

SJÄLMORDSPREVENTION I SKOLAN

En litteraturöversikt om skolbaserade metoder för att förebygga självmord

SUICIDE PREVENTION IN SCHOOL

A literature review on school-based methods to prevent suicide

Examensarbete inom huvudområdet
Folkhälsovetenskap
Grundnivå
15 Höskolepoäng
Vårterminen 2018

Hanna Nilsson

Handledare: Stefan Backe
Examinator: Gianluca Tognon

SAMMANFATTNING

Titel: Självmordsprevention i skolan – en litteraturöversikt om skolbaserade metoder för att förebygga självmord

Författare: Nilsson, Hanna

Avdelning/institution: Avdelningen för biomedicin och folkhälsovetenskap, Institutionen för hälsa och lärande, Högskolan i Skövde

Program/kurs: Folkhälsovetenskapliga programmet, Examensarbete i folkhälsovetenskap G2E, 15 hp

Handledare: Backe, Stefan

Examinator: Tognon, Gianluca

Sidor: 27

Nyckelord: självmord, skola, självmordsprevention, ungdomar, depression

Introduktion: I Sverige tar 1500 människor sitt liv varje år, en tiondel av dem tillhör gruppen unga. Regeringen menar att unga bör prioriteras i arbetet mot självmord och Folkhälsomyndigheten arbetar för att motverka självmord. Syftet med litteraturöversikten var att beskriva möjligheten att med skolbaserade interventioner förebygga självmord bland ungdomar 14-19 år.

Metod: Metoden som använts är systematisk litteraturöversikt. Artiklar har sökts i Pubmed och har systematiskt analyserats och bearbetats för att ge en relevant bas till studien. Femton vetenskapliga artiklar har använts som grund till resultatet.

Resultat: Artiklarna genererade tre teman: screening, gatekeeper-program och utbildning för elever. Screening används för att identifiera elever i riskzonen för självmord och remittera dem vidare för vård. Gatekeeper-program innebär att lärare, skolpersonal och/eller elever utbildas i att identifiera elever som mår psykiskt dåligt. Utbildning syftar till att öka elevers hälsolitteracitet..

Diskussion: Regeringen har slagit fast i en proposition att unga bör vara av prioritet i folkhälsoarbetet mot självmord men det finns inom Folkhälsomyndighetens åtgärdsområden ingen direkt fokus på unga människor. Litteraturöversikten visar att utbildning för elever kan reducera självmordstalen bland unga människor, och liknande litteraturöversikter visar att en kombination av olika program kan vara effektivt. Därför föreslås att utbildningsprogram används för att förebygga självmord bland unga.

ABSTRACT

Title: Suicide prevention in school – a literature review on school-based methods to prevent suicide

Author: Nilsson, Hanna

Dept./School: Department of Biomedicine and Public Health, School of Health and Education,
University of Skövde

Course: Bachelors Degree Project in Public Health Science G2E, 15 ECTS

Supervisor: Backe, Stefan

Examiner: Tognon, Gianluca

Pages: 27

Keywords: suicide, school, suicide prevention, adolescents, depression

Introduction: In Sweden, 1500 people take their lives every year, one tenth of them belonging to the group of young people. The government believes that young people should be prioritized in suicide prevention efforts and the Public Health Agency is working to counter suicide. The purpose of the literature review was to describe the possibility of preventing suicide among young people aged 14-19 years with school-based interventions.

Method: The method used is systematic literature review. Articles have been searched in Pubmed and have been systematically analyzed and processed to provide a relevant base for the study. Fifteen scientific articles have been used as the basis for the result.

Results: The articles generated three themes: screening, gatekeeper programs and education for students. Screening is used to identify students at risk of suicide and to refer them further for care. The gatekeeper program means that teachers, school staff and / or students are trained to identify students who are mentally ill. Education aims to increase students' health capacity.

Discussion: The government has stated in a proposition that young people should be a priority in public health work against suicide, but there is no direct focus on young people in the area of public health authorities. The literature review shows that education for students can reduce suicide among young people, and similar literature reviews show that a combination of different programs can be effective. Therefore, it is proposed that education programs be used to prevent suicide among young people

Innehåll

INTRODUKTION.....	1
Inledning	1
Nationellt	1
Bakgrund	2
Riskfaktorer	2
Självordsprevention i Sverige.....	3
Problemformulering.....	4
Syfte	5
METOD	6
Design	6
Datainsamling och urval	6
Inklusionskriterier	6
Exklusionskriterier.....	7
Tabell 1.....	7
Etiska aspekter.....	7
Databearbetning och analys.....	7
RESULTAT	9
Tabell 2.....	9
Screening.....	12
Gatekeeper-program	13
Utbildning för elever.....	15
DISKUSSION.....	17
Metoddiskussion	17
Resultatdiskussion	19
Screening i skolan	19
Gatekeeper-program.....	19

Utbildning för elever	20
Sammanfattande resultatdiskussion	20
Slutsats	21
Implikationer och förslag till utveckling av ämnet.....	22
REFERENSER.....	23

INTRODUKTION

Inledning

Runt om i världen sker 800000 dödsfall till följd av självmord varje år, vilket motsvarar 11 suicid per 100000 invånare (Wasserman, 2016). Under de senaste 2-3 decennierna har en nedgång av självmord skett i länder med hög andel självmord, däribland Sverige, medan en ökning har skett i länder med tidigare låga självmordsfrekvenser (Wasserman et al., 2012). I de flesta länder och åldrar har män en högre självmordsfrekvens än kvinnor, med undantag för Kina, där kvinnor har en betydligt högre självmordsfrekvens, vilket möjligen kan bero på kulturella orsaker (Pelkonen & Marttunen, 2012). I åldrarna 15-29 år är självmord den näst vanligaste orsaken till dödsfall internationellt, i Sverige är det den vanligaste orsaken (Wasserman, 2016, Folkhälsomyndigheten, 2017).

Nationellt

Cirka 1500 människor tar sitt liv varje år i Sverige, av dem tillhör en tiondel gruppen unga 15-24 år (Karolinska Institutet, 2017). En nedgång av självmord är märkbar i alla åldrar, utom just i gruppen unga där en ökning av självmorden bland unga kvinnor kan skönjas, medan de unga männen självmordstal förblir oförändrat (Karolinska Institutet, 2009, Prop. 2007/08:110). Olika siffror förekommer, men för varje självmord sker 10-40 självmordsförsök (Wasserman et al., 2012). Förutom det svåra trauma ett självmord medför för anhöriga och närstående till den drabbade, innebär det också samhällsekonomiska förluster. År 2004 beräknades självmord och självmordsförsök kosta samhället 5,5 miljarder kronor i Sverige. Av den summan beräknas självmorden stå för 39 % av kostnaden och självmordsförsöken stå för resterande 61 %. Av totalkostnaden är det 84 % som utgörs av produktionsförluster på grund av att de drabbade varit i yrkesverksam ålder (NCO/Räddningsverket, 2004). Sveriges regering förklarade i en proposition år 2007 att ”Ingen bör hamna i en så utsatt situation att den enda utvägen upplevs vara självmord” (Prop. 2007/08:110, s. 107). Regeringen menar i sin proposition att självmord kan förebyggas och att samhällets olika system och dess förebyggande insatser för att motverka psykisk ohälsa ständigt måste förbättras och lade även fram att: ”Den folkhälsopolitiska målstrukturen innebär att alla faktorer i människors sociala och fysiska miljö som är viktiga för hälsan inkluderas i det självmordspreventiva arbetet” (2007/08:110, s. 108). Skolan är en

betydelsefull arena för folkhälsoarbete då den under lång tid präglar barns och ungdomars upplevelser och vardag (Pellmer, Wramner & Wramner, 2012). Program för elevhälsa i skolan fokuserar på hälsofrämjande insatser med samarbete mellan all skolpersonal, elever, föräldrar samt olika instanser i närsamhället (Pellmer et al., 2012). Mot bakgrund av att självmordsstatistiken inte minskar bland unga angav regeringen det som särskilt angeläget att förstärka insatserna kring förebyggande av självmord i åldersgruppen 15–30 år (Prop. 2007/08:110). Regeringens vision om att ingen människa ska behöva ta sitt liv och arbetet kring visionen har inte gett några resultat, fortfarande - tio år senare - ses ingen nedgång av självmord bland unga i Sverige (Folkhälsomyndigheten, 2017). Stater har även i vissa fall en positiv förpliktelse att skydda personer mot självmord, enligt Artikel 2 Europakonventionen, som reglerar rätten till liv, där det uttryckligen kan läsas att envars rätt till liv skall skyddas genom lag (ECHR, 2002, se till exempel Europadomstolens dom från den 4 mars 2001, Keenan mot Storbritannien, nr 27229/95).

Bakgrund

Risikfaktorer

Den främsta risikfaktorn för självmord är ett tidigare självmordsförsök (McLaughlin, Gould & Malone, 2015). Likväl är bristfällig tillgång till sjukvård och hjälp för psykiska åkommor också betydande risikofaktorer. En undersökning som gjordes av Världshälsoorganisationen WHO i 66 länder visar att, med få undantag, det endast är i Nord- och Sydamerika samt Europa som det finns adekvat tillgång till psykisk vård för unga människor (McLaughlin et al., 2015). Mindre än hälften av de undersökta länderna hade nationella policys för barns rättigheter, trots det faktum att det i FN:s Barnkonvention är fastställt att alla barn ska vara skyddade fysiskt och psykiskt (McLaughlin et al., 2015).

Vidare är alkohol-, tobaks- och droganvändning andra risikofaktorer för psykisk ohälsa och självmord. Ju yngre en person är vid riskbruk av alkohol, desto högre risk för självmord. Studier visar att en 13-åring som dricker stora mängder alkohol vid flera tillfällen under en ettårsperiod löper dubbelt så stor risk för ett självmordsförsök än en 18-åring med samma beteende (McLaughlin et al., 2015). Förutom det faktum att självmordsfrekvensen är högre bland tonåringar som dricker alkohol, är det också högre risk för tonåringar att begå självmord om en eller båda föräldrar är riskbrukare av alkohol (González-Castro et al.,

2017). Familjen ger stöd både socialt och emotionellt under barndomen, den motverkar social isolering och kan därigenom skydda barnet från psykisk ohälsa och självmord. När barnet sedan kommer upp i tonåren ökas behovet av att stå på egna ben, därmed minskar stödet från familjen och risken för självmord blir allt större (Pelkonen & Marttunen, 2012). Psykologiskt, biologiskt och socialt sker en stor utveckling i tonåren. Förändringarna kan skapa stress hos tonåringen och utvecklas till psykisk ohälsa med självmord som följd (Pelkonen & Marttunen, 2012). Studier ger stöd för ett samband mellan faktorer som sker under barndom eller vid tiden i magen, och självmord i tonåren. Exempel på en sådan faktor är brist på amning (Dyckhoorn, Hatcher, Roy-Gagnon & Colman, 2017). Tydliga samband kan ses mellan motgångar under barndomen och självmord eller självmordsförsök under tonåren (Dyckhoorn et al., 2017). Det finns även ett samband mellan självskadebeteende och föräldrars socioekonomiska status (Lodebo, Möller, Larsson, & Engström, 2017). Andra studier har även framlagt att barn som har skilda föräldrar löper högre risk att begå självmord (Lindström & Rosvall, 2015). Självmord anses även vara genetiskt ärftligt och i upp till 90 % av självmordsfallen finns en bakomliggande psykiatrisk störning såsom bipolär sjukdom, depression, ångest, schizofreni och ätstörningar. Svåra trauman och kronisk sjukdom är ytterligare riskfaktorer (Wasserman et al., 2012). Även mobbning är en riskfaktor för depression, självmordstankar samt självmord. Cybermobbning har visat sig ha ännu större relation till självmord än traditionell mobbning (McLaughlin et al., 2015).

Även om självmord är relativt ovanligt bland barn och unga tonåringar, blir det vanligare med stigande ålder. På grund av den ökande frekvensen av självmord med ålder bör tonåringar vara den grupp som preventiva åtgärder kring självmord riktas mot. Forskning kring riskfaktorer för självmord bland unga är basen till folkhälsoarbetet för självmordsprevention (Pelkonen & Marttunen, 2012).

Självmordsprevention i Sverige

Folkhälsomyndigheten har fått i uppdrag av Regeringen att samordna det självmordsförebyggande arbetet i Sverige, som utgår från ett handlingsprogram med nio åtgärdsområden. Grunden till arbetet är att öka människors medvetenhet om självmordsproblematik och undanröja de tabun som självmord kan innebära (Folkhälsomyndigheten, 2016). De nio åtgärdsområdena är:

Främja goda livschanser för mindre gynnade grupper. Innebär arbete för att låginkomsttagare, arbetslösa och personer med låg utbildningsnivå ska ha en god hälsa.

Minska alkoholkonsumtionen i befolkningen och i högriskgrupper för suicid. Arbetet går ut på att minska skadliga dryckesvanor genom reglering av försäljningspris och åldersgräns.

Minska tillgängligheten till medel och metoder för suicid. Innebär bland annat lagstiftning för skjutvapen, restriktioner kring försäljning av sömnmedel och skyddsbarriärer vid broar etcetera.

Se suicid som psykologiska misstag. Innebär att betrakta självmordsförsök på samma sätt som fysiska skador och därigenom minska tabun.

Förbättra de medicinska, psykologiska och psykosociala insatserna. Bedrivs inom hälso- och sjukvård och innebär att sätta in hjälp tidigt för självmordsbenägna personer.

Sprid kunskap om evidensbaserade metoder för att minska suicid. Innebär att tillgängliggöra och ständigt bedriva ny forskning kring metoder för att förebygga självmord.

Höj kompetens hos nyckelpersoner. Handlar om att personer inom hälso- och sjukvård ska besitta rätt kunskap för att hantera människor med självmordsbenägenhet.

Gör händelseanalyser efter suicid. Görs för att veta hur och varför ett självmord inträffat, för att förbättra det förebyggande arbetet.

Stöd frivilligorganisationer. Anhörig- och brukarorganisationer kompletterar statens, landstingens och kommunernas insatser och kan föreslå behovsanpassade lösningar (Folkhälsomyndigheten, 2016).

Problemformulering

Självmord är den näst vanligaste dödsorsaken bland unga människor världen över. År 2009 stod självmord för 7.3 % av alla dödsfall i åldrarna 15-19 år (Wasserman et al., 2012). I alla åldersgrupper, utom i gruppen unga 15-24 år, kan en nedgång av självmord skönjas (Karolinska institutet, 2009). Med det i åtanke menar Regeringen att just unga människor bör vara av prioritet i arbetet mot självmord (Prop. 2007/08:110). Förutom ett förlorat liv innebär självmord ett trauma för de närstående, samt ekonomiska förluster för samhället. Därmed är det att betrakta som ett folkhälsoproblem, som kan förebyggas genom preventivt arbete (Prop.

2007/08:110). Gruppen unga bör vara av prioritet i det förebyggande arbetet då grunden för en god livskvalitet läggs i barndom och tonår. Följande litteraturöversikt ämnar beskriva olika strategier som kan ge möjlighet att förebygga självmord bland unga; att implementera självmordsförebyggande åtgärder i högstadie- och gymnasieskolor. Åldergruppen 14-19 anses passande för den här studien då den ämnas vara applicerbar på det svenska skolsystemet med högstadie- och gymnasieskolor. Därmed är gruppen 20-24 år utesluten ur studien, även om det inom den gruppen inte ses någon reduktion av självmordstalen. Det krävs andra tillvägagångssätt för att nå ut till den gruppen.

Syfte

Syftet med den här systematiska litteraturöversikten är att beskriva möjligheten att med skolbaserade interventioner förebygga självmord bland ungdomar 14-19 år.

METOD

I följande avsnitt presenteras på vilket sätt studien genomförts. Reflektioner gällande design av studien, datainsamling och urval, etiska aspekter samt databearbetning och analys av artiklar presenteras nedan.

Design

Designen på studien är systematisk litteraturoversikt. Att utföra en systematisk litteraturoversikt innebär att systematiskt söka, kritiskt granska och sedermera sammanställa litteraturen inom ett valt problemområde eller ämne (Forsberg & Wengström, 2015). Studien syftar till att åstadkomma en syntes av data från tidigare genomförda studier inom området självmordsprevention i skolan.

Datainsamling och urval

Datainsamling har utförts genom att systematiskt söka efter vetenskapliga artiklar i databasen Pubmed. Pubmed innehåller artiklar kring områden inom hälsovetenskaperna, vilket ansågs passande för valt ämnesområde till studien i fråga. Sökord som användes vid sökprocessen var bland andra: "suicide", "prevention and control", "schools", "school-based", "high-school" och "gatekeeper" med flera (se Tabell 1 för exakta sökningar). Sökorden testades i MeSH för att hitta relevanta sökord och således underlätta sökprocessen.

Inklusionskriterier

Sökningar av artiklar utfördes under 2017 och för att säkerställa att studien grundades på aktuell forskning söktes och inkluderades endast artiklar publicerade det året och tio år bakåt. Valda artiklar var peer-reviewed, vilket garanterade vetenskaplig evidens. Då det upplevdes komplicerat att finna forskning som enbart inkluderade den valda målgruppen 14-19 år, inkluderades studier som riktade sig till åldersgruppen 11-19 år. Det har tagits i beaktande vid databearbetningen genom att granska hur studien påverkade vald målgrupp, och försök har gjorts att utesluta de åldrar som ej ingick i litteraturoversiktens målgrupp. Studier av kvalitativ och kvantitativ ansats inkluderades, och de omfattade både pojkar och flickor, för att säkerställa att resultat av forskningen var generaliserbar för båda könen. Vid sökningar i Pubmed valdes enbart artiklar som var "Journal Article". Det gjordes för att garantera att artikeln blivit publicerad i en vetenskaplig tidskrift.

Exklusionkriterier

Artiklar som inte inkluderade någon av åldrarna i vald målgrupp exkluderades ur studien. Studier som inte tagit etiska aspekter i beaktande valdes bort.

Tabell 1

Tabell över sökta och funna artiklar

Datum	Databas	Sökord	Träffar	Lästa abstract	Lästa artiklar	Valda artiklar
171027	Pubmed	Suicide/prevention and control (subheading), adolescent, schools	47	9	5	3
171101	Pubmed	suicide, prevention and control (subheading), prevention, school-based, programmes	13	3	1	1
171102	Pubmed	Suicide, prevention, gatekeeper, schools	18	3	2	2
171103	Pubmed	Suicide, prevention, program, high-school	90	4	2	1
171104	Pubmed	Suicide, prevention, schools	310	15	8	3
171214	Pubmed	Suicide prevention, schools, screening	44	5	2	2
180110	Pubmed	Screening, suicide, schools	122	3	3	2
180110	Pubmed	School-based, screening, suicide	35	2	2	1

Etiska aspekter

Etiska överväganden i studien har gått i linje med Forsberg & Wengströms (2015) teorier kring etik och innebar att endast källor som var etiskt granskade, och endast studier som har fått etiskt tillstånd användes till fakta. Vidare har hänsyn och respekt tagits till forskarnas budskap och resultat genom att inte felaktigt citera eller referera till artiklarna i fråga. Inga artiklar som har motsagt personlig ståndpunkt i ämnet undanhölls medvetet i studien. Artiklar som använts har blivit publicerade tidsskrifter som varit peer-reviewed, för att garantera vetenskaplig evidens.

Databearbetning och analys

Analys av valda artiklar utfördes genom att primärt läsa igenom titlar som uppkom vid sökning. Därefter valdes artiklar med rubriker relevanta för valt ämne ut. Sammanfattningarna av artiklarna lästes igenom, och de sammanfattningar som presenterade en studie som kunde generera ett relevant och brett resultat och som innehöll information gällande skolbaserad

självordsprevention valdes ut och lästes noggrant igenom flertalet gånger. Således fortskred sökprocessen tills 15 artiklar hittats. För att säkerställa en hög kvalitet på de valda artiklarna testades de kvantitativa studierna mot STROBEs checklista, och för de kvalitativa artiklarna användes checklistan COREQ. De artiklar som inte uppfyllde alla kriterier i checklistorna valdes bort för att säkerställa en hög kvalitet på litteraturöversikten. Fem artiklar valdes således bort och nya sökningar utfördes där fem nya artiklar kunde finnas, vilka valdes ut och analyserades enligt samma process som de tidigare. Vidare fortskred analysprocessen genom att extrahera relevant information ur de 15 valda artiklarna. Med relevant information avses information som relaterar till vald målgrupp, 14-19 år, och skolbaserade interventioner för att förebygga självmord. Sedermera delades den extraherade informationen in i valda teman; screening i skolan, gatekeeper-program och utbildning för elever. Färgkodning användes för att underlätta processen med temaindelning. Information gällande screening markerades med grön färg, gatekeeper-program markerades med rosa och information kring utbildning för elever markerades med gul färg. Den information som ansågs passande till resultatet klipptes ut och markerades med källa, för att sedan klistras samman färgvis och således bilda en helhet. Översättning av text gjordes av författaren, med hjälp av Google translate och den framkomna informationen kan läsas i nästkommande avsnitt.

RESULTAT

Resultatet till valt ämnesområde grundlades utifrån femton vetenskapliga artiklar som analyserats och här presenteras i en litteraturöversikt. Den information som framtagits ur artiklarna beskrivs utefter de tre framkomna temana och artiklarna presenteras nedan i en översiktstabell (se Tabell 2). Resultatet ämnar ge svar på syftet kring möjligheten att med skolbaserade interventioner förebygga självmord bland ungdomar 14-19 år.

Tabell 2

Översikt av artiklar använda i Resultat

Författare	Titel	År	Land	Deltagare	Åldersgrupp	Metod	Resultat
Cotter, P., Kaess, M., Corcoran, P., Parzer, P., Brunner, R., Keeley, H., ... Wasserman, D.	Help-seeking behaviour following school-based screening for current suicidality among European adolescents	2015	Österrike, Estland, Tyskland, Frankrike, Ungern, Irland, Israel, Italien, Rumänien, Slovenien & Spanien	12395 elever	Medelålder 14.9 år	Kvantitativ RCT studie med screening genom enkäter för att se om deltagarna var självmordsbenägna, sedan uppföljning för att se om de använde sig av vården de blivit remitterade till. Mätningar före och efter.	516 (4.2 %) screenades positivt för självmordsbenägenhet. Av de 516 var det 194 (37.6 %) som deltog i efterföljande intervju.
Cross, W.F., Seaburn, D., Gibbs, D., Schmeelk-Cone, K., White, A.M., & Caine, E.D	Does practice make perfect? a randomized control trial of behavioral rehearsal on suicide prevention gatekeeper skills	2011	USA	114 skolpersonal + 66 föräldrar	14-18 år	Kvantitativ RCT studie där gatekeeper- träning gavs för skolpersonal och föräldrar för att utveckla deras förmåga att upptäcka och hjälpa elever som mår psykiskt dåligt. Mätningar före och efter.	Båda grupper hade direkt efter träningen ökat sina kunskaper och attityder kring självmord och även sina självuppskattade förmågor att ingripa vid ett misstänkt fall av självmordsbenägen elev. Dock varade inte nämnda förmågor över tid
Gould, M.S., Marrocco, F.A., Hoagwood, K., Kleinman, M., Amakawa, L., & Altschuler, E	Service Use by At-Risk Youths After School-Based Suicide Screening	2009	USA	317 elever	13-19 år	Kvalitativ/kvantitativ longitudinell studie där elever och föräldrar intervjuades två år efter en utförd studie gällande screening i skolan, för att utreda om och varför/varför inte elever som screenats positivt uppsökt vård.	70 % av de elever som blivit remitterade vård uppsökte hjälp för sina psykiska åkommor. Främsta anledningen att inte söka hjälp var uppfattningen att den mentala hälsan inte var så dålig som den screenats som.

Kahn, J-P., Tubiana, A., Cohen, R.F., Carli, V., Wasserman, C., Hoven, C., ... Wasserman, D.	Important Variables When Screening for Students at Suicidal Risk: Findings from the French Cohort of the SEYLE Study	2015	Frankrike	235 elever	14-16 år	Kvantitativ kohortstudie med screening för att upptäcka elever i riskzonen för självmord. Mätningar före och efter studie.	71.5 % screenades positivt, 16.2 % blev remitterade till behandling
King, K.A., Strunk, C.M., & Sorter, M.T.	Preliminary effectiveness of surviving the teens® suicide prevention and depression awareness program on adolescents' suicidality and self-efficacy in performing help-seeking behaviors	2011	USA	1030 elever	14-18 år	Kvantitativ RCT studie med information till elever kring att lära sig hantera negativa händelser i livet, hur eleverna kan känna igen depression och självmordsbenägenhet hos sig själv och andra och hur de kunde hjälpa personer som var deprimerade eller på annat sätt mätte psykiskt dåligt.	Tre månader efter studien var eleverna signifikant mindre benägna att begå självmord, att ha gjort en plan för att begå självmord, att försökt begå självmord samt att ha slutat göra vissa aktiviteter på grund av att de känt sig nere än innan studien. De var även mer benägna att agera om de såg att en kamrat mätte psykiskt dåligt samt att berätta för någon vuxen om att de själva inte mätte psykiskt bra.
Petrova, M., Wyman, P.A., Schmeelk-Cone, K., & Pisani, A.R	Positive-Themed suicide prevention messages delivered by adolescent peer leaders: Proximal impact on classmates' coping attitudes and perceptions of adult support	2015	USA	706 elever	14-18 år	Kvantitativ RCT studie med implementering av ett gatekeeper-program, där interventionsgruppen jämfördes med en kontrollgrupp direkt efter studien.	Studien visade sig ha effekt på förekomst av självmordstankar bland eleverna. Vidare visade studien att förutom de fördelarna var programmet även positivt gällande de vuxnas attityder kring att hjälpa självmordsbenägna ungdomar. Programmet visade sig ha bättre inverkan på de elever som nyligen upplevt självmordstankar än de som inte haft det.
Ross, V., Kölves, K., & De Leo, D	Teachers' perspectives on preventing suicide in children and adolescents in schools: A qualitative study	2017	Australien	229 lärare	5-18 år	Kvalitativ studie genom enkäter där forskarna ville utreda vad lärare tyckte om att använda sig av gatekeeper-program i skolan.	Lärare var positiva till att agera gatekeepers, och att många tyckte att gatekeeper-träning skulle ingå i lärarutbildningen
Ruble, A.E., Leon, P.J., Gilley-Hensley, L., Hess, S.G., & Swartz, K.L	Depression knowledge in high school students: Effectiveness of the adolescent depression awareness program.	2013	USA	710 elever	14-18 år	Kvantitativ RCT studie där elever utbildades och informerades om depression och att det är en behandlingsbar sjukdom.	Depressionlitteraciteten ökade från 12 % till 40 %. Vidare ökades även troligheten att uppmuntra en kamrat att söka hjälp om denne mätte dåligt från 84 % till 88 %.
Scott, M., Wilcox, H., Huo, Y., Turner, J., Fisher, P., & Shaffer, D.	School-Based screening for suicide risk: Balancing costs and benefits.	2010	USA	1729 elever	11-19 år	Kvantitativ RCT studie där forskarna utvecklade tre olika program för screening där de ville se en kostnadsnyttoanalys. De olika programmen utformades för att dels vara så billiga som möjligt, och dels fånga upp så många elever i	Algoritmer arbetades fram för att upptäcka det test som var mest effektivt både gällande ekonomi och att upptäcka självmordsbenägna elever. Det test med högst tröskel visade sig mest effektivt.

						riskzonen som möjligt.	
Silverstone, P.H., Bercov, M., Suen, V.Y.M., Allen, A., Cribben, I., Goodrick, J., ... Rittenbach, K	Initial Findings from a Novel School-Based Program, EMPATHY, Which May Help Reduce Depression and Suicidality in Youth.	2015	Kanada	3244 elever	11-18 år	Kvantitativ kohortstudie som ville se om ett screening-program i skolor i Kanada varit effektivt 12 veckor efter utfört program.	Av 503 elever som fick positivt resultat på självskattningsenkäten var det 151 elever som använde sig av vården, i det här fallet kognitiv beteendeterapi (KBT). 30 % av eleverna använde således den vård de blev tilldelade. Bland de elever som använde sig av KBT sågs en statistisk signifikant förbättring i självkänsla, livskvalitet, depression och risk för självmord
Stein, B.D., Kataoka, S.H., Hamilton, A.B., Schultz, D., Ryan, G., Vona, P., & Wong, M	School personnel perspectives on their school's implementation of a school-Based suicide prevention program	2010	USA	42 lärare	14-18 år	Kvalitativ studie där lärare i skolor som fått ett gatekeeper-program implementerat intervjuades om deras åsikter.	Lärarna ansåg att det underlättar att veta vilka frågor de ska ställa till elever som verkar deprimerade eller självmordsbenägna, att veta vilka formulär de ska fylla i för att eleven ska få hjälp, samt att veta var de ska hänvisa dem till för hjälpinstans.
Walsh, E., Hooven, C., & Kronick, B	School-Wide staff and faculty training in suicide risk awareness: Successes and challenges	2013	USA	237 skolpersonal	14-18 år	Kvantitativ/kvalitativ RCT studie där ett gatekeeper-program implementerades och lärare fick fylla i enkäter före och efter träning för att se hur träningen mottagits.	Före träningen kände sig 83 % av personalen bekväm med att prata med elever om självmordsrisk, efter träning hade den siffran ökat till 96 %. Trolighet att fråga en elev om deras mentala hälsa och risk för självmord var före träning 77 % och efter 96 %. Bekvämlighet med att fråga en elev om hur denne mår ökade från 60 % till 90 %
Wasserman, D., Hoven, C.W., Wasserman, C., Wall, M., Eisenberg, R., Hadlaczky, G., ... Carli, V.	School-based suicide prevention programmes: The SEYLE cluster-randomised, controlled trial	2015	Österrike, Estland, Tyskland, Frankrike, Ungern, Irland, Israel, Italien, Rumänien, Slovenien & Spanien	11110 elever	Medelålder 14.8 år	Kvantitativ RCT studie med 4 delar, en med gatekeeper-program, en med screening, en med utbildning och en kontrollgrupp. Ville se om självmordsförsöken minskat efter 3 resp. 12 månader.	Efter 3 månader visade ingen av interventionerna några resultat. Efter 12 månader visade sig utbildningen för eleverna ha gett resultat, då både självmordsförsök och självmordstankar hos eleverna hade minskat.
Wyman, P., Hendricks Brown, C., Inman, J., Cross, W., Schmeelk-Cone, K., Guo, J., & Pena, J.	Randomized trial of a gatekeeper program for suicide prevention: 1-Year impact on secondary school staff	2008	USA	249 skolpersonal	11-18 år	Kvantitativ RCT studie som utredde om skolpersonal ökat sina kunskaper om att hjälpa elever efter implementeringen av ett gatekeeper-program.	Efter ett år visade sig studien ha ökat personalens kunskap och värderingar men inte ha ökat personalens förmåga att identifiera elever med självmordsbenägenhet
Wyman, P., Hendricks Brown, C., LoMurray, M., Schmeelk-Cone, K.,	An outcome evaluation of the sources of strength suicide	2010	USA	2675 elever	Medelålder 15.7 år	Kvantitativ RCT studie där ett gatekeeper-program implementerades. I	Programmet visade sig ha god effekt inom områdena uppfattning om att hjälp finns att få via vuxna, normer kring

Petrova, M., Yu, Q., ... Wang, W.	prevention program delivered by adolescent peer leaders in high schools					det här programmet var det elever som skulle agera gatekeepers.	hjälpökande, och visade sig även ha en effekt på förekomst av självmordstankar bland eleverna.
--------------------------------------	--	--	--	--	--	--	---

Screening

Screening-program används för att upptäcka elever i riskzonen för att begå självmord och förbättra deras möjligheter att bli remitterade till en instans som kan hjälpa dem (Gould, Marrocco, Hoagwood, Kleinman, Amakawa & Altschuler, 2009). För att upptäcka de eleverna används självskattningsenkäter (Gould et al., 2009). Screening-program är känsliga i sin förmåga att upptäcka studenter i riskzonen, elever med symtom som skolpersonal eller andra personer i elevens omgivning kan ha svårt att upptäcka (Gould et al., 2009).

Vid positivt utfall på självskattningsenkäten ska eleven remitteras vidare till lämplig instans för vård och hjälp. Gould et al. (2009) visar att i deras studie hade cirka en fjärdedel av eleverna som genomgått screening i skolan och blivit vidareremitterade använt sig utav vården de blivit remitterade till en månad efter programmet. Vidare visar Gould et al. (2009) att två år efter programmet hade två tredjedelar av eleverna använt sig utav vården.

I en studie gjord av Silverstone et al. (2015) visades att av 503 elever som fick positivt resultat på självskattningsenkäten var det 151 elever som använde sig av vården, i det här fallet kognitiv beteendeterapi (KBT). Således nyttjade 30 % av eleverna den vård de blev remitterade till. Bland de elever som använde sig av KBT sågs en statistisk signifikant ökning av självkänsla och livskvalitet, samt nedgång av depression och risk för självmord (Silverstone et al., 2015).

I en annan studie, gjord av Cotter et al. (2015), visades av 37,6 % av eleverna som fick ett positivt resultat på självskattningsenkäten nyttjade den vård, klinisk intervju, som tilldelades dem efteråt. De elever som inte nyttjade vården uppgav anledningar såsom; ovilja att medverka (58.1 %), ovilja från föräldrar att låta barnet medverka (14.9%), resterande elever svarade ej på kontakt och orsak är därmed okänd (Cotter et al., 2015). Vidare visar Cotter et al. (2015) att ju närmare skolan intervjun genomfördes och om intervjun utfördes tätt inpå screeningen, desto större chans var det att eleven medverkade i den följande intervjun.

Nyttjandet utav vård efter screening skiljer sig således mellan studierna från cirka 30 % till cirka 66 % (Gould, 2009, Silverstone, 2015).

Wasserman et al. (2015) visade i sin studie att screening i skolan inte genererade någon reduktion av vare sig självmordstankar eller utförda självmord efter varken tre månader eller ett år efter infört program.

Screening som självmordsprevention har visat sig ge hög frekvens av falska positiva testsvar, visar Kahn et al. (2015). Det eftersom vid Kahn et al. (2015) studie var det fler elever som testades positivt i självskattningen än som sedan bedömdes behöva ytterligare vård.

Scott, Wilcox, Huo, Turner, Fischer och Shaffer (2010) jämförde tre olika program för screening där de ville se en kostnads-nyttoanalys. De olika programmen utformades för att dels vara så billiga som möjligt, och dels fånga upp så många elever i riskzonen som möjligt. De tre testen utvecklades för att ha hög validitet, reliabilitet och så högt positivt prediktivt värde som möjligt. När hög självmordsrisk var kriteriet var både testen med hög tröskel och låg tröskel mycket effektiva (Scott et al. 2010). Vid användning av testet med låg tröskel minskades specificiteten från 78.2 % till 61 % och det positiva prediktiva värdet från 25 % till 16.3 %. Testet med hög tröskel identifierade 24 % av de elever som tidigare screenats positivt medan testet med låg tröskel identifierade 35 %. För att undvika falska positiva svar var testet med hög tröskel mest effektivt (Scott et al., 2010). Scott et al. (2010) visade att genom att ha så hög tröskel som möjligt i screening-testen kan fler elever som befinner sig i riskzonen för att begå självmord fångas upp och kostnaden för testen kan minska.

Gatekeeper-program

Med gatekeeper-program avses program där skolpersonal, elever, eller andra personer i elevens omgivning utbildas för att identifiera elever med symtom på depression eller självmordsbenägenhet och hjälpa dem vidare till lämplig instans för hjälp (Walsh, Hooven & Kronick, 2013). Den direkta svenska översättningen för gatekeeper är grindvakt eller portvakt (Google translate, 2018) men den översättningen anses inte passande i sammanhanget och av den orsaken används följaktligen det engelska ordet gatekeeper i litteraturöversikten.

Walsh et al. (2013) menar att de symtom på självmordsbenägenhet som unga människor visar kan upptäckas av skolpersonal. Exempel på sådana symtom är: skolsvårigheter, depression, ångest, droganvändning, slagsmål och mobbning. Även faktorer som i huvudsak utspelar sig

utanför skolan kan vara tecken på självmordsbenägenhet och kan upptäckas av skolpersonal, till exempel konflikter med föräldrar eller uppbrott från relationer (Walsh et al., 2013). Walsh et al. (2013) menade att förutom lärare så bör även övrig personal i skolan, såsom cafépersonal och busschaufförer, utbildas i gatekeeping. Före träningen i Walsh et al. (2013) studie kände sig 83 % av personalen bekväm med att prata med elever om självmordsrisk, efter träning hade den siffran ökat till 96 %. Sannolikhet att fråga en elev om deras mentala hälsa och risk för självmord var före träning 77 % och efter 96 %. Bekvämlighet med att fråga en elev om hur denne mår ökade från 60 % till 90 % (Walsh et al., 2013). Cross, Seaburn, Gibbs, Schmeelk-Cone, White och Caine (2011) utbildade både skolpersonal och föräldrar inom gatekeeping i sin studie. Båda grupper hade direkt efter träningen ökat sina kunskaper och attityder kring självmord och även sina självuppskattade förmågor att ingripa vid ett misstänkt fall av självmordsbenägen elev (Cross et al., 2011). Dock varade inte nämnda förmågor över tid (Cross et al., 2011).

Wyman, Hendricks Brown, Inman, Cross, Schmeelk-Cone, Guo och Pena (2008) utbildade även de personal i liknande situationer, att våga fråga elever om deras mentala hälsa och självmordsrisk. Studien följdes upp efter ett år och visade sig ha ökat personalens kunskap och värderingar men visade sig inte ha ökat personalens förmåga att identifiera elever med självmordsbenägenhet (Wyman et al., 2008). Före studien uppgav 6.8 % av de 1059 elever på de berörda skolorna att de försökt ta sitt liv. Ett år efter studien var samma siffra 7.3 %, vilket visar att studien efter ett år inte haft någon inverkan på självmordsbenägenhet (Wyman et al., 2008). Inte heller Wasserman et al. (2015) såg i sin studie någon signifikant reduktion av varken självmordstankar eller självmordsbenägenhet vid utbildning av skolpersonal i gatekeeping.

Wyman et al. (2010) utbildade elever i att agera gatekeepers genom att lära sig identifiera andra elever som ter sig må psykiskt dåligt och uppmuntra dem att söka sig till vuxna som kan hjälpa dem. Programmet visade sig ha god effekt inom områdena uppfattning om att hjälp finns att få via vuxna, normer kring hjälpsökande, och visade sig även ha en effekt på reduktion av självmordstankar bland eleverna (Wyman et al., 2010). Vidare visar Petrova, Wyman, Schmeelk-Cone och Pisani (2015) att förutom de fördelarna kan gatekeeping vara positivt gällande vuxnas attityder kring att hjälpa självmordsbenägna ungdomar. Gatekeeping har visat sig ha bättre inverkan på de elever som nyligen upplevt självmordstankar än de som inte haft det (Petrova et al., 2015).

Kvalitativa studier visar att skolpersonal är positiva till att implementera gatekeeper-program i skolorna, att det underlättar att veta vilka frågor de ska ställa till elever som ter sig deprimerade eller självmordsbenägna, att veta vilka formulär de ska fylla i för att eleven ska få hjälp, samt att veta vilken hjälpinstans de ska hänvisas till (Stein, Kataoka, Hamilton, Schultz, Ryan, Vona & Wong, 2010). Ross, Kölves och De Leo (2017) visade även de att lärare var positiva till att agera gatekeepers, och att många ansåg att gatekeeper-träning skulle ingå i lärarutbildningen.

Utbildning för elever

Att utbilda och informera elever i skolan handlar om att ge dem en bättre hälsolitteracitet och på så vis få dem att förstå de konsekvenser som depression eller andra psykiska tillstånd kan medföra, exempelvis självmord (Ruble, Leon, Gilley-Hensley, Hess & Swartz, 2013). Ruble et al. (2013) visade att genom att införa en tre timmar lång information till elever, med grundbudskapet att depression är en behandlingsbar sjukdom ökades hälsolitteraciteten kring depression från 12 % till 40 %. Vidare ökades även sannolikheten att uppmuntra en kamrat att söka hjälp om denne mådde dåligt från 84 % till 88 %, och att om kamraten uppger att den mår psykiskt dåligt men ber en att inte berätta det för någon skulle 24 % berätta för någon vuxen innan utbildningen, medan samma siffra låg på 40 % efter utbildningen (Ruble et al., 2013).

King, Strunk och Sorter (2011) gav i sin studie information till elever kring depression, varningssignaler för självmord, hur vardagliga stressiga situationer kan hanteras och hur vård söks vid psykiskt dåligt mående. Vidare syftade utbildningen till på att informera eleverna om psykiska störningar, risker med droganvändning, problem med självkänslan, sexuella identitetsproblem och hantering vid våld och trauman. Största fokus i utbildningen var att lära eleverna adekvata sätt att hantera negativa händelser i livet, hur eleverna kan känna igen depression och självmordsbenägenhet hos sig själva och andra samt hur de kan hjälpa personer som är deprimerade eller på annat sätt mår psykiskt dåligt (King et al., 2011). Tre månader efter studien var eleverna mindre benägna att ha gjort ett självmordsförsök samt att ha gjort en plan för att begå självmord (King et al., 2011). De var även mer benägna att agera om de såg en kamrat som mådde psykiskt dåligt samt att berätta för någon vuxen om att de själva inte mådde psykiskt bra (King et al., 2011).

Wasserman et al. (2015) utförde en studie med tre delar, varav en del gick ut på att öka elevernas medvetenhet om riskfaktorer för självmord, förse dem med kunskap om depression och ångest samt att öka elevernas förmåga att hantera händelser i livet som kan vara svåra. Vid en uppföljning ett år efter studien visade den sig ha gett resultat gällande både reduktion av självmordsförsök och självmordstankar bland eleverna (Wasserman et al., 2015).

DISKUSSION

Följande avsnitt innehåller diskussion om litteraturöversiktens metod och resultat. Avslutningsvis presenteras en sammanfattande slutsats samt förslag till hur ämnet kan utvecklas vidare.

Metoddiskussion

För sökning av information till litteraturöversikten användes databasen Pubmed, som innehåller ett brett utbud av vetenskapliga artiklar inom områdena hälso- och vårdvetenskap, vilket ansågs passande för valt ämnesområde. Sökningar gjordes i kursen FH534G under höstterminen 2017 och efter analys av då utvalda artiklar förkastades fem, då de inte uppfyllde kraven enligt checklistorna STROBE och COREQ. Således fortskred sökningar under december 2017 och januari 2018 och efter de sökningarna och analys av funna artiklar kunde 15 vetenskapliga artiklar påträffas och grunden till litteraturöversikten ansågs bred nog att täcka in tillräckligt med information. Det kan inte uteslutas att resultatet hade tett sig annorlunda om sökningar gjorts i fler databaser med samma sökord, dock anses Pubmed vara tillräckligt övergripande att bygga en god grund till litteraturöversikten. Möjligheten finns även att om andra sökord som relaterar till ämnet hade använts hade de genererat ett annat resultat, dock har sökorden valts med motivet att vara övergripande, relevanta för valt ämnesområde samt generera ett adekvat resultat. Sökorden testades i MeSH för att ge så precisa träffar som möjligt, vilket underlättade sökprocessen och garanterade ett till sökorden och litteraturöversikten relevant utbud av artiklar.

De artiklar som använts till litteraturöversikten var alla skrivna på engelska. Översättning gjordes av författaren samt med hjälp av Google translate. Det kan inte uteslutas att språkliga missförstånd kan ha uppkommit som kan påverka litteraturöversiktens resultat. Dock, som nämnts i avsnittet Metod, har ingen information medvetet undanhållits av författaren, och de översättningar som gjorts har granskats flera gånger av författaren för att utesluta i så hög grad som möjligt att fel kan ha inträffat.

I inklusions- och exklusionskriterier till litteraturöversikten valdes att enbart inkludera artiklar publicerade efter år 2007, för att inbegripa den senaste forskningen i ämnet.

Självordsprevention inom skolan har funnits längre än så, dock ansågs tidsintervallet lämpligt då studier ständigt kommer med nya resultat och resultatet till litteraturöversikten avsågs spegla samtiden.

Målgruppen till litteraturöversikten var elever 14-19 år. Nämnda åldersgrupp valdes med anledning att litteraturöversikten ämnades vara applicerbar på den svenska skolorganisationen och således motsvara högstadie- och gymnasieskolor. Artiklar som använts har dock inkluderat elever från 11-19 år av skälet att få artiklar innehållande enbart vald målgrupp påträffades via sökningar. Det kan då tyda på att syftet bör ändras till åldersgruppen 11-19 år, dock hade det inneburit att syftet skulle täcka in femte klass till och med gymnasiet, vilket inte motsvarar den svenska skolordningen med låg-, mellan- och högstadium samt gymnasium. Därtill var huvuddelen av studierna riktad till ungdomar 14-19 år, vilket ansågs anledning nog att inte förändra syftet. Vidare är det inom åldersgruppen 15-24 år som det inte har skett någon minskning av självmordstalen, gruppen 20-24 år har därmed även den uteslutits ur studien. Det gjordes för att kunna applicera studiens resultat på högstadie- och gymnasieskolor, vilket inte innefattar nämnda åldersgrupp.

Huvuddelen av de artiklar som använts till litteraturöversikten har varit av kvantitativ ansats. Två av de femton artiklarna var av kvalitativ sort och de artiklarna handlade om lärarnas åsikter om program som blivit implementerade i skolor där de arbetade, och inkluderades av anledningen att det är av vikt att veta om lärare anser sig ha lärt sig något av programmen eller inte. Om lärarnas åsikter är negativa kring självmordsprevention i skolor, genererar det möjligen ett sämre resultat av programmet.

Analysen av artiklarna var en omfattande process och utfördes noggrant för att säkerställa att viktig information inte utelämnades. Efter analys av artiklar färgkodades de för att få en tydlig bild av informationen och för att underlätta temaindelning. De tre teman som framkom efter analys var screening, gatekeeper-program och utbildning av elever och det fanns inga ytterligare teman att finna i de utvalda artiklarna.

Den etik som legat till grund för litteraturöversikten har inneburit att inte felaktigt citera eller referera till artiklar samt att studier som använts har publicerats i peer reviewed tidskrifter och har fått etiskt tillstånd. Det har noga efterföljts för att säkerställa en etisk korrekt litteraturöversikt samt ett resultat som motsvarar verklig fakta.

Att individuellt genomföra en litteraturöversikt innebär att artiklar väljs ut och analyseras med enbart en författares förståelse och personliga attityder, värderingar, tillvägagångssätt och förhållning till ämnet. Det kan medföra att resultatet blir styrt utefter författaren. Författaren har under processens gång haft för avsikt att vara så objektiv i sitt arbete som möjligt men kan med det inte garantera att resultatet inte blivit annorlunda med en medförfattare.

Resultatdiskussion

Screening i skolan

Screening-program har som mål att upptäcka elever i riskzonen för självmord och remittera dem till lämplig instans för vård och hjälp och anses upptäcka symtom hos elever som skolpersonal och föräldrar kan ha svårt att upptäcka (Gould et al., 2009). Det kan innebära att det är den mest djupgående metoden för att upptäcka självmordsbenägna elever. Dock är det upp till eleven själv att söka den hjälp som erbjuds, efterföljande vård är frivillig. Studier visar att benägenhet att uppsöka vård som erbjuds efter screeningen varierar från cirka 30 % - cirka 66 % (Gould et al., 2009, Silverstone et al., 2015). Diskuterbart är då hur effektivt programmet är, om elever tenderar att ändå inte söka den hjälp de blir remitterade till. Orsaker till att inte söka vård visade Cotter et al. (2015) vara elevers egen motvilja att medverka samt föräldrars ovilja att låta sitt barn medverka. För att undvika att eleven inte medverkar bör den efterföljande vården finnas så nära skolan som möjligt samt utföras tätt inpå screeningen, visar Cotter et al. (2015). Andra studier har visat att screening inte har någon effekt på varken självmordstankar eller självmordsbenägenhet (Wasserman et al., 2015), samt att screening har en tendens att ge hög frekvens av falska positiva testsvår (Kahn et al., 2015). Med det som grund är screening inte ett effektivt sätt att förebygga självmord bland unga 14-19 år, det är dock ett verktyg för att upptäcka elever i riskzonen för självmord. Om efterföljande vård ändå inte nyttjas är programmet verkanslöst. Screening kan däremot vara bäst lämpat för att få en bild av statistik kring psykisk ohälsa i skolor och på så vis kunna anpassa insatser utefter det.

Gatekeeper-program

Gatekeeper-program har som avsikt att utbilda lärare, skolpersonal, elever och/eller föräldrar i att lära sig upptäcka symtom hos elever som kan tyda på självmordsbenägenhet, samt att remittera dem vidare för adekvat hjälp och vård (Walsh et al., 2013). Studier visar att sådan utbildning kan öka bekvämlighet med att prata med elever som inte verkar må psykiskt väl, öka förmåga att fråga elever om hur de mår samt öka kunskap och värderingar och identifiera elever med självmordsbenägenhet (Walsh et al., 2013, Wyman et al., 2008). Forskningen skiljer sig åt huruvida programmen har någon inverkan på den faktiska självmordsbenägenheten bland elever. Wyman et al. (2008) och Wasserman et al. (2015) kunde inte påvisa någon signifikant reduktion av självmordstankar eller självmordsbenägenhet i sina studier, medan Wyman et al. (2010) och Petrova et al. (2015)

visar att vid utbildning av elever i gatekeeping kan en reduktion av förekomst av självmordstankar skönjas. Cross et al. (2011) visar att även om skolpersonal och föräldrar ökar sina kunskaper så varar inte de kunskaperna över tid. Både Stein et al. (2010) och Ross et al. (2017) visar dock att lärare är positiva till införandet av gatekeeper-program, vilket kan anses positivt då programmet sannolikt implementeras bättre om lärarna har en positiv inställning. Det faktum att forskningen går åt så olika håll gör det svårt att avgöra om gatekeeping är effektivt eller ej samt om det är motiverat att införa sådana program i svenska högstadie- och gymnasieskolor.

Utbildning för elever

Att lära elever om hur de kan hantera stressfulla och negativa händelser, om depression, varningssignaler för självmord, problem med självkänsla och andra faktorer som kan påverka det psykiska måendet har visat sig generera goda resultat både gällande kunskap och också handlingsförmåga att hjälpa kamrater som inte mår väl. Även gällande reduktion av självmordstankar- och -försök är utbildning effektivt (Wasserman et al., 2015, King et al., 2011, Ruble et al., 2013). Att utbilda elever i skolan är den sortens preventiva arbete som utifrån befintliga studier genererar bäst resultat i fråga om att förebygga självmord i åldrarna 14-19 år.

Sammanfattande resultatdiskussion

I åldrarna 15-29 år är självmord den vanligaste dödsorsaken i Sverige (Folkhälsomyndigheten, 2017). Staten har en positiv förpliktelse att förebygga självmord bland sina invånare och Sveriges Regering fastslog i en proposition 2007 att det är särskilt angeläget att förstärka insatser kring förebyggande av självmord bland unga människor (ECHR, 2002, Prop. 2007/08:110). Trots det finns inget tydligt mål i Folkhälsomyndighetens nio åtgärdsområden för att förebygga självmord som fokuserar direkt på just unga människor. Vidare menar regeringen i propositionen att alla faktorer i människors sociala och fysiska miljö som är viktiga för hälsan ska inkluderas i det självmordspreventiva arbetet. Med det i beaktande är skolan ett lämpligt område att implementera självmordsprevention. Riskfaktorer för självmord, såsom riskbruk av alkohol, tobak och narkotika, mobbning (McLaughlin et al., 2015) och en dålig familjesituation (Pelkonen & Marttunen, 2012), kan upptäckas och i viss mån förebyggas i skolan, där elever tillbringar mycket av sin tid. Genom undervisning i skolan kan elever bli informerade om hur de olika riskfaktorerna bäst hanteras samt var hjälp

finns att få. Informationen blir således tillgänglig för alla unga människor och ger förutsättning för en god hälsa hela livet. Det är även av vikt att skolan ser till att efterföljande vård nyttjas av de elever som blivit remitterade den, att Barn- och ungdomspsykiatri blir inkopplad till exempel. Det finns andra sätt att nå ut till unga människor för att förebygga självmord exempelvis via internet eller föreningslivet. Dock anses skolan lämplig för att ge information, just för att informationen då når ut till alla.

Robinson, Cox, Malone, Williamson, Baldwin, Fletcher och O'Brien (2013) visar i sin litteraturöversikt att en kombination av flera program kan vara att rekommendera för att på bästa sätt förebygga självmord bland ungdomar 14-19 år, exempelvis gatekeeper-program i kombination med screening, något som den här litteraturöversikten inte tagit i beaktande. Även Katz et al. (2013) visar på liknande slutsatser, att ett program i sig kanske inte är nog för att reducera självmordstal, men att flera tillsammans kan vara effektiva. Det saknas i artiklarna till resultatet diskussioner om hur olika program kan anpassas efter olika kulturer, socioekonomisk status och samhällen. De flesta studier som granskats till den här litteraturöversikten har varit från hög- eller medelinkomstländer, vilket kan innebära att forskning saknas kring vilka metoder som är bäst lämpade för att förebygga självmord i låginkomstländer. Med tanke på att självmord är ett globalt folkhälsoproblem finns det ett behov av att utvärdera effekter av självmordsförebyggande program inom ramen för olika kulturer, samhällen och länder. Vidare forskning kring kombinationer av flera program samt program i låginkomstländer, anpassade efter olika kulturer och aktuell kontext, rekommenderas.

Slutsats

I huvudsak finns idag tre tillvägagångssätt att förebygga självmord bland unga 14-19 i skolan; att införa screening för att upptäcka elever i riskzonen för självmord, att utbilda gatekeepers i att identifiera elever i riskzonen för självmord och uppmuntra dem att söka hjälp, samt att utbilda elever om hur det är möjligt att hantera depression och negativa händelser i livet för att undvika självmord. Resultatet visade att den sistnämnda metoden är mest effektiv för att förebygga självmord i åldrarna 14-19 i skolan. De andra metoderna har styrkor i att de ökar kunskap kring ämnet, men forskning går åt olika håll gällande om de har förmågan att reducera de faktiska självmordstalen.

Implikationer och förslag till utveckling av ämnet

Ungdomar utgör en stor del av befolkningen, och det är under ungdomsåren som stor del av grunden för framtida hälsa etableras. Det anses därmed av stor vikt att de unga mår väl och ges förutsättningar till att leva ett fullgott liv, fritt från fysiska såväl som psykiska åkommor i så stor utsträckning som möjligt.

De tre nämnda tillvägagångssätten för att förebygga självmord bland unga i skolan skulle alla kunna utvecklas för att bli så effektiva som möjligt. Om screening och gatekeeperprogram utfördes med kravet att den positivt screenade eleven, eller den elev som blivit identifierad av en gatekeeper, skulle få lättillgänglig och snabb obligatorisk vård skulle de elever som blivit identifierade att vara i riskzonen för självmord ha möjlighet att bli hjälpta. Den screening som utförts i de nämnda studierna till den här litteraturöversikten har alla enbart erbjudit frivillig vård efter. Av den anledningen föreslås vidare forskning i ämnet kring om screening och gatekeeper-program blir mer effektiva om de följs av obligatorisk vård för de elever som upptäcks och anses vara i riskzonen för självmord. Forskningen bör även rikta in sig på att följa upp de elever som fått vård och identifiera vad de tyckte var bra respektive mindre bra med den efterföljande vården. Det bör även ses över om en obligatorisk efterföljande vård kan göra så att elever tenderar att uppge felaktiga svar på självskatningenkäter exempelvis. Vidare föreslås att utbildning för elever även ska inkludera gatekeeper-träning. Kombination av flera program kan göra att effektiviteten av programmen blir större.

Föräldrar spelar fortfarande en stor roll i 14-19-åringars liv och därför bör även de bli inkluderade i det självmordspreventiva arbetet. Föreläsningar för föräldrar med syfte att få dem att kunna upptäcka och hjälpa sina tonåringar om de mår psykiskt dåligt, bör erbjudas av kommunerna. Det bör även finnas lättillgänglig information om var föräldrar kan vända sig för råd kring hur de kan hjälpa sin tonåring.

Förebyggande arbete är det som mycket av folkhälsovetenskapen handlar om och folkhälsan skulle sannolikt kunna förbättras om självmordsförebyggande arbete implementerades i svenska högstadie- och gymnasieskolor. Vidare föreslås även en anpassning inom självmordspreventivt arbete i skolan efter världens alla olika kulturer, kontexter, samhällen och länder.

REFERENSER

*Cotter, P., Kaess, M., Corcoran, P., Parzer, P., Brunner, R., Keeley, H., ... Wasserman, D., (2015). Help-seeking behaviour following school-based screening for current suicidality among European adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 50(6), 973-982. doi: 10.1007/s00127-015-1016-3

*Cross, W.F., Seaburn, D., Gibbs, D., Scheelk-Cone, K., White, A.M., & Caine, E.D. (2011). Does practice make perfect? a randomized control trial of behavioral rehearsal on suicide prevention gatekeeper skills. *Journal of Primary Prevention*, 32(3-4), 195-211. doi: 10.1007/s10935-011-0250-z

Dyxhoorn, J., Hatcher, S., Roy-Gagnon, M-H., & Colman, I. (2017). Early life predictors of adolescent suicidal thoughts and adverse outcomes in two population-based cohort studies. *PloS one*, 12(8). doi: 10.1371/journal.pone.0183182

ECHR (European Court of Human Rights). (2002). *Europeiska Konventionen om Skydd för de Mänskliga Rättigheterna*. Hämtad 2018-05-15 från: https://www.echr.coe.int/Documents/Convention_SWE.pdf

Folkhälsomyndigheten. (2016). *Ett nationellt handlingsprogram för Suicidprevention*. Hämtad 2018-04-17 från: https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/2e7ade7571da420687ce28243ab4fa00/nationellt_handlingsprogram_suicidprevention_16001_webb.pdf

Folkhälsomyndigheten. (2017). *Suicid (själv mord)*. Hämtad 2017-10-12 från: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/folkhalsorapportering-statistik/folkhalsans-utveckling/halsa/psykisk-ohalsa/suicid-sjalvmord1/>

Forsberg, C., & Wengström, Y. (2015). *Att göra systematiska litteraturstudier*. Stockholm: Författaren och Natur & Kultur.

González-Castro, T.B., Tovilla-Zárate, C.A., Hernández-Díaz, Y., Juárez- Rojop, I.E., León-Garibay, A.G., Guzmán-Priego, C.G., López-Narváez, L., & Fréсан, A. (2017). Characteristics of Mexican children and adolescents who died by suicide: A study of

psychological autopsies. *Journal of Forensic and Legal Medicine*, 52, 236-240. doi: 10.1016/j.jflm.2017.10.002

Google. (2018). *Translate*. Hämtad 2018- 04-15 från:

https://www.google.se/search?source=hp&ei=NBjLWouFDYG3swGT2LKQBw&q=translate&oq=tr&gs_l=psy-ab.3.0.35i39k112j0i131k1j0l2j0i131k1j0l4.348.502.0.1538.3.2.0.0.0.143.234.1j1.2.0...0...1c.1.64.psy-ab..1.2.233.0...0.Hz1R9KLyMAw

*Gould, M.S., Marrocco, F.A., Hoagwood, K., Kleinman, M., Amakawa, L., & Altschuler, E. (2009). Service Use by At-Risk Youths After School-Based Suicide Screening. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 48(12), 1193-1201. doi: 10.1097/CHI.0b013e3181bef6d5

*Kahn, J-P., Tubiana, A., Cohen, R.F., Carli, V., Wasserman, C., Hoven, C., ... Wasserman, D. (2015). Important variables when screening for students at suicidal risk: Findings from the french cohort of the SEYLE study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(10), 12277-12290. doi:10.3390/ijerph121012277

Karolinska Institutet. (2009). *Varför vill unga ta sitt liv?* Hämtad 2017-10-11 från:

<http://ki.se/forskning/varfor-vill-unga-ta-sitt-liv>

Karolinska Institutet. (2017). *Själv mord i Sverige*. Hämtad 2017-10-17 från:

<http://ki.se/nasp/sjalvmord-i-sverige-0>

Katz, C., Bolton, S-L., Katz, L.Y., Isaak, C., Tilston-Jones, T., Sareen, J., & Swampy Cree Suicide Prevention Team. A Systematic Review of School-Based Suicide Prevention Programs. *Depression and Anxiety*, 30(10), 1030-1045. doi: 10.1002/da.22114

*King, K.A., Strunk, C.M., & Sorter, M.T. (2011). Preliminary effectiveness of surviving the teens(®) suicide prevention and depression awareness program on adolescents' suicidality and self-efficacy in performing help-seeking behaviors. *The Journal of School Health*, 81(9), 581-590. doi: 10.1111/j.1746-1561.2011.00630.x

Lindström, M., & Rosvall, M. (2015). Parental separation in childhood, social capital, and suicide thoughts and suicide attempts: A population-based study. *Psychiatry Research*, 229(1-2), 206-213. doi: 10.1016/j.psychres.2015.07.034.

Lodebo, B.T., Möller, J., Larsson, J-O., & Engström, K. (2017). Socioeconomic position and self-harm among adolescents: a population-based cohort study in Stockholm, Sweden. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 11(46). doi: 10.1186/s13034-017-0184-1

McLaughlin, A.B., Gould, M.S., & Malone, K.M. (2015). Global trends in teenage suicide: 2003-2014. *QJM: An International Journal of Medicine*, 108(10), 765-780. doi: 10.1093/qjmed/hcv026

NCO (Nationellt Centrum för erfarenhetsåterföring från olyckor), Räddningsverket. (2004). *Suicid och samhällsekonomiska kostnader*. Hämtad 2017-10-18 från: https://www.msb.se/Upload/Kunskapsbank/Statistik_larande/Suicid_och_samhallsekonomiska_kostnader.pdf

Pelkonen, M., & Marttunen, M. (2012). Child and Adolescent Suicide. Epidemiology, Risk Factors, and Approaches to Prevention. *Pediatric Drugs*, 5(4), 243-265.

Pellmer, K., Wramner, B., & Wramner, H. (2012). *Grundläggande folkhälsovetenskap*. Stockholm: Liber AB.

*Petrova, M., Wyman, P.A., Schmeelk-Cone, K., & Pisani, A.R. (2015). Positive-Themed suicide prevention messages delivered by adolescent peer leaders: Proximal impact on classmates' coping attitudes and perceptions of adult support. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 45(6), 651-663. doi:10.1111/sltb.12156

Prop. 2007/08:110. *En förnyad folkhälsopolitik*. Tillgänglig: <http://www.regeringen.se/contentassets/e6210d374d4642328badd71f64ca9846/en-fornyad-folkhalsopolitik-prop.-200708110>

Robinson, J., Cox, G., Malone, A., Williamson, M., Baldwin, G., Fletcher, K., & O'Brien, M. (2013). A Systematic Review of School-Based Interventions Aimed at Preventing, Treating, and Responding to Suicide-Related Behavior in Young People. *Crisis*, 34(3), 164-182. doi: 10.1027/0227-5910/a000168

*Ross, V., Kölves, K., & De Leo, D. (2017). Teachers' perspectives on preventing suicide in children and adolescents in schools: A qualitative study. *Archives of Suicide Research*, 21(3), 519-530. doi: 10.1080/13811118.2016.1227005

*Ruble, A.E., Leon, P.J., Gilley-Hensley, L., Hess, S.G., & Swartz, K.L. (2013). Depression knowledge in high school students: Effectiveness of the adolescent depression awareness program. *Journal of Affective Disorders, 150*(3), 1025-1030. doi: 10.1016/j.jad.2013.05.033

*Scott, M., Wilcox, H., Huo, Y., Turner, J., Fisher, P., & Shaffer, D. (2010). School-Based screening for suicide risk: Balancing costs and benefits. *American Journal of Public Health, 100*(9), 1648-1652. doi: 10.2105/AJPH.2009.175224

*Silverstone, P.H., Bercov, M., Suen, V.Y.M., Allen, A., Cribben, I., Goodrick, J., ... Rittenbach, K. (2015). Initial Findings from a Novel School-Based Program, EMPATHY, Which May Help Reduce Depression and Suicidality in Youth. *PLoS One, 10*(5). doi: 10.1371/journal.pone.0125527

*Stein, B.D., Kataoka, S.H., Hamilton, A.B., Schultz, D., Ryan, G., Vona, P., & Wong, M. (2010). School personnel perspectives on their school's implementation of a school-based suicide prevention program. *The Journal of Behavioral Health Services & Research: Official Publication of the National Council for Community Behavioral Healthcare, 37*(3), 338-349. doi:10.1007/s11414-009-9174-2

*Walsh, E., Hooven, C., & Kronick, B. (2013). School-Wide staff and faculty training in suicide risk awareness: Successes and challenges. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing, 26*(1), 53-61. doi: 10.1111/jcap.12011

Wasserman, D. (2016). Review of health and risk-behaviours, mental health problems and suicidal behaviours in young Europeans on the basis of the results from the EU-funded Saving and Empowering Young Lives in Europe (SEYLE) study. *Psychiatr. Pol, 50*(6), 1093-1107. doi: 10.12740/PP/66954

*Wasserman, D., Hoven, C.W., Wasserman, C., Wall, M., Eisenberg, R., Hadlaczky, G., ... Carli, V. (2015). School-based suicide prevention programmes: The SEYLE cluster-randomised, controlled trial. *Lancet, 385*(9977), 1536-1544. doi: 10.1016/S0140-6736(14)61213-7

Wasserman, D., Rihmer, Z., Rujescu, D., Sarchiapone, M., Sokolowski, M., Titelman, D., ... Carli, V. (2012). The European Psychiatric Association (EPA) guidance on suicide treatment and prevention. *European Psychiatry, 27*(2), 129-141. doi: 10.1016/j.eurpsy.2011.06.003

*Wyman, P., Hendricks Brown, C., Inman, J., Cross, W., Schmeelk-Cone, K., Guo, J., & Pena, J. (2008). Randomized trial of a gatekeeper program for suicide prevention: 1-Year impact on secondary school staff. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 76*(1), 104-115. doi: 10.1037/0022-006X.76.1.104

*Wyman, P., Hendricks Brown, C., LoMurray, M., Schmeelk-Cone, K., Petrova, M., Yu, Q., ... Wang, W. (2010). An outcome evaluation of the sources of strength suicide prevention program delivered by adolescent peer leaders in high schools. *American Journal of Public Health, 100*(9), 1653-1661. doi: 10.2105/AJPH.2009.190025

Referenser markerade med ”” har använts till Resultat.*