

Socialt stöd i samband med att en familjemedlem eller vän tagit sitt liv

Pernilla Larsson Omerov

Centrum för psykiatricforskning (CPF) Karolinska Institutet/Region
Stockholm, Nationella hjälplinjen för psykisk ohälsa och suicidprevention
Nationellt kompetens centrum anhöriga (Nka)

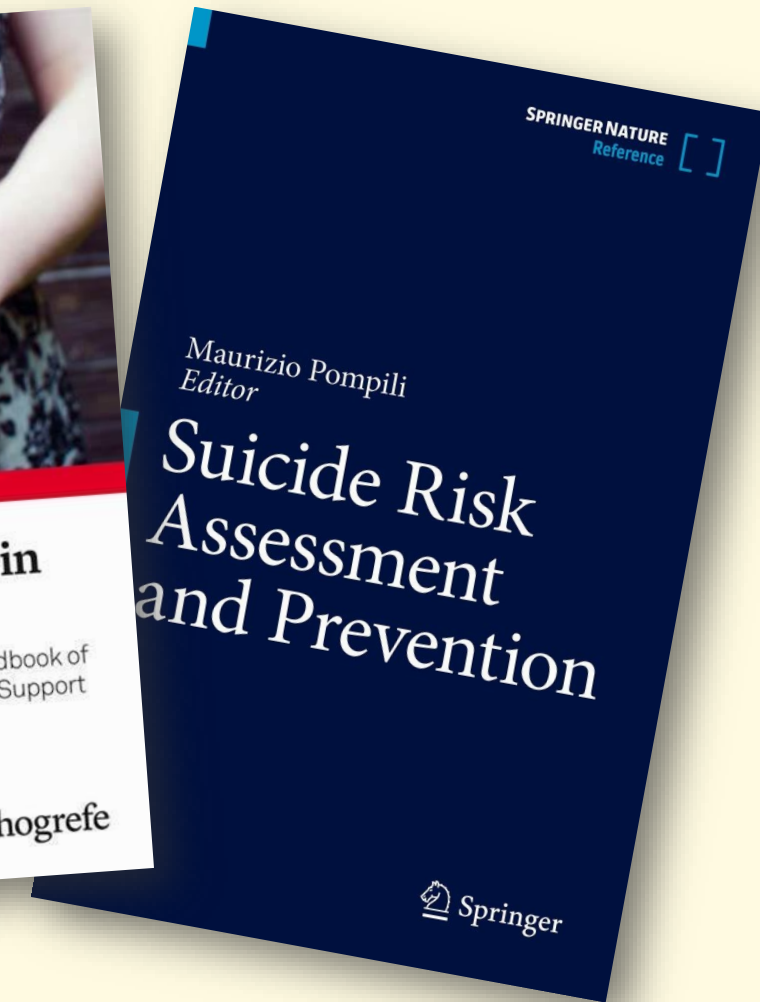
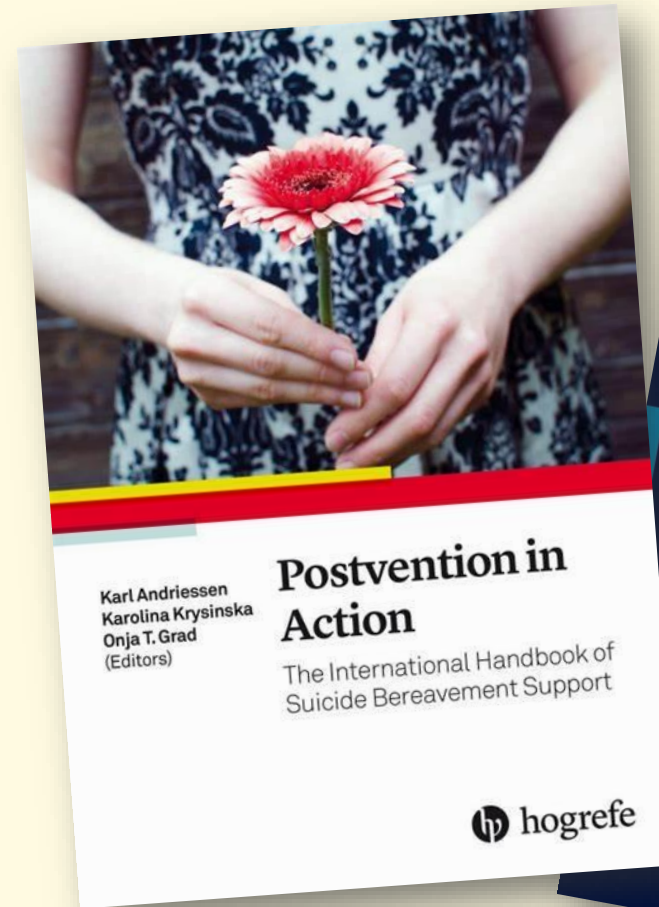


