



Karolinska
Institutet

NyhetsBrevet

Nr 9, 2014. Skolans betydelse för självmondsbeteende

Regionala Nätverket Stockholm/Gotland

ingsgruppen: Danuta Wasserman, Nationell prevention av suicid och prevention av psykisk ohälsa (NASP),
Gergö Hadlaczky (NASP)
Gunilla Wahlén (SPES)
Per Anders Rydelius (MIND)

ktion: Danuta Wasserman (NASP)
Birgit Frisé-Andersson (NASP)
Rigmor Stain, redaktör, kontaktperson mellan nätverken och NASP

Hej alla nätverksmedlemmar!

Sammanfattning

Beata Jablonska och hennes kollegor vid Institutionen för folkhälsovetenskap, Karolinska Institutet, Stockholm, har studerat vilket inflytande skolan har för självmordsbeteende. Underlaget till studien hämtades från Socialstyrelsens nationella dataregister och var 444 769 ungdomar födda mellan åren 1973-1979, som gick i årskurs nio under åren 1989-93. Utfallsvariabel var klart eller oklart självmordsförsök (icke-dödligt självmordsförsök; Non-Fatal Suicide Behaviour, NFSB) som krävt slutenvårdsbehandling. Totalt hade 4 740 ungdomar slutenvårdats för NFSB vid minst ett tillfälle. Risken för NFSB varierade starkt mellan olika skolor och regioner och var högst i storstadsregioner. Självskadande ungdomar hade som regel sämre skolbetyg än genomsnittet. Forskarna fann ett negativt förhållande mellan betygsnivå och risken för NFSB. På en betygsskala från 1 till 5, minskade risken för NFSB signifikant om betygsnivån höjdes med 1 enhet, exempelvis från 2 till 3. Risken att slutenvårdas för NFSB var högre för flickor än för pojkar, för ungdomar med utländsk härkomst, för ungdomar med ensamstående förälder och för ungdomar som hade föräldrar med låg socialekonomisk status (SES). Men en ung individs NFSB förklaras ändå i huvudsak av de egna personlighetsdragen och egenskaperna, skriver författarna. Inte desto mindre påverkas alla elevers psykiska hälsa av en överrepresentation av missgynnade elever i skolan, vilket man bör ha i åtanke

när man utformar förebyggande åtgärder för psykisk ohälsa bland barn och ungdom.

I slutet av Nyhetsbrevet finns information om kommande aktiviteter under 2014.

Tidigare Nyhetsbrev finns utlagda på NASPs hemsida www.ki.se/nasp Gå in under fliken *Statistik* och se vidare under *Vetenskapligt bibliotek*

Red. Rigmor Stain har ändrat sin e-postadress till rigmor.stain@comhem.se

Bakgrund

Sedan 1980-talet har självmordstalen sjunkit för alla åldersgrupper under 25 år, men i den yngsta åldersgruppen 15-24 år har nedgången stagnerat och självmordstalen visar under 2000-talet snarare en tendens till att öka. Under början av 2000-talet, skedde en kraftig ökning av antalet personer mellan 15-24 år som slutenvårdats till följd av avsiktlig självskada. Under åren 2009 och 2010 observerades en minskning, men minskningen har bromsat upp och antalet slutenvårdade för självskada har nu legat relativt konstant under de tre senaste åren. I cirka 90 % av fallen har personerna skadat sig själva genom läkemedelsförgiftning. Majoriteten av övriga har skadat sig genom att rista eller skära sig. Men endast ett fåtal ungdomar som ristar sig eller skär sig söker läkarvård för sina skador, så där finns ett stort mörkertal. Livstids förekomst bland skolelever av icke-suicidalt självskaдебeteende (NSSI; Non-Suicidal Self-Injury) enligt definitionen ”självskada utan klar eller underförstådd avsikt att leda till döden” har i olika studier beräknats till mellan 14-40 %.

