

Årsrapport for Handlingsplan for forebygging av selvmord 2020-2025 – Ingen å miste

Status pr. 10. september 2022 (etter andre driftsår)

Regjeringens Handlingsplan for forebygging av selvmord 2020-2025 – Ingen å miste ble lansert 10. september 2020, på Verdensdagen for forebygging av selvmord. Med denne planen er nullvisjon for selvmord innført i Norge.

Planen inneholder 61 tiltak. Tiltakene er både befolkningsrettet og tjenesterettet. Planperioden varer i fem år.

Åtte departementer samarbeider om planen; Helse- og omsorgsdepartementet, Arbeids- og inkluderingsdepartementet, Barne- og familiedepartementet, Forsvarsdepartementet, Justis- og beredskapsdepartementet, Kultur- og likestillingsdepartementet, Kunnskapsdepartementet og Samferdselsdepartementet. Helse- og omsorgsdepartementet leder arbeidet med planen.

Under følger beskrivelse av status for arbeidet etter det andre driftsåret.

Mål 1 – Systematikk og helhet i det selvmordsforebyggende arbeidet

Tiltak 1 Regjeringen vil få utarbeidet en visuell oversikt over det selvmordsforebyggende arbeidet i Norge ved hjelp av systemorientert tjenstedesign.

Helsedirektoratet har i samarbeid med bruker-, pårørende- og etterlatteorganisasjoner, ansatte i tjenestene og kompetansemiljøer på feltet utarbeidet et ressurskart (visuell oversikt) over det selvmordsforebyggende arbeidet i Norge. Oversikten er digital, og kan også tas ut som plakat. Oversikten er tilgjengelig på helsedirektoratet.no. Formålet er å vise mulighetsrommet og stimulere til større åpenhet og økt samarbeid om forebygging av selvmord på tvers av arenaer og tjenester gjennom å synliggjøre dette i en visuell oversikt. Ressurskartet er ment å være ett av flere verktøy for planlegging og organisering av det selvmordsforebyggende arbeidet. De regionale ressursentrene om vold og traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) benytter den visuelle oversikten aktivt i kurs og formidling overfor tjenestene.

Ressursen inngår i det veiledende materialet for kommunene om forebygging av selvskadning og selvmord og i nettressurs for arbeidet med å utvikle kommunale handlingsplaner for forebygging av selvmord.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 2 Regjeringen vil gjennomføre en pilot for hvordan hvert enkelt selvmord både utenfor og innenfor helse- og omsorgstjenesten kan kartlegges, og deretter utforme anbefalinger for videre kartlegging på nasjonalt nivå.

Folkehelseinstituttet (FHI) har beskrevet hvordan piloten skal legges opp, hvilken informasjon som er nødvendig å samle inn, samt behovet for en midlertidig lovhjemmel for å gjennomføre piloten. Helse- og omsorgsdepartementet er i dialog med FHI om vurdering av behovet for en midlertidig lovhjemmel.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 3 Regjeringen vil etablere nasjonalt forum for forebygging av selvmord og et tilhørende direktoratsamarbeid.

Nasjonalt forum for forebygging av selvmord ble etablert våren 2021 for å gi nasjonale myndigheter råd i det selvmordsforebyggende arbeidet. Forumet skal i henhold til sitt mandat vurdere handlingsplanens måloppnåelse og komme med forslag til justering av tiltak i lys av ny kunnskap. Forumet, som har representanter for brukere, pårørende, etterlatte, forskning og tjenestene, tar opp sentrale problemstillinger innenfor det selvmordsforebyggende arbeidet. Menns overrepresentasjon på selvmordsstatistikken, behovet for samhandling mellom sektorer og forvaltningsnivåene og skolens rolle i det selvmordsforebyggende arbeidet, har vært spesielt drøftet. Forumet har i sin anbefaling for bedre forebygging av selvmord i skolen (jf. handlingsplanens punkt 2.3.1 Forebygging av psykisk uhelse og selvmord i skolen), rådet Helse- og omsorgsdepartementet til å legge til rette for at det selvmordsforebyggende skoleprogrammet Youth Aware of Mental Health (YAM) tas systematisk i bruk i alle landets ungdomsskoler.

For å sikre nødvendig oppfølging og dialog med forvaltningen, er det opprettet et direktoratsamarbeid. Representanter for direktoratene deltar i forumets møter ved behov. Direktoratsamarbeidet skal bidra til samarbeid og kunnskapsdeling mellom direktoratene. Forebygging av selvmord i vegvesenet, i skole og utdanning, i kriminalomsorgen og i NAV er eksempler på temaer som ble drøftet i direktoratsamarbeidets møter. Et av møtene ble avsatt til å følge Vivat Selvmordsforebyggings online-kurs RESPONS.

Ansvarlig departement: HOD, BFD, KD, AID, KUD, SD, FD

Mål 2 – Trygg kommunikasjon om selvmord

Tiltak 4 Regjeringen vil gjennomføre regionale folkeopplysningskampanjer med nasjonal overbygning om forebygging av selvmord.

Tiltaket regionale folkeopplysningskampanjer med nasjonal overbygning om forebygging av selvmord er organisert som et prosjekt der Helsedirektoratet er prosjekteier og kommunikasjonsfaglig ansvarlig for kampanjens nasjonale overbygning. Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF) leder på vegne av Helsedirektoratet arbeidet

knyttet til regionale folkeopplysningskampanjer. Det er etablert en nasjonal ressursgruppe med representanter for brukere, pårørende og etterlatte, tjenester og kompetansemiljøer som jevnlig møtes og aktivt bidrar i utviklingen av den nasjonale overbyggingen og i arbeidet med å understøtte det regionale folkeopplysningsarbeidet. Den nasjonale overbyggingen består av følgende hovedelementer: Utvikling og fasilitering av overordnet kampanjebudskap, utvikling av kampanjemateriell og etablering av en egen kampanjeside på helsenorge.no. De regionale folkeopplysningskampanjene gjennomføres etappevis gjennom handlingsplanperioden. De fem regionale ressursentrene om vold og traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) har en sentral rolle i å initiere folkeopplysningsarbeidet i egen region i samarbeid med NSSF, lokale tjenestetilbud og organisasjoner. Kampanjene inngår som ledd i en flernivåintervensjon ved at de kombineres med samtidige opplæringstiltak rettet mot helsepersonell og nøkkelpersoner i lokalsamfunnene. Målgruppen for kampanjene er hele den voksne befolkningen, samtidig skal de utformes slik at de når ulike grupper, særlig menn, og søke å tilpasse seg det kulturelle og språklige mangfold i befolkningen.

Det er i regi av NSSF gjennomført en kampanjepilot i Østfold i 2021. Region Midt er i gang med planlegging av sitt folkeopplysningskampanjearbeid som vil gjennomføres høsten 2022. Region Sør vil starte opp med sin planlegging i 2022 for videre å gjennomføre en regional folkeopplysningskampanje i 2023.

Det er i 2022 utviklet ulike elementer i en kommunikasjonspakke. Dette er utarbeidet av Helsedirektoratet i samarbeid med nasjonal ressursgruppe og vil utgjøre en grunnpakke i den befolkingsrettede kommunikasjonen. Kommunikasjonselementene kan tas i bruk og tilpasses regionalt. Til denne kommunikasjonspakken er det utviklet en film med budskapet "Snakk om selvmordstanker – det kan redde liv", som vil benyttes for visning på ulike flater og det er utarbeidet annonser for bruk på ulike digitale format. I tillegg er landingssiden/kampanjenettsiden for folkeopplysningskampanjer på helsenorge.no etablert, der publikum gis tilgang til en utdyping av kampanjebudskapet, samtaleguider (hvordan du kan snakke med og hjelpe en person du er bekymret for) og hva man kan si for å starte en samtale om man selv har selvmordstanker. Her finner man også informasjon om hjelp og behandling. Helsedirektoratet har i 2022 gjennom betalte annonser formidlet budskapet "Snakk om selvmordstanker, det kan redde liv" i ulike deler av media, der det vises landingssiden/kampanjenettsiden for råd og veiledning.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 5 Regjeringen vil bidra til mer kunnskap om betydningen av omtale av selvmord i redaktørstyrte medier.

Folkehelseinstituttet avventer videre arbeid med tiltaket til tiltak 52 er ferdigstilt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 6 Regjeringen vil bidra til offentlig-privat samarbeid om tiltak for å sikre tryggere nettbruk for barn og unge.

Rett på nett – Nasjonal strategi for trygg digital oppvekst ([nasjonal strategi for trygg digital oppvekst](#)) ble lansert i september 2021 og har som mål å sikre barn og unge en aktiv, deltakende og trygg digital oppvekst. Medietilsynet har hatt en sentral rolle i utarbeidelsen av strategien. Strategien vil bidra til at arbeidet for en tryggere digital oppvekst blir bedre organisert og koordinert. Medietilsynet leder en direktoratgruppe som har til hensikt å videreføre arbeidet med målene fra strategien og utforme en handlingsplan. For å ivareta samarbeid mellom offentlige instanser, private aktører og frivillige organisasjoner som arbeider på feltet, har Medietilsynet opprettet et innspillsnettverk. Nettverket samles i forkant av møter i direktoratgruppen for å gi innspill og anbefalinger til de ulike målene i strategien.

Offentlig-privat samarbeid inngår også i Forebygging og bekjempelse av internettrelaterte overgrep mot barn Nasjonal strategi for samordnet innsats (2021–2025) som ble lagt fram i 2021.

I 2022 er det påbegynt en dialog i regi av Justis- og beredskapsdepartementet for å sikre et sterkere samarbeid mellom internettelskaper og myndighetene om bedre bekjempelse av internettrelaterte overgrep.

Ansvarlig departement: HOD, BFD, JD og KUD

Tiltak 7 Regjeringen vil styrke informasjon til barn og unge om forebygging av selvmord og trygg nettbruk, blant annet ved å bidra til å spre retningslinjene #chatsafe – en ung persons veiledning for å kommunisere trygt om selvmord på internett.

Tiltaket sees i sammenheng med tiltak under opptrappingsplanen for barn og unge psykiske helse om utvikling av innhold på ung.no. Ung.no (Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet) har sammen med Psykologistudentenes opplysningsarbeid for unge (POFU) gått gjennom alt innhold om psykisk helse på ung.no med særlig fokus på hvordan psykisk helse kan formidles og hvilke temaer som er spesielt viktige at ivaretas. Revisjon av innhold er pågående. Normalisering av ulike følelser og råd om hvordan man kan håndtere det som er vanskelig vil ha hovedfokus ved videre oppdatering og utvikling av temaet psykisk helse på ung.no.

Det er også utviklet en side om hvordan man kan hjelpe en som deler noe vondt på nett, som er basert på og viser til #chatsafe. #chatsafe er utarbeidet av Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF), og har samarbeidet med det australske forskningssenteret Orygen om den norske versjonen.

Det er også laget en liste med ti tips til hvordan man kan kommunisere trygt om selvmord. Det kan være vanskelig å lese innhold som handler om selvmord og selvskading. Ung.no har derfor samlet mange gode chattetjenester og hjelpetjenester som ungdom kan kontakte. Ungdom kan også sende inn spørsmål til ung.no og få kunnskapsbaserte svar.

Samarbeidet mellom ung.no og POFU er videreført i 2022.

Ansvarlig departement: HOD, BFD, JD og KUD

Tiltak 8 Regjeringen vil styrke informasjon til foreldre om barn og unges eksponering for skadelig innhold på internett.

Rett på nett – Nasjonal strategi for trygg digital oppvekst ([nasjonal strategi for trygg digital oppvekst](#)) ble lansert i september 2021 og har som mål å sikre barn og unge en aktiv, deltakende og trygg digital oppvekst. Medietilsynet har hatt en sentral rolle i utarbeidelsen av strategien. Å øke foreldre- og barns digitale kompetanse er et av målene med strategien. Det innebærer blant annet at de skal få nødvendig og oppdatert informasjon og råd om barn og unges digitale mediebruk. I arbeidet med handlingsplan som følger opp strategien, Rett på nett, kartlegger en direktoratgruppe hva som finnes av offentlige tiltak som styrker den digitale kompetansen hos barn, foreldre og voksne som arbeider med barn i dag – og vil også peke på eventuelle områder der slike tiltak mangler.

Ansvarlig departement: HOD, BFD, JD og KUD

Tiltak 9 Regjeringen vil styrke kompetansen hos personell om selvskadings- og selvmordsinnhold på internett, og om hvordan de møter barn og unge.

De regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) har opprettet et felles nasjonalt prosjekt med en prosjektgruppe på tvers av sentrene for å bygge intern kompetanse og utvikle kompetansehevende tiltak knyttet til dette tiltaket i handlingsplanen. RVTS Sør er prosjekteier og leder arbeidet i nært samarbeid med de andre kompetansesentrene. Målgruppen for tiltaket er hjelpere som omgås ungdom i skole og hjelpetjenester, og også tjenester som er i kontakt med unge på chattetjenester og liknende.

RVTS har samarbeid og dialog med flere instanser i prosjektarbeidet, som for eksempel Politiets nettpatrulje, Landsforeningen for barnevernsbarn, brukerkontakt fra «det mørke nettet», Blå kors´ chat-tjeneste, Nasjonalt senter for selvmordsforskning og – forebygging (NSSF), Regionsenter for barn og unges psykiske helse - Sør og Øst (RBUP Øst og Sør), Samarbeid Sør og Medietilsynet.

Prosjektgruppen har igangsatt et arbeid med å sammenstille kunnskap fra tilgjengelig forskning, ressurser, tjenester og brukeres erfaringer. Det er særlig fokus på brukermedvirkning i prosjektet for å sikre god involvering i tiltaksutforming, formidling og evaluering. RVTS ser samlet på behovet for innhenting og sammenstilling av kunnskap, hva som finnes av ressurser innen samme og tilstøtende områder, ivaretagelse av brukermedvirkning og produksjon av ressurser.

Det er utarbeidet et kompendium med kunnskap fra tilgjengelig forskning, ressurser, brukererfaring og kontakt med samarbeidspartnere.

RVTS har gjennomført en undersøkelse med 370 respondenter fra ulike tjenester i hele landet for å innhente informasjon om tjenestenes behov.

Det har i 2022 vært gjennomført et møte med Landsforeningen for helsesykepleiere hvor det er innhentet innspill til videre arbeid og drøftet hvordan helsesykepleiere på best måte kan nås med kompetanse om temaet. Det er i tillegg planlagt møter med Bufdir-prosjektet kompetanseprogrammet for barneverntjenesten, for å vurdere muligheten for plass til denne kompetansen inn i deres arbeid. Det er gjennomført drøftingsmøte med NSSF om #chatsafe og mulighet for å spre informasjon om dette i Norge.

Det skal utvikles en nettside hvor kunnskap og faglige råd gjøres tilgjengelig. Det planlegges i tillegg for videre kompetansetiltak for å gjøre kunnskapen kjent, som informasjon til aktuelle instanser, undervisningsmaterieell, lanseringer og samarbeid. Det er forelest om tematikken på nasjonal samling for kursledere i VIVAT i Tromsø i mai 2022. I 2022 er det også gjennomført et internt webinar for ansatte ved alle RVTS.

Ansvarlig departement: HOD, BFD

Tiltak 10 Regjeringen vil arbeide for at nettressursen om skolens arbeid for forebygging av selvskading og selvmord blir kjent for alle skoler.

Det er gjort enkelte oppdateringer i ressursen i forbindelse med utgivelse av denne handlingsplanen for forebygging av selvmord. Dette gjelder siden som omhandler nye læreplaner og det tverrfaglige temaet Folkehelse og livsmestring: www.udir.no/kvalitet-og-kompetanse/sikkerhet-og-beredskap/skolens-selvmondsforebyggende-arbeid/selvmond-som-tema-i-lareplanverket/

Ansvarlig departement: KD

Tiltak 11 Regjeringen vil tydeliggjøre hvilke regler om informasjonsutveksling som gjelder ved mistanke om selvmordsfare.

Justis- og beredskapsdepartementet har hatt på høring utkast til en veileder om taushetsplikt, opplysningsrett og opplysningsplikt utarbeidet av professor Morten Holmboe i samarbeid med departementet. Høringen følges opp i Justis- og beredskapsdepartementet, og det tas sikte på utsendelse av veilederen i 2022. Behov for videre arbeid med tiltaket vil vurderes.

Ansvarlig departement: HOD, JD, BFD

Tiltak 12 Regjeringen vil vurdere anbefalinger om minstestandard for opplæring av de som besvarer hjelpetelefoner og netjtjenester på det psykiske helseområdet, og evt. andre relevante telefoner, og om opplæringen bør være felles.

Helsedirektoratet har foretatt en offentlig anskaffelse for å kartlegge egenskaper, erfaringer og opplæringsbehov ved organisasjoner som mottar tilskuddsmidler fra Helsedirektoratet for å drive chat, meldings- og telefontjenester. Kartleggingen vil resultere i en sluttrapport med leveranse 1. desember 2022. Tiltakene 12 og 13 som begge omhandler hjelpetelefoner, chat og meldingstjenester, sees i sammenheng. Helsedirektoratet har våren 2022 utarbeidet en fremdriftsplan for arbeidet som skisserer hvordan tiltakene kan løses på en god måte og der tiltakene sees i sammenheng med øvrige pågående innsatser.

I arbeidet med tiltaket er det etablert et samarbeid og dialog med de organisasjoner som driver telefon, chat og meldingstjenester og Psykologistudentenes opplysningsarbeid for unge (POFU). Det ble gjennomført en workshop med organisasjonene i august 2022. Det vil gjennomføres en ny workshop 1. november 2022 for sammen å drøfte det som fremkommer i kartleggingen. Målsettingen med å gjennomføre workshops er i tillegg til å innhente nødvendig kunnskap, å sikre involvering, medvirkning og en god dialog med organisasjonene. Det vil etableres en arbeidsgruppe for tiltaket der flere av organisasjonene, samt relevante kompetansemiljøer vil være representert.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 13 Regjeringen vil vurdere samordning av relevante hjelpetelefoner innen det psykiske helseområdet og evt. andre relevante telefoner, til ett felles nasjonalt nummer, og mulighet for etablering av nødknapp.

Det vises til rapportering på oppdrag 12. Helsedirektoratet vil på bakgrunn av resultatene fra kartleggingen av chat, meldings- og telefontjenester, og i samarbeid med aktuelle organisasjoner, utrede og vurdere konsekvenser av en samordning av relevante hjelpetelefoner innen det psykiske helseområdet til ett felles nasjonalt nummer, og muligheten for etablering av nødknapp.

Tiltaket vil sees i nær sammenheng med og bygge på erfaringer fra arbeidet som gjøres gjennom DigiUng-samarbeidet. Sommeren 2022 ble oppdraget tatt opp som eget delprosjekt i DigiUng. I arbeidet med tiltaket vil det etableres et samarbeid og dialog med organisasjoner som driver chat, meldings- og telefontjenester. Det vil også etableres samarbeid med øvrige relevante kompetansemiljøer i det videre arbeidet med tiltaket.

Ansvarlig departement: HOD

Mål 3 – Begrenset tilgang til metode for selvmord

Tiltak 14 Regjeringen vil etablere mer formaliserte og standardiserte kriterier for klassifisering av selvmord i trafikken.

Arbeidet med å utvikle mer standardiserte kriterier for klassifisering av selvmord i trafikken bør forankres i en tverrfaglig sammensatt faggruppe med blant annet kompetanse innenfor selvmordsforskning. Gruppens sammensetning er til vurdering.

Ansvarlig departement: SD

Tiltak 15 Regjeringen vil fortsette arbeidet med å bidra til mer kunnskap og oversikt over utsatte områder og gjennomføre egnede og effektive tiltak som del av det forebyggende sikkerhetsarbeidet på jernbanen, T-bane og trikk.

Selvordsforebygging er en del av det generelle forebyggende sikkerhetsarbeidet på både vei- og jernbaneområdet. Etater under Samferdselsdepartementet jobber med problemstillingen og deltar nå i direktoratsamarbeidet tilhørende Nasjonalt forum for forebygging av selvmord.

Jernbanedirektoratet har utarbeidet et kunnskapsgrunnlag for arbeidet med å forebygge selvmord knyttet til jernbane. Dette omfatter kartlegging av hendelser, kunnskapsoversikt og forslag til mulige tiltak. Arbeidet ble utført av Bane NOR på oppdrag fra direktoratet og rapport overlevert januar 2021.

Ansvarlig departement: SD

Tiltak 16 Regjeringen vil kartlegge antall høybroer med potensial for sikring og vurdere tiltak for sikring av disse.

Kartleggingen av bruer som utgjør risiko i denne sammenhengen, samt vurdering av mulige tiltak ble utarbeidet i 2021. Når Statens vegvesen, ved Drift og vedlikehold, gjør annet arbeid på disse bruene vil eventuelt selvmordssikring gjennomføres samtidig.

Ansvarlig departement: SD

Tiltak 17 Regjeringen vil legge fram en nasjonal alkoholstrategi med tydelig mål om nedgang i befolkningens alkoholkonsum.

Nasjonal alkoholstrategi (2021-2025). En helsefremmende og solidarisk alkoholpolitikk ble lansert i mars 2021. Den finnes her: [Nasjonal alkoholstrategi \(regjeringen.no\)](https://lovdata.no/forskrift/2022-06-02-977/§5-8)

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 18 Regjeringen vurderer å begrense tillatt mengde A/B-legemidler (narkotiske og vanedannende legemidler) på papirresepter og muntlige resepter til tre døgns vanlig terapeutisk dose.

Forslaget er inntatt i ny forskrift om rekvirering og utlevering av legemidler m.m. (<https://lovdata.no/forskrift/2022-06-02-977/§5-8>). Forskriften vil tre i kraft i løpet av høsten 2022.

Bestemmelsen, bokstav c i § 5-8 om Særregler for resept for legemidler i reseptgruppe A og B, lyder:

«Ved rekvirering av legemidler til mennesker på annen måte enn via Reseptformidleren kan bare minste standardpakning eller en mengde tilsvarende vanlig terapeutisk dose i tre døgn rekvireres.»

Ansvarlig departement: HOD

Mål 4: God hjelp og gode behandlingsforløp for mennesker i selvmordsrisiko

Tiltak 19 Regjeringen vil vurdere å tydeliggjøre i helselovgivningen helse- og omsorgstjenestenes ansvar for å bidra til å forebygge selvskading, selvmordsforsøk og selvmord, samt om forebygging på gruppe- og samfunnsnivå kan omfattes av folkehelseloven.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 20 Regjeringen vil utrede kunnskapsgrunnlaget for å etablere livskrisetilbud og utvikle anbefalinger om å opprette slike funksjoner.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 21 Regjeringen vil videreutvikle veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord.

I arbeidet med revidering av retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert behandling, sees det i innhenting av nytt kunnskapsgrunnlag og utarbeidelse av nye anbefalinger hen til tiltaket om å videreutvikle det veiledende materialet for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord. Det vurderes hva av det som fremkommer i dette arbeidet som tematisk er omtalt i det veiledende materialet og hva som i dag ikke er omtalt, men bør inngå i videreutviklingen.

De to normerende produktene fra Helsedirektoratet skal understøtte hverandre mht. innhold, anbefalinger og veiledning. I kommunens årlige rapportering på psykisk helse og rusfeltet (IS- 24/8) for 2021, oppgir 90% av kommunene at de er kjent med det veiledende materialet. Dette er en økning fra 77% i 2018. 38% av kommunene svarer i samme undersøkelse at de har en plan på hvordan de skal gjøre det veiledende materialet kjent for relevant helsepersonell, mot 26% i 2018. Det veiledende materialet er i perioden 2020-2022 supplert med verktøy som ressurskart og demonstrasjonsfilmer som omhandler temaene bruk av

sikkerhetsplan, kartlegging og informasjon om selvskading, samt involvering av pårørende. Dette er ressurser som utdyper temaer omtalt i det veiledende materialet.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 22 Regjeringen vil tilrettelegge for at kommunene utarbeider plan/delplan for forebygging, tidlig identifisering og oppfølging av selvskading og selvmordsforsøk, herunder understøtte implementering av elektronisk veiledning for utvikling av kommunale handlingsplaner.

De regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) har utarbeidet nettsiden Kommunal handlingsplan mal selv mord. Nettsiden ble lansert høsten 2020. Samtlige RVTS har igangsatt tiltak for å implementere malen. Dette innebærer tiltak som å informere om malen på konferanser, i nasjonalt storbynettverk, kompetansenettverk, i undervisning, i samarbeidsmøter og på konferanser. RVTS retter seg aktivt til kommunene i sin region og tilbyr bistand og veiledning i etablering av kommunale handlingsplaner ved bruk av nettressursen. I sin veiledning vektlegger RVTS overfor kommunene at det er svært viktig å starte med å forankre planen i kommunens ledelse, dette er helt sentralt når målsettingen med en slik plan er at den skal favne alle etater og organisasjoner i en kommune.

RVTSene utarbeider også ytterligere verktøy for å bistå tjenestene i arbeidet med å utarbeide kommunale planer for forebygging av selvmord og selvskading. Dette består av en felles presentasjon som kan benyttes i undervisning i regi av RVTS, informasjonsfilm om utarbeidelse av handlingsplan tilgjengelig på RVTSenes hjemmesider, webinar og undervisningspakke.

RVTS Øst vil våren 2023 lansere nettressursen ForebyggSelvmord.no som kan være et supplement til digital mal for kommunal handlingsplan. I nettressursen vektlegges temaer som fenomenforståelse, kartlegging og behandling av akutt og tilbakevendende selvmordstematikk og selvskading. Pårørende, etterlatte, risiko for smitte og de sårbare overgangene belyses også i nettressursen.

Flere kommuner har nå utarbeidet gode handlingsplaner med relevante og gjennomførbare tiltak og er nå i gang med å iverksette flere av tiltakene. I den årlige rapporteringen fra kommunene om psykisk helse og rustjenester (IS- 24/8) for 2021, svarer 43% av kommunene at de har etablert skriftlige rutiner/prosedyrer for oppfølging av personer etter selvmordsforsøk, 27% av kommunene svarer at de har rutiner for oppfølging av personer med selvskadingsproblematikk. Mal for kommunale handlingsplaner ble revidert i juni 2021. Det vil gjennomføres en ny revidering høsten 2022. Informasjon om og lenke til handlingsplanmalen er lagt inn i det veiledende materialet for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 23 Regjeringen vil øke utbredelsen av tilbudet Rask psykisk helsehjelp.

Rask psykisk helsehjelp (RPH) er et kommunalt lavterskel behandlingstilbud for personer over 16 år med lettere til moderat angst og depresjon. Evaluering av RPH har vist at tilbudet både er etterspurt og effektivt, og at det når målgruppen med milde til moderate angst- og depresjonslidelser. For å stimulere til at flere kommuner etablerer RPH, ble det i 2021 besluttet å gradvis legge om tilskuddsordningen til en implementerings- og utdanningsstøtte.

Tiltaket følges opp av Helsedirektoratet sammen med Nasjonalt kompetansesenter for psykisk helsearbeid (NAPHA) og Norsk forening for kognitiv terapi (NFKT). Helsedirektoratet har gjort en anskaffelse av opplæringstilbudet til Rask Psykisk Helsehjelp (RPH)-team, som muliggjør at alle ansatte i kommuner hvor det er vedtatt opprettelse av RPH-team kan søke seg til opplæring. Opplæringen er anskaffet fra NFKT. Etter omleggingen våren 2021 er det mange kommuner som har vist interesse for kurs. NAPHA har fått tilskudd til å øke sin implementeringsstøtte til kommuner som skal starte opp RPH-team, men også støtte til kommuner med eksisterende team. NAPHA har utarbeidet en håndbok for etablering og drift av RPH-team. De fem regionale ressursentre om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) har bidratt med kunnskap om forebygging av selvmord inn i håndboken. Det opprettet en nasjonal veilederordning for alle RPH team og det er startet opp en utredning av en nasjonal monitoreringsordning for effekten av RPH-behandling (før, under og etter behandling).

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 24 Regjeringen vil gjøre helsestasjons- og skolehelsetjenesten mer digitalt tilgjengelig.

Digihelsestasjon har mottatt midler til å ferdigstille arbeidet med digitalisering av skolehelsetjenesten og helsestasjon for ungdom i 2022. Fem kommuner er med å utvikle og pilotere løsningen. Løsningen vil muliggjøre for alle barn og unge å booke time via mobil/PC og å få tilpasset informasjon fra sin egen helsestasjon/skolehelsetjeneste. Ungdommer som er 16 år og eldre vil også kunne gjennomføre digitale konsultasjoner med helsesykepleier.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 25 Regjeringen vil stimulere til at flere kommuner gjennomfører forebyggende hjemmebesøk for eldre, blant annet for å kunne avdekke depresjon, andre psykiske plager og rusmiddelrelaterte problemer, og gjennom dette bidra til å redusere risiko for selvmord.

I august 2021 sendte Helsedirektoratet ut et brev til alle landets kommuner, samt statsforvalterne, om viktigheten av å tilby og opprette forebyggende hjemmebesøk som tiltak. Forebyggende hjemmebesøk er også tema på samlinger med statsforvaltere og kommuner som gjennomføres i forbindelse med kvalitetsreformen for eldre, Leve hele livet. Brevet inneholder lenker til eksempler på gjennomføring, samt rundskriv og retningslinje for gjennomføring av forebyggende hjemmebesøk.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 26 Regjeringen vil øke fastlegenes bevissthet om pasienters alkoholproblemer og utvikle verktøy for å håndtere dette.

Tiltaket skal ses i sammenheng med oppfølging av tiltakene i Nasjonal alkoholstrategi (2021-2025). En helsefremmende og solidarisk alkoholpolitikk, som ble lansert i mars 2021.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 27 Regjeringen vil styrke befolkningens tilgang til digitale mestringsverktøy innen psykisk helse for å øke og tilpasse tilbudene til befolkningen, samt senke terskelen for å få hjelp.

Prosjekt Mestringsverktøy psykisk helse ble etablert i 2015 med mål om å gi tilgang til nettassistert behandling for angst og depresjon i norske kommuner. Det ble anskaffet en leverandør, <https://assistertselvhjelp.no/>, som leverer åtte ulike verktøy for behandling av blant annet depresjon, angst, stress, søvn mm. Verktøyene kan benyttes av innbyggere i kommunen sammen med behandler (veiledet selvhjelp). Prosjektet er et samarbeid mellom Helsedirektoratet og Norsk helsenett (NHN) som har ansvar for Helsenorgeportalen. Prosjektet er todelt og har to ulike mål. Mål 1 er hovedmålet: Sørge for effektiv og tilgjengelig digital behandling av lette til moderate psykiske lidelser for innbyggere i norske kommuner. Mål 2 er: Utvikling av Verktøyformidleren i Helsenorgeplattformen, slik at denne blir en plattform for tildeling av ulike verktøy til den norske befolkningen. Piloten ferdigstilles høsten 2023.

Også i spesialisthelsetjenesten arbeides det med digitale tilbud. Blant annet har Helse Vest RHF implementert eMeistring og arbeidsrettet behandling der målet er å komme tidlig til og å kunne gi behandling til store pasientgrupper. Pasienter til eMeistring kan også få behandling ved å ta direkte kontakt selv. Her er målet å nå de pasientene som vegrer seg for å gå via fastlegen. Helse Sør-Øst RHF innførte eMeistring i regionen i 2021, under ledelse av Sykehuset i Vestfold (<https://helse-sorost.no/nyheter/veiledet-internettbehandling-styrker-tilbudet-innen-psykisk-helsevern>). I Helse Midt-Norge jobbes det med anskaffelse og innføring av dette behandlingsverktøyet ved St. Olavs hospital.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 28 Regjeringen vil revidere nasjonal retningslinje for forebygging av selvmord og legge til rette for implementering i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling.

Ny retningslinje omhandler forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling. Det vil bli gitt anbefalinger om utredning og behandling av selvmordsatferd, sikkerhetstiltak i døgnavdelinger, bruk av sikkerhetsplan, inkludering av pårørende/barn som pårørende, oppfølging og ivaretagelse av etterlatte/barn som etterlatte, planlegging av utskrivning og oppfølging etter utskrivning, og opplæring og ivaretagelse av ansatte etter alvorlige hendelser. Samhandling inngår i alle anbefalinger der det er relevant. Ekstern høring er planlagt høsten 2022.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 29 Regjeringen vil sikre at økt kunnskap om omstendighetene rundt selvmord brukes for å lære og for å forbedre tjenestene.

De regionale helseforetakene (RHFene) viser til at omstendighetene rundt selvmord blir gjennomgått (årsaks- og hendelsesanalyse) og brukes i læringsøyemed. Det nasjonale kartleggingssystemet for selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling brukes og gir mulighet for gjennomgang og læring.

I Helse Sør-Øst RHF er ett av tiltakene i den regionale fagplanen for psykisk helsevern og rusbehandling å styrke satsingen på forskning innen innsatsområdene, blant annet gjennom målrettede utlysninger til forskning om selvmordsforebyggende tiltak.

Helse Midt-Norge RHF viser til at klinikkene begynner å få erfaring med bruk av statsforvalterens tilsynsmetode. I arbeidet gjennomgås alvorlige hendelser systematisk og virksomheten vurderer eget arbeid mtp. læringspunkter. Det gjøres også en fullstendig hendelsesanalyse. Hendelser med selvmord hvor det er avdekket læringspunkter tas opp med involvert behandler, i behandlingsteam, avdeling og i klinikkens HMS/Kvalitets og pasientsikkerhetsråd. Flere avdelinger har etablert sitt eget analyse-team.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 30 Regjeringen vil arbeide for at flere kan få hjelp for sin alkoholavhengighet på riktig behandlingsnivå.

Tiltaket skal ses i sammenheng med oppfølging av tiltakene i Nasjonal alkoholstrategi (2021-2025). En helsefremmende og solidarisk alkoholpolitikk, som ble lansert i mars 2021.

Alkohol og helse er et eget innsatsområde i den regionale fagplanen i Helse Sør-Øst RHF. Foretaket har utarbeidet en plan for oppfølging og gjennomføring av denne:

<https://helse-sorost.no/Documents/Plan%20for%20oppf%C3%B8lging%20og%20gjennomf%C3%B8ring%20av%20regional%20fagplan%20psykisk%20helsevern%20og%20TSB.pdf>

Noen eksempler på innsatser og tiltak i helseforetak og sykehus i Helse Sør-Øst RHF:

- Implementering av regionalt kjernebatteri «DelMedMeg» som inkluderer blant annet spørsmål om selvmordsrisiko og bruk av alkohol og andre rusmidler*
- Etablering av rusFACT (fleksible oppsøkende team rettet mot rusavhengige)*
- Implementering av pasientforløp for alkoholavhengighet*
- Pilotering av stedlig vurderingsteam for TSB i somatikk*

- Etablering av behandlingsprogrammet *E-mestring alkohol*
- Implementering av nytt overdosekapittel i pakkeforløp TSB, med angrekort og egen prosedyre

I spesialisthelsetjenesten generelt skal det være rutiner for kontakt og henvisning mellom somatikken, psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling. Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner hvor alkoholbruk er et eget punkt i inntakssamtalen i somatikken ved hjelp av AUDIT-C eller andre verktøy som inneholder gode spørsmål for kartlegging av alkoholbruk, samt tiltak for videre oppfølging ved identifisert problematisk alkoholbruk. I Helse Nord RHF er det etablert digitale behandlingsopplegg for personer med rusproblemer. Slike tilbud vurderes også i Helse Midt-Norge RHF.

Helse Stavanger har fått midler til et innovasjonsprosjekt om hvordan sikre samtidig behandling av psykiske lidelser, ruslidelser og somatiske lidelser.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 31 Regjeringen vil legge til rette for tettere oppfølging av pasienter før og etter utskrivning fra døgntilrettelagt behandling i tverrfaglig spesialisert rusbehandling, herunder økt tilgang til brukerstyrt seng.

I alle regioner etterstrebes god planlegging og koordinering av pasientforløp i samarbeid med kommunene, fra innleggelse til utskrivning og i tiden etter.

Pakkeforløp Rusbehandling gir føringer for koordinering og samhandling før og etter utskrivning fra døgntilrettelagt behandling.

Forebygging av selvmord er et innsatsområde i den regionale fagplanen for psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling i Helse Sør-Øst RHF. Det er etablert en arbeidsgruppe som skal vurdere tiltak for å sørge for tilstrekkelige tjenester 24/7 innen psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling, inkludert konsultasjonstjeneste innad i spesialisthelsetjenesten og for kommunale aktører.

Tiltak i den regionale fagplanen:

- *Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner for oppfølging etter utskrivelse, inkludert oppdatert kriseplan med tiltak og intervensjoner i kommunen*
- *Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner for at epikrise sendes samtidig som utskrivelse etter selvmordsforsøk/selvskading*
- *Helseforetakene/sykehusene skal ha skriftlige rutiner for kartlegging av selvskading og tiltak ved selvskading hos barn og unge*

Avdeling TSB ved Klinikk for psykisk helsevern og rus i Helse Møre og Romsdal HF har tett samhandling mellom de ulike seksjonene og de ulike tilbudene, og tilbyr pasientene

oppfølging både før og etter utskrivning fra døgn. De har faste møter med de største kommunene og deltar aktivt inn i prosjekt som skal sikre god oppfølging både før, under og etter utskrivning. Avdelingen har tilbud om brukerstyrt seng som utnyttes i stor grad. Det utarbeides kriseplaner til alle pasientene og de som har gjort avtale om brukerstyrt seng, har det i kriseplan.

Ved St. Olavs hospital har Rusklinikken implementert tiltak fra pasientsikkerhetsprogrammets to pakker; forebygging av overdose og forebygging av selvmord. Ved alle innleggelser gjennomføres tiltak før og under innleggelse, samt ved utskrivning.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 32 Regjeringen vil be de regionale helseforetakene, i samarbeid med Helsedirektoratet, vurdere om bruk av sensorteknologi i døgnavdelinger i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling er et relevant hjelpemiddel for å forebygge pasientskader og selvmord.

Nordlandssykehuset har igangsatt et innovasjonsprosjekt (pilot) på tvers av avdelinger for å vurdere bruk av sensorteknologi for å forebygge selvmord og redusere personskader. Prosjektet ble igangsatt våren 2022.

Ved St. Olavs Hospital pågår et innovasjonsprosjekt i det somatiske akuttmottaket med mål om å få frem et produkt som kan måle pust og puls kontaktløst. Psykisk helsevern vil koble seg på dette arbeidet med tanke på videre utvikling.

I Helse Møre og Romsdal ønsker TSB å ta i bruk sensorteknologi i avrusning. Det vurderes å sende søknad om midler til slikt utstyr høsten 2022.

Klinikk psykisk helse og avhengighet ved Oslo universitetssykehus HF er tildelt innovasjonsmidler fra Forskningsrådet og Helse Sør-Øst RHF for å utvikle og innføre avansert sensorteknologi i samarbeid med innovasjonsselskap i privat næringsliv. Flere helseforetak i regionen deltar i prosjektet kalt "Trygg Natte". Målet er å utvikle sensorer som kan registrere pustefrekvens og bevegelse.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 33 Regjeringen vil sørge for at somatiske enheter har selvmordsforebyggende kompetanse og samarbeid med psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling om pasienter med somatiske tilstander.

Helse Sør-Øst RHF viser til etablering av en arbeidsgruppe som skal vurdere tiltak for å sørge for tilstrekkelige tjenester 24/7 innen psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling, inkludert konsultasjonstjeneste innad i spesialisthelsetjenesten og for kommunale aktører.

Rutiner for tilsynsfunksjon overfor somatiske avdelinger er høsten 2022 under etablering i regionen. Det jobbes også med pilotering av stedlig vurderingsteam for TSB i somatikk.

RVTS Vest har fått i oppdrag å bidra med kompetanseheving på selvmordsforebygging i de somatiske enhetene i Helse Vest.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 34 Regjeringen vil sørge for at pasienter som innlegges og behandles for somatiske tilstander som kan relateres til et selvmordsforsøk blir vurdert for selvmordsrisiko av helsepersonell med tilstrekkelig kompetanse.

Flere helseforetak viser til at det er etablert pasientforløp som vektlegger samhandling mellom psykisk helsevern, tverrfaglig spesialisert rusbehandling og somatiske enheter. Enkelte av helseforetakene melder også om egne prosedyrer for samhandling mellom somatiske enheter, psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling. Flere helseforetak planlegger undervisning om selvmordsforebygging ved somatiske enheter. Det er etablert liaisonstjenester og tilsynsfunksjoner ved helseforetakene/sykehusene.

Ny regional plan for TSB i Helse Vest har fire innsatsområder, der ett av dem er økt oppmerksomhet på pasienter med alkoholproblemer i somatiske enheter.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 35 Regjeringen vil sikre gode overganger og samarbeid mellom tjenester, ved utskrivning og i videre oppfølging. Pasienter som skrives ut etter selvmordsforsøk skal få tilbud om kriseplan og oppfølging i tråd med pakkeforløpene.

Helsedirektoratet arbeider som en del av oppfølgingen av Nasjonal helse- og sykehusplan (NHSP) med å understøtte helsefelleskapene, en samarbeidsarena mellom foretak og omliggende kommuner. Målet med helsefelleskapene er å bedre samhandlingen mellom nivåene. Pasienter med psykiske lidelser og rusmiddelproblemer er en prioritert gruppe for helsefelleskapenes arbeid. I oppfølging av NHSP har Helsedirektoratet i 2021 levert på oppdrag om ønsket innretning av utskrivningsprosessen. I 2022 skal det leveres på ny veileder til samhandlingsavtalene mellom kommuner og foretak, og nasjonal tverrsektoriell veileder psykisk helsearbeid barn og unge. En revidert versjon av veilederen Sammen om mestring er planlagt klar i begynnelsen av 2023. I tildelingsbrevet for 2022 ber Helse- og omsorgsdepartementet Helsedirektoratet om en nærmere vurdering av årsakene til utfordringene med utskrivningsprosessen og et forslag til hvordan det i større grad kan følges med på kvaliteten i utskrivningsprosessen. I tillegg vil ny nasjonal faglig retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling inneholde egen anbefaling om planlegging av utskrivning og samarbeid om kriseplan/sikkerhetsplan.

I alle helseregioner vektlegges samarbeid og planlegging med lokal helsetjeneste om oppfølging etter utskrivning, også bruk av kriseplan.

Tiltak i den regionale fagplanen i HSØ:

- Helse Sør-Øst RHF skal i samarbeid med relevante fagmiljø gjennomføre en fagrevisjon og vurdere tilbudet til barn og unge ved selvsykdom eller selvmordsforsøk
- Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner for oppfølging etter utskrivelse, inkludert oppdatert kriseplan med tiltak og intervensjoner i kommunen
- Helseforetakene/sykehusene sørger for at det eksisterer rutiner for at epikrise sendes samtidig som utskrivelse etter selvmordsforsøk/selvsykdom

Regionalt innsatsteam i Helse Sør-Øst RHF har fått i oppdrag å bidra i oppfølging av oppdraget til helseforetakene/sykehusene om å etablere gode rutiner for å forebygge selvmord. Innsatsteamet er bedt særlig om å understøtte helseforetakene i arbeidet med rutiner knyttet til selvsykdom hos barn og unge, rutiner ved somatisk akuttinntak, og oppfølging av etterlatte.

I Helse og Møre Romsdal får pasienter innlagt i somatiske avdelinger tilbud om kriseplan ved utskrivning etter selvmordsforsøk.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 36 Regjeringen vil gjennomgå og forbedre den akuttmedisinske kjeden for personer i selvmordsfare, herunder bruken av ambulante akutt-team.

Helsedirektoratet har laget en strategisk plan for akuttområdet som skal følges opp. Planen er blant annet å lage forløp for noen utvalgte grupper, herunder personer i selvmordsrisiko. Det generelle utviklingsarbeidet i den akuttmedisinske kjede omfatter også disse pasientgruppene. Akuttmedisinske tjenester er del av Nasjonal helse- og sykehusplan 2020-2023. Se også rapportering på tiltak 38.

Tiltak i den regionale fagplanen i HSØ:

- Helse Sør-Øst RHF etablerer en arbeidsgruppe som skal vurdere tiltak for å sørge for tilgjengelige tjenester 24/7 innen psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling, inkludert konsultasjonstjeneste innad i spesialisthelsetjenesten og for kommunale aktører.

I Helse Sør-Øst RHF er det også mottatt innovasjonsmidler fra StimuLab som skal brukes til å finne tiltak som «reduserer brudd i behandling» innen akutt psykisk helsevern, hvor målet er å ha løsninger klare for implementering i 2023.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 37 Regjeringen vil videreutvikle og implementere beslutningsstøtteverktøy i akuttmedisinsk kommunikasjonsentraler (AMK) og legevaktsentraler.

Det er gjort noen endringer på legevaktindeks.no. Se også rapportering på tiltak 38.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 38 Regjeringen vil utarbeide kurs for personell i akuttmedisinske kommunikasjonsentraler (AMK) og legevaktsentraler om selvmordsfare, inkludert opplæring i beslutningsstøttesystemer og praktiske kommunikasjonsferdigheter.

Det er i statsbudsjettet for 2022 bevilget midler til kompetanseutvikling på selvskadings- og selvmordstematikk hos personell i den kommunale helse- og omsorgstjenesten, psykisk helsevern (PHV), tverrfaglig spesialisert rusbehandling (TSB) og somatikk. Helsedirektoratet har på oppdrag fra Helse- og omsorgsdepartementet laget en plan for bruk av midlene og har foreslått at midler til kompetanseheving i første omgang skal benyttes til å styrke kompetansen om selvskading og selvmordstematikk ved akuttmedisinske kommunikasjonsentraler og legevaktsentraler i Norge, dette inkluderer opplæring i beslutningsstøttesystemer og praktiske kommunikasjonsferdigheter. Tiltaket er under planlegging. Helsedirektoratet vil gå i dialog med relevante kompetansemiljø på feltet og bruker- og pårørendeorganisasjoner i gjennomføring av tiltaket.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 39 Regjeringen vil styrke fokuset på tjenestenes ivaretagelse av barn som pårørende etter alvorlige selvskading eller selvmordsforsøk.

For å styrke fokuset på ivaretagelse av barn som pårørende til foreldre/pasienter med alvorlig selvskading og selvmordsforsøk, vil det vurderes justeringer i den nasjonale pårørendeveilederen og kapittelet om Barn som pårørende, ved neste oppdatering. Det gjøres en ny oppdatering av kunnskapsgrunnlaget om ivaretagelse av pårørende knyttet til arbeidet med ny nasjonal faglig retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling.

Fokuset på ivaretagelse av barn som pårørende løftes også i kurs og kompetansetiltak tilrettelagt for en bredde av tjenester i regi av de regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) og Regionale kunnskapssentre for barn og unges psykiske helse (RKBU/RBUP).

Helsedirektoratet arbeider med Pårørendestrategien og implementering av tiltakene i denne. Ett av tiltakene er en nasjonal pårørendeundersøkelse med tema barn og unge som pårørende.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 40 Regjeringen vil styrke fokuset på pårørende som ressurs i selvmordsforebygging.

I arbeidet med revidering av retningslinjen for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling og videreutvikling av veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord, er det å styrke fokuset på

pårørende som ressurs i selvmordsforebygging sentralt. Det gjøres et søk etter oppdatert forskningsbasert kunnskapsgrunnlag. Perspektivet løftes inn i flere pågående innsatser. Fokuset på pårørende som en ressurs i det selvmordsforebyggende arbeidet vektlegges i kurs og kompetansetiltak i regi av de regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS). Nasjonalt senter for selvmordsforskning og forebygging (NSSF) har med midler fra Helsedirektoratet laget videoressursen [Hvorfor og hvordan involvere pårørende ved behandling og oppfølging av selvmordstematikk?](#) I denne filmen snakker Fredrik Walby (NSSF), Bjørn Johnsen (FACT Gamle Oslo) og Anne-Grethe Terjesen (Pårørendealliansen) om betydningen av involvering av pårørende og hvordan involvering kan gjøres, i en samtale med Else Kåss Furuseth. Målgruppen for filmen er ansatte i primær- og spesialisthelsetjenesten. Det lenkes til denne videoressursen i det veiledende materialet for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord. Det vil også legges en lenke til videoressursen i ny retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling når den er ferdigstilt. Målet med videoressursen er å styrke fokuset på involvering av pårørende gjennom varierte kompetansetiltak. Videoressursen ble lansert i 2022 og er tekstet på nord-, sør-, lulesamisk og engelsk.

Helsedirektoratet arbeider i tillegg med Pårørendestrategien og implementering av tiltakene i denne.

I Helse Sør-Øst RHF utarbeides det prosedyrer som skal sikre systematisk pårørendesamarbeid og bruk av mestringsplan/sikringsplan med involvering av pårørende. Det planlegges nettside til pårørende med selvmordsforebygging som fokusområde.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 41 Regjeringen vil vurdere behovet for egen omtale av selvmord i den nasjonale pårørendeveilederen.

Helsedirektoratet arbeider med Pårørendestrategien og implementering av tiltakene i denne, herunder revidering av den nasjonale pårørendeveilederen. For å styrke fokuset på ivaretagelse av barn som pårørende til foreldre/pasienter med alvorlig selvskading og selvmordsforsøk, vil det vurderes justeringer i kapittelet Barn som pårørende i pårørendeveileder ved neste oppdatering. Pårørendeveilederen har en generell anbefaling om å lytte til pårørendes bekymringer for pasienten eller brukeren, f.eks. om pasienten/brukeren utgjør en fare for seg selv eller andre. Den har i tillegg en generell anbefaling om å veilede pårørende i kommunikasjon med pasienten. I en revidering av veilederen vil det vurderes å legge inn en henvisning til veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord og retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 42 Regjeringen vil revidere den gjeldende nasjonale veilederen for helse- og omsorgstjenester for innsatte i fengsler.

Helsedirektoratet er i gang med revidering av den nasjonale veilederen for helse- og omsorgstjenester for innsatte i fengsler. Selvmordsproblematikk vil bli tatt opp og beskrevet flere steder i veilederen. Det er forventet at veilederen er ferdig revidert i desember 2022.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 43 Regjeringen vil vurdere å utvide bruken med pust- og bevegelsessensor i fengselsceller, når det er oppnådd tilstrekkelig erfaring med bruken av det.

Ved lov 26. mars 2021 nr. 15 fikk straffegjennomføringsloven en ny bestemmelse (§ 29 a) med hjemmel for å benytte pust- og bevegelsessensor i fengsel. Loven trådte i kraft 1. april 2021. Systemet for pust- og bevegelsessensor ble først etablert i Agder fengsel, for utprøving der. Videre er systemet tatt i bruk på enkelte celler i Trondheim fengsel, og det er under etablering eller planlagt etablert i Ila fengsel og forvaringsanstalt, Romerike fengsel Ullersmo avdeling, og i Bjørgvin fengsel. Videre er det også tilrettelagt for etablering i ungdomsenheten på Eidsvoll. Etablering av systemet krever bygningsmessig tilrettelegging, og vil komme i forbindelse med renovering, nybygg eller lignende. Systemet er prioritert etablert i mottaksavdelinger og enkelte andre avdelinger hvor behovet er vurdert som størst.

Forebygging av selvskading, selvmordsforsøk og selvmord er for øvrig tema i arbeid med en ny sikkerhetsstrategi for kriminalomsorgen.

Ansvarlig departement: JD

Mål 5: Umiddelbar og langvarig oppfølging av etterlatte etter selvmord

Tiltak 44 Regjeringen vil styrke tjenestenes arbeid med ivaretagelse og oppfølging av etterlatte, inkludert barn, ved selvmord og bidra til at dette inngår i tjenestenes helhetlige arbeid.

Helsedirektoratet har utarbeidet flere normerende produkter for tjenestene der oppfølging av etterlatte omtales, dette omhandler blant annet veileder for oppfølging av etterlatte etter selvmord, [retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern](#), veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord og Mestring, samhörighet og håp – veileder for psykososial oppfølging.

De regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) er gjennom årlige tilskuddsbrev fra Helsedirektoratet gitt i oppgave å bidra med implementering av veileder for oppfølging av etterlatte etter selvmord overfor tjenestene. De gjør dette gjennom egne kurstilbud blant annet i samarbeid med LEVE – Landsforeningen for etterlatte ved selvmord og gjennom kurs tilpasset den enkelte kommune. De bistår også med å veilede kommuner om tema.

I forbindelse med arbeidet med nasjonal faglig retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling gjøres det søk etter oppdatert forskning om ivaretagelse og oppfølging av etterlatte. Nytt kunnskapsgrunnlag vil også danne grunnlag for dette tiltaket og øvrige tiltak knyttet til etterlatte. Etter at ny forskning er oppdatert, skal den brukes i flere normerende produkter med anbefalinger og veiledning til tjenestenes arbeid med ivaretagelse og oppfølging av etterlatte.

Gjennom tilskuddordningen Nasjonale tiltak for forebygging av selvskading og selvmord innvilger Helsedirektoratet tilskudd til prosjekter rettet mot etterlatte etter selvmord. Gjennom prosjektene innhentes ny kunnskap som videre kan bidra til å styrke tjenestenes arbeid med ivaretagelse og oppfølging av etterlatte.

Eksempler på oppfølging i spesialisthelsetjenesten:

St. Olavs hospital har utarbeidet en prosedyre som ivaretar pårørende og sikrer at kriseteam og fastlege i kommunen varsles og aktiveres. De etterlatte underrettes umiddelbart etter at et selvmord har funnet sted. Etterlatte tilbys et møte med personalet og ansvarlig behandler. Sykehuset underretter kommune og fastlege for videre oppfølging, men sjekker samtidig ut og vurderer om behov for videre kontakt i spesialisthelsetjenesten.

Helse Sør-Øst RHF ga helseforetakene i oppdrag i 2022 å etablere gode rutiner for blant annet hvordan etterlatte skal følges opp. I regionen gjennomføres det undervisning og fagdager med tema ivaretagelse av pårørende og barn som pårørende etter selvmord/-forsøk. Det arbeides også med utvikling og etablering av kollegastøttetilbud for ansatte som har mistet en pasient i selvmord.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 45 Regjeringen vil gjennomgå veileder Etter selvmordet – Veileder om ivaretagelse av etterlatte ved selvmord og vurdere behov for oppdateringer og behov for å utforme standardisert oppfølgingsløp for etterlatte ved selvmord.

Gjennom arbeidet med nasjonal faglig retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling, gjøres det søk etter oppdatert forskning om ivaretagelse og oppfølging av etterlatte. Nytt kunnskapsgrunnlag danner også grunnlag for dette tiltaket og øvrige tiltak knyttet til etterlatte. Det vil parallelt foretas en bred gjennomgang av veilederen for å vurdere behov for nødvendige endringer basert på ny kunnskap. Dette gjøres i sammenheng med et pågående arbeid med gjennomgang av alle normerende produkter, eldre enn fire år, på rus- og psykisk helsefeltet.

Det er avholdt et møte med organisasjonene LEVE – Landsforeningen for etterlatte ved selvmord og ELPIS der tiltaket ble drøftet. I etterkant av møtet ble det gitt en tilbakemelding fra de to organisasjonene vedrørende områder som de vurderer bør løftes frem eller presiseres ytterligere i oppfølging av etterlatte, både knyttet til dette tiltaket og i arbeidet med ny retningslinje for forebygging av selvmord i psykisk helsevern og tverrfaglig spesialisert rusbehandling. Det vil avtales videre møter og samtaler rundt dette, der LEVE vil være en sentral deltaker, sammen med øvrige kompetansemiljøer på området.

Folkehelseinstituttet (FHI) forsker på betydningen av helse- og velferdstjenestene i oppfølgingen av etterlatte ved selvmord, og er aktuell samarbeidspart. FHI har derfor også fått tiltaket som oppdrag i tildelingsbrevet for 2021. Helsedirektoratet er hovedansvarlig for tiltaket.

Ansvarlig departement: HOD, AID, BFD

Mål 6: Bedre forekomsttall, økt forskning, kunnskap og kompetanse om selvmordsforebygging

Tiltak 46 Regjeringen vil vurdere om det er grunnlag for å utvide plikten til å utføre rettsmedisinsk obduksjon ved mistenkt selvmord og rusrelaterte dødsfall for å redusere usikkerheten i selvmordstallene.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: JD, HOD

Tiltak 47 Regjeringen vil vurdere muligheten og behovet for å obdusere flere eldre for å få mer kunnskap om dødsfallene, herunder dødsårsak, i denne gruppen.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 48 Regjeringen vil vurdere spørsmålet om det bør etableres en ekspertgruppe og om det skal utredes en coroner-ordning i Norge, samt vurdere om det er grunnlag for å etablere faste mortalitetskomiteer som overvåker dødsfall på sykehus mv.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 49 Regjeringen vil sørge for at Dødsårsaksregisteret mottar fullstendige obduksjonsrapporter for å sikre tilstrekkelig informasjon.

Dødsårsaksregisteret (DÅR) har hatt dialog med rettsmedisinerne i Oslo for å informere om betydningen av at alle nødvendige opplysninger rundt selvmord blir fylt inn.

I regi av Norsk Rettsmedisinsk Forening er det utarbeidet forslag til en felles nasjonal mal for rettsmedisinske obduksjonsrapporter. Denne er på høring nå. DÅR vil gjennomgå felles mal for rettsmedisinske obduksjonsrapporter og vil legge ved kommentarer i forbindelse med å opplyse om viktigheten av å sikre tilstrekkelig informasjon knyttet til selvmord.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 50 Regjeringen vil vurdere etablering av et register for selvskading og selvmordsforsøk, eventuelt se på andre muligheter for å få god oversikt og følge utviklingen av selvskading og selvmordsforsøk.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 51 Regjeringen vil sørge for at det etableres en samarbeidsmodell for optimal arbeidsdeling mellom Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging og Folkehelseinstituttet for å sikre ny kunnskap og spredning av denne kunnskapen i det selvmordsforebyggende arbeidet.

Ikke påbegynt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 52 Regjeringen vil be Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging og Folkehelseinstituttet i samarbeid med de regionale helseforetakene om en vurdering av eksisterende, publisert forskning på selvmord, herunder hvilke temaer og grupper i befolkningen som er lite forsket på.

Tiltaket er gitt i oppdragsbrevet for 2021 til både Folkehelseinstituttet (FHI) og tildelingsbrevet for 2021 til Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF). FHI koordinerer arbeidet.

FHI har sendt ut en bestilling til de ulike nasjonale fagmiljøene på selvmordsfeltet hvor de ble bedt om å rapportere inn publisert forskning på selvmord i løpet av de siste ti årene. Basert på tilbakemeldingene arbeides det nå med å lage en oppsummering som sier noe om status for kunnskapsgrunnlaget på feltet. Oppsummeringen sendes ut til alle fagmiljøene i september 2022 for kommentarer, slik at man får en felles forståelse av det gjeldende kunnskapsgrunnlaget på selvmordsfeltet.

På bakgrunn av oppsummeringen vil alle fagmiljøene gjøre en selvstendig vurdering av hvilke temaer og grupper det mangler publisert forskning på i dag og sende dette innspillet til FHI. FHI vil så i samarbeid med NSSF sammenfatte alle innspill fra fagmiljøene når det gjelder forskningsoppsummering og kunnskapshull og sende dette ut til bruker-, pårørende- og etterlatteorganisasjoner, som vil få mulighet til å komme med innspill på dokumentet. FHI vil legge frem resultatene for Nasjonalt forum for selvmordsforebygging og drøfte hvilke områder man bør anbefale at prioriteres fremover. Sluttrapport med anbefalinger planlegges sendt Helse- og omsorgsdepartementet i siste halvdel av 2022.

Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS) og NSSF fikk i tilskuddsbrevene for 2021 i felles oppgave å se nærmere på omfanget av selvmordsproblematikk blant utsatte og utøvere av vold og overgrep. Sentrene ble videre bedt om å sammen vurdere og beskrive behovet for kunnskapsoppsummeringer og eventuelt ytterligere forskning på området. Sentrene inviterte FHI inn i samarbeidet. Et notat for rapportering av oppgaven er oversendt Helsedirektoratet og ble fulgt opp av et møte med de nevnte kompetansmiljø, Helsedirektoratet og øvrige relevante instanser våren 2022. Funnene fra kunnskapsoppsummeringen viste en tydelig sammenheng og vil være relevant informasjon inn i flere ulike tiltak og arbeidsområder fremover.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 53 Regjeringen vil følge opp kunnskapsoppsummeringer fra Folkehelseinstituttet om selvmord blant menn og blant eldre.

Tiltaket følges opp via konkrete forskningsprosjekter ved FHI.

FHI venter på oppdatert registerkobling til prosjektet Treat-Pat, for å kunne begynne å arbeide på relevante artikler. De har vært i dialog med Norsk pasientregister (NPR) og forventer å motta registerkoblingen i løpet av høsten 2022.

FHI arbeider med en litteraturgjennomgang av hjelpesøking forut for selvmord blant menn. De vil lage en kort rapport om hovedfunnene, samt benytte gjennomgangen som et utgangspunkt for å utvikle et eget forskningsprosjekt.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 54 Regjeringen vil gjennomføre et FoU-opdrag om kunnskap om selvmordsatferd, årsaker til selvmord og forebygging av selvmord i innvandrerbefolkningen.

Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF) fikk tildelt forskningsoppdraget. Arbeids- og inkluderingsdepartementet har mottatt sluttrapport fra NSSF. To vitenskapelige artikler er i prosess med å klargjøres for innsending til vitenskapelig tidsskrift. I tillegg gjenstår viderefremidling av forskningsresultater fra sluttrapporten.

Ansvarlig departement: AID

Tiltak 55 Regjeringen vil gjennomføre en levekårsundersøkelse på lhbtqi-feltet, der selvmord og selvmordsforsøk er et av temaene.

Levekårsundersøkelsen på lhbtqi-feltet ble lansert under Oslo-Pride 23. juni 2021. Den finnes her:

[seksuell orientering kjønns mangfold og levekar resultater fra sporreundersokelsen 2020 .pdf \(bufdir.no\)](#). Undersøkelsen viser at adelen som har hatt selvmordstanker er høyere blant lhbtqi-personer enn i befolkningen for øvrig. Bifile kvinner og transpersoner skiller seg særlig

ut ved at betydelig høyere andeler i disse gruppene har hatt selvmordstanker eller har forsøkt å ta livet sitt i løpet av livet.

I juni 2021 ble det lagt fram en ny [handlingsplan mot diskriminering på grunn av seksuell orientering, kjønnsidentitet, kjønnsuttrykk og kjønnskarakteristika](#). Økt åpenhet om kjønns- og seksualitetsmangfold og likeverdige offentlige tjenester er et av innsatsområdene i planen.

Regjeringen vil, i tråd med omtale i Hurdalsplattformen, utarbeide en ny fireårig lhbt+ handlingsplan for nasjonale prioriteringer og innsats som skal gjelde fra 2023. Handlingsplanen skal særlig se på levekår og psykisk helse, gjennomgå og styrke tilbudet til personer med kjønnsinkongruens, skeive med minoritetsbakgrunn og skeive i religiøse samfunn, samt skeiv kultur og inkluderende idrett.

Ansvarlig departement: KUD

Tiltak 56 Regjeringen vil tilrettelegge for at kommunale helse- og omsorgstjenester innehar nødvendig kompetanse for å forebygge, avdekke, avverge og følge opp selvskadings- og selvmordsproblematikk.

Helsedirektoratet har på oppdrag fra Helse- og omsorgsdepartementet laget en plan for bruk av midler som er bevilget til kompetanseutvikling på selvskadings- og selvmordstematikk hos personell i den kommunale helse- og omsorgstjenesten, psykisk helsevern (PHV), tverrfaglig spesialisert rusbehandling (TSB) og somatikk. Direktoratet har foreslått at midler i første omgang skal benyttes til å styrke kompetansen om selvskading og selvmordstematikk ved akuttmedisinske kommunikasjonsentraler og legevaktsentraler i Norge. Se også rapportering på tiltak 38.

Implementering av veiledende materiell for kommunene om forebygging av selvskading og selvmord og gjennomføring av kompetansetiltak overfor tjenestene innen tema forebygging av selvskading og selvmord er lagt inn som oppgave i tilskuddsbrev til de regionale ressursentrene om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging (RVTS) og Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF). Det arbeides kontinuerlig med å utvikle innsatser som kan bidra til økt kunnskap i tjenestene, eksempelvis undervisningsfilmer, videoressurser om ulike tema og nettside som bistår i utvikling av kommunale handlingsplaner. Arbeidet med regionale folkeopplysningskampanjer inngår som ledd i en flernivåintervensjon ved at de kombineres med samtidige opplæringstiltak rettet mot helsepersonell og nøkkelpersoner i lokalsamfunnene. I det regionale arbeidet med folkeopplysningskampanjer er derfor en vesentlig del av arbeidet både å synliggjøre og tilby kompetansetiltak til tjenester i regionen. Det jobbes kontinuerlig med å tilrettelegge for et godt og variert kurs- og undervisningstilbud for å nå ulike målgrupper utfra deres behov for kunnskap, dette gjøres i regi av nasjonale og regionale kompetanse miljøer som NSSF, RVTS og Vivat. For kompetansemiljøer og organisasjoner er det å være til stede på ulike arenaer for å bidra med informasjon og kompetanseheving sentralt og noe det jobbes kontinuerlig med. Det å løfte tema forebygging av selvmord og selvskading inn på konferanser der man når en bredde av tjenester som for eksempel

Pasientsikkerhetskonferansen og Førstehjelpskonferansen vektlegges. Ved å legge til rette for en bredde av innsatser er målet å bidra til økt kunnskap i tjenestene.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 57 Regjeringen vil sørge for at personellet i tverrfaglig spesialisert rusbehandling og psykisk helsevern har selvmordsforebyggende kompetanse.

Helseforetakene/sykehusene i Helse Sør-Øst RHF har regelmessig, og flere steder, obligatorisk undervisning om selvmordsforebygging, inkludert opplæring av nyansatte. Flere helseforetak innfører CAMS (Collaborative Assessment and Management of Suicidality) med mål om at denne kompetansen skal bli en integrert del av behandlingen.

Eksempler på andre kompetansehevende tiltak i Helse Sør-Øst RHF:

- *Etablering av phd-prosjekt ved alderspsykiatrisk avdeling ved bruk av nasjonale registre i samarbeid med FHI og Nasjonal kompetansetjeneste for aldring og helse om selvmord blant eldre: kartlegging av høyrisikogrupper, forekomst av psykisk lidelse og somatisk sykdom, samt bruk av helsetjenester i forkant av suicid.*

- *Etablering av ressursgruppe for selvmordsforebygging hvor gruppen er ansvarlig for undervisning og har en rådgiverfunksjon for ledere og behandlere.*

- *Oppdatering av kvalitetshåndbok for opplæring, kartlegging, vurdering og tiltak ved selvmordsrisiko og selvmord i tråd med nasjonale retningslinjer.*

- *Utvikling av en e-læringsressurs i sikkerhetsplanlegging med midler fra Akuttnettverket.*

- *Opprettelse av lokalt selvmordsforebyggende nettverk som skal sørge for at kunnskap om selvmord og selvmordsforebygging i større grad skal nå ut til alle avdelinger.*

I Helse Midt-Norge gis alle ansatte som har pasientkontakt 3 timers kurs om kartlegging, vurdering og dokumentasjon av selvmordsrisiko.

I Helse Vest er det utarbeidet regionale rutiner for kartlegging av selvmordsrisiko som er tatt i bruk i alle helseforetak. Vurderingen er også lagt inn i de regionale DIPS-malene for pakkeforløp.

Klinikkene i psykisk helsevern i Helse Vest har et fast undervisningsopplegg for alle aktuelle ansatte. Dette er obligatorisk og deltakelse/gjennomføring blir dokumentert i kompetanseportalen. E-læringskurset fra Nasjonalt senter for selvmordsforskning og -forebygging (NSSF) er anbefalt som læringsarena i den regionale rutinen. Behov for selvmordsforebyggende kompetanse i TSB og somatikk er under vurdering.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 58 Regjeringen vil vurdere hvordan selvmordsforebyggende kompetansenettverk kan etableres i alle landets helseregioner.

Helse Vest, Helse Midt-Norge og Helse Nord regionale helseforetak fikk i oppgave i oppdragsbrevet for 2021 å etablere selvmordsforebyggende kompetansenettverk. (I Helse Sør-Øst RHF er nettverket etablert tidligere.) Kompetansenettverket er nå etablert i Helse Nord og Helse Midt-Norge. Helse Vest tar sikte på å få nettverket på plass i løpet av høsten 2022.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 59 Regjeringen vil videreføre og styrke Vivat selvmordsforebyggingsarbeid med å øke lokalsamfunnets samlede kunnskap og evne til å forebygge selvmord.

Vivat selvmordsforebygging ble øremerket i statsbudsjettet i 2021, og som følge av det er det opprettet en ny tilskuddsordning med tilhørende regelverk. Vivat er et sentralt kompetansetiltak og når bredt ut med sitt tilbud på tvers av faggrupper og sektorer.

Vivats kurs er både for profesjonelle hjelpere og andre som kan være i posisjon til å oppdage og gi hjelp til mennesker i selvmordsfare. Vivats kurstilbud benyttes også ofte av frivillige organisasjoner. Vivat evaluerer alle sine kurs og tilbakemeldingene fra kursdeltakerne viser svært høy tilfredshet på samtlige kurs. Under pandemien har Vivat erfart etterspørsel etter digitale selvmordsforebyggende kurs. I 2020 startet de utvikling og pilotering av et digitalt kurstilbud. De har i 2021 jobbet aktivt med å utarbeide et webbasert kurs i tillegg til øvrige kurs. Kurset ferdigstilles i 2022. Vivat har revidert sin nettside for å gi tydelig informasjon om sine tilbud. Dette vil bygge på de øvrige kurstilbudene og bidra til et trinnvis kompetansetilbud.

Vivat samarbeider med flere aktører innen selvmordsforebygging. Vivat har gjort sine kurstilbud tilgjengelig i arbeidet med regionale folkeopplysningskampanjer. I 2021 har de lagt til rette for at kommuner og organisasjoner i Østfold skal kunne nyttiggjøre seg Vivats kurstilbud i kampanjeperioden.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 60 Regjeringen vil styrke tilskuddsordningen Nasjonale tiltak for forebygging av selvmord og selvskading.

Tilskuddsordningen ble styrket i 2021 og regelverket for ordningen ble revidert og innrettet for å imøtekomme den nye handlingsplanen for forebygging av selvmord. Ny innretning på tilskuddet gir en bredde i søkergruppen og legger til rette for at flere aktører kan bidra med sin kompetanse i det selvmordsforebyggende arbeidet. I 2022 mottok Helsedirektoratet 14 søknader, av disse ble 11 innvilget tilskudd. De prosjekter som mottok midler i 2022 retter seg mot sentrale områder i handlingsplanen og det selvmordsforebyggende arbeidet som barn/unge, menn, befolkningen generelt, rus-området, lhbt+, etterlatte og pårørende.

Tilskudd er et sentralt virkemiddel i utvikling av nye tiltak, ny kunnskap og bidrar til økt kompetanse.

Ansvarlig departement: HOD

Tiltak 61 Regjeringen vil oversette, tilpasse kulturelt og implementere opplæringsmateriell i hvordan oppdage, avdekke og intervensere ved selvmordsfare til nord-, sør- og lulesamisk.

RVTS-Nord, RVTS-Midt og RVTS-Vest arbeider med kulturell og språklig tilpasning av kursmateriell generelt og innen selvmordsforebygging spesielt. De samarbeider blant annet med Vivat selvmordsforebygging og Samisk nasjonal kompetansetjeneste – psykisk helsevern og rus (SANKS) om utvikling av selvmordsforebyggende kursmoduler for den samiske befolkningen. Det er blant annet arbeidet med å tilpasse Vivats kurs "Oppmerksom på selvmordstanker" til samisk. Det samarbeides også med andre regionale aktører som NSAK.

Helsedirektoratet har bidratt til oversettelser av ressurser til nord, sør og lulesamisk, i tillegg til engelsk. Dette er ressurser som omhandler ulike temaer i det selvmordsforebyggende arbeidet:

- *Videoressursen "[Sikkerhetsplan](#)" utarbeidet av Nasjonalt senter for selvmordsforskning – og forebygging (NSSF), denne er teksten på nord- og sørsamisk*
- *Vivats undervisningsfilm "[Lær deg å spørre om selvmord](#)", denne er teksten på nordsamisk og engelsk.*
- *Videoressursen "[Hvorfor og hvordan involvere pårørende ved behandling og oppfølging av selvmordstematikk](#)" utviklet av NSSF, denne er teksten på nord-, sør-, lulesamisk og engelsk.*
- *Temasiden/ landingsside på helsenorge.no om "[Selvmordstanker og selvmord](#)" er revidert og tilgjengelig på nord-, sør-, lulesamisk og engelsk.*

Helsedirektoratet opprettet i 2021 nasjonalt samisk helsenettverk. Nettverket består av representanter fra Sametinget, Fylkeskommunene i de samiske forvaltningsområdene: Troms og Finnmark, Nordland og Trøndelag. I tillegg representanter fra hhv. Helse-Nord, Senter for samisk helseforskning (UITSSHF), Pasient- og brukerombudet (POBO) i Finnmark. Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester for den samiske befolkningen (USHT Samisk). Nettverket møtes 1- 2 ganger årlig. Formålet med dialognettverket er å styrke arbeid og dialogen rundt samisk helse. Dette tiltaket vil løftes inn som tema på et møte i helsenettverket.

Helsedirektoratet vil drøfte med nasjonalt samisk helsenettverk og øvrige relevante kompetansemiljø og tjeneste hvilke innsatser/verktøy som bør prioriteres mht. ytterligere oversettelser til nord-, sør- og lulesamisk, samt hvordan det på best mulig måte kan tilrettelegges for kulturell tilpasning og god implementering.

Ansvarlig departement: HOD