Behov av efterlevandestöd!



Proaktivt efterlevandestöd - Varför är det viktigt?

- Förhindra nya dödsfall
- Långvarig sjukdom
- Lindra lidande
- **Liv och hälsa!**
- Bryta den onda cirkeln



Hur få till ökad kännedom...samverkan och förändring?

Nationellt kompetenscentrum anhöriga (Nka)



Resultat från BLN med fokus på efterlevandestöd



Anhoriga.se



Samverkan är avgörande

Region

Ambulans,
akutpersonal

Akut- och krisstöd
Anhörigstöd,

Vårdcentral,
hälsocentral

Psykiatrisk
specialistvård

Kommun och Stat

Räddningstjänst, Polis

Socialjour, Stöd vid akut
kris och svåra händelser

Skola, elevhälsa,
anhörigstöd

Socialtjänstens individ-
och familjeomsorg

Civilsamhälle...

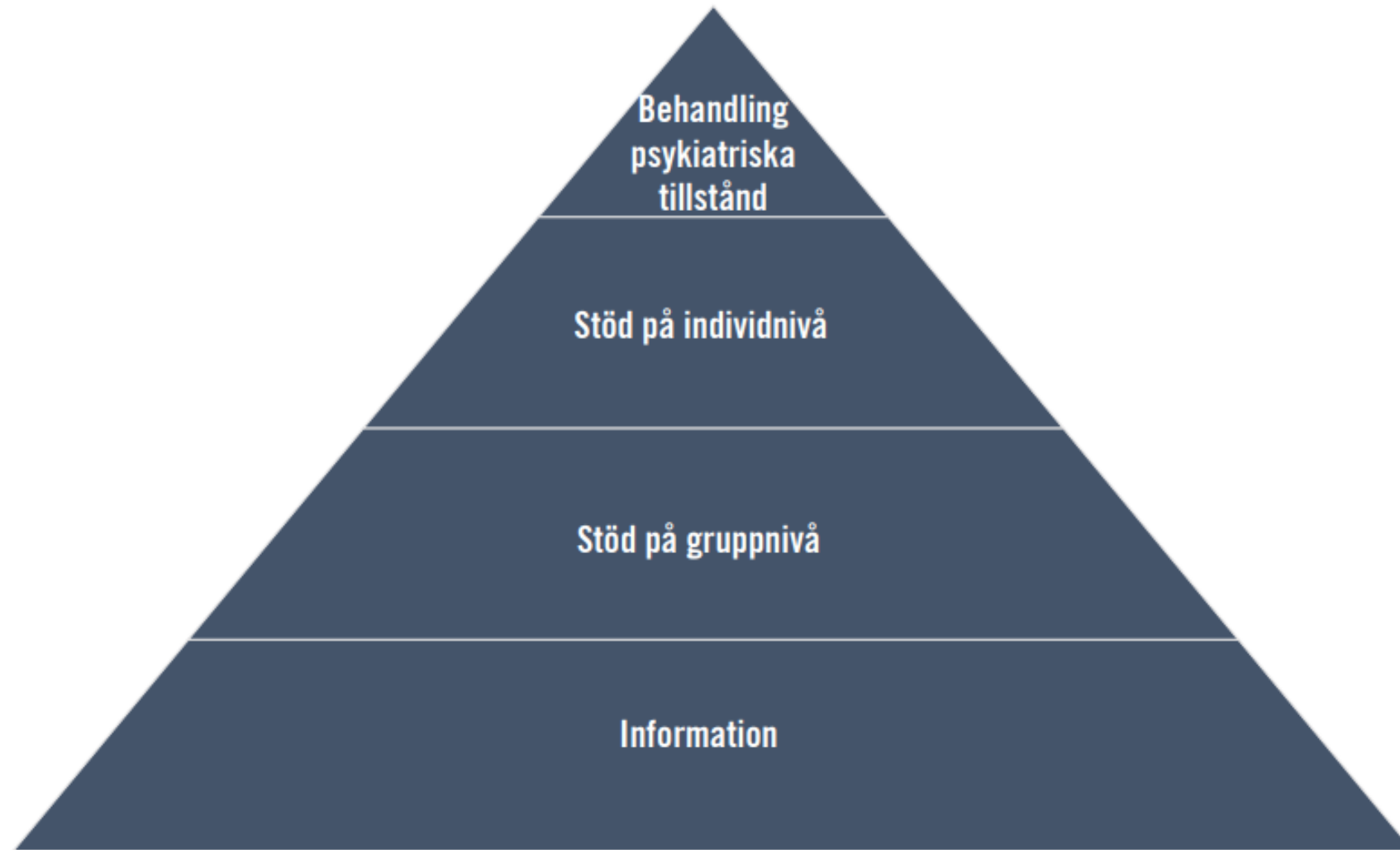
Sjukhuskyrkan,
jourhavande präst

Krisstöd trossamfund,
idéburna, ideella org

Efterlevandestöd, SPES,
HOPE, NSPH, BRIS ...

Specialiserat
efterlevandestöd

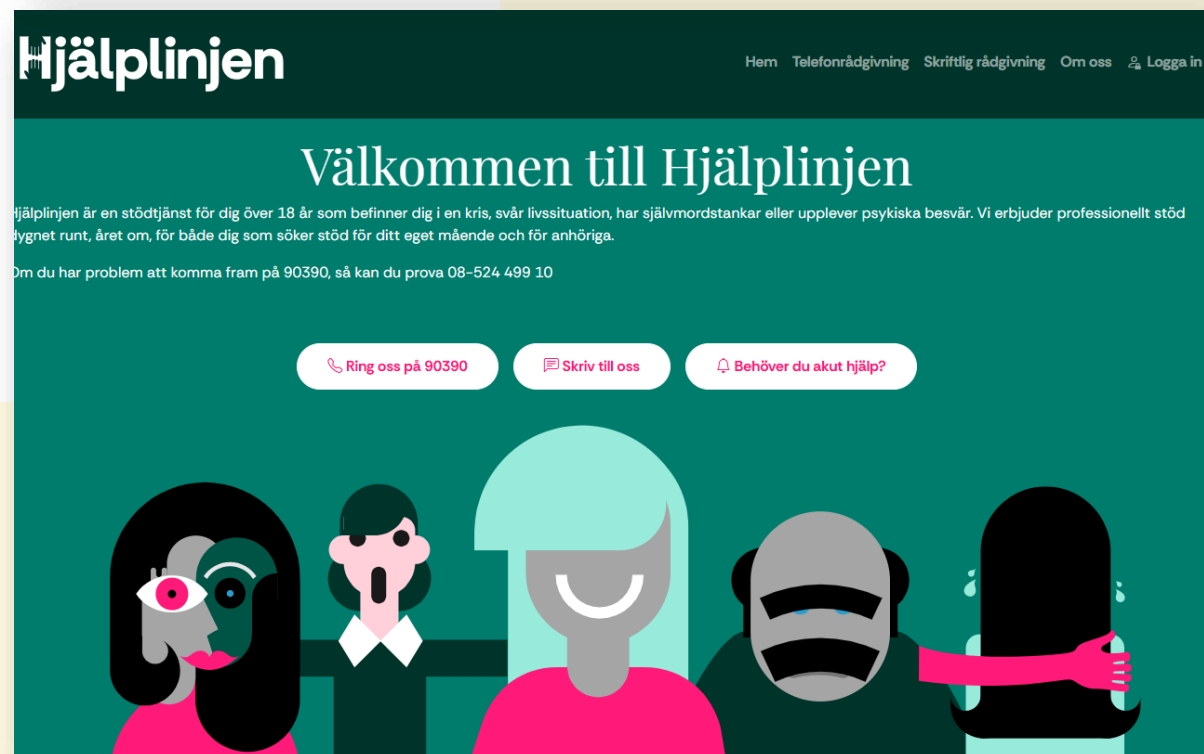
Figur 10.1 Fyra behovsnivåer av stöd till efterlevande vid suicid



