vänner och andra närstående.

Suicidförsök begås främst av kvinnor samt yngre personer, medan suicid främst begås av män och äldre personer. Suicid är ett komplext samhälls- och folkhälsoproblem som kräver många olika angreppssätt och insatser. Det suicidpreventiva arbetet handlar om att långsiktigt höja förståelsen för och kompetensens inom suicidprevention.

Terminologi

I facklitteratur har ordet självmord alltmer kommit att ersättas av termen suicid. Orden används synonymt, ofta används båda termerna omväxlande i en och samma text. Vissa föredrar ordet suicid eftersom självmord kan leda tankarna till mord och kriminella handlingar, medan andra anser suicid vara ett alltför kliniskt och avståndstagande begrepp.

Suicid: en medveten, uppsåtlig, självförvållad, livshotande handling som leder till döden.

Suicidförsök: livshotande eller skenbart livshotande beteende i avsikt att sätta sitt liv på spel eller göra intryck av en sådan avsikt som inte leder till döden.

Suicidprevention: kan till exempel vara utbildning, informationsinsatser, metodutveckling, begränsning av medel och metoder, efterlevandestöd för att förhindra och minska antalet suicidförsök och suicid.

Suicid är inte enbart en konsekvens av psykisk sjukdom utan kan även uppstå till följd av lidande som orsakats av exempelvis allvarlig livskris, somatisk sjukdom, kränkande särbehandling, trakasserier och diskriminering, social isolering och andra typer av utsatthet.

Lokal genomförandeplan för suicidprevention

Denna genomförandeplan för suicidprevention i Lidköpings kommun grundar sig till stor del i Västra Götalands regionala *Handlingsplan för psykisk hälsa 2018–2022*, vilken tagits fram i samverkan mellan västsvenska kommunalförbundens samorganisation (VästKom) och Västra Götalandsregionen (VGR). VGR förtydligar även arbetet mot suicid genom länsgemensam *Handlingsplan för suicidprevention 2020-2025*, där målet är att minska antalet suicid med 40 procent till år 2025.

Den länsgemensamma handlingsplanen för suicidprevention i Västra Götaland pekar ut sex områden. Rekommendationerna från Skaraborgs kommunalförbund är att till en början fokusera på de tre första områdena:

- **Lokal handlingsplan som involverar nyckelaktörer**
- **Höjd kunskapsnivå**
- **Prioritera suicidprevention på ledningsnivå**
- Ökad samordning och tillgänglighet till professionella insatser på alla nivåer
- Ta vara på civilsamhällets engagemang och kunskap
- Lära av händelseanalyser vid suicid

Den lokala genomförandeplanen kompletteras med insatser för kommunala verksamheter i Lidköping. Suicidprevention är närbesläktat med främjandet av psykiskt välbefinnande och förebyggande av psykisk ohälsa, därför går den hand i hand med handlingsplanen för psykisk hälsa.

Avgränsningar

Den lokala genomförandeplanen inbegriper en universell ansats, vilket betyder att den riktar sig till hela befolkningen oavsett risknivå och syftar till att öka kunskap och minska stigmatiseringen, samt att stärka personer innan lidande uppstår.

I genomförandeplanen ingår:

- tillgängliggöra utbildningar i suicidprevention
- tidigt stöd till barn och ungdom
- insatser i arbetslivet

Genomförandeplanen är övergripande och fokus är att prioritera frågorna och höja kunskapen och få verktyg för att tidigt upptäcka och förebygga suicid.

Mål, syfte och uppföljning

Mål

Antalet suicidförsök och suicid har minskat i Lidköpings kommun till år 2025.

Syfte

Syftet med den lokala genomförandeplanen är att höja kunskapen, våga prata om ämnet och skapa förutsättningar för ett strukturerat förebyggande arbete. Genomförandeplanen tydliggör sektorerna och nämndernas ansvar i det suicidpreventiva arbetet för att tidigt upptäcka och minska psykisk ohälsa, suicidförsök och suicid i Lidköpings kommun.

Syftet med planen är inte att lägga hela ansvaret på någon. Var och en behöver bidra, på politisk nivå, i sin verksamhet, i sin profession eller som medmänniska.

Uppföljning

Varje sektor ansvarar för uppföljning och återrapportering av insatser till kontaktperson på Social Velfärd. Genomförandeplanen revideras och följs upp årligen. Utsedda kontaktpersoner i sektorerna återrapporterar till kontaktperson på Social Velfärd. Arbetet följs upp och redovisas inom ramen för Hållbarhetsprogrammet till Hållbarhetsutskottet en gång per år.

Insatser för att uppfylla målen med genomförandeplanen

Lokal handlingsplan som involverar nyckelaktörer

För att kunna införliva den länsgemensamma handlingsplanen har denna lokala genomförandeplan för Lidköping tagits fram. Genomförandeplanen är kommunövergripande och tvärssektoriell.

Prioritera suicidprevention på ledningsnivå

Syftet med planen för suicidpreventionen är bland annat att som chef känna stärkt handlingsberedskap för att arbeta främjande och förebyggande psykisk ohälsa.

HR kommer under 2022 ser över kommunens styrdokument avseende suicidprevention.

Höjd kunskapsnivå

Chef avgör vilken insats som är lämplig för att höja kompetensnivån liksom med vilken frekvens kunskapshöjande insatser ska genomföras.

Syftet med höjd kunskapsnivå är att alla inom Lidköpings kommuns verksamheter ska:

- känna större trygghet att prata om och våga fråga om ämnet psykisk ohälsa och suicidtankar
- känna till och bidra till att utveckla rutiner och insatser som förebygger suicid inom verksamheten

Förslag på insatser för att höja kunskapsnivån:

Insats	Innehåll	Målgrupp
Suicidprevention i Väst (SPIV) Steg för livet (stegforlivet.se) Material och utbildningar Steg för livet (stegforlivet.se)	Fyra diskussionsfrågor och en kortfilm att visa och diskutera på APT eller i olika sammanhang. Syfte att få redskap för att våga närma oss personer som mår dåligt. Att vi ska hjälpas åt att sprida kunskapen om hur vi kan hjälpa en person som funderar på att avsluta sitt liv.	Alla

”Stör döden” Utbildningsmaterial från Suicide Zero Stör Döden - ett utbildningsmaterial om psykisk ohälsa och självmord för dig som är lärare (suicidezero.se)	Utbildningen är digital och självinstruerande, den tar cirka 60 minuter att genomföra. Lärare kan genomföra utbildningen och på så sätt få med sig nya tankar, kunskap och strategier samt större trygghet i arbetet med elevers psykiska hälsa. Utbildningen kan med fördel också genomföras som en del av det kollegiala arbetet, med tillfälle till gemensam reflektion.	Lärare åk 7–9 och gymnasiet
”Våga fråga-e” Våga fråga-e (suicidezero.se)	Utbildningen kan läggas upp på egen plattform, vilket gör att medarbetare kan uppdatera sina kunskaper genom att gå utbildningen igen och att den enkelt kan erbjudas till nyanställda. Det behövs inte några förkunskaper för att delta. Utbildningen består av två delar: Del 1 är digital och deltagaren tar del av e-utbildningen på egen hand från dator, telefon eller surfplatta. Denna del av utbildningen tar ungefär 1 timme att gå igenom. Del 2 består av att deltagaren övar på det som hen lärt sig. Övningstillfällen genomförs med fördel i samband med en eller flera arbetsplatsträffar. Det tar cirka 1,5 timme att slutföra del 2. Varje övningstillfälle leds av samtalsledare från den egna sektorn.	Alla
”Våga fråga” Utbildning från Suicide Zero Våga Fråga - en utbildning om hur du som medmänniska kan rädda liv (suicidezero.se)	Våga fråga är en två timmar suicidpreventiv utbildning som går igenom fakta och myter om självmord, lär ut hur varningstecken identifieras på när psykisk ohälsa kan uppstå och hur du kan stötta någon som mår dåligt. Det behövs inte några förkunskaper för att delta. I utbildningarna får du som medmänniska lära sig att hålla motiverande samtal och konkreta råd ges på hur man lotsar rätt vid en akut situation. Att prata om hur vi mår är det mest förebyggande vi kan göra - det kan rädda liv.	Alla
Suicid prevention i väst (SPIV) Psykisk livräddning Utbildning i suicidprevention - SPIV	SPIV:s kärnverksamhet är utbildningar och kurser i suicidprevention. Suicidprevention i Väst utbildar för att öka kunskapen om suicidförsök och suicid. De ger också stöd i förebyggande insatser.	Alla