

SUF

MAGASINET

August · 2014

TEMA

At mestre livet

En kompleks pædagogisk indsats med fokus på den tætte relation skaber positive forandringer i Den Sociale Udviklingsfonds arbejde med selvmordstruede unge.

Redaktion: Suzette Frovin, Margrethe Langer, Michael Hansen (ansvarshavende)

Tekst: Suzette Frovin, Peter Borberg

Kontakt redaktionen: sfr@suf.dk

Korrektur: Jette Bang

Foto: Michael Bothager, Colourbox, KG

Layout: KreativGrafisk

Oplag: 1200

Forsidefoto: Colourbox

Denne gang i SUF Magasinet

4 Tema: "Gå med mig mod livet"

8 Tema: I trygge hænder

11 Tema: Samarbejde er en fordel for patienten

12 Tema: Sektorsamarbejde forebygger selvmord

16 Tema: Når selvmord truer

20 Sommerlejr: Ferie for livet



Leder

Om at arbejde helhedsorienteret med selvmordstruede

Det er en særdeles vanskelig og krævende opgave at arbejde med selvmordstruede mennesker. Uanset hvor dygtig og robust man er som menneske og som fagperson, er det en stor belastning at gå med visheden om, at næste gang man banker på en dør, er der en risiko for, at der ikke bliver svaret, og at personen bag døren har taget sit eget liv.

Af Michael Hansen, direktør, Den Sociale Udviklingsfond

Når tragedien rammer, og et menneske, som man har en professionel eller personlig relation til, tager sit eget liv, følger med sorgen en følelse af tvivl og selvkritik i forhold til, hvad

man selv kunne have gjort mere af eller anderledes for at forhindre selvmordet. Hvad overså eller sagde jeg? Hvad gjorde jeg ikke, og hvad burde jeg måske have gjort? Og ville det, jeg kunne have gjort, have været med til at forhindre, at den pågældende person valgte og lykkedes med at tage sit eget liv.

Faglig indsats

Som engageret fagperson føler man et medansvar for, at den enkelte oplever personlig udvikling og bedre trivsel. Som ledelse skal man tage hånd om, at medarbejderne rustes til at agere med overblik og stor faglig indsigt, når risikoen for selvmordsforsøg og selvmord er en del af målgruppens udfordringer, og som derfor ligger latent hos beboerne og de unge.

Løbende supervision, gode kollegarelationer, klare aftaler, forventningsafstemning og en procedure for, hvorledes man agerer og tager hånd om hinanden i krisesituationer, er en del

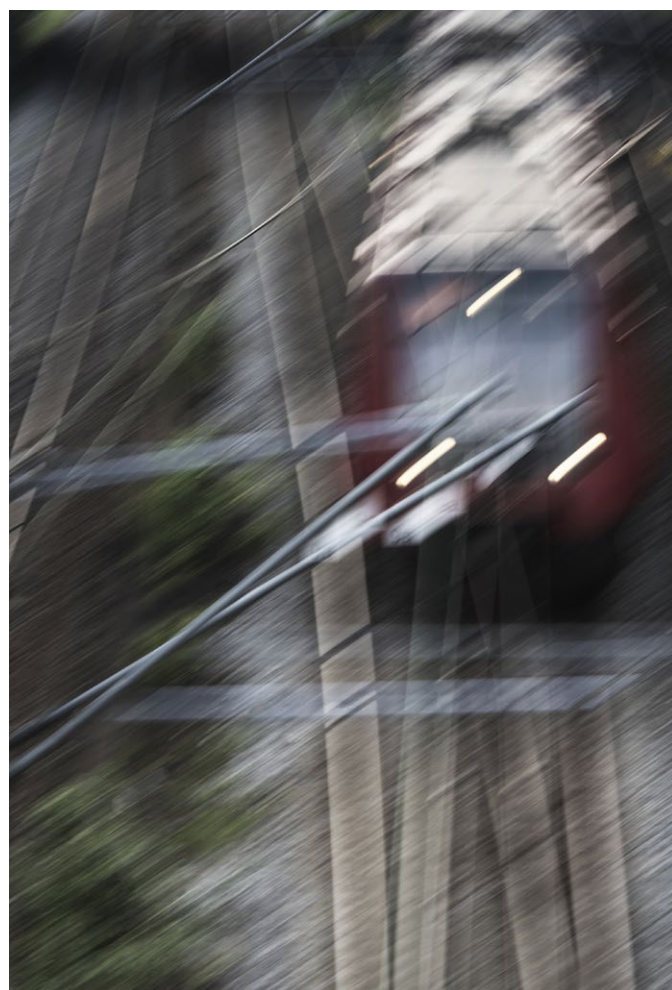


Da jeg havde det **allerdårligst**, gik der ikke en dag, hvor jeg ikke overvejede at gå op til Valby Station og **hoppe ud foran et tog**. Jeg havde hele tiden den der følelse af, at hvis det her er mit liv, **så kan det hele være lige meget**. Det var en meget sort periode.

af den ramme, som er nødvendig for at sikre, at medarbejderne kan trives og er engageret i deres arbejde med selvmordstruede mennesker. Desuden er den løbende kontakt til behandlingssystemet og til de pårørende særdeles vigtig, så man kan dele observationer, erfaringer og tanker i forhold til et menneske, som går med tanker om at tage sit eget liv.

Forebyggende arbejde

I Den Sociale Udviklingsfond arbejder vi med selvmordstruede mennesker. Vi har en høj grad af bevidsthed om, hvor udfordrende det professionelle socialpædagogiske virke bliver, når trusler og tanker om selvmord fylder hos beboerne. I dette magasin kan du læse om, hvorledes vi arbejder forebyggende, både individuelt og i netværk for at hjælpe den selvmordstruede til at blive bedre til at mestre livet.



TEMA
At mestre livet



” Til hverdag kunne jeg godt undertrykke det. Når nogen spurgte, hvordan jeg havde det, var det ligesom om, jeg tog en maske på, og så sagde jeg bare: ”Jeg har det fint nok.” Men når jeg kom hjem, havde jeg det slet ikke fint nok.

Michael

”Gå med mig mod livet”

I syv år var depressionen og tanker om selvmord en fast følgesvend i Michaels liv. Hos BOAS Frederiksberg har han fået støtte, så han ikke så let bliver slugt af mørket. Det handler blandt andet om at skabe daglige rutiner med tid til at lade op.

Af Suzette Frovin · Foto: Michael Bothager

Den første billedmontage er fra 2012. Den sidste har han lavet aftenen før, vi mødes. For Michael er monteringerne et øjebliksbillede, en sindsstemning, han forsøger at fange ind. Montergernes melankolske musik slår stemningen an, billederne er silhuetter af mennesker, der er knuget, forsøger at rejse sig, rækker ud. Mod livet.

