

Sluttrapport for prosjektet «Mannlig kommunikasjon – selvmord»

Kirkens SOS var i 2015 så heldig å få delvis innvilget en søknad om et prosjekt der vi ønsket å forebygge selvmord blant menn i Norge. Dette ville vi gjøre ved å bidra til at menn kjenner til steder de kan kontakte for å få hjelp, gjøre menn bedre rustet til å snakke om det som er vanskelig og utfordre fordommen om at det å trenge hjelp når livet er vanskelig er et svakhetstegn. Alt dette ønsket vi å få til gjennom å lage en nettbasert «verktøykasse».

Extrastiftelsen valgte å endre prosjektet fra et toårig til et ettårig prosjekt fordi søknaden var noe uklar og kostbar. Dette har vist seg å være klokt, for etter å ha jobbet med dette prosjektet på ulike måter periodevis over to år, opplever Kirkens SOS at grunnlaget for å lage en slik nettbasert verktøykasse ikke er tilstede. Behovet for å finne ut hva som skal til for å hindre menn i å ta sitt eget liv er like stort og veldig viktig, men kunnskapen vi har tilegnet oss gjennom å forsøke å løse dette prosjektet har vist oss at vår idé i denne omgang ikke var den rette.

Oppstarten

Starten av prosjektet var lang og utfordrende. Noe av det første vi oppdaget var at vi i prosjektsøknaden hadde tenkt i overkant enkelt om menn og hva som er årsakene til at så mange ikke oppsøker hjelp når livet er vanskelig. Dette var utgangspunktet for prosjektet i sin helhet, så vi skjønnte fort at vi måtte bruke tid på å finne og innhente relevant informasjon og eksisterende forskning som omhandlet menn og selvmord.

Vi oppdaget veldig fort at det var lite meningsfylt å behandle «norske menn» som en kategori. Dette var en altfor grov inndeling, selv for et prosjekt som ønsket å nå bredt ut. Dermed begynte arbeidet med å spesifiseres hvilke undergrupper innenfor halvparten av Norges befolkning vi ønsket å fokusere på, og hvordan vi skulle lage en nettbasert «verktøykasse» til denne gruppen.

Første del av arbeidet ble å kartlegge hvor vi kunne finne kompetansen vi søkte. Vi måtte finne ut hvilke fagmiljøer organisasjoner og institusjoner som kunne hjelpe oss, hvilken forskning som var gjort på området og hvor vi ellers kunne tilegne oss kunnskap og erfaring om menn og menns helse.

Helt fra starten har vi opplevd å bli møtt med velvilje og interesse, og de vi har snakket med har delt av sine erfaringer og kunnskap, men vi skjønnte tidlig at dette ikke kom til å bli så enkelt som vi hadde håpet på. Jo mer vi lærte og jo flere vi snakket med, jo mer økte kompleksiteten og antall spørsmål. For hver telefon vi tok, for hvert møte vi gikk på og for hver rapport vi leste opplevde vi å øke kunnskapen om temaet, men at det ble enda vanskeligere å definere prosjektet og finne ut hvordan vi skulle lage denne nettbaserte læringsressursen. Det ble stadig tydeligere for oss at årsakene som ligger bak selvmordstallene blant menn er mange og komplekse – og at løsningene derfor er det samme.

Helt fra starten hadde Kirkens SOS et klart ønske om å finne en eller flere relevante samarbeidspartnere. Vi tenkte både på relevante faginstanser innenfor selvmordsforebygging, organisasjoner som jobbet for og med menn og aller helst med et fokus på psykisk helse. Vi henvendte oss til flere om dette, blant annet Reform, ressurscenter for menn og Nasjonalt Senter for selvmordsforskning – og forebygging (NSSF), men så lenge det var såpass uklart hvordan vi skulle løse dette prosjektet var det vanskelig for dem å kunne delta. Men de gav oss gode innspill og delte velvillig av sin kunnskap.

Jakten på konkret kunnskap og informasjon

Det ble stadig klarere for oss at for å komme noen vei med dette prosjektet trengte vi å finne konkret informasjon om hva ulike grupper av menn selv mener at er deres behov når livet er vanskelig og hvilke verktøy de trenger.

Dette har vist seg vanskelig å finne. Det vi har funnet av forskning, undersøkelser, kunnskap og fakta på området omhandler mange av de bakenforliggende utfordringene og problemene menn har. Vi fant mye som fortalte oss mye om fysisk og psykisk uhelse og hvordan dette arter seg med ulike grupper menn. Vi fant en del om hvilke behandlinger som har hvilke ulike utfall og en del om ulike kulturelle bakgrunner og hvordan dette virker inn. Kjønnsforskning har gitt spennende kunnskap om mange ulike problemstillinger knyttet til ulikheter og likheter mellom menn og kvinner. Det finnes mye tilgjengelig informasjon, men veldig lite om lavterskeltilbud, hva som hindrer menn i å oppsøke hjelp og hva som eventuelt ville fått dem til å oppsøke hjelp – så veldig lite som kunne bidra til å konkretisere prosjektet vårt.