Det finns resultat som starkt talar för att NSSI är en riskfaktor för självmordsförsök. Självmordsförsök, enligt definitionen ”självedstruktiv handling med klar eller antydd avsikt att dö” är å sin sida den starkaste riskfaktorn för död genom självmord. Vikten av att tidigt identifiera självskaдебeteende och förhindra en negativ utveckling är tydlig. Gemensamma riskfaktorer för såväl NSSI, självmordsförsök och självmord är psykopatologisk bakgrund, olyckliga och traumatiska livshändelser, dåliga skolresultat, lågt socialt kapital, mobbning och ett socioekonomiskt underläge.

Skolan och området man bor i har en stor betydelse för ett socialt och emotionellt välbefinnande och hur man lyckas i sina studier under barn och ungdomsår. Flera studier har visat att miljön som ett barn växer upp i har

långtgående effekter på den framtida psykiska hälsan. Det finns ett samband mellan uppväxt i ett grannskap med lågt socialt kapital, låg socioekonomisk status (SES), hög arbetslöshet och alkohol- och drogmissbruk och ökad självmordsrisk.

Skolans influens på självmordsbeteende

Beata Jablonska och hennes kollegor vid Institutionen för folkhälsovetenskap, Karolinska Institutet, Stockholm, har studerat vilken influens skolan har för självmordsbeteende (**Jablonska et al 2014, bifogad**). Underlag till studien hämtades från Socialstyrelsens nationella dataregister och omfattade 444 769 ungdomar födda mellan åren 1973-1979, som gick i årskurs nio under åren 1989-93. Utfallsvariabel var icke-dödligt självmordsbeteende (Non-Fatal Suicide Behaviour, NFSB) som krävt slutenvårdsbehandling. Med NFSB avses här avsiktlig självskada eller självskada med oklar avsikt, genom förgiftning eller annan kroppsskada, enligt ICD-9 och ICD-10, d v s det som enligt NASPs självmordsstatistik benämns säkra och osäkra självmordsförsök. Forskarna inhämtade registeruppgifter rörande sociodemografiska och socioekonomiska variabler, skolans geografiska läge och befolkningmängden i området samt avgångsbetyg från årskurs nio. Vid tidpunkten användes en betygsskala från 1-5, där 1 var lägsta och 5 det högsta betyget; medelbetyget var 3,2 (SD=0,7).

Resultat

Totalt slutenvårdades 4 740 ungdomar för NFSB vid minst ett tillfälle under studieperioden. Att slutenvårdas var vanligare för flickor än för pojkar och vanligare bland ungdomar med utländsk härkomst, låg SES hos föräldrarna, kort skolutbildning hos mamman (≤ 13 år) och bland ungdomar med ensamstående förälder. Självskadande ungdomar hade som regel sämre skolbetyg än genomsnittet. Det fanns ett negativt samband mellan betygsnivå och risken för NFSB och en ökning av betygsnivån med en enhet minskade risken för självskadebeteende signifikant. Slutenvård för NFSB var något mer vanligt förekommande i skolor där andelen studenter med utländsk bakgrund, låg SES hos föräldrarna samt ensamstående föräldrar var högre än genomsnittet. Man fann ett positivt samband mellan risken för NFSB och andelen ungdomar vid skolan med låg SES och andelen ungdomar med ensamstående förälder.

Risken för NFSB varierade signifikant mellan olika skolor ($p < 0,001$) och var högre för skolor i storstadsregioner jämfört med skolor i mindre städer och på landsbygden. Median Odds Ratio (MOR) var 2,55 för skolor i storstadsområden och 1,21 respektive 1,26 för skolor i småstäder respektive på landsbygden. En MOR på 1,26 antyder att om man flyttar en slumpmässigt utvald elev från en

skola till en annan skola med högre frekvens av NFSB, så ökar den elevens risk att få NFSB 1,26 gånger.