Over de seneste tre år har Michael lavet tre monteringer. De er lavet på stort set samme tidspunkt hvert år, nemlig om foråret, hvor lyset kommer tilbage, og det er netop lyset, der er omdrejningspunktet i Michaels monteringer. Efter syv år med depressionen som en mørk følgesvend drømmer Michael om lyset og om at leve et liv uden frygt og selvmordstanker. Den sidste montage handler om at turde smide masken og bare være sig selv – eller mere

præcist at turde være den, man bliver efter syv år med depression og seriøse, tilbagevendende tanker om selvmord.

”Når du har haft så skidt så længe, som jeg har, er det svært at tro på, at det virkelig bliver bedre. Jeg føler, jeg er ude på den anden side, men jeg føler også, at det hele er meget skrøbeligt,” siger Michael.

Syv år med selvmordstanker

Tårene løber ned over Michaels kind, mens vi ser den første montage. Han husker præcis, hvordan han havde det dengang i 2011, hvor lyset langsomt begyndte at vende tilbage. Hvor han begyndte at tro på fremtiden. Det er et bevægende og befriende øjeblik at tænke tilbage på, fortæller han.

Michael fik diagnosen Aspergers Syndrom, da han var otte. For nylig er han yderligere blevet udredt for ADHD. Det er udfordringerne ved at leve med de to diagnoser i kombination med en langvarig depression, der får alvor slog benene væk under Michael.

Selv nu, syv år senere, er det svært at sætte ord på det mørke, der næsten uden varsel kan lægge sig over Michaels liv. Ud ad til har han fart på. Han er i gang med en uddannelse og fritiden bruger han på frivilligt arbejde. Han har gode venner og en familie, han er tæt knyttet til.

”Jeg var bare så træt,” siger han i dag om den følelse, der jævnligt overmandede ham under depressionen. ”Til hverdag kunne jeg godt



TEMA At mestre livet

undertrykke det. Når nogen spurgte, hvordan jeg havde det, var det ligesom om, jeg tog en maske på, og så sagde jeg bare: "Jeg har det fint nok." Men når jeg kom hjem, havde jeg det slet ikke fint nok."

Michaels depression er impulsstyret, hvilket betyder, at han pludselig kan få det dårligt. Fra det ene øjeblik til det næste kan mørket overmande ham. Derfor havde han for to år siden sin far med, da han skulle på lejr med en større gruppe venner. For at have en støtte i baghånden, som kunne samle ham op, hvis det pludselig blev for meget.

Michael flytter hjemmefra

Da Michael skulle flytte hjemmefra, stod det klart, at han havde brug for støtte til at få hverdagen til at fungere. På de værste dage er det næsten uoverstigeligt at finde overskuddet til at stå ud af sengen.

Derfor var det en lettelse, da Michael blev indskrevet i BOAS Frederiksberg, hvor han nu bor i en 1-værelses lejlighed. Ligesom de andre lejligheder i afdelingen har Michael eget bad og et lille køkken. Muligheden for både at være en del af et fællesskab og have mulighed for at trække sig tilbage og lukke døren er noget af det, der betyder mest for Michael. Sam-

tidig ved han, at personalet i afdelingen aldrig er mere end en etage væk.

Særligt i de perioder, hvor Michael har været selvmordstruet, har det været trygt for Michael at vide, at personalet står til rådighed døgnet rundt.

"Da jeg havde det allerdårligst, gik der ikke en dag, hvor jeg ikke overvejede at gå op til Valby Station og hoppe ud foran et tog. Jeg havde hele tiden den der følelse af, at hvis det her er mit liv, så kan det hele være lige meget. Det var en meget sort periode," fortæller Michael.

Sammen med sin kontaktperson hos BOAS Frederiksberg har Michael arbejdet på at blive bedre til at mærke efter, hvordan han har det – og til at reagere på det, han mærker. Michael har brug for hvile, tid til at lade op og regelmæssige måltider for at holde de dystre tanker i skak. Det kan være en udfordring med et højt energiniveau og den rastløshed, som ADHD'en pumper rundt i kroppen.

"Jeg bliver rimelig hidsig, når jeg er i underskud. Jeg føler, at alle er imod mig, og den følelse gør mig både vred og frustreret. Derfor er det så vigtigt, at jeg får ro og har dage, hvor jeg bare kan sidde i min sofa og se film," siger Michael.



Michael er glad for at bo i sin 1-værelses lejlighed hos BOAS Frederiksberg, særligt de daglige fællesspisninger sætter han pris på. Når hovedet let bliver fyldt med tanker, og der er brug for jævnlige at trække stikket og koble af, er det en lettelse ikke at skulle tænke på morgen- og aftensmad.

Lyset sejrer

Michael lægger ikke skjul på, at der også har været perioder, hvor han har haft svært ved at være en del af huset på Frederiksberg. Henover efteråret 2012 fik Michael det gradvist dårligere. På lærepladsen forstod hans mester ikke, at Michael på grund af sin Asperger havde særlige behov, og hans ugentlige fridag blev konverteret til sygedage. Til sidst meldte Michael sig syg, fordi han ikke længere kunne klare presset. Efter jul blev Michael indlagt på psykiatrisk afdeling to gange, og i en periode var han så selvmordstruet, at han var skærmet 24 timer i døgnet. Samtidig blev han koblet til distriktspsykiatrien, og hans ADHD-udredning begyndte. Det betød mange ugentlige møder, hvor Michael var i centrum og igen og igen skulle sætte ord på, hvordan han havde det. Det sled på hans i forvejen sårbare psyke.

"Det blev bare for meget. Jeg følte, at jeg konstant sad til møder, hvor jeg fortalte den sam-

me historie om og om igen – og hele tiden til nye mennesker, jeg ikke kendte. Der var mennesker omkring mig hele tiden. Jeg kunne slet ikke håndtere det," siger Michael.

Det var i den periode, Michael besluttede sig for at spise sig ihjel, fordi det var det eneste, han følte, de mange mennesker omkring ham ikke kunne kontrollere.

I Michaels fotomontage fra foråret 2013 står der blandt andet Lyset vil sejre til sidst, og det er det, der ser ud til at ske for Michael nu. Skoleforløbet presser ham, men udsigten til, at han snart kan få papir på sin uddannelse, motiverer ham.

"Indimellem har jeg stadig tanker om selvmord, men de bider sig ikke fast på samme måde som før. Jeg kan godt være bange for at få det dårligt igen, men nu ved jeg, at jeg har nogle redskaber til at håndtere tankerne. Og jeg kan altid tale med nogen her om, hvordan jeg har det. Det giver ro," siger Michael.

Michael vil gerne være anonym. Han ønsker ikke, at hans omgangskreds skal kende hans historie i detaljer. SUF Magasinet er bekendt med Michaels rigtige navn.



TEMA
At mestre livet

I trygge hænder

Negative tankemønstre og lav selvværdsfølelse fylder hos flere af beboerne i BOAS Frederiksberg. Hos nogle kan de mørke følelser udvikle sig til tanker om selvmord. Derfor arbejder BOAS Frederiksberg målrettet med at forebygge selvmord blandt andet gennem et samarbejde med Psykiatrisk Center Frederiksberg

Af Suzette Frovin · Foto: Michael Bothager

BOAS Frederiksberg ligger på en af de små sideveje til Frederiksberg Allé. Her er der plads til ni unge med Aspergers Syndrom og forskellige følgetilstande som depression, angst

og OCD. For mange af dem er villaen første skridt på vejen mod et selvstændigt voksenliv. For andre er BOAS Frederiksberg et alternativ til en institution eller et botilbud, hvor de ikke har kunnet finde sig til rette.

”De unge flytter selvfølgelig ind her, fordi der er noget, der ikke har fungeret. Enten derhjemme eller i det tilbud, de kommer fra. De har typisk meget nære familierelationer og en stærk opbakning hjemmefra, men det betyder ikke, at det er ukompliceret for den nærmeste familie at støtte den unge i udviklingen fra ung til voksen,” siger Krista Naver, leder af BOAS Frederiksberg.

Når de unge flytter ind i villaen på Frederiksberg, er de ikke nødvendigvis færdigudredt, men det er unge, der har brug for massiv støtte og voksenkontakt, også uden for normal arbejdstid. Derfor er der også vågne nattevagter og personale tilstede i huset i langt de fleste timer i døgnet.

» De unge flytter selvfølgelig ind her, fordi der er noget, der ikke har fungeret. Enten derhjemme eller i det tilbud, de kommer fra. De har typisk meget nære familierelationer og en stærk opbakning hjemmefra, men det betyder ikke, at det er ukompliceret for den nærmeste familie at støtte den unge i udviklingen fra ung til voksen.

Krista Naver

Krista Naver oplever, at de unge er psykisk skrøbelige, og tanker om selvmord er ikke usædvanligt. Hos nogle unge er det først og fremmest negative tanker om ikke at føle sig noget værd. For andre, som fx Michael, bliver tankerne konkrete. Det betyder, at tankerne kan føre til handlinger, som er skadelige eller decideret livsfarlige. Det er grunden til, at BOAS Frederiksberg bevidst arbejder med at forebygge selvmord, konkret fx gennem målrettet støtte til beboere, der er plaget af tanker om selvmord.

Personlig kriseplan

Beboere, som vurderes at være selvmordstruet i større eller mindre grad, udarbejder sammen med personalet en kriseplan, som beskriver, hvad den unge kan og skal gøre, når tanker om selvmord dukker op. Det er konkrete handlinger som fx at tage kontakt til det personale, der er tilstede i huset. Det kan også være at kontakte forældre eller den faste kontaktperson i BOAS Frederiksberg, eller det kan være personlige strategier, der kan aflede eller omstrukturere tankerne. Kriseplanerne bliver gennemgået løbende for at sikre, at de imødekommer den unges aktuelle behov.

”Det er selvfølgelig ikke alle vores beboere, der er selvmordstruet eller har tanker om selvmord, men flertallet har et lavt selvværd til fælles. Deraf kan følge negative tankemønstre, som kan udvikle sig til tanker om selvmord, hvis vi ikke hele tiden har fokus på at styrke deres selvværd og udfordre deres selvforståelse,” siger Krista Naver.

Et liv udenfor

Fælles for de unge er, at de ofte ikke føler, de hører til nogen steder. De falder oftere uden

for end ind i fællesskaber, for selvom de typisk er normalt eller højtbegavede, betyder deres diagnose, at de har svært ved at forstå de sociale spilleregler, der normalt gælder. Small-talk falder fx de færreste med en Asperger-diagnose let eller meningsfuldt.

”Uanset om du har fået din diagnose sent eller tidligt i livet, er det ofte meget sorgfuldt at have anderledes forudsætninger, som et handicap kan være. Det kan særligt ramme, når de træder ind i voksenlivet, hvor det for alvor bliver tydeligt, at der er døre, der ikke er åbne, og måske aldrig bliver det, fordi de har en diagnose,” siger Krista Naver.

Hvem er jeg?

For de unge, som er indskrevet i BOAS Frederiksberg, gælder det, at de formentlig ikke vil kunne få et arbejdsliv uden støtte eller særlige vilkår. En almindelig 37 timers arbejdsuge er simpelthen ikke en mulighed på grund af den særlige stress-sårbarhed, som følger med diagnosen.

”Spørgsmål som hvem er jeg, og hvad kan jeg? bliver nemt tilbagevendende temaer, og det kan føre til en frustration, som de unge vender indad. For når jeg alligevel ikke kan få det liv, jeg har forestillet mig, hvem har så alligevel glæde af, at jeg er her,” siger Krista Naver.

For personalet i BOAS Frederiksberg er opgaven blandt andet hele tiden at have fingeren på pulsen med de unges humør og sindstilstand. Erfaringen viser, at den daglige kontakt og løbende samtaler, formelle og uformelle, med henblik på at omstrukturere tankemønstre, kan være med til at spore den unge væk fra en negativ spiral af tanker.





TEMA
At mestre livet



BOAS Frederiksberg

Vil du vide mere om BOAS Frederiksberg?
Læs mere om BOAS Frederiksbergs tilbud på
www.suf.dk/boasfrederiksberg
Kontakt leder af BOAS Frederiksberg
Krista Naver på 3084 4619

Samarbejde med hospitalspsykiatrien

I nogle tilfælde kan beboeren i løbet af meget kort tid gå fra begyndende tanker til at være decideret selvmordstruet, og så kan det være nødvendigt at overveje, om den unge skal indlægges. Over det seneste år har BOAS Frederiksberg arbejdet på at skabe en tættere kontakt til Psykiatrisk Center Frederiksberg, en del af Frederiksberg Hospital. Målet har været at skabe mere ro omkring beboeren i forbindelse med en eventuel indlæggelse.

”Hvis vi ikke kan flytte beboeren, og vi oplever, at beboeren bliver tiltagende mere fokuseret på tanker om selvmord, er det ikke ansvarligt, at beboeren er hos os. I de situationer er en indlæggelse en måde at beskytte beboeren på. Men for at skabe et trygt forløb for den enkelte er der behov for at udvikle nye samarbejdsformer i sektorovergangen mellem vores tilbud og hospitalspsykiatrien.”

BOAS Frederiksberg har lavet en informationsfolder med billeder fra den psykiatriske afdeling til den unge, og sideløbende har både socialkonsulenter fra BOAS Frederiksberg og den ledende psykiater og afdelingssygeplejerske på Psykiatrisk Center Frederiksberg været på studiebesøg hos hinanden.

”Vi kommer jo ofte sammen med beboeren, men vi er ikke med som pårørende, sådan som det gælder ved mange andre indlæggelser. Vi kan fungere som professionelle samarbejdspartnere for psykiatrien blandt andet, fordi vi har adgang til viden om beboeren, som kan være vigtig i forhold til psykiatriens indsats. Derfor har vi blandt andet forsøgt at afklare, hvilke forventninger vi har til hinanden, og vi har lavet aftaler om, hvordan vi kan gøre kommunikationen mere smidig i forbindelse med indlæggelser,” siger Krista Naver.

Efter studiebesøgene oplever personalet, at kommunikationen mellem de to institutioner i højere grad kan foregå mellem to ligeværdige parter. Gennemsigtigheden i det praktiske forløb omkring en indlæggelse vil give et andet overskud til at skabe ro omkring beboeren i en situation, hvor beboeren i sagens natur er meget skrøbelig. Samarbejdet er endnu i sin vorden, men det er første skridt på vejen mod et samarbejde, som kan styrke den faglige støtte til beboeren både op til, under og efter indlæggelsen.

Samarbejde er en fordel for patienten

Der er klare gevinster at hente ved et tæt samarbejde på tværs af sektorer, ikke mindst for patienterne. Klinikchef på Psykiatrisk Center Frederiksberg, John Hagel Mikkelsen, fortæller her om udbyttet af samarbejdet med blandt andre BOAS Frederiksberg

Af Suzette Frovin

Hvad har samarbejdet med BOAS Frederiksberg betydet for personalet på Psykiatrisk Center Frederiksberg?

Samarbejdet med BOAS har betydet et fokus hos os på unge med Autisme Spektrum Forstyrrelser, som tidligere ikke kom i voksenpsykiatrien. Vi er blevet opmærksomme på en tilsyneladende voksende komorbiditet, hvor personer udover autismen også har psykiatriske lidelser i form af depression, angst og psykoser. Jeg gætter på, at en del af mine kollegaer ligesom jeg har læst op på Autisme Spektrum-kapitlet i lærebøgerne. Autisme-problematikken ser vi også hos vores patienter med skizofrenilidelser, om end det kommer til udtryk lidt anderledes.

Hvilke fordele er der at hente ved et tættere samarbejde ved sektorovergange?

Vi har meget fokus på at skabe et tættere samarbejde ved sektorovergange, fordi det giver et bedre grundlag for vores behandling. Vi får oftest flere oplysninger om de psykiatriske symptomer ved samtaler med både patienten

og en fagperson fra en anden sektor, ligesom vi kan bidrage med oplysninger, som kan have gavn for fagpersoner fra andre sektorer.

Det er en indlysende fordel for patienten, at behandlingen på baggrund af samarbejdet mellem sektorerne kan optimeres, og vi kan fokusere både på de konkrete symptomer og på patientens ressourcer og muligheder.

Hvilke kompetencer ser du, at hhv. psykiatrien og det sociale område kan byde ind med i forhold til indsatsen over for borgeren?

Vores kompetencer i psykiatrien er på den specialiserede behandlingsdel med udredning, samtaler, medicin, fysisk træning, hvor det sociale tilbud fokuserer på dagliglivet, aktiviteter, social støtte og hjælp til at fungere så selvstændigt som muligt.

Hvad skal der til for at skabe et godt samarbejde på tværs af sektorer?

Psykiatrisk Center Frederiksberg og BOAS Frederiksberg har holdt en fælles temadag, og efterfølgende har vi været på besøg hos hinanden. Det gode samarbejde forudsætter egentlig bare et initiativ fra den ene sektor eller fra begge parter.

Vi har en del samarbejde på tværs af sektorer især i Frederiksberg kommune. Sidste år lancerede vi Projekt Velfærdsledelse, hvor ledere fra Psykiatrisk Center Frederiksberg og fra Frederiksberg Kommune har afholdt møder på tværs. Fremover mødes vi en gang om året til opfølgning og gensidig information.

Sektorsamarbejde forebygger selvmord

Unge med diagnoser er langt mere selvmordstruede end andre unge. Der er stort behov for mere systematisk sektorsamarbejde mellem socialpædagoger og psykiatrien, mener eksperter. Det vil forebygge selvmord blandt unge og nedbringe indlæggelser.

Af Norma J. Martinez, freelancejournalist · Foto: Michael Bothager

Den seneste registrering af dødsårsager i Danmark viser, at 680 personer tog deres eget liv i 2012. Det er 680 for mange. Den gode nyhed er dog, at antallet af selvmord har været faldende de sidste tre årtier.

De samme tal viser samtidig en negativ tendens i selvmordsforsøg blandt unge, som er mere end fordoblet siden 1980. Især unge med diagnoser og psykiske lidelser er i risikozonen. Tallene viser, at 70 procent af unge, der forsøger at begå selvmord, kæmper med psykiske lidelser som depression og skizofreni.

Ekspertene mener, at mere systematisk sektorsamarbejde mellem socialpædagoger og psykiatrien kan forebygge selvmord blandt unge med diagnoser. Samtidig forudser eksperterne, at et styrket samarbejde vil nedbringe indlæggelser og aflaste medarbejderne i begge sektorer.

”Det virker lige til højrebenet, alligevel halter vi meget bagefter, når det gælder tværfagligt samarbejde,” siger Jesper Leschly Pedersen, som er ansat på Psykiatrisk Afdeling ved Odense Universitetshospital som eneste socialpædagog. ”Vi mangler grundlæggende forståelse for, hvad vi hver især kan som fagfolk, og hvordan vi kan bruge hinanden til at forebygge selvmordsforsøg blandt unge.”

Der er mere end det syge menneske

Jesper Leschly Pedersen er netværksansvarlig for socialpædagoger, der arbejder inden for psykiatrien. Han har i mange år været fortalende for mere systematisk sektorsamarbejde. ”De borgere, som socialpædagoger arbejder med, er ofte i berøring med psykiatrien. Det er vigtigt, at vi har mere viden og flere redskaber til at tackle selvmordstruede unge og psykiatriske patienter. Omvendt har psykiatrien meget at lære fra vores arbejde og tilgang. Som socialpædagoger er vi rigtig gode til at se det hele menneske og ikke kun det syge menneske. Vores tilgang til kognitive funktioner, sanseintegration, motion og social samvær kan supplere en medicinsk psykiatrisk behandling. Samtidig bidrager vores indsats til at hjælpe de unge videre i livet og lære dem at leve med deres skrøbelige sind,” forklarer Jesper Leschly Pedersen.

Socialpædagoger trækker det tunge læs

Selvmordsforskning viser, at psykiatriske patienter er mest selvmordstruede ved indlæggelse og i den første uge efter udskrivning. Indlæggelse er kun en midlertidig løsning,

” Vi kan ikke samarbejde for meget. Den viden om de unges hverdag og situation, som socialpædagogerne har, kan være med til at sikre en bedre psykiatrisk behandling. Tættere sektorsamarbejde vil også aflaste medarbejderne i begge sektorer, da man vil kunne støtte hinanden og fordele ansvar og opgaver.

Elene Fleischer



og derfor er det altafgørende, at socialpædagoger, der er sammen med de unge uden for hospitalet, er rustet til at hjælpe de unge videre i hverdagen.

”En indlæggelse er med til at slukke branden og skabe ro, men det betyder langt fra, at den unge er rask efter en indlæggelse. Det er altafgørende, at vi i psykiatrien har et tæt samarbejde med de fagpersoner, den unge kommer videre til. Bostederne bærer ofte det tungeste læs i forhold til at hjælpe selvmords-truede unge ud af livskriserne på lang sigt. Derfor skal psykiatrien i højere grad støtte socialpædagogerne,” forklarer August Wang, der er overlæge ved Kompetencecenter for Selvmordsforebyggelse ved Psykiatrisk Center Amager.

Leder af Center for Forskning og Forebyggelse, Elene Fleischer, er enig og peger på, at hverken psykiatrien eller socialpædagogerne kan dække alle de unges behov.

”Vi kan ikke samarbejde for meget. Den viden om de unges hverdag og situation, som socialpædagogerne har, kan være med til at sikre en bedre psykiatrisk behandling. Tættere sektorsamarbejde vil også aflaste medarbejderne i begge sektorer, da man vil kunne støtte hinanden og fordele ansvar og opgaver,” siger Elene Fleischer.

Færre indlæggelser

Helt konkret kan et sektorsamarbejde bestå i at udveksle viden om symptomer hos den unge, om effekten af medicinering og om at opbygge tættere relationer mellem de socialpædagogiske tilbud og personalet på de psykiatriske afdelinger.

”Når et selvmordstruet ungt menneske kommer i en dyb krise, er der ikke langt fra tanke til handling, og derfor er det vigtigt, at man kan springe nogle led i systemet over og handle hurtigt,” forklarer August Wang og fremhæver, at det er vigtigt, at de unge og det pædagogiske personale, der er omkring dem,

er tilknyttet en fast kontaktperson på de psykiatriske afdelinger. Det har også betydning, at de to faggrupper får indsigt i hinandens hverdag fx gennem gensidige og planlagte besøgssdage.

Det kræver tid og ressourcer at styrke samarbejdet mellem det sociale område og psykiatrien. Derfor efterlyser både eksperter og fagfolk øremærkede midler til sektorsamarbejde. At pengene er godt givet ud, er blandt andre Jesper Leschly Pedersen overbevist om. ”Det er til alles fordel at tage kriserne i opløbet. Et bedre samarbejde vil betyde, at vi i fællesskab kan håndtere de unges kriser på bostederne og undgå indlæggelser. Hvis en indlæggelse alligevel er den eneste udvej, er det vigtigt, at socialpædagogerne har mulighed for at følge de unge under indlæggelsen. Det skaber tryghed hos de unge og giver dem følelse af, at de fagfolk, der er omkring dem, bekymrer sig. Jo mere involveret bostederne er i processen, jo mere rustet er de til at hjælpe de unge videre. Det vil mindske chancen for tilbagefald, nye selvmordsforsøg og nye indlæggelser,” siger Jesper Leschly Pedersen.

De fleste unge lykkes ikke med selvmord

Mens antallet af selvmordsforsøg blandt unge med psykiske diagnoser er stigende, viser statistikken, at det kun sjældent lykkes de unge at begå selvmord. Det skyldes blandt andet, at de fleste unge forsøger at begå selvmord med smertestillende piller.

Siden marts 2011 har det ikke været muligt at købe store pakker med smertestillende, og samtidig blev det besluttet, at smertestillende til unge under 18 år skulle være receptpligtigt. Derfor har de unge ikke uhindret adgang til store mængder medicin. Selvmordsforsøg med smertestillende medicin ender derfor typisk med medicinforgiftning uden dødeligt udfald.

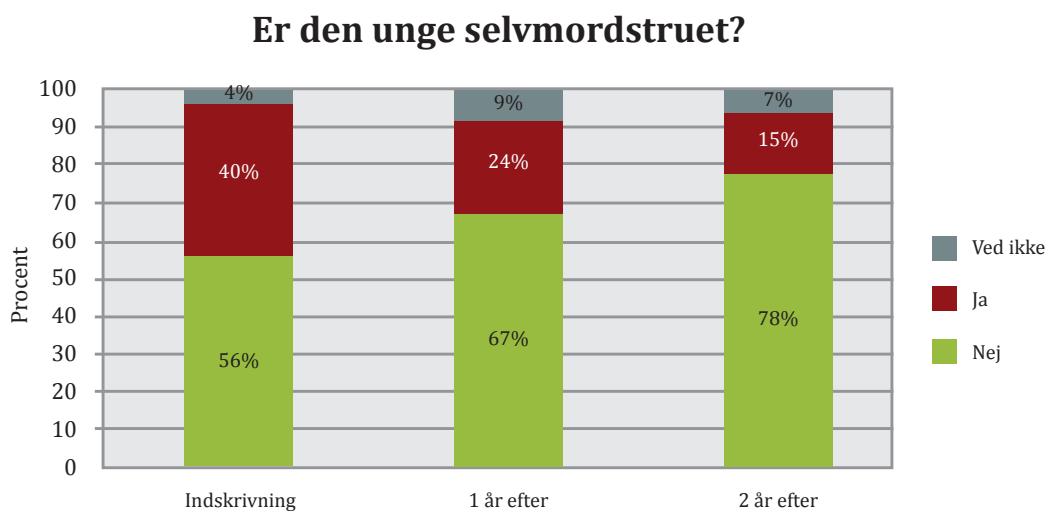
Fra 1999 til 2004 havde Danmark en national handlingsplan mod selvmord. I den periode blev antallet af selvmord halveret. De seneste tal fra Danmarks Statistik viser, at antallet af selvmord i Danmark igen er stigende.

Når selvmord truer

En kompleks pædagogisk indsats, hvor relationsarbejdet er i fokus, gør en markant forskel for selvmordstruede unge, der er indskrevet i Den Sociale Udviklingsfond. Efter to år er antallet af selvmordstruede faldet fra 40 procent til 15 procent.

Af Stine Sletterød, Sofie Bertolt Winther og Ea Helth Øgendahl, SocialRespons

Gennem den løbende resultatmåling i Den Sociale Udviklingsfond har SocialRespons fulgt 104 unge, som har været indskrevet i SUF i minimum to år i perioden 2007 til 2013. Ved indskrivning vurderes 40 procent af de unge i målingen at være selvmordstruede. Denne andel falder markant til 24 procent året efter og yderligere til 15 procent efter to år. Der er altså tale om en særlig positiv udvikling, når vi ser på, om de unge vurderes at være selvmordstruede i løbet af de to første år af deres forløb i Den Sociale Udviklingsfond.



Figuren viser de unges udvikling over 2 år i forhold til, hvorvidt de er selvmordstruede.

Risikofaktorer og pædagogisk indsats

Forskning viser, at selvmordsområdet er komplekst, da risikofaktorerne for selvmordsadfærd er mange og forskelligartede, og samtidig kan de have grobund i både sociale og psykiske komponenter (Christiansen, 2004).

Knap halvdelen af de unge i Den Sociale Udviklingsfond har det socialt dårligt eller meget dårligt ved indskrivning. Det oplever socialkonsulenterne blandt andet ved, at de unge ofte føler sig ensomme og isolerede, og det kan have betydning for deres selvmordsadfærd.

En socialkonsulent, der er blevet interviewet i forbindelse med undersøgelsen, siger således: "Mange af de unge føler sig ensomme. Det betyder ikke nødvendigvis, at de mangler et netværk, men at de føler sig anderledes, og de oplever, at andre folk ikke kan lide dem."

Socialkonsulenterne oplever i praksis, at arbejdet med blandt andet de unges selvværd, selvtillid og netværk kan være med til at reducere antallet af unge, som er selvmordstruede.

Det tætte forløb, hvor tillid, lydhørhed og tilgængelighed bliver prioriteret højt i samarbejdet mellem den unge og kontaktpersonen, spiller en væsentlig rolle. De unge har stor gavn af relationen med deres kontaktperson, som er tilgængelig døgnet rundt, og som udviser personlig interesse i den unges udfor-

dringer. For mange af de unge er netop den interesse en ny oplevelse, der kan medvirke til, at de er mere åbne om eventuelle selvmordstanker.

"Mange gange kan en snak tage toppen af [selvmordstankerne, og i den situation betyder] det, at vi er tilgængelige hele tiden rigtig meget (...) Og så er det mig, de får fat i, og jeg kender historien. De skal ikke opfinde den dybe tallerken igen, og det betyder rigtig meget," siger en socialkonsulent i forbindelse med undersøgelsen.

Selvordstruede med en diagnose

Udover ensomhed og isolation peger socialkonsulenterne i vores undersøgelse på, at unge, som har en psykiatrisk diagnose og/eller et misbrug, har en øget risiko for at udvise selvmordsadfærd. Fra den generelle forskning på området ved vi, at 50-60 procent af alle selvmord bliver begået af personer med en psykiatrisk diagnose (Jensen, 2005; Sørensen, 2002).

På samme vis har unge med et misbrug og/eller en diagnose, der er indskrevet i Den Sociale Udviklingsfond, ifølge evalueringen større risiko for at udvise selvmordsadfærd. Det gælder ifølge en socialkonsulent særligt de unge, der har diagnosen paranoid skizofreni eller borderline. Under forløbet i Den Sociale Udviklingsfond ses også blandt disse unge en positiv udvikling, når det gælder risikoen for selvmord.

» *Mange af de unge føler sig ensomme. Det betyder ikke nødvendigvis, at de mangler et netværk, men at de føler sig anderledes, og de oplever, at andre folk ikke kan lide dem.*

Socialkonsulent i Den Sociale Udviklingsfond

Blandt unge med diagnosen spiseforstyrrelse er ændringen mest markant. Der er således ingen af de unge med en spiseforstyrrelse, der var selvmordstruede ved indskrivning, som vurderes at være selvmordstruet to år senere.

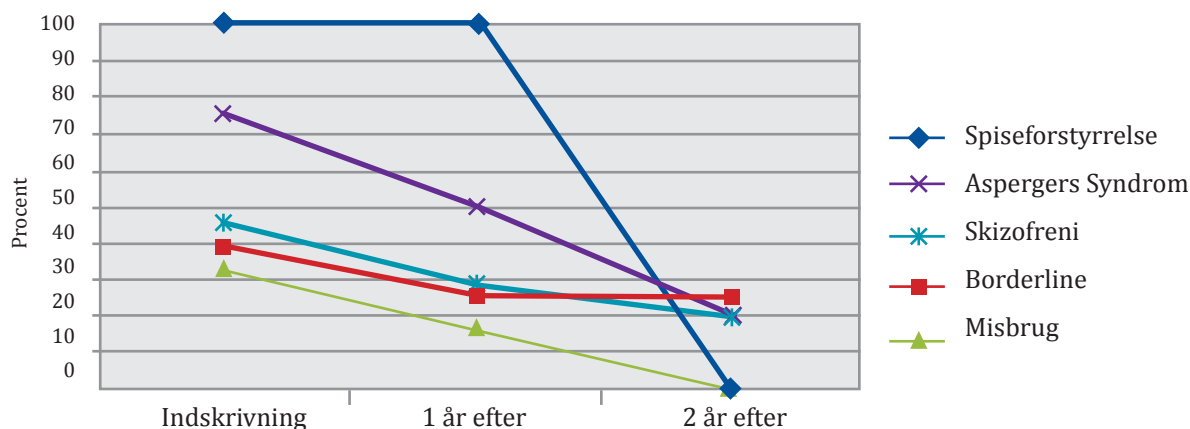
Hos unge med diagnosen Aspergers Syndrom, som er en af de hyppigste diagnoser blandt unge i Den Sociale Udviklingsfond, er udviklingen til gengæld mindre markant, men alligevel tydelig: 38 procent af de unge med Aspergers Syndrom er selvmordstruet ved

indskrivningen. Efter to år er tallet faldet til 24 procent.

Socialkonsulenterne peger på, at en af forklaringerne på den markante positive udvikling kan være, at de unge efter indskrivning i Den Sociale Udviklingsfond har nemmere adgang til blandt andet psykiater og psykolog og dermed både medicinsk behandling og samtaleterapi.

Sideløbende arbejder socialkonsulenterne målrettet med at lære de unge mestingsstra-

Udvalgte diagnoser og udviklingen af selvmordstruede unge



Figuren viser udviklingen i, hvorvidt de unge er selvmordstruede over en periode på to år for unge med udvalgte diagnoser samt misbrug.

tegie, så de bliver i stand til at håndtere svære situationer. Det kan være en lang proces for den unge, og i BOAS Frederiksberg, som har specialiseret sig i Aspergers Syndrom, arbejder de fx med individuelle kriseplaner. Kriseplanerne laves i samarbejde med den enkelte beboer og indeholder konkrete handlemuligheder, som den unge kan tage i brug, når han eller hun har det svært og har behov for hjælp.

SocialRespons står for Den Sociale Udviklingsfonds tværgående arbejde med evaluering og dokumentation.

Ordforklaring

Selvmondsadfærd forstås som en sammenfattende betegnelse for selvmordstrusler, selvmordsforsøg og fuldbyrdede selvmord

Om tallene i artiklen

Tallene er fra den løbende resultatmåling i Den Sociale Udviklingsfond. Derudover indgår to kvalitative interviews med socialkonsulenter fra Den Sociale Udviklingsfond.

Litteratur

Christiansen, E. (2004): *Selvmondsforsøgere – en statistisk profil*. Faktaserien nr. 14, Odense, Center for Selvmordsforskning

Jensen, B.F. (2005): *Selvmondsadfærd – sundhedsmæssige risikofaktorer*. Faktaserien nr. 18, Odense, Center for Selvmordsforskning

Sørensen, B. (2002): *Fra tabu til myte – fakta om selvmordsadfærd*. Faktaserien nr. 3, Odense, Center for Selvmordsforskning





Ferie for **livet**

SOMMERLEJR: Nye venskaber, stribewis af aktiviteter og uvurderlige frivillige kræfter gjorde, at SUF Lejr 2014 i Broby blev en ferie, som 25 børn og unge aldrig glemmer

Af Peter Borberg, journalist, Asbjørn & Borberg

Trætheden er efterhånden ved at kunne spores i øjnene på de 25 børn og unge – i alderen 7-13 år – som i en uge har været på SUF's sommerlejr i fynske Broby små 20 kilometer syd for Odense.

En behagelig træthed, der udspringer af de talrige oplevelser, aktiviteter og nye venskaber, som er opstået i løbet af ugen. Ikke mindst venskaberne er noget af det, som har gjort allerstørst indtryk.

- Jeg ville ønske, at vi ikke skulle hjem, kommer det umiddelbart fra 10-årige Patrick Sørensen, da vi møder ham på sommerlejrens sidste dag, hvor solen skinner ned på trampolin og de mange telte, der snart skal pilles ned.

- Da vi kom, kendte jeg slet ikke nogen, og jeg var spændt på, hvordan det ville gå. Nu har jeg fået nye venner, og vi har aftalt, at vi skal skrive sammen efter lejren, siger Patrick Sørensen, der kommer fra Kværndrup på Sydfyn.

Taget af og taget om

For arrangørerne af sommerlejren er det helt afgørende, at børnene og de unge hurtigt op-

lever et favnende og kærligt fællesskab. Der bliver udvekslet kram, og positive tilkendegivelser som "sikken dejlig dreng du er", "tusind tak – det var betænksomt af dig" giver med jævne mellemrum genlyd på pladsen.

- Børnene skal kunne mærke helt ind i hjertet, at vi kan lide dem. Omsorgsdelen er så enorm vigtig. Alle hjælpere er hele tiden opmærksomme på, hvad hvert enkelt barn har brug for. Børnene skal mærke, at de bliver taget af og taget om, siger Jane Kock, socialpædagog og leder af sommerlejren.

Hjertevarmen kommer både til udtryk i ord, krop og handling.

- De får masser af krammere, og jeg synes, vi er lykkedes med at få skabt en familiær stemning blandt ledere, hjælpere, børn og unge. Her er både tryghed, latter og fællesskab, siger lederen.

Frivillige hjerter

Årets SUF Lejr er et mønstereksempel på, hvad der sker, når frivillige kræfter og sponsorer byder ind med energi og hjertet på rette sted. En lokal madklub fra det nærliggende Brobyværk har gennem hele ugen sørget for velsmagende måltider – noget er blevet tilberedt sammen med børnene. Willemoes Turistbus, A-udlejning, Glamsbjerg Fritidscenter og Legoland var med til at give børnene en uforglemmelig dag i Billund. Derudover har otte frivillige fra morgen til aften sat aktiviteter i gang, skabt fællesskab og taget sig af det enkelte barn.

For 25-årige Stine Hansen, der skal i gang med at læse til fysioterapeut, er der ingen tvivl om,

Vil du vide mere om SUF Strax

Læs mere om SUF Strax tilbud på www.suf.dk/sufstrax

Kontakt leder af SUF Strax Jane Kock på 2022 0331

at det frivillige arbejde i sommerugen i Broby har sat varige aftryk.

- At se den udvikling, som børnene gennemgår på de få dage, er fantastisk. Jeg er glad og taknemmelig for at kunne få lov til at være med. Det, jeg giver ud, får jeg mange gange igen, og det er indtryk og oplevelser, som jeg vil have med mig i mange år, siger Stine Hansen.

Fra 14 til 69 år

Ordene vækker genklang hos blot 14-årige Karla Rolskov Pedersen. Hun er den yngste frivillige hjælper i lejren. Mens hendes ældre søskende drog på festival i Roskilde, og mor og far skulle passe deres arbejde, så Karla Rolskov Pedersen en mulighed for selv at score en sjælden oplevelse.

- Jeg er venner med en af de andre frivillige, og det var på den måde, jeg fandt ud af, at jeg kunne få en uge som frivillig hjælper. Særligt det at lege og være omkring de mindste af børnene har været helt vildt dejligt, siger Karla Rolskov Pedersen, som allerede nu går med overvejelser om at skulle arbejde med børn i sit voksenliv.

Dén erfaring har Margit Hansen allerede gjort. Med sine 69 år og en baggrund som spejderleder og pædagog på en institution for udviklingshæmmede, har hun masser af erfaring fra sit professionelle virke med i kufferten, som hun nu øser ud af som frivillig.

- Der ligger en meget stor værdi i, at lejren er sammensat af så forskellige personligheder og aldersgrupper. Det giver en særlig stemning, hvor vi på hver vores måde bidrager til fællesskabet, siger Margit Hansen, der trods sine mange års erfaring har haft vanskeligt ved at sove om natten. Ikke på grund af vågne børn.

- Jeg har været helt oppe at køre over stemningen på lejren. Derfor har det været svært bare at falde til ro, siger hun med et grin.

Flammer og Legoland

Den særlige stemning, som Margit Hansen taler om, har været med overalt og gennem hele ugen. Der har været masser af fysisk aktivitet. Rundbold, fodbold og tusindvis af hop på trampolinen. Store oplevelser har mejslet sig ind. Hyggelige stunder omkring bålet og hel-

dagsturen til Legoland og den dertilhørende vilde tur i Polarekspressen lyser stadig i børnenes øjne, når de fortæller om den.

- Turen til Legoland glemmer jeg aldrig. Men det er lige så meget de nye venskaber, som betyder noget, siger 12-årige Madeline Josefine Olsen fra Vissenbjerg, der i løbet af SUF Lejren har fået en ny god veninde. Der er blevet udvekslet telefonnumre, og de to har planer om at ses igen.

Madeline Josefine Olsen indrømmer, at hun på denne sommerlejrens allersidste dag er ved at være træt.

- Vi har ikke været så gode til at lægge os til at sove om aftenen i teltene. Det har ikke kun været tissemyrer og myg, som har forstyrret. Vi har snakket, og det har været vildt hyggeligt, siger hun med et smil.

Glade forældre

At det er trætte børn og unge, som bliver hentet af deres forældre, gør bestemt ikke noget, fremhæver Christel Myrup, som har haft hele tre piger på 8, 12 og 13 år med på sommerlejren.

- Jeg kan mærke på mine børn, at sommerlejren er noget, de kan leve højt på resten af ferien. De er tanket op med oplevelser, og de har haft det sjovt med en masse andre børn, siger Christel Myrup og lægger ikke skjul på, at hun håber, at der også bliver en plads til hendes børn næste år.

- Vores økonomiske situation gør desværre, at vi ikke har råd til at tage på sommerferie, fordi vi er nødt til at få det til at hænge sammen i hverdagen. Derfor er det så betydningsfuldt, at der findes alternative muligheder, så ens børn får lov til at mærke det nærvær og de oplevelser, som ferie er forbundet med, siger Christel Myrup.

Netop nærværet er afgørende, pointerer Jane Kock.

- Om vi er i Legoland, sidder ved bålet eller ligger på græsplænen, så er det følelsen af samhørighed, vi forsøger at skabe på sommerlejren. Børnene skal mærke, at de bliver set – at de er en værdsat del af fællesskabet. Det er oplevelser, som de kan bygge videre på, når de kommer hjem.



SUF STRAX

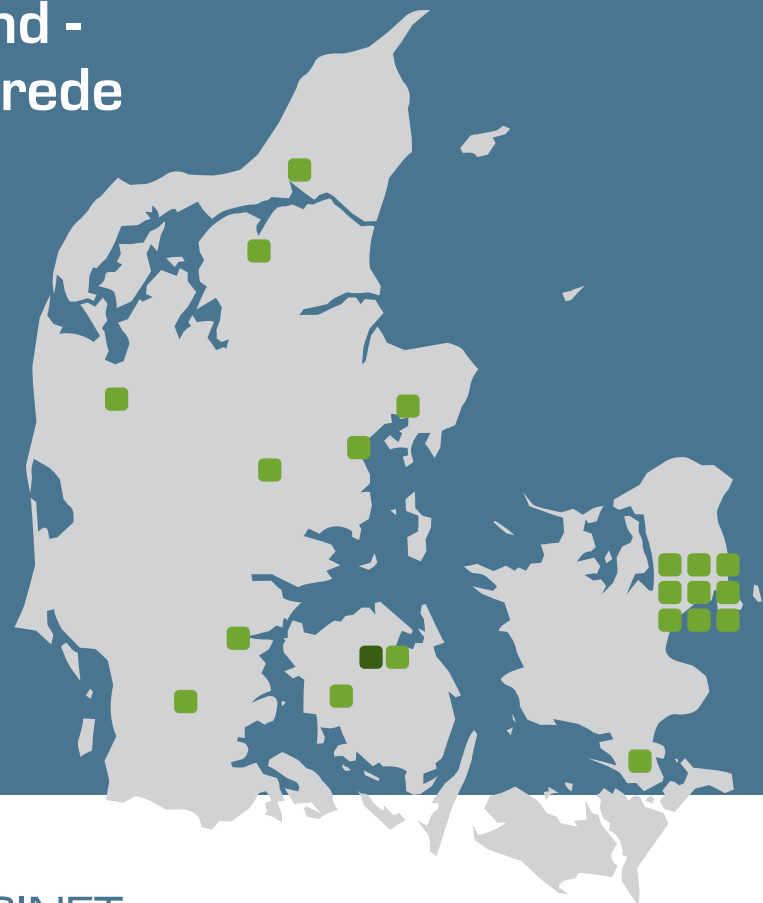
SUF Lejr er et gratis tilbud til børn og unge mellem 7 og 13 år, som kan have gavn af et aktivt ferieophold, hvor der er fokus på både det enkelte barn og på fællesskabet. Lejren arrangeres af SUF STRAX, som er et godkendt akuttilbud efter §66 og som hører under Den Sociale Udviklingsfond.



Den Sociale Udviklingsfond - involverende og dokumenterede udviklingsforløb

- 20 selvstyrende afdelinger fordelt over hele landet.
- 225 specialiserede og fagligt velfunderede ansatte.
- Mere end 23 års erfaring med skræddersyede socialpædagogiske løsninger.

Læs mere på vores hjemmeside:
www.suf.dk



SUF MAGASINET

– et gratis magasin med fokus på
individuelle socialpædagogiske løsninger



SUF Magasinet giver dig et fagligt indblik i Den Sociale Udviklingsfonds arbejde. Vi sætter ord og billeder på de mennesker, der får gavn af vores skræddersyede løsninger. Og vi giver dig interviews og baggrund med de bedste eksperter inden for det socialpædagogiske område.

Send en mail med navn og adresse til magasin@suf.dk, så modtager du magasinet kvit og frit med posten.

SUF

Den Sociale Udviklingsfond

Hovedkontor › Hunderupvej 116 › 5230 Odense M › Tel: 7019 2800 › suf@suf.dk › www.suf.dk