

## Savner praksis

Stephan Neuhaus

konstituert psykologspesialist ved Ungdomspsykiatrisk seksjon, Sykehuset Østfold

Jeg hadde ønsket at en bok om praktisk selvmordsforebygging gikk tettere inn på håndverket.

**Boka Praktisk selvmordsforebygging** kom i 2016, og presenteres som en «ny og oppdatert bok med særlig vekt på de praktiske aspektene ved selvmordsforebygging. [...] Hovedinnretningen på boka er det kliniske perspektivet» (s. 5). Boken skal videreføre arven etter Nils Retterstøls lærebok *Selv mord* fra 1970, som i sine mange utgaver har vært grunnboka i norsk suicidologi.

Boka er delt inn i tematiske kapitler: som epidemiologi, risikofaktorer, selvmordsmetoder, tiden etter et selvmordsforsøk, selvmord og selvmordsatferd i forskjellige aldersgrupper og i sammenheng med sykdom, vurdering av selvmordsrisiko, behandling og oppfølging, selvmordsforebygging, og virkningen av selvmord på andre. Det skinner gjennom at forfatterne har villet holde fagspråk og definisjonsmessige uenigheter på et minimum – dette gjør boka tilgjengelig.

## Godt om eldre

Jeg fikk mest ut av kapitlet om eldre. Her har Ildri Kjølseth greid å komme noe i dybden på hva som gjør at eldre er en ekstra sårbar gruppe med spesielle livsvilkår. Ellers er selvmordsforebygging i allmennpraksis godt beskrevet, med blant annet konkrete oppfølgingsplaner. Vanlige reaksjoner hos pårørende og helsepersonell er godt beskrevet. Det viktigste er dekket, med stor vekt på statistiske, kliniske og beskyttende risikofaktorer. I tillegg får man et godt innblikk i aktuelle behandlingsformer for mennesker som overveier selvmord.

## Ufullstendig om risikovurdering

Selvmondsrisikovurdering vies, rimelig nok, mye plass. Jeg synes imidlertid at omtalen blir noe ufullstendig. Først og fremst ønsker jeg at forfatterne uttrykker mer klart hvordan man bør vekte statistiske og kliniske risikofaktorer når man presenterer en vurdering. Hvordan bør man begrunne vurderingen? Erfaringsmessig kan behandlere vurdere risiko ganske så ulikt og sette i gang veldig forskjellige tiltak. Det er naturligvis ikke mulig å gi noen oppskrift. Men noen kliniske eksempler med mer utførlige begrunnelser for vurderinger og tiltak og ikke minst usikkerheten i risikovurderinger hadde gjort seg.

## Savner klinisk praksis

Så til neste punkt, som er mitt hovedankepunkt mot denne boka. Jeg savner konkrete beskrivelser av hvordan man legger til rette for å snakke om selvmordstanker og atferd med pasienter. Flere faktorer i selve samtalen og de spørsmålene man stiller som noen ganger kan være avgjørende for hva man faktisk greier å avdekke. Det er ikke alltid bare å spørre om vanskelige temaer og vente seg at det første svaret er det beste.

Den amerikanske psykiateren Shawn Shea har beskrevet nyansene på dette området, basert på flere tiårs erfaring med klinikk, veiledning og forskning på intervjuing. I sin «CASE-

approach» (Chronological assessment of suicide events) beskriver han samtaleoppbygning og nyanser i spørsmålsstilling.

På spørsmål om *Praktisk selvmordsforebygging* er *praktisk*, greier jeg i lys av dette bare å svare «tja». Boka hadde nødvendigvis blitt mer omfangsrik om man skulle belyst dette perspektivet i sin fulle dybde, men det hadde også gjort boka praktisk for klinikere. Alt i alt gir *Praktisk selvmordsforebygging* en helt grei innføring i det grunnleggende. Men for å få innsikt i det praktiske håndverket vil jeg nok heller anbefale Sheas bok.