

Ny stödlinje mot självmord

I Litauen satsar myndigheterna på en ny hjälplinje. Carl von Essen, generalsekreterare för svenska Mind – ni är på väg att öppna en dygnet-runt-öppen samtalslinje?

– Ja, vi startar den 7 oktober. Tanken är att den ska vara öppen dygnet runt alla dagar och erbjuda stöd via både chatt och telefon. Vi vet inte om vi hinner utbilda tillräckligt många volontärer för att ha öppet dygnet runt från start. Vi utbildar dem i två och en halv dag innan de börjar.

Hur bemannas den?

– Vi vill ha minst två personer som svarar samtidigt. Ibland tre eller till och med fyra. För det krävs 160 volontärer som jobbar två pass per månad. Vi har fått väldigt bra respons, 250 personer har anmält sig. Vår trånga sektor är att hinna utbilda.

Hur fungerar den här stödlinjen i förhållande till de stödlinjer som redan finns?

– Självmordsfrågan är det som är specifikt för oss. Det finns ingen annan dygnetruntöppen verksamhet med den tydliga profilen. Vi vill nå dem som mår dåligt tidigt, ibland kanske de inte själva vet om att de är i riskzonen. Det handlar mycket om den suicidala processen. Hur tänker människor som hamnar i den här processen. Där skulle man behöva forska mer. Våra samlade erfarenheter har vi från äldretelefonen, chatten och föräldratelefonen.

Vilken evidens finns för att detta är verksamt?

– Det finns studier som visar en effekt, men det är svårt att bevisa. Talar man med folk som vet, även praktiker, så menar de att det är viktigt att erbjuda många olika sätt att nå de här personerna. Telefoni, chatt, mejl. Ett forum behövs också där man kan stödja varandra, med någon form av moderering. Det kan vara väldigt verksamt. Det är den gamla hederliga brukarföreningstanken i modern tappning. Vi har sökt pengar för att starta det. Det finns ett antal grupper på facebook

men då har du problem med identiteten, facebookregler eller brist på regler.

Vilka är de största bristerna idag i det självmordsförebyggande arbetet?

– Det finns massor att göra. En stor brist är uppföljning av de som gjort självmordsförsök. De är en extremt tydlig riskgrupp: har man begått försök, så har man mycket högre risk att fullfölja. Där borde det gå att hitta bättre sätt att bygga stödjande nätverk. Framförallt första året. Det är också en fråga om kön. Mansnormen – en av mina käppshästar – är ett hinder, att män inte söker hjälp, inte pratar känslor.

Har ni långsiktig finansiering ordnad?

– Vår insamlingsansvariga och jag jobbar mycket med det. I dagsläget har vi finansiering en bit in i nästa år.

Numret blir 90101.

Läs mer:

mind.se

[Litauen toppar självmordsstatistik](#), SocialPolitik nr 3/15

1531 personer begick självmord i Sverige 2014. Fyra om dagen. 270 dog i trafiken samma år. Sedan 1980 har självmordstalet sjunkit för samtliga åldersgrupper utom för unga i åldern 15–24 år, där det snarare har skett en liten ökning det senaste decenniet. Självmord är dubbelt så vanligt bland män som bland kvinnor. Hos män är självmord den vanligaste dödsorsaken upp till 44 år. Bland personer med enbart grundskoleutbildning är självmord tre gånger så vanligt som bland personer med eftergymnasial utbildning.