Källa: Socialstyrelsen och Folkhälsomyndigheten, 2023.

Emotionellt och praktiskt stöd

- Är det sant? Vad har hänt?
- Hur kunde det hända?
- Är det mitt fel?
- Vad händer nu?
- Var finns...?
- Hur ska jag berätta för...?
- Var kan jag/vi få hjälp?
- Är detta normalt?
- Håller jag på att bli galen?
- Förstår hen vad som hänt?
- Hur ska jag klara mig?



Proaktivt behovsanpassat efterlevandestöd

- Finns socialt nätverk?
- Vem kan stödja barn och unga?
- Vilka resurser kan mobiliseras?
- Pågående vårdkontakter som kan aktiveras?
- Behov av vidare bedömning/behandling?
- Bedömning av risk för försämring och fara?
- Krisplan och säkerhetsplan

Kännedom och uppföljning

Akut omhändertagande – vem tar vid?

Hur region...ska få kännedom om inträffade suicid?

Hur nå alla efterlevande som behöver stöd?

Skriftlig information behövs

Risken är störst hos dem som
förlorat en partner eller ett barn!



Stöd från andra efterlevande

- Att höra till, vara normal, dela upplevelse
- Trygg plats, bekräftelse, acceptans
- Dela strategier - hantera sorg, stigma...
- Träffarna ger struktur i vardagen
- Få minnas personen som dog

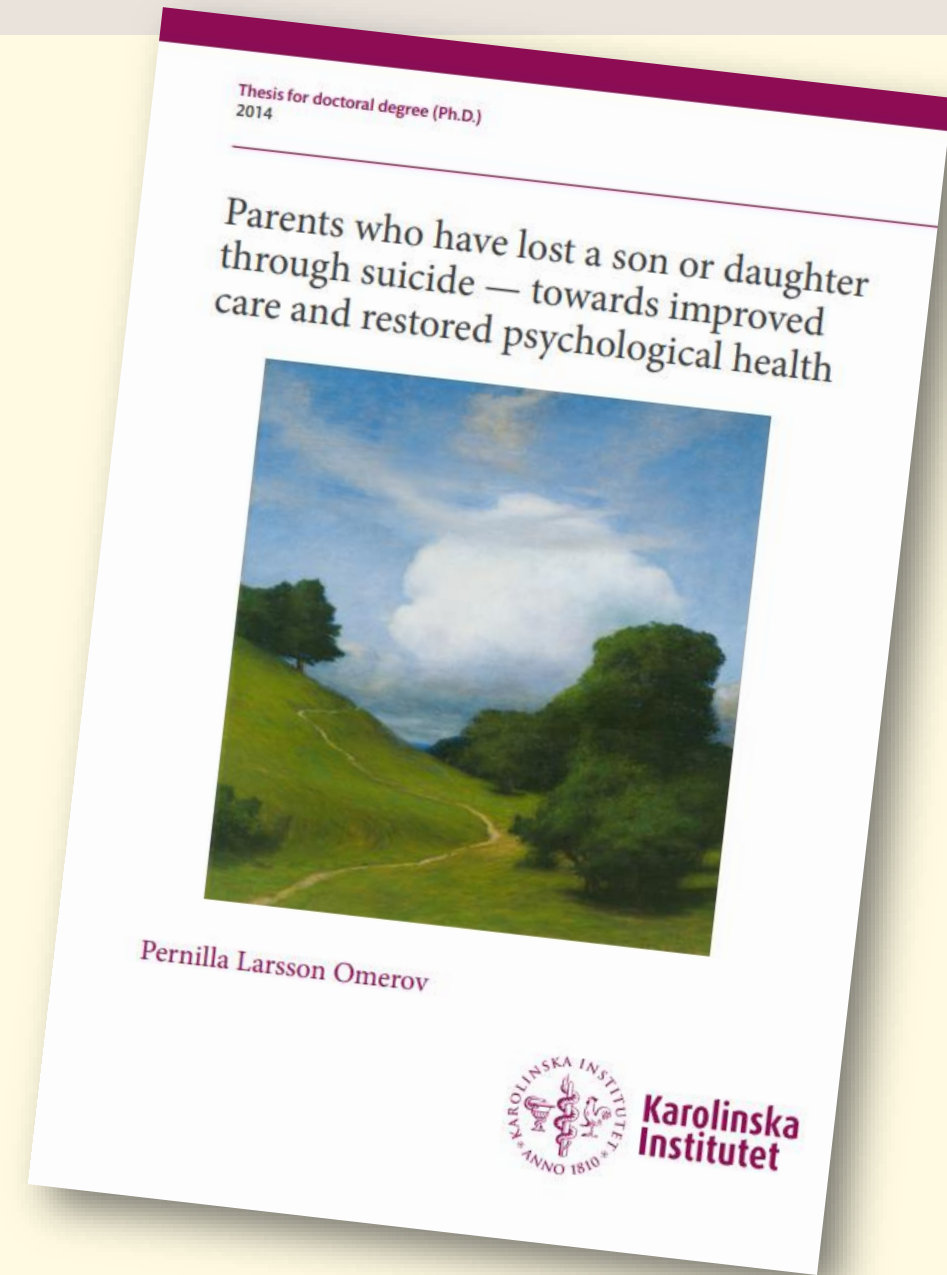


Hofmann, Laura et al. *Perceived Effectiveness of Components of Interventions to Support People Bereaved By Suicide*. Crisis vol. 46,2 (2025)

Jämlikt och behovsanpassat stöd

- Information, rådgivning (olika åldrar, språk...)
- Stöd efterlevande – minimum?
- Samordning - funktion inte person
- Rutiner och vägledning stöd till yrkesverksamma
- Modeller som stöd till organisationer
- Finns det inte lokalt? Hur stödja nationellt?

639 (96%) vill att vården ska
kontakta föräldrar som har förlorat
ett barn i suicid för att erbjuda hjälp
och stöd



standbysupport.com.au



Call us: 1300 727 247

Feedback



[Find Support](#) | [What we do](#) | [Resources](#) | [Who we are](#) | [Our shared direction](#) | [Media](#) | [Privacy](#) | [Contact](#)

How can we help you today?

I need support

I need information

StandBy – Support After Suicide

Is an Australian Government initiative, established in 2002 to meet the need for a coordinated community response to suicide.

StandBy is Australia's leading suicide postvention program dedicated to assisting people and communities bereaved or impacted by suicide.

Tack för att ni finns!

Pernilla.Omerov@ki.se

