



Samtaleark til barnet/den unge

– almenområdet



Rammen for samtalen

- Det er vigtigt, at det er dig, der tager den første samtale med barnet/den unge, da vedkommende har henvendt sig til dig, og dermed har udtrykt tillid til dig.
- Fokuser på, at det er muligt at få hjælp til at komme ud af situationen, men lov ikke mere, end du kan holde.
- Vis og hav respekt for barnets/den unges oplevelse af fortvivlelse og smerte.
- Vær ikke nervøs for at italesætte risikoen for selvmord. Forskningen viser, at selvmordstruede oplever det som en lettelse, at der sættes ord på. Du gør ikke ondt værre ved at tale om selvmord med barnet/den unge.

Spørgeguide – hvad kan man spørge om?

- ? Har du ønsket du var død, eller ønsket, at du kunne falde i søvn og ikke vågne op igen?
- ? Har du rent faktisk haft tanker om at begå selvmord? Hvis ja, har du konkrete planer, og har du tænkt dig at gøre alvor af det?
- ? Har mange gange har du haft sådanne tanker?
- ? Når du har disse tanker, hvor længe varer de så?
- ? Kunne/kan du holde op med at tænke på at begå selvmord eller ønske at dø, hvis du selv vil? Er der ting – nogen eller noget (f.eks. familie, religion, smerte ved at dø) – der kan afholde dig fra at ønske at dø eller gøre alvor af dine tanker om at begå selvmord?
- ? Hvilke grunde har du haft til at tænke på at ville dø, eller begå selvmord?
- ? Har du forsøgt at begå selvmord?
- ? Antal forsøg?
- ? Har du gjort nogen skade på dig selv?



Samtalens afslutning

- 1 Hvis ikke forældrene allerede er kontaktet, informér da barnet/den unge om, at du vil kontakte dem og fortælle om samtalen.
- 2 Sørg for, at forældrene eller en anden voksen kan have opsyn med barnet/den unge, så denne ikke bliver ladet alene på noget tidspunkt så længe, der er risiko for selvmord.
- 3 Følg den aftalte handleplan og vær tydelig omkring næste skridt i forløbet. Informér barnet eller den unge om, hvad der nu skal ske.

