



Dokumentnamn: Metodstöd för suicidpreventivt arbete inom avdelning hemtjänst

Beslutad av:
Stabschef

Gäller för:
Avdelning hemtjänst

Diarienummer:
Ej aktuellt

**Datum och paragraf för
beslutet:**
2025-05-13

Dokumentsort:
Stödmaterial

Giltighetstid:
2025-05-13

Senast reviderad:
Ej aktuellt

Dokumentansvarig:
Verksamhetsutvecklare

Metodstöd för suicidpreventivt arbete inom avdelning hemtjänst

I Sverige finns nationellt beslutade strategier för att minska antalet suicid. I strategierna ingår bland annat att:

- Höja kunskapsnivån för att förebygga suicid
- Arbeta nationellt, regionalt och kommunalt
- Arbeta gemensamt.

Hur kan vi arbeta hos oss?

Detta metodstöd riktar sig till dig som arbetar inom avdelning hemtjänst. Det ger vägledning och kunskap kring hur du kan bemöta omsorgstagare som uttrycker tankar om suicid och nedstämdhet och hur du kan agera i akuta situationer.

Metodstödet innehåller länkar till rutiner i staden, möjliga kontaktvägar och förslag på kunskapshöjande insatser, exempelvis kostnadsfria webb-utbildningar.

Till metodstödet hör ett stödmaterial som kan användas som utgångspunkt för att prata om suicid ute i verksamheterna.

Bemötande

Att omsorgstagare uttrycker suicid eller nedstämdhet kan vara svårt att hantera och bemöta även om det inte är en akut situation. Du kan alltid prata med din chef för att få hjälp och vägledning.

Västra Götalandsregionen har tillsammans med Suicidprevention i Väst (SPIV) tagit fram informationskampanjen [Steg för livet](#) som vänder sig till allmänheten. Den består av fyra delar som kan vara ett stöd när du träffar personer som uttrycker suicid.

1. Ta kontakt
2. Lyssna
3. Fråga om självmordstankar
4. Sök hjälp

Avdelning hemtjänst har också ett kompetensblad som kan ge vägledning [Kompetensblad bemötande vid psykisk ohälsa](#).

För att erbjuda stöd till omsorgstagare som uttrycker suicid eller nedstämdhet bör du kontakta omsorgstagarens vårdkontakt för uppföljning av behov. Det kan också vara aktuellt att kontakta socialsekreteraren. Ta stöd av rutinen för samtycke för att veta hur och vilka kontakter du kan ta.

Vi kan enligt rutinen [Samverkan med och för individen](#), tillsammans med omsorgstagaren bjuda in berörda professioner till ett samverkans- och samordningsmöte. Omsorgstagaren behöver samtycka till att mötet hålls och ska vara delaktig i det. Det kan exempelvis mynna ut i en handlingsplan.

Akuta situationer

Du som medarbetare

Om en akut situation uppstår på plats hemma hos omsorgstagaren ska du alltid ringa 112. Om du är tveksam rådgör med din chef (dagtid/vardagar) eller Trygghetsjouren 031-365 85 85 (kvällar/helger).

Följ rutinerna:

- Kontakt med legitimerad personal
- Om den enskilde blivit sjuk eller fallit
- Rutin vid oväntat dödsfall i ordinärt boende

Du som chef

Efter en svår händelse bör du som chef ha ett uppföljande samtal med medarbetaren och erbjuda stöd. Händelsen kan vara bra att ta upp i hela arbetsgruppen och den kan behöva följas upp.

Stöd till medarbetare och chefer

Tankar om självmord och suicid kan väcka tankar, känslor och funderingar hos alla. Du kan alltid vända dig till din chef. Medarbetare kan även vända sig till medarbetarstödet 031-712 61 61. På Digitala navet under 'Min anställning' och 'Personalförmåner' finns information om var du som anställd i Göteborgs Stad kan vända sig för att få kostnadsfri professionell rådgivning och stöttning. Stödet kan vara anonymt och du behöver inte meddela din chef. Samtalets innehåll kan men behöver inte vara kopplat till ditt arbete.

Medarbetarstödet kan erbjuda dig hjälp inom bland annat följande områden:

- Stress
- Psykiska och sociala frågor
- Relationer (privat, jobb, förening)
- Stöd till chefer
- Missbruksproblem, exempelvis droger, alkohol, mat eller spel
- Juridik
- Ekonomi
- Existentiella frågor

Utbildningar

Här finns exempel på utbildningar. Stäm av med din chef om du vill gå någon av dem.

Första hjälpen till psykisk hälsa

Utbildare finns i Göteborgs stad. Hör med din chef om vad det finns för möjligheter om du skulle vilja gå utbildningen.

Här finns information och kortare filmer om [MHFA - Första hjälpen till psykisk hälsa | Karolinska Institutet](#)

Steg för livet

Västra Götalandsregionen har tillsammans med SPIV tagit fram en informationskampanj, [Steg för livet | Steg för livet \(stegforlivet.se\)](#)

Våga fråga - Suicid Zero

Suicid zero har en kortutbildning som vänder sig till alla, den innehåller korta filmer med berättelser och information. [Våga fråga \(vagafragapocket.se\)](#)

Suicid och suicidprevention

På Kunskapsguiden finns information om risk- och skyddsfaktorer för suicid. Länk: [Suicid och suicidprevention - Kunskapsguiden](#)

Förebygga suicid – om bemötande i socialtjänsten

Webbutbildning som vänder sig till alla som arbetar inom socialtjänsten, både utförare, handläggare och chefer. Utbildningens syfte är att ge deltagaren en ökad trygghet i att hantera svåra samtal med personer som kan ha tankar på att ta sitt eget liv. Genom att våga prata om det som är svårt och lyssna på den person du möter kan du göra stor skillnad. Länk till utbildningen: [Socialstyrelsen utbildning](#)

Att hjälp i svåra situationer

Socialstyrelsen har tagit fram ett utbildningsmaterial som består av filmer och reflektionsfrågor. Det vänder sig till dig som är medarbetare eller chef i verksamheter inom vård och omsorg, till exempel sluten- och öppenvård, boendestöd, boendeverksamhet, uppsökande arbete och mobila team: [Att hjälpa i svåra situationer – ett utbildningsmaterial - Kunskapsguiden](#)

För råd och stöd

Verksamhet	Telefonnummer	Information
SOS-alarm	112	Vid akut självmordsrisk ska 112 kontaktas.
Sjukvårdsrådgivning	1177	Ger sjukvårdsrådgivning och vägledning dygnet runt.
Vårdcentral		En vårdcentral är den första mottagningen som kontaktas när någon blir sjuk och har lindrigare besvär. När vårdcentralen är stängd finns jourcentraler.
ACT	031-344 95 70	Du som har psykisk ohälsa, men saknar etablerad vårdkontakt kan få rådgivning via telefon av ACT Göteborg basmottagning som ett komplement till 1177.
Mind äldrelinjen	020-22 22 33	Öppet på särskilda telefontider. Bemannad av volontärer som erbjuder medmänskligt stöd, någon som lyssnar. Erbjuder inte behandling, kan vid behov hänvisa vidare.
Mind självmordslinjen	90101	Öppet dygnet runt. Bemannad av volontärer som vill ge stöd, hopp och motivation till att vilja leva och/eller söka hjälp.
Hjälplinjen	90390 (eller 08-52 44 99 10)	Hjälplinjen är en anonym och kostnadsfri stödtjänst för dig över 18 år som befinner dig i en kris, svår livssituation, har självmordstankar och upplever psykiska besvär. Vi erbjuder professionellt stöd dygnet runt, året om, för både dig som söker stöd för ditt eget mående och för anhöriga.

Koppling till andra dokument

Samverkan tillsammans med och för individen (inkluderar SIP)

Kontakt med legitimerad personal

Rutin vid oväntat dödsfall i ordinärt boende

När den enskilde blivit sjuk eller fallit

Göteborg Stads hemtjänsts rutin för att inhämta, registrera och följa upp samtycke

Stödjande dokument

Kompetensblad bemötande vid psykisk ohälsa

Det goda livet i Västra Götaland - Handlingsplan för suicidprevention 2020-2025.

Länk: [Handlingsplan suicidprevention i Västra Götaland - slutlig \(vgregion.se\)](https://vgregion.se/handlingsplan-suicidprevention)

Syftet med metodstöd

Syftet är att bidra till att öka medarbetares och chefers kunskap om suicidprevention och bemötande.

Vem omfattas av metodstödet

Metodstödet riktar sig till medarbetare och chefer inom avdelning hemtjänst i Göteborgs Stad.