



Septemberkonferansen

Bergen 7-9 september 2016

Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging | www.rvtsost.no



Selvskading og suicidalitet som mestring hos relasjonsskadd ungdom. Når sikreste behandling ikke er beste behandling

Tormod Stangeland, psykologspesialist Ahus universitetssykehus og
Ingeborg Lunde, psykologspesialist og spesialrådgiver RVTS Øst
Septemberkonferansen, Bergen

08.09.16





Villet egenskade

Selvskading
(Uten suicidal
intensjon)

**Selvmords-
forsøk** (Med
suicidal intensjon)

Kronisk suicidalitet (Mestringssuicidalitet)

- Mer eller mindre konstante selvmordstanker- og planer
- Gjerne i kombinasjon med et repeterende selvdestruktivt handlingsmønster med selvskading og/eller selvmordsforsøk
- Samtidig rusmisbruk og/eller tidligere traumatisering vanlig



(Nasjonale retningslinjer for forebygging av selvmord i psykisk helsevern, 2008)

Vanlige motiver bak selvdestruktiviteten

Selvskading handler om overlevelse, ikke oppmerksomhet eller manipulering

- Følelsesregulering (roe eller vekke)
- For å holde påtrengende minner borte
- For å gi en følelse av kontroll- motvirke følelse av hjelpeløshet
- Se om noen bryr seg
- Straffe andre eller seg selv
- Kommunisere det man ikke har ord for
- Oppnå omsorg, forståelse

Sikkerhet: Fare for fysisk skade

Oversikt over ungdommens gjøremål

- foreldre ringer barna for å høre hvor de er og hvem de er sammen med,
- følger på skoleveien,
- sjekker leserlogg og blogger på internett,
- snakker med barnas venner,
- leser private e-poster og sosiale medier,
- ransaker soverommet,
- fjerner døren til soverommet,
- terapeuten formidler innhold av samtaler til foreldre

Begrensning og innskrenkning

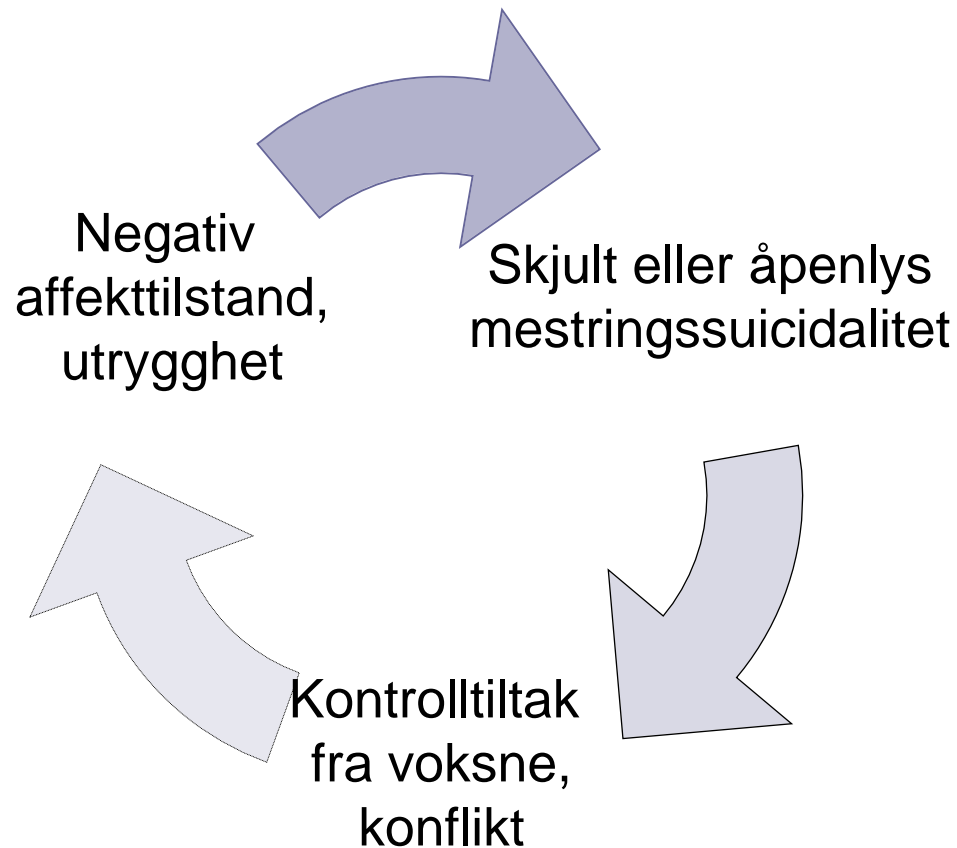
- innetider,
- forbud mot sosiale medier,
- ikke tilgang til kniver eller piller på rommet,
- foreldre sover inne hos ungdommen,
- innleggelse i døgnavdeling

Trygghet: Fra tilknytningspsykologien

- normalisere og anerkjenne ungdommens følelser,
- validere opplevelser,
- oppsøke og vise interesse for hvordan ungdommen har det,
- like og respektere ungdommen,
- se henne som en person med verdighet,
- tematisere tabubelagte felter i familiedynamikken



Onn sirkel i interaksjonen ungdom-voksne



Farer ved sikkerhetsorientering

- Flytter fokus fra ungdommens opplevelse til hjelpernes vurdering.
- Hjelperne tar over ansvaret for ungdommens velferd.
- Kan bekrefte innlært forventning om at følelsesuttrykk gir farlige konsekvenser og bør skjules.

Vi hjelper ikke ungdommene ved

å ta over ansvaret for at de **overlever.**

Vi hjelper ved å gjøre det mulig for dem

å ta ansvaret **selv.**

Vi har behov for at vurderinger
skal være entydige og målbare,
og kunne **dokumenteres**.

Vi har behov for å framstå
som **gode hjelpere** for
ungdommene, som tar
problemene deres på alvor.

Vi har behov for å **ta over**
ansvaret for ungdommene
når de ikke forstår sitt eget
beste.