**Innspill til HODs handlingsplan for forebyggelse av selvmord (Ola Marstein, 20.8.20)**

Norsk psykiatrisk forening mener at selvmord må forebygges på flere plan, både samfunnsmessig og individuelt.

Det er i ferd med å bli allment anerkjent at selvmord forebygges best ved åpenhet, og at det ikke er farlig å spørre noen om selvmordstanker eller -planer – tvert imot. Dette har følger både i offentligheten, i skoler og media, og i behandlingen av den enkelte pasