



Kommunfullmäktige

Åtterrappport av handlingsplan suicid, KFM 21-10-25 § 94

Kommunfullmäktige beslutade 2021-10-25 § 94 ;

*Att samtliga förvaltningar utarbetar egna riktlinjer utifrån verksamhet och förutsättningar.*

*Att åiterrapportering sker årligen om hur arbetet med handlingsplanen fortgår från kommunens olika verksamheter*

Utbildningsnämnden antog 2022-03-23 § 33 ”Riktlinjer suicidprevention”, se bilaga, som skolorna haft som grund i sitt arbete med suicidprevention sen dess.

Vi upplever en ökning av andel elever med psykisk ohälsa. Vi har inte några konkreta mätningar för detta, men inom kort kommer några ur EHT, elevhälsoteam, att delta i ett webinarium där man bl.a. samtalar om kartläggning av elevernas hälsa. Med en bra mätmetod kan vi få en bättre bild av nuläget. Därigenom kan vi också lättare utvärdera, revidera och förbättra de insatser som görs.

På skolorna har eleverna möjlighet att samtala dels med den närmaste personalen som klasslärare eller assistent, men också trygghetsvärd, skolsköterska eller kurator när behov finns. I några fall har kontakt tagits med Barn- och ungdomspsykiatri (Bup) för rådfrågning. Vi har även hänvisat vårdnadshavare att akut kontakta Bup för bedömning och råd.

Vi känner särskild stor oro för några elever och runt dessa har vi kontinuerliga SIP-träffar, samordnad individuell plan, där exempelvis vårdnadshavare, skola, BUP och socialtjänst samordnar sina insatser. En del elevärenden lyfts inom HLT, hälsa lärande trygghet. Även där sker samordnade insatser från olika instanser.

I grundskolan har vi inte kännedom om någon elev som gjort ett suicidförsök under detta läsår, även om vi fått vissa antydningar från någon elev. Här är vårdnadshavare, skola, socialtjänst och BUP inkopplade. Vi värnar om ett nära samarbete med vårdnadshavarna. Gymnasiet har skickat en elev akut till vårdcentralen som fick uppsöka psykiatri.



Varje vecka träffas EHT samt skolledning för samtal och samordning av skolans insatser för elever som har olika former av svårigheter. På skolorna finns en krisgrupp som sammankallas vid akuta händelser. Gruppen har också ett par inplanerade träffar varje läsår.

Skolorna jobbar främst förebyggande och främjande och i skolsköterskans hälsosamtal ställs frågor gällande suicidtankar och eventuella planer.

Gällande personal har vi bjudit in regionen för ökat kunskap gällande barn och ungas psykiska hälsa. Personal har tidigare haft möjlighet att ta del av en webbaserad utbildning gällande suicid, vi kommer att skicka ut denna utbildning till personalen igen.

Skolornas systematiska kvalitetsarbete följs upp och utvärderas årligen. Varje läsår finns främjande och förebyggande insatser gällande elevers hälsa, trivsel och trygghet.

Christer Staaf  
Skolchef



**VILHELMINA  
KOMMUN**  
VUALTJEREN TJÆLTE

# **Riktlinjer suicidprevention**

**Utbildningsförvaltningen**

## Innehållsförteckning

Bakgrund .....	3
Inledning .....	3
Att bedöma: Suicidrutin för elevhälsopersonal.....	4
Beredskap i akut situation efter inträffat suicid.....	7
Utvärdering av förebyggande arbete och krisarbete .....	8
Rektorsstöd i övergripande planering och förebyggande åtgärder.....	8

## Bakgrund

Kommunfullmäktige beslutade 2021-10-25 § 94 ;

Att samtliga förvaltningar utarbetar egna riktlinjer utifrån verksamhet och förutsättningar.

Att återrapportering sker årligen om hur arbetet med handlingsplanen fortgår från kommunens olika verksamheter

”Självmod är vårt sista stora tabu. Det finns så mycket kunskap om självmod, varför det inträffar och vad man kan göra för att förhindra. Men väldigt många människor backar och säger ingenting – inte av ovilja, men av rädsla.”

*Ullakarin Nyberg, överläkare vid Norra Stockholms psykiatri och forskare vid Karolinska institutet.*

## Inledning

Dessa riktlinjer är tänkt att användas som stöd i arbetet med elever med psykisk ohälsa och självmodstankar och vänder sig till personal inom skolan, såsom rektorer, pedagoger och elevhälsopersonal. Den är tänkt att komplettera den övergripande handlingsplanen Suicidprevention som antogs av kommunfullmäktige 2021-10-25 § 94.

## Bilaga 1

### Att bedöma: Suicidrutin för elevhälsopersonal

Skolans uppdrag är att upptäcka psykisk ohälsa. Skolans elevhälsopersonal bedömer hur allvarig den psykiska ohälsan är och hänvisar vid behov vidare till rätt vårdinstans. Elevhälsopersonal formulerar även vilka insatser skolan kan gå in med.

Elevhälsopersonalen gör inte suicidriskbedömningar. Vid behov tas alltid kontakt med psykiatri för samråd och bedömning av suicidrisk. Elevhälsopersonal ska bedöma om kontakt med vårdinstans behövs eller ej.

Vi ser alla i elevhälsoteamet som elevhälsopersonal. Dessa kan innefatta olika yrkeskategorier.

På nästa sida följer en checklista för stöd i bedömning och hänvisning gällande psykisk ohälsa och suicid. Checklistan gäller psykologer, kuratorer och skolsköterskor i första hand. Övriga yrkesgrupper kan följa checklistan under avsnittet "Hänvisa".

#### Risikfaktorer för förhöjd suicidrisk:

Tidigare suicidförsök	Belastad familjesituation	Hög skolfrånvaro
Separation/dödsfall	Social kränkning	Ensamboende
Suicid hos närstående	Trauma/övergrepp, misshandel	Alkohol/droger
Psykisk sårbarhet	Kroppslig sjukdom	Inlärningssvårigheter
<i>Bristande kommunikationsförmåga</i>	<i>Bristande impuls kontroll</i>	<i>Ärftlighet</i>

#### Skyddsfaktorer:

Fungerande familjerelationer	Fungerande nätverk	Kontakt/medverkan
Reflektionsförmåga hos den unge	Reflektionsförmåga hos föräldrar	
Fungerande skolgång	Intressen	Framtidsplaner

### **Checklista:**

- Vid upptäckt av dåligt mående/psykisk ohälsa, prata med eleven ostört och våga fråga om mående och självmordstankar.
- Är du psykolog, kurator, skolsköterska eller skolläkare; använd suicidstegen och listan över skydds- och riskfaktorer som stöd för att samla information om mående, suicidal tankemönster och beteende. Listan över riskfaktorer hittar du på föregående sida.
- Informationen som fås med hjälp av suicidstegen och en sammanfattning av skydds- och riskfaktorer som finns för eleven, kan användas för en god överlämning till psykiatri eller till annan vårdinstans.
- Vid behov - ta kontakt med psykolog eller läkare för stöd i bedömning. Denna kontakt får inte komplicera eller försena eventuell kontakt med vården som är första instans för behandling!
- Om mående inte är akut, dvs suicidrisk bortom tvivel utesluts i bedömning: Lyft måendet på skolans elevhälsoteam och planera skolans fortsatta insatser.

### **Vid oro för suicidrisk efter bedömning:**

- Ta kontakt med elevens vårdnadshavare om eleven är under 18 år, eftersträva samtycke. Om eleven är över 18 år, eftersträva att få kontakt med anhöriga. Samarbete med nära anhöriga är en framgångsfaktor i arbetet med psykisk ohälsa.
- Då vårdnadshavare inte kan kontaktas, till exempel på grund av våld i hemmet, heder eller annan orogällande hemmiljö, överväg socialtjänstanmälan.
- Ta kontakt med Barn- och ungdomspsykiatri (BUP) eller Vuxenpsykiatri för suicidriskbedömning.
- Lämna inte eleven ensam! I första hand ska anhöriga medfölja till annan vårdinstans, elevhälsopersonal följer med i sista hand.
- Om den unge lämnat skolan och oro för att personen kommer göra sig illa, kontakta anhöriga och polis för hjälp i sökandet.

### **Kom ihåg att:**

- Dokumentera det du gjort och de kontakter du tagit.
- Lyfta elevens mående på skolans Elevhälsoteam för att planera skolans fortsatta insatser.
- Följa upp elevens mående!

## **Suicidstegen - bedömning av risk för suicidförsök**

Suicidstegen är ett verktyg för att identifiera människor som är i riskzonen för suicidförsök eller suicid och är en hjälp för att strukturera upp samtalet och få en bild av personens tankar och planer runt döden och suicid. Stegen ska användas tillsammans med en samlad klinisk bedömning ihop med andra instrument för att ge ett bättre underlag för bedömningen.

### **Nedstämdhet/hopplöshet**

- Är du nedstämd och ledsen ofta?
- Känner du dig "deppig" för det mesta?
- Känns allting hopplöst?
- Tror du att det kommer att bli bättre igen?

### **Dödstankar**

- Känns allting meningslöst?
- Har du tänkt att det vore skönt att slippa leva?

### **Dödsönskan**

- Har du önskat att du vore död?
- Skulle du vilja slippa nästa morgon?
- Har du tänkt på att göra dig själv något?
- Har du tänkt att du skulle kunna ta livet av dig?
- Har du tänkt ut hur du skulle göra?

### **Suicidönskan**

- Har du tänkt att du vill ta ditt liv?
- Har du varit nära att försöka ta ditt liv?
- Är det något som håller emot?
- Finns det något som talar för att fortsätta att leva?

### **Suicidförsök**

- Har du tidigare gjort något självmordsförsök?
- Genomförde du det som du tänkte göra eller gick det inte?
- Vad gjorde du?
- När? Var? Varför?
- 

### **Suicidplaner**

- Har du planer på att ta ditt liv?
- Har du tänkt ut hur du ska göra?
- Har du bestämt när du ska göra det?



### **Suicidförberedelser**

- Har du gjort några förberedelser? Vilka?
- Har du skaffat tabletter?
- Har du vapen hemma?
- Har du skaffat andra redskap? Rep? Kniv?

### **Suicidavsikt**

- Har du bestämt dig för att ta ditt liv?
- När? Var? Hur?
- Har du skrivit avskedsbrev?
- Har du gjort dig av med saker som du inte vill ska finnas kvar efter dig?

Frågandet upphör på den nivå man känner att sanningen ligger och vidare frågande känns omotiverat.

**Källa:** Ur "Nationella riktlinjer för vård och behandling av suicidala ungdomar och deras familjer". Omarbetad efter professor Jan Beskow.

## **Bilaga 2**

### **Beredskap i akut situation efter inträffat suicid**

1. Rektor sammankallar skolans krisgrupp och resurs med kompetens kring krisarbete och suicidprevention. Vid behov kan extra resurs för hjälp med ex samtalsstöd efterfrågas från Utbildningskontoret.
2. Kontaktperson för familjen utses (ex. mentor/kurator/skolsköterska).
3. Ta reda på vad anhöriga vill ska meddelas till klassen.
4. Saklig information ges till klassen med information om vad som hänt och vart man kan vända sig med frågor och var man kan få stöd.
5. Vänner och personer som sedan tidigare har känd psykisk ohälsa erbjuds samtal hos kurator eller psykolog. Om tidigare behandlingskontakt finns för berörda bör denna informeras om det som skett, ex på BUP, Ungdomshälsan eller inom Vuxenpsykiatrin.
6. Tänk på organisera ev. ceremoniella sorgestunder på liknande sätt som vid andra dödsfall.
7. Anhöriga ges rekommendationer avseende sociala medier och minnesgudstjänst då det blir aktuellt (gärna stänga ner sociala medier och hålla en ceremoni så som de önskar för dem som stått personen nära).

8. Viktigt att undvika sensation och för stor uppmärksamhet samtidigt som man skapar utrymme för information och sorg.
9. Förhöjd uppmärksamhet på psykisk ohälsa i elevgruppen med uppföljande samtal vid behov under terminen, detta avgörs i samråd mer rektor och elevhälsa, ev. krisgrupp.

Ovanstående bör gälla vid varje givet tillfälle, men andra åtgärder kan tillkomma utifrån fall till fall.

## Bilaga 3

### **Utvärdering av förebyggande arbete och krisarbete**

Det här är en checklista för utvärdering av det förebyggande arbetet och de insatser som satts in efter en akut händelse, exempelvis ett allvarligt suicidförsök på skolan eller efter att en elev suiciderat.

En utvärdering bör ske i samråd med rektor och bör ske en tid efter att krisåtgärder satts in, minst en månad men inte mer än ett halvår efter händelsen.

1. Samla berörd personal
2. Samtal kring personalgruppens mående
3. Gå igenom rutiner och riktlinjer för psykisk ohälsa. Se över vad som gjorts och vad som inte gjorts för att hitta förbättringsområden. OBS! Gemensamt ansvar gäller, genomgången är inte till för att skuldbelägga utan för att hitta eventuella systemfel.
4. Vidta åtgärder utifrån formulerade förbättringsområden.
5. Dokumentera.

## Bilaga 4

### **Rektorstöd i övergripande planering och förebyggande åtgärder**

Dessa frågor riktar sig till rektorer och ska fungera som stöd i utformning av rutiner och uppföljning av arbetet med psykisk ohälsa, lokalt på skolan.

### **Övergripande planering:**

- Vilka förebyggande åtgärder riktade till elever, ex. aktiviteter som främjar ett respektfullt och öppet klimat i klassrummet, motverkar diskriminering eller lyfter ämnet psykisk ohälsa, är planerade under läsåret?
- Vilka förebyggande åtgärder riktade till personal, insatser som ex. utbildning, handledning, ökad kunskap och skapande av lokala rutiner kring psykisk ohälsa och suicid, är planerade under läsåret?
- Om oro för en elevs mående finns, hur ges lärare (eller övrig personal) möjlighet att fånga upp denne person och föra samtal med eleven (till exempel introsamtal, andra mentorssamtal, tid)?
- Vilka ingår i skolans krisgrupp?
- Är personal uppdaterad kring suicidrutinen?
- Är telefonnumren aktuella?

### **Förebyggande arbete med avseende på undervisning:**

- Vilka aktiviteter planerar lärare i sina ämnen där samtal kring psykisk ohälsa och hälsa, ex. mående, stress, sexualitet, identitet, kan föras? Till exempel genom att inkludera information om självmord och psykisk hälsa i alla skolämnen, till exempel effekter av stress på kroppen i biologiundervisningen, existentiella frågor i svenskan/engelskan och självmordsstatistik i matematiken.
- Vilka åtgärder ska lärare vidta för att skapa ett respektfullt öppet klimat och motverka diskriminering i klassrummet?
- Vilka lokala kontaktpersoner inom Elevhälsan finns på min skola?

### **Förslag på årshjul**

Skapa gärna ett årshjul över skolans arbete kring psykisk hälsa. Nedan följer några exempel på innehåll i ett sådant. Fyll gärna på med egna punkter.

### **Vid läsårsstart**

- Se över och revidera rutiner kring psykisk hälsa och suicidprevention regelbundet, ca 1 ggr/år.
- Planera för schemabrytande aktiviteter för psykisk hälsa ex teater, film eller temadagar.
- Utbilda/informera nyanställd personal om skolans rutiner för suicidprevention.

## Medarbetarsamtal

- Säkerställ så att EHT-personalens kunskap kring suicidprevention är uppdaterad. Fråga om personalen är bekväma/trygga med denna kunskap.
- Pedagogisk personal. Lyft fråga om arbete med psykisk hälsa/ohälsa i medarbetarsamtal. Fråga om personalen är bekväma/trygga med sin kunskap på området.

## Telefonlista

### Lokala kontaktuppgifter:

- Barn- och ungdomspsykiatri och Vuxenpsykiatri nås via växel:
- Akut vuxenpsykiatri:
- Akut barn och ungdomspsykiatri:
- Akut barn- och ungdomspsykiatri hela länet:
- Vårdcentral:
- Ungdomshälsan:

Skulle något av numren inte fungera kan även 1177 användas, de kan hänvisa vidare till rätt ställe. Vid fara för livet ringer man istället 112.

- Socialtjänsten nås via kommunens växel
- Socialkontoret barn och ungdom:
- Socialjouren som är bemannad efter kontorstid nås på:
- Polisen 114 14 eller 112

Om hen är skriven i annan kommun än Vilhelmina kan du ändå vid akuta fall använda dessa nummer. Är det dock mindre akut bör du kontakta elevens mottagning i hemkommunen.

### Nationella kontaktuppgifter:

- Nationella hjälplinjen: 020-22 00 60
- Mind, självmordslinjen: 90101, alla dagar kl. 06-24, chatt: <https://chat.mind.se/>, e-post: [mejlsvar@mind.se](mailto:mejlsvar@mind.se)
- Mind, föräldratelefonen: 020-85 20 00, vardagar kl. 10-15, torsdagar kl. 9-21
- Barnens rätt i samhället (BRIS): Barnens telefon: 116 111. Alla dagar kl. 14-21  
Vuxnas telefon - om barn: 077-150 50 50, måndag - fredag kl. 9-12
- SPES - för dig som förlorat någon anhörig: 08-34 58 73, alla dagar kl. 19-22
- Jourhavande präst: 112. Alla dagar kl. 21-06

### **Mina egna telefonnummer**

Rektor:.....

Kurator: .....

Skolsköterska: .....

Skolläkare:.....

Psykolog på Centrala elevhälsan: .....

Övriga nummer:.....

### **Mina anteckningar**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....