

Utbildning i självskadebeteende hos ungdomar

BARNAFRID
SJÄLVSKADEBETEENDE HOS UNGDOMAR

Mitt konto ▾

Start

Om utbildningen

Grundläggande begrepp och definitioner

Lästips

KURSÖVERSIKT

Självskadebeteende hos
ungdomar

6/6

Avklarade
kapitel

Maria Zetterqvist

leg psykolog/leg psykoterapeut
adj universitetslektor/docent

Utbildning i självskadebeteende hos ungdomar

- Syftar till att ge kunskaper och färdigheter i bedömning, bemötande och behandling av självskadebeteende hos ungdomar.
- Riktat sig i första hand till anställda inom barn- och ungdomspsykiatri, och även första linjen verksamheter.
- Kan även vara intressant för angränsande uppdrag inom hälso- och sjukvård, socialtjänst och skola.
- Även studenter på relevanta professionsutbildningar kan använda utbildningen.

Innehåll i utbildningen

- Kapitel 1: Fakta om självskadebeteende
- Kapitel 2: Vägledning för vilka insatser du kan erbjuda vid självskadebeteende
- Kapitel 3: Bemötande av självskadebeteende
- Kapitel 4: Screening, bedömning och diagnostik
- Kapitel 5: Behandling av självskadebeteende
- Kapitel 6: Myndighetssamverkan i barnpsykiatrisk vård

KAPITEL 1: FAKTA OM SJÄLVSKADEBETEENDEN

- ✓ 1.1 Hur vanligt är det med självskadebeteende hos ungdomar?
- ✓ 1.2 Metoder
- ✓ 1.3 Könsskillnader
- ✓ 1.4 Debut och förlopp
- ✓ 1.5 Självskadebeteende och tonåren
- ✓ 1.6 Risk- och skyddsfaktorer
- ✓ 1.7 Samsjuklighet
- ✓ 1.8 Självskadebeteendets funktion
- ✓ **1.9 Sammanfattning**



Kapitel 1

Fakta om självskadebeteende

Självskadebeteende

- Vanligt hos ungdomar
- Ungefär dubbelt så vanligt hos flickor som hos pojkar
- Självskadebeteende tätt förknippat med ungdomsåren
- Affektreglering och självbestraffning vanligaste funktionerna
- Sociala funktioner ovanligt

KAPITEL 1: FAKTA OM SJÄLVSKADEBETEENDEN

- ✓ 1.1 Hur vanligt är det med självskadebeteende hos ungdomar?
- ✓ 1.2 Metoder
- ✓ 1.3 Könsskillnader
- ✓ 1.4 Debut och förlopp
- ✓ 1.5 Självskadebeteende och tonåren
- ✓ 1.6 Risk- och skyddsfaktorer
- ✓ 1.7 Samsjuklighet
- ✓ 1.8 Självskadebeteendets funktion
- ✓ **1.9 Sammanfattning**

KAPITEL 2: VÄGLEDNING FÖR VILKA INSATSER DU KAN ERBJUDA VID SJÄLVSKADEBETEENDE

- ✓ 2.1 Vägledning och riktlinjer
- ✓ 2.2 Att stärka barns rätt till hälsa och öka delaktighet i vården - ett barnrättsperspektiv
- ✓ 2.3 Nationellt högspecialiserad vård för självskadebeteende

Referenser



Kapitel 2

Vägledning

- ✓ 3.2 Konsekvenser av självskadebeteende riskerar att påverka alla berörda parter i hälso- och sjukvården
- ✓ 3.3 Generella rekommendationer för bemötande av självskadebeteende
- ✓ 3.4 Rekommendationer för bemötande vid självskadebeteende
- ✓ 3.5 Att samtala om självskadebeteende
- ✓ 3.6 Egenvård för personal
- ✓ 3.7 Bemötande och stöd till omsorgspersoner
- ✓ 3.8 Klinisk vinjett
- ✓ 3.9 Sammanfattning



Kapitel 3

Bemötande av självskadebeteende

Bemötande

- Stigma och missuppfattningar
 - Skam
 - Självska debeteende hemlighålls ofta
 - Respektfull nyfikenhet
 - Validerande kommunikationsstil
 - Värdera inte!
 - Var inte för snabb med problemlösning
 - Fokusera på funktionen
 - ”Vad hjälper självska debeteendet dig med?”
- ✓ 3.2 Konsekvenser av självska debeteende riskerar att påverka alla berörda parter i hälso- och sjukvården
 - ✓ 3.3 Generella rekommendationer för bemötande av självska debeteende
 - ✓ 3.4 Rekommendationer för bemötande vid självska debeteende
 - ✓ 3.5 Att samtala om självska debeteende
 - ✓ 3.6 Egenvård för personal
 - ✓ 3.7 Bemötande och stöd till omsorgspersoner
 - ✓ 3.8 Klinisk vinjett
 - ✓ 3.9 Sammanfattning

Samtal

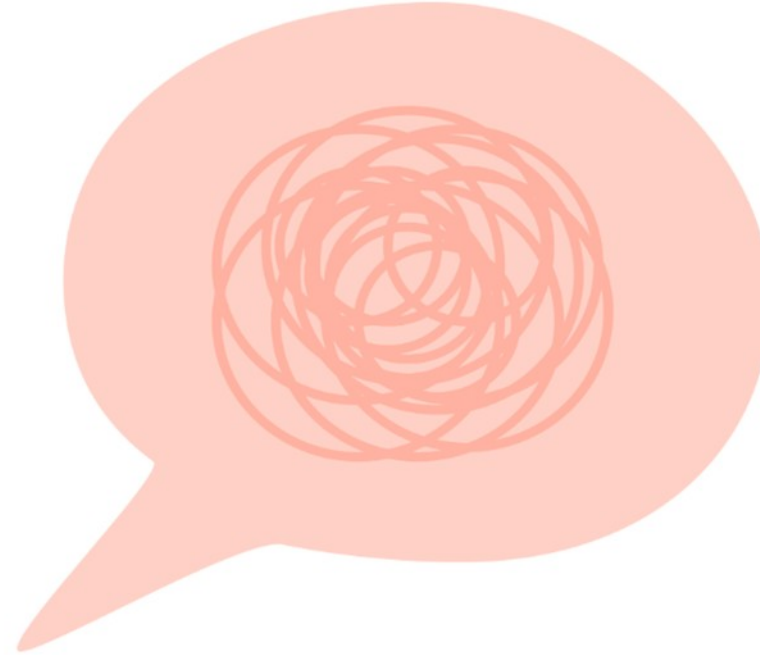
- Våga fråga!
- Egenvård personal
- Fokusera på de egna känslomässiga reaktionerna
- Självkänedom – balanserat bemötande



- ✓ 3.2 Konsekvenser av självskadebeteende riskerar att påverka alla berörda parter i hälso- och sjukvården
- ✓ 3.3 Generella rekommendationer för bemötande av självskadebeteende
- ✓ 3.4 Rekommendationer för bemötande vid självskadebeteende
- ✓ 3.5 Att samtala om självskadebeteende
- ✓ 3.6 Egenvård för personal
- ✓ 3.7 Bemötande och stöd till omsorgspersoner
- ✓ 3.8 Klinisk vinjett
- ✓ 3.9 Sammanfattning

KAPITEL 4: SCREENING, BEDÖMNING OCH DIAGNOSTIK

- ✓ 4.1 Inledning
- ✓ 4.2 Vad är screening?
- ✓ 4.3 Att kartlägga och utreda självskadebeteende
- ✓ 4.4 Självskadebeteende i diagnosmanualer
- ✓ 4.5 Differentialdiagnostik
- ✓ 4.6 Samsjuklighet
- ✓ 4.7 Kartläggning och utredning
- ✓ 4.8 Diagnosticering steg för steg
- ✓ 4.9 Klinisk vinjett
- ✓ 4.10 Sammanfattning



Kapitel 4

Screening, bedömning och diagnostik

Screening

- Beror på hur man frågar, allmän fråga vs exempel på beteenden
- Indirekta och direkta former
- Icke-suicidala och suicidala beteenden

✓ 4.1 Inledning

✓ 4.2 Vad är screening?

✓ 4.3 Att kartlägga och utreda självskadebeteende

✓ 4.4 Självskadebeteende i diagnosmanualer

✓ 4.5 Differentialdiagnostik

✓ 4.6 Samsjuklighet

✓ 4.7 Kartläggning och utredning

✓ 4.8 Diagnosticering steg för steg

✓ 4.9 Klinisk vinjett

✓ 4.10 Sammanfattning

Kartläggning

- Omfattning och frekvens
- Debut och förlopp
- Allvarlighetsgrad
- Plats
- Metoder
- Riskbeteenden
- Avsikt/suicidalitet
- Inställning till självskadebeteendet och vård

- ✓ 4.1 Inledning
- ✓ 4.2 Vad är screening?
- ✓ 4.3 Att kartlägga och utreda självskadebeteende
- ✓ 4.4 Självskadebeteende i diagnosmanualer
- ✓ 4.5 Differentialdiagnostik
- ✓ 4.6 Samsjuklighet
- ✓ 4.7 Kartläggning och utredning
- ✓ 4.8 Diagnosticering steg för steg
- ✓ 4.9 Klinisk vinjett
- ✓ 4.10 Sammanfattning

Kartläggning

KAPITEL 4: SCREENING, BEDÖMNING OCH DIAGNOSTIK

✓ 4.1 Inledning

✓ 4.2 Vad är screening?

✓ 4.3 Att kartlägga och utreda självskadebeteende

✓ 4.4 Självskadebeteende i diagnosmanualer

✓ 4.5 Differentialdiagnostik

✓ 4.6 Samsjuklighet

✓ 4.7 Kartläggning och utredning

✓ 4.8 Diagnostisering steg för steg

✓ 4.9 Klinisk vinjett

✓ 4.10 Sammanfattning

- Analys av ett specifikt och konkret självskadetillfälle
 - Vad utlöser självskadebeteendet?
 - Vilka tankar och känslor leder fram till självskadebeteendet?
 - Vad följer på självskadebeteendet?

Sårbarhet	Utlösande situation	Tankar (t), känslor (k), fysiologiska reaktioner (f.r)	Beteende	Kortsiktiga konsekvenser	Långsiktiga konsekvenser
Hög stress i skolan, sovit dåligt.	Flickvän ställer in efterlängtd date med kort varsel.	Ledsen (k), hon kommer att lämna mig (t), hon tycker att jag är tråkig (t), rädd (k), tryck över bröstet, spänd (f.r) jag är värdelös (t), skam (k),	Skär mig.	Blev lugn, kunde somna	Lär mig inte andra strategier att hantera känslor och/eller lösa problem, ökad skam över att jag skär mig, mamma blir orolig och vill ha mer koll på mig och vi blir osams.

- ✓ 5.1 Inledning
- ✓ 5.2 Behandling av självskadebeteende
- ✓ 5.3 Innehåll i självskadebehandling
- ✓ 5.4 Fokusera på funktionen
- ✓ 5.5 Förslag på olika komponenter vid behandling av självskadebeteende
- ✓ 5.6 Fokusera på omgivningen
- ✓ 5.7 Risksanering
- ✓ 5.8 Farmakologisk behandling
- ✓ 5.9 Slutenvård
- ✓ 5.10 Klinisk vinjett
- ✓ 5.11 Sammanfattning



Kapitel 5

Behandling av självskadebeteende

Behandling - funktionen

- Funktionen med självskadebeteendet är ofta en bra ingång till behandling.
- Behovet är giltigt – uttrycket kan man behöva hjälp med!
- Validera de känslomässiga behoven och påbörja arbetet med att ersätta självskadebeteendet med funktionellt ekvivalenta beteenden.
- Om ungdomen oftast skadar sig själv efter konflikt med en familjemedlem och upplever en känslomässig lättnad:
 - Fokusera på att minska konflikter i nära relationer **OCH** att lära ungdomen strategier att hantera de starka känslor som uppstår i sådana situationer.

- ✓ 5.1 Inledning
- ✓ 5.2 Behandling av självskadebeteende
- ✓ 5.3 Innehåll i självskadebehandling
- ✓ 5.4 Fokusera på funktionen
- ✓ 5.5 Förslag på olika komponenter vid behandling av självskadebeteende
- ✓ 5.6 Fokusera på omgivningen
- ✓ 5.7 Risksanering
- ✓ 5.8 Farmakologisk behandling
- ✓ 5.9 Slutenvård
- ✓ 5.10 Klinisk vinjett
- ✓ 5.11 Sammanfattning

Behandling – olika komponenter

- Motivation till förändring (för och nackdelar)
- Psykoedukation
- Stabilisera och minska sårbarhet
- Alternativ istället för att skada sig vid kris
- Känslor och känsloregleringsfärdigheter
- Problemlösning
- Kommunikation och relationer
- Självbild/självkritik

- ✓ 5.1 Inledning
- ✓ 5.2 Behandling av självskadebeteende
- ✓ 5.3 Innehåll i självskadebehandling
- ✓ 5.4 Fokusera på funktionen
- ✓ 5.5 Förslag på olika komponenter vid behandling av självskadebeteende
- ✓ 5.6 Fokusera på omgivningen
- ✓ 5.7 Risksanering
- ✓ 5.8 Farmakologisk behandling
- ✓ 5.9 Slutenvård
- ✓ 5.10 Klinisk vinjett
- ✓ 5.11 Sammanfattning

Behandling - omgivningen

- Om det framkommer i analysen/kartläggningen att omgivningen har en roll i att utlösa eller vidmakthålla självskadebeteendet behöver detta adresseras i behandlingen.
- Stressorer och belastningar i omgivningen behöver åtgärdas och samtidigt behöver ungdomen lära sig strategier att hantera livets utmaningar - Båda perspektiv behövs.

- ✓ 5.1 Inledning
- ✓ 5.2 Behandling av självskadebeteende
- ✓ 5.3 Innehåll i självskadebehandling
- ✓ 5.4 Fokusera på funktionen
- ✓ 5.5 Förslag på olika komponenter vid behandling av självskadebeteende
- ✓ 5.6 Fokusera på omgivningen
- ✓ 5.7 Risksanering
- ✓ 5.8 Farmakologisk behandling
- ✓ 5.9 Slutenvård
- ✓ 5.10 Klinisk vinjett
- ✓ 5.11 Sammanfattning

KAPITEL 6: MYNDIGHETSSAMVERKAN I BARNPSYKIATRISK VÅRD

✓ 6.1 Om myndighetsamverkan

| Orosanmälan till socialtjänsten



Kapitel 6

Myndighetssamverkan

Tack för er uppmärksamhet!



maria.zetterqvist@liu.se