Vi forsøkte å finne informasjon i forskning som var gjort, utredninger og rapporter fra organisasjoner og politisk hold. Vi har lest befolkningsundersøkelser og handlingsplaner og strategier som omhandlet psykisk helse, selvmordsforebygging og helse. Vi har fått tilgang til rapporter og undersøkelser gjort av våre søsterorganisasjoner i Europa, som Samaritans i England og Mind i Sverige. Reform, ressurscenteret for menn, gav oss innsikt i en undersøkelse de har gjort om menn sine helseutfordringer, i tillegg til andre spennende og viktige rapporter de har utarbeidet – blant annet med støtte fra Extrastiftelsen. Dette har gitt oss kunnskap som er viktig og relevant, men heller ikke her fant vi kunnskap som kunne hjelpe oss med å bygge en «nettbasert verktøykasse».

Samtaler og dialog

Parallelt med innhenting av kunnskap via forskning, rapporter og relevante aktørers erfaring forsøkte vi også å innhente kunnskap gjennom å snakke med mannlige representanter fra ulike miljø og bakgrunner for å se om dette kunne bringe oss noe nærmere en konkretisering. Vi benyttet arenaer der vi allerede var tilstede, som foredrag, kurs, workshops og arrangementer. Der møtte vi representanter fra alt fra Bondelaget, Nordsjødykkerne og Norges Lasteileiers Landsforbund til konfirmanter, ansatte i PR-byrå og medlemmer i Odd Fellow. Vi opplevde å få til samtaler med et bredt spekter av menn. Dette var utrolig spennende samtaler og vi lærte mye som vi drar nytte av i samtalemotodikk og synliggjøring av tjenestene våre for øvrig – men det gav oss lite hjelp som kunne konkretisere prosjektet fordi tilbakemeldingene vi fikk om hva de trengte når livet var vanskelig og hvor de ville gått for å søke hjelp ikke var tiltak som lot seg løse på nett. Det var heller dette som virkelig fikk oss til å tenke at det kanskje ikke finnes noe grunnlag for å gjennomføre prosjektet slik som vi hadde tenkt.

Leverandører

Vi har vært i dialog med både leverandører av både e-læringsverktøy, nettsider og ulike kreative byrå for å høre hvilke ideer og forslag de kan komme med ut fra den kunnskapen Kirkens SOS etter hvert hadde. Også i denne dialogen opplevde vi fort at vi manglet den konkrete kunnskapen som var nødvendig for å klare å lage noe som faktisk ville være selvmordsforebyggende og spesielt tilpasset menn. Dialogen gav oss likevel god innsikt i hvor mye ulike element og deler ville koste, så om vi klarte å finne en løsning for å få til en slik verktøykasse så hadde vi et bilde av rammene og mulighetene som fantes.

Andre mulige løsninger

Et stykke ut i prosessen begynte vi å se om det var mulig å løse dette prosjektet på andre måter enn å lage en nettbasert verktøykasse. Konklusjonen ble også her at vi manglet kunnskapsgrunnlaget for å produsere et lett tilgjengelig lavterskeltilbud som ville fungere selvmordsforebyggende.

Det neste vi da tenkte på var å gjøre om prosjektet til et prosjekt der vi hentet inn kunnskap og heller lagde en rapport som kunne fortelle oss nettopp det vi ikke klarte å finne ut: Hva menn trenger når livet er vanskelig, hva som vil få dem til å oppsøke hjelp og hvilke verktøy som ville være effektive og nyttige for dem.

Vi jobbet med mulighetene for å få til å gjøre om prosjektet helt frem til sluttdatoen for prosjektet i desember. Kirkens SOS ønsket så gjerne å få til nettopp det vi søkte om penger til – et selvmordsforebyggende lavterskeltilbud spesielt rettet mot menn og motivasjonen for å løse det har vært høy. Men vi innså at dersom en slik kunnskapsinnhenting skulle bli seriøs, nyttig og verdifull så ville det både kreve lenger tid og mer penger. Konklusjonen vår ble at for å løse den oppgaven ville det være best å heller finne en samarbeidspartner og søke om et forskningsprosjekt der vi jobbet med menn og selvmordsforebygging.

Konklusjon

Etter iherdige forsøk har Kirkens SOS konkludert med at det ikke er grunnlag for å gjennomføre prosjektet vi fikk tildelt penger til og vi returnerer pengene vi fikk tildelt av Extrastiftelsen.

Kirkens SOS er takknemlige for muligheten til å forsøke å gjennomføre dette prosjektet og for all kunnskapen vi har opparbeidet oss i prosessen. Kunnskapen kommer allerede tjenestene til Kirkens SOS til gode og kanskje vil den også danne grunnlaget for en søknad om et forskningsprosjekt.

Kirkens SOS har fortsatt troen på at det er både mulig og nødvendig med gode selvmordsforebyggende lavterskeltilbud for ulike grupper av menn i Norge, og håper at kunnskapen for å få til dette vil bli tilgjengelig i løpet av årene som kommer.

Kirkens SOS i Norge, 23.03.2018
v/prosjektleder Lene Hopland Bergset