



Forebyggelse af selvmordstanker og selvmord hos børn og unge.

Selfo Teamet i Kerteminde kommune

I Region Syddanmarks kommuner findes et beredskab, der yder hurtig hjælp til børn og unge i selvmordsfare. Det kan være børn/unge, der har givet udtryk for selvmordstanker eller har haft et selvmordsforsøg.

Formålet med SELFO-teamet:

- ♣ Vi rådgiver de professionelle omkring barnet/den unge. Ingen skal stå alene med et barn/en ung, der har selvmordstanker og selvmordsadfærd.
- ♣ Vi leverer en hurtig, kvalificeret sparring og vejledning til arbejdet med disse børn og unge. Du bliver klædt på til at handle og håndtere situationen.
- ♣ Vi vurderer det aktuelle risikoniveau og kan være behjælpelig med rådgivning i forhold til evt. henvisning videre.
- ♣ Vi hjælper med at få etableret et samarbejde med relevante samarbejdspartnere.

SELFO-teamets kontaktmail: www.TeamSelfo@kerteminde.dk

Før du kontakter SELFO teamet:

- Det er vigtigt, at det er dig, der tager den første samtale med barnet / den unge, da vedkommende har henvendt sig til dig og dermed har udtrykt tillid til dig.
- Fokuser på, at det er muligt at få hjælp til at komme ud af situationen, men lov ikke mere, end du kan holde.
- Vis og hav respekt for barnets/den unges oplevelse af fortvivlelse og smerte. Vær ikke nervøs for at italesætte risikoen for selvmord.
- Fortæl barnet / den unge, at du skal kontakte dets forældre, når du bliver bekendt med, at det har selvmordstanker.

Hvordan går du frem, når du er bekymret eller vidende om, at et barn/ung har selvmordstanker:

1. Tag en samtale med barnet/den unge.

- Se hjælp til samtalen herunder i spørgeguiden.

2. Kontakt forældrene:

- Du skal fortælle forældrene, at du er blevet bekendt med at deres barn/ung har selvmordstanker og at du vil kontakte kommunens SELFO-team og at Selfo teamet efterfølgende vil kontakte forældrene.



3. Kontakt SELFO-team

- Du tager kontakt til SELFO ved at skrive til www.TeamSelfo@kerteminde.dk
- Du beskriver kort den aktuelle situation. Du skal opgive telefon nr. på barnets/den unges forældre eller værge.
- SELFO-teamet tilstræber at behandle henvendelsen inden for 24 timer i hverdagene.



4. SELFO-teamet foretager risikovurdering

- Ved behov foretages en risikovurdering på baggrund af en samtale med barnet/den unge.
- På baggrund af risiko- og beskyttelsesfaktorer bestemmes risikoniveau og mulige indsatser.

Spørgeguide – hvad kan du spørge om?

- Er tankerne om selvmord opstået for nylig eller har de været der længe?
- Når tankerne om selvmord kommer, kan du så selv stoppe dem igen eller er de der hele tiden?
- Hvor ofte har du sådanne tanker?
- Er der noget, der gør dig glad? Hvad?
- Er der en særlig oplevelse, der har sat gang i tankerne om ikke at ville leve mere?
- Har du forsøgt at begå selvmord? Antal forsøg?

Efter samtalens afslutning:

- Hvis du er bekymret eller i tvivl efter samtalen, skal du kontakte SELFO-teamet.
- Hvis ikke forældrene allerede er kontaktet, informér da barnet/ den unge om, at du vil kontakte dem og fortælle om samtalen og fortælle om SELFO-teamet som vil komme og lave en risikovurdering. En risikovurdering er en række spørgsmål, der afdækker barnets/den unges risiko for selvmord.
- Sørg for, at forældrene eller en anden voksen kan have opsyn med barnet/den unge, så denne ikke bliver ladet alene på noget tidspunkt så længe, der er risiko for selvmord.

OBS: Psykiatrisk Akut Modtagelse (PAM) skal kontaktes, hvis barnet/den unge har mange dystre tanker og konkrete planer om selvmord. Ring 99 44 91 40 eller henvende dig/jer direkte ved Psykiatrisk skadestue: J.B. Winsløvs Vej, Indgang 224, 5000 Odense C.

Her kan du få mere at vide om tanker om selvmord og selvmordsforsøg:

- Livslinjens telefonrådgivning: 70 201 201 alle dage fra kl. 11-05
- Livslinjens chatrådgivning: Mandag og torsdag kl. 17-21 samt lørdag kl. 13-17
- Livslinjens netrådgivning: Kan tilgås via [Livsliniens hjemmeside](#) eller www.skrivdet.dk på alle tidspunkter af døgnet.