

Innhold

	Forord	14
	<i>Gro Harlem Brundtland</i>	
<i>Kapittel 1</i>	Introduksjon	16
	<i>Lars Mehlum</i>	
<i>Del I</i>	Selv mord og forebygging – hva består utfordringen i?	19
<i>Kapittel 2</i>	Hva er selvmord og hvor hyppig er det?	20
	<i>Lars Mehlum</i>	
	2.1 Begrepet selvmord	21
	2.2 Hvordan defineres selvmord?	21
	2.3 Hvordan produseres selvmordsstatistikken?	23
	2.4 Selvmord i Norge	24
	2.5 Selvmordsraten i et lengre tidsperspektiv	27
	2.6 Selvmord i ulike aldersgrupper og i forhold til kjønn	28
	2.7 Selvmordsmetoder	31
	2.8 Selvmord i ulike deler av landet	32
	2.9 Selvmord i et internasjonalt perspektiv	36
	2.10 Selvmordsproblemets omfang – et videre perspektiv	39
<i>Kapittel 3</i>	Parasuicid (selvmordsforsøk) – epidemiologiske aspekter	42
	<i>Heidi Hjelmeland</i>	
	3.1 Utbredelse	43
	3.2 Karakteristika ved parasuicidpasienter	48
	3.3 Intensjoner med den suicidale atferd	52
	3.4 Gjentak av suicidal atferd – prediksjon	53
<i>Kapittel 4</i>	Hva vet vi om årsakene til selvmord?	58
	<i>Lars Mehlum og Karsten Hytten</i>	
	4.1 Sosiologiske teorier	59
	4.2 Eilert Sundt	60
	4.3 Émile Durkheims selvmordsteori	61
	4.4 “Rom for unge liv”-studien	63
	4.5 Selvmord i et kjønnsperspektiv	65
	4.6 Virksomhetsteorien	66
	4.7 Psykologisk teori	67
	4.8 Et psykoanalytisk perspektiv på selvmord	67

	4.9	Selv mord i lys av kognitiv psykologisk teori	69
	4.10	Biologiske årsaksforhold.	70
	4.11	Psykisk lidelse som årsak til selvmord	72
	4.12	Tilgjengelighet til selvmordsmetode.	75
	4.13	Livshendelser og påkjenninger.	76
	4.14	Smitteeffekter	77
	4.15	Seksuell legning	78
	4.16	Den suicidale prosess	79
<i>Del II</i>		Selv mordsforebygging som strategi	85
<i>Kapittel 5</i>		Selv mordsforebyggende arbeid i de siste 100 år, et historisk perspektiv	86
		<i>Nils Retterstøl</i>	
	5.1	Selv mordsforebyggende arbeid i historisk lys.	86
	5.2	Faglige fora for selvmordsforebygging vokser fram	88
	5.3	Frivillige organisasjoner	90
	5.4	Suicide Prevention Centres – den amerikanske tilnærming.	91
	5.5	Verdens helseorganisasjon – strategi for selvmordsforebygging	93
	5.6	Nasjonale programmer	94
	5.7	The Adelaide Declaration on Suicide Prevention 1997	96
	5.8	Hva med framtiden?	98
<i>Kapittel 6</i>		Forebygging av selvmord på ulike arenaer	101
		<i>Lars Mehlum</i>	
	6.1	Ulike forebyggingsmodeller	103
	6.2	De viktigste innsatsområdene for selvmordsforebygging.	106
	6.3	Fornyelse, utvikling og læring	116
<i>Kapittel 7</i>		Handlingsplan mot selvmord 1994–1999.	119
		<i>Kari H. Holten</i>	
	7.1	WHO-strategien – Helse for alle år 2000	120
	7.2	Utredningen om Nasjonalt program for forebygging av selvmord i Norge	120
	7.3	Kritikk av utredningen	121
	7.4	Bærumsmodellen	122
	7.5	Handlingsplan mot selvmord (1994–1999)	123
	7.6	Statens helsetilsyns valg av strategi.	124
	7.7	Handlingsplanens delmål	125
	7.8	Evaluering.	128
	7.9	Fortsatt forebyggingsinnsats etter handlingsplanen.	129

<i>Del III</i>	Kliniske tilnæringer	131
<i>Kapittel 8</i>	Hva alle bør vite om selvmord, selvmordsrisiko og intervensjon ved kriser <i>Lars Mehlum</i>	132
	8.1 Alle trenger kunnskap om selvmord	132
	8.2 Enkle fakta om selvmord – og en del misforståelser.	133
	8.3 Hva er faresignalene ved selvmordskriser?	137
	8.4 Hva kan jeg gjøre for å hindre selvmord?	139
	8.5 Hvor kan jeg skaffe profesjonell hjelp?	139
	8.6 Til slutt.	140
<i>Kapittel 9</i>	Vurdering av selvmordsfare <i>Lars Mehlum</i>	141
	9.1 Møte med det selvmordsnære menneske.	142
	9.2 Seks sentrale spørsmål	144
	9.3 Hvorfor skjedde selvmordsforsøket?	144
	9.4 Suicidal hensikt	145
	9.5 Klarlegging av aktuelle problemer.	147
	9.6 Psykiske problemer	147
	9.7 Pasientens bakgrunn og tidligere liv	154
	9.8 Ressurser og mestringspotensial	154
	9.9 Vurdering av aktuell selvmordsrisiko	155
	9.10 Avsluttende bemerkninger.	156
<i>Kapittel 10</i>	Akutt intervensjon ved suicidalkriser. <i>Øivind Ekeberg</i>	158
	10.1 Hva er motivene bak selvmordshandlinger?	159
	10.2 Psykisk førstehjelp.	161
	10.3 Utfordringer i intervensjon overfor spesielle grupper.	164
	10.4 Psykotiske pasienter.	168
	10.5 Psykoterapeutiske utfordringer	169
	10.6 Medikamentell behandling	170
	10.7 Etliske avveininger	172
<i>Kapittel 11</i>	En behandlings- og oppfølgingskjede for suicidale pasienter. <i>Georg Schjelderup</i>	175
	11.1 Behandling og oppfølging etter selvmordsforsøk	175
	11.2 Behandling og oppfølging i Norge.	176
	11.3 Hva kan vi lære av andre?	177
	11.4 Analyse av behov	178
	11.5 Forankring.	179

	11.6	Teorigrunnlag	180
	11.7	Målsetting	181
	11.8	Hovedoppgaver i den pasientrettede virksomheten	183
Kapittel 12		Behandlingstilbud etter selvmordsforsøg i hospitalsregi	193
		<i>Merete Nordentoft</i>	
	12.1	Undersøgelse af behandlingstilbuddet før etablering af spesialisert tilbud	194
	12.2	Center for Forebyggelse af Selvmord hos unge i København.	197
	12.3	Henvisninger til centret	198
	12.4	Effekt af behandlingen ved Center for Forebyggelse af Selvmord hos unge i København.	199
	12.5	Selv mord blandt de behandlede	200
	12.6	Overvejelser vedrørende behandlingstilbud.	200
	12.7	Behandling under indlæggelse på psykiatrisk afdeling.	201
	12.8	Afværgelse af selvmordsfare	202
	12.9	Behandling af tilgrunnliggende lidelse	203
Kapittel 13		Å hjelpe den som vil dø, til å leve	205
		<i>Jarl Jørstad</i>	
	13.1	Forutsetninger for psykoterapi	205
	13.2	Hva er psykodynamisk psykoterapi?	206
	13.3	Overføring.	211
	13.4	Noen motoverføringsproblemer	212
	13.5	Terapeutens narsissisme	214
	13.6	Vårt forsvar mot motoverføringshat	215
	13.7	Tolkning av aggressiv atferd.	215
	13.8	Sammendrag	216
Kapittel 14		Etter selvmordet	218
		<i>Lars Mehlum</i>	
	14.1	Sjokket	219
	14.2	Det traumatiske tapet	219
	14.3	Et sosialt traume	220
	14.4	Vanlige reaksjoner hos etterlatte	222
	14.5	Mange søker forgjeves etter en forklaring	222
	14.6	Patologisk sorg og andre sykelige reaksjoner	223
	14.7	Hjelp i den tidlige fasen	224
	14.8	Sorgarbeidet og sorggrupper.	225
	14.9	Barn som sørger	227
	14.10	Når pasienter tar sitt liv – behandlere som etterlatte	229
	14.11	Selv mordsgjennomgang	231
	14.12	Avslutning.	232

<i>Del IV</i>	Andre arenaer for selvmordsforebygging	233
<i>Kapittel 15</i>	Forebygging av selvmord – blandt børn? <i>Unni Bille-Brahe</i>	234
	15.1 Hvor stort er problemet?	234
	15.2 Risikogrupper og risikofaktorer	240
	15.3 Hva kan vi gjøre ved det?	247
<i>Kapittel 16</i>	Selvmord blant eldre <i>Norman L. Farberow</i>	253
	16.1 Epidemiologi	253
	16.2 Selvmord blant eldre i internasjonalt perspektiv	254
	16.3 Internasjonale mønstre for sammenhengen mellom selvmordshyppighet og alder	256
	16.4 Selvmordshyppigheten i fire nordiske land	258
	16.5 Selvmordsforsøk i fire nordiske land	259
	16.6 Selvmord blant eldre i USA	260
	16.7 Risikofaktorer og viktige forhold ved risikovurdering	261
	16.8 Psykologiske risikofaktorer	264
	16.9 Pensjonering	266
	16.10 Alkoholisme	267
	16.11 Psykobiologiske faktorer	268
	16.12 Behandling	270
	16.13 Psykologisk intervensjon og behandling	273
	16.14 Behandling ved pleieinstitusjoner	277
	16.15 Eksempler på programmer	278
<i>Kapittel 17</i>	Forebygging av selvmord blant militært personell <i>Lars Mehlum</i>	288
	17.1 Selvmordsatferd i en militær kontekst	288
	17.2 Risikoutsatte grupper	290
	17.3 Selvmordsforebyggende program for Forsvaret	290
	17.4 Hva kjennetegner unge soldater i selvmordskrise?	291
	17.5 Innsatsområder for forebyggende tiltak	292
	17.6 Utdanning	292
	17.7 Det psykososiale miljø – risiko og ressurs	294
	17.8 Ledelse og primærforebygging	296
	17.9 Helsetjeneste	298
	17.10 Krisetelefontjeneste	298
	17.11 Etablering av et selvmordsforebyggende råd	299
	17.12 Hvordan har programmet blitt mottatt?	300

<i>Kapittel 18</i>	Selv mord, smitteeffekt og massemedia	303
	<i>Berit Grøholt</i>	
	18.1 Hva karakteriserer en selvmordsepidemi?	304
	18.2 Kunnskapsbase	305
	18.3 Hvem utsettes for smitte?	306
	18.4 Forekomst	306
	18.5 Hvilke prosesser ligger bak epidemiene?	307
	18.6 Hva kan gjøres?	309
	18.7 Postvensjon	310
	18.8 Hvordan skal vi forholde oss til massemedia?	312
	18.9 Krenkende medieomtale	314
	18.10 Hva er gunstig medieomtale?	315
<i>Kapittel 19</i>	Hvordan kan skolen bidra i det selvmordsforebyggende arbeidet?	318
	<i>Mette Ystgaard</i>	
	19.1 Noen fakta om selvmord og selvmordsforsøk blant unge	318
	19.2 Mange blir ikke fanget opp av helsevesenet	319
	19.3 Hva kjennetegner selvmordstruet ungdom?	319
	19.4 Den usynlige gruppen	320
	19.5 Mestring	321
	19.6 Sårbarhet og beskyttelse	322
	19.7 Skolen – en risiko eller ressurs?	323
	19.8 Innsatsområder i skolen – en undersøkelse	323
	19.9 Skolens sosiale klima	326
	19.10 Skolering	327
	19.11 Mestring av kriser i skolen	328
	19.12 Etter selvmord	329
	19.13 Selvmord som tema i undervisningen?	330
	19.14 Elever i faresonen	333
	19.15 Skolehelsetjenesten og pp-tjenesten	336
	19.16 Helhetlig tenkning	337
<i>Kapittel 20</i>	Arbeidsplassen – en ny arena for forebygging av selvmord	340
	<i>Ingrid Sivesind Mehlum og Lars Mehlum</i>	
	20.1 Epidemiologi	341
	20.2 Omstilling på arbeidsplassen	343
	20.3 Virkningene av langvarige belastninger	345
	20.4 Traumatiske opplevelser på arbeidsplassen	349
	20.5 Forhold utenfor arbeidsplassen	355
	20.6 Avslutning	358

Kapittel 21	Utbildning om depression og selvmordskunnskap till allmänläkare	361
	<i>Wolfgang Rutz</i>	
	21.1 Gotlandsprogrammet	362
	21.2 Allmänt	365
	21.3 Indikationer för utbildning	365
	21.4 Utbildningens uppbyggnad	366
	21.5 Utbildningens innehåll	367
	21.6 Lärarna	368
	21.7 Hur skall utbildningen erbjudas?	368
	21.8 Effekterna	369
	21.9 Evaluering	370
	21.10 Manlig suicidalitet	371
	21.11 Psykosociala och existentiella samband.	372
	21.12 Omtänkande.	373
	21.13 Offentlighetsarbeite.	374
	21.14 Utvidgad diagnostik.	374
	21.15 Uppfølging	374
	21.16 Utbildningsstöd og destigmatisering	375
	21.17 Ett internasjonellt perspektiv.	375
Kapittel 22	Kirkens rolle i selvmordsforebygging	378
	<i>Elling Erichsen</i>	
	22.1 Kirken og de etterlatte	379
	22.2 Kirken og sjelesorgen.	386
	22.3 Kirken i lokalsamfunnet	387
	22.4 Kirkens virksomhet overfor spesielle grupper	388
	22.5 Kirken og det tverrfaglige	390
	22.6 Kirken som et inkluderende fellesskap?	391
	22.7 Konklusjon.	392
Kapittel 23	Krisetelefon – et ledd i mangfoldet av selvmords- forebyggende tiltak	393
	<i>Øystein Glosli</i>	
	23.1 Telefonens begrensninger og fordeler	396
	23.2 Frivillig innsats i møte med medmennesker i krise.	399
	23.3 Er det forsvarlig med frivillige i en slik tjeneste?.	403
	23.4 Resultater av innsatsen.	405

<i>Del V</i>	Et utvidet perspektiv	407
<i>Kapittel 24</i>	Selv mord og etikk	408
	<i>Sigurd Osberg</i>	
	24.1 Hva er selvmord?	409
	24.2 Eutanasi	410
	24.3 Hva er “en verdig død”?	412
	24.4 Menneskets autonomi.	414
	24.5 Holdning og handling.	415
	24.6 Hvordan lar et menneske seg forplikte til å leve?	416
	24.7 Tro og livssyn	418
	24.8 Mot til å være til	419
<i>Kapittel 25</i>	Selv mordsforebygging i et helhetlig perspektiv	421
	<i>Nils-Petter Hauge og Yngve Hammerlin</i>	
	25.1 Et ytre og atskilt forhold mellom individ og samfunn	422
	25.2 Samfunn og individ i et indre, gjensidig påvirkende forhold	424
	25.3 Noe om forebygging som problem	431
	25.4 Forholdet mellom forståelse og praksis i hverdagslivet	438
	25.5 Oppsummerende merknader om forebygging	440
<i>Kapittel 26</i>	Forebygging av selvmord – hvor går veien videre?	446
	<i>Lars Mehlum</i>	
	Bidragstyttere	452
	Appendiks	457
	Stikkordregister	465