Studiens begränsningar

Mått på skolans inflytande på risken för självmordsbeteende begränsades till socioekonomiska variabler och studieresultat. Om fler variabler hade studerats exempelvis förekomsten av lärarstöd, hade man kanske fått en mångsidigare bild av skolans inflytande. En annan begränsning är att studien endast omfattade de svårare fallen av NFSB som krävde sjukhusvård. Bilden hade kanske blivit en annan om självskadebeteende som inte krävt slutenvård hade kunnat inkluderas. Forskarna saknade uppgifter om elevernas psykiska hälsotillstånd och kunde därmed inte kontrollera för psykiska sjukdomar, vilka har visats öka risken för NFSB.

Slutsatser

Studien visar att förekomsten av NFSB varierar stort mellan olika skolor. Regionens socioekonomiska nivå och om skolan ligger i ett storstadsområde eller ett mindre tätbebyggt samhälle förefaller ha avgörande betydelse. Men förekomsten av NFSB på individuell nivå förklaras ändå i huvudsak av ungdomarnas personliga egenskaper, skriver författarna. Inte desto mindre tycks en överrepresentation i skolan av socialt missgynnade elever ha en negativ effekt på elevernas psykiska hälsa. Man bör således ha skolans SES i åtanke när man planerar åtgärder för att främja psykisk hälsa och förebygga psykisk ohälsa bland barn och ungdomar.

Konferenser under 2014

Riksföreningen PsykoterapiCentrum bjuder in till Vårkonferens fredagen den 9 maj, 9.30-16.30

på van det Nootska palatset, St Paulsgatan 21 i Stockholm.

Temat för konferensen är depression.

Mer information på hemsidan www.rpc.nu

**Föreningen Psykisk Hälsa har bytt namn till Mind och föreningens [webb-
stödsida för unga vuxna med psykisk ohälsa och självmordstankar har
adressen \[www.mind.se\]\(http://www.mind.se\)](http://www.mind.se)**

Man kan prata anonymt på chatten vardagar mellan 19-22 och det gäller såväl för den som mår dåligt som för oroliga anhöriga och vänner.

Man kan även maila frågor och få information om självmord och psykisk hälsa. Gå till hemsidan www.sjalvmordsupplysningen.se och läs mera.

Föreningen söker personer som kan fungera som handledare och stötta och vara bollplank till de volontärer som nu chattar med de hjälpsökande på webbstödsidan på kvällstid. Man söker personer med utbildning inom vård och omsorg och med kunskap om självmord, gärna personer som gått någon av NASPs/KIs utbildningar.

Intresserade ombuds vända sig till Marie-Louise Söderberg

070-484 0334 eller 08-34 70 65

Eller maila till marie-louise.soderberg@mind.se

Suicide Zero

är en svensk organisation som arbetar för att rädda liv och minska antalet självmord. Gå in på organisationens hemsida och läs om deras målsättningar och arbete.

www.suicidezero.se

Du kan även få information direkt ifrån ordförande Ludmilla Rosengren

ludmilla@suicidezero.se

Dr Amy Wenzel, Universitetshuset i Uppsala håller regelbundet Workshops om KBT-vid självmordsnärhet. Du kan läsa mer om dr Wenzel iden bifogade informationen samt om KBT-behandlingen på hemsidan www.kbt-centrum.se och www.kbt.nu

Kurser och utbildningar

Kärleken är bästa kicken: en kurs i förebyggande hälsovård ges den 23-24 okt 2014 i NASPs lokaler på Granits väg 4 i Stockholm.

Kursen tar bland annat upp hur stress, mobbing och identitet påverkar ungdomars psykiska hälsa; igenkänningstecken på depression hos ungdomar samt självmordstankar och självmordshandlingar hos ungdomar. Förebyggande åtgärder diskuteras samt olika handlingsplaner för vad skolan och/eller andra personalgrupper kan göra efter ett självmordsförsök.

Målgrupper

Personal inom grundskolans högstadium, gymnasieskolan, på ungdomsmottagningar och regionala ungdomscentra, samtliga som bedriver organiserad verksamhet för ungdomar.

Anmälan

Anmälan måste ske skriftligt per brev, e-post nasp@ki.se eller via post till NASP, 171 77 Stockholm. Speciell anmälningsblankett behövs inte. För närmare information går det bra att kontakta Britta Alin Åkerman, britta.alin-akerman@ki.se eller mobil 0703/63 54 41

Se även bifogad information!

Sveriges Kommuner och Landsting (SKL) ger utbildningen MHFA-Ä - Första hjälpen till psykisk hälsa för ÄLDRE.

Första hjälpen till psykisk hälsa (MHFA-Ä) har tagits fram i Sverige men bygger på det australiensiskaprogrammet The Mental Health First Aid Training and Research program (MHFA). Delar av vuxenmaterialet har använts men många avsnitt är nyskrivna för att vidga kunskapen om psykisk ohälsa bland äldre personer från 65 år och framåt. Kursen är en 12-timmarskurs som behandlar åldrande och olika kristillstånd som är vanliga hos äldre men också olika psykiatriska sjukdomar och hur man kan upptäcka dessa. I kursen behandlas även demenssjukdomar, Parkinsons sjukdom, konfusion/delirium, samt matproblem och undernäring.

Fokus i programmet är också handlingsplanen och bemötandet av en äldre person med tydliga problem.

Kontakt

Besök http://www.skl.se/vi_arbetar_med/socialomsorgochstod/aldre/aven-aldre-har-ont-i-sjalen och kontakta projektledare Susanne Rolfner Suvanto på telefon 08-452 77 08 eller mail susanne.rolfnersuvanto@skl.se för mer information om utbildningen.

Aktuell litteratur

Ringskog Vagnhammar S & Wasserman D. *Första hjälpen vid självmordsrisk*.
Utgiven av Studentlitteratur, uppl 1:2, 2011
ISBN 978-91-44-06068-2

Wasserman D. *Depression (The Facts)* 2nd Edition, omarbetad för allmänheten.
Boken har vunnit 2012 "Book Award" priset från British Medical Association
Book of Science Awards 2012, for the Public Understanding of Science. Priset
delas ut till den bok som panelen anser bäst stödja främjandet av allmänhetens
förståelse för vetenskap.

Utgiven av Oxford University Press November 2011.
ISBN 9780199602933

Susanne Bejerot, docent i psykiatri och överläkare vid Norra Stockholms
psykiatri har skrivit Förordet till Lars Wiklunds bok **Lisa – ett liv (bifogat)**, som
handlar om hans dotters barndom, ungdom och vuxenliv som tragiskt ändades
med ett självmord. Även författarens egen presentation av boken har bifogats.

Reading room 1 är tillgängligt för er alla

Varje månad läser Jerzy Wasserman, Vladimir Carli, Gergö Hadlaczky, Guo-Xin Jiang, Marcus Sokolowski, Rigmor Stain, David Titelman och Danuta Wasserman alla självmordsrelaterade artiklar, som publicerats i peer-granskade tidsskrifter. Det rör sig om c.a 300 artiklar/månad. De viktigaste och mest intressanta läggs ut i "läsrummet". Jag har bifogat en länk till läsrummet som du kan spara bland dina bokmärken och sedan kan du besöka läsrummet när du har lust.

<http://www.mendeley.com/groups/1410773/nasp-recently-published-important-papers/papers>

Att registrera sig på Mendeley och installera detta fantastiska litteratur-dataprogram är helt gratis och du kommer direkt till sidan "Recently published important papers-NASP". De flesta artiklarna har URL och länkar direkt till PubMed, så att du kan hämta hem hela artikeln. Om du stöter på några problem så hjälper Gergö Hadlaczky och Lizzy Mårtensson på NASP dig gärna.

Har Du information som Du vill vidarebefordra inom nätverket Stockholm-Gotland eller till de övriga nätverken i suicidprevention **mejla direkt till redaktören. Observera att jag ändrat postadress till rigmor.stain@comhem.se**

Redaktör
Rigmor Stain, dr med sci, docent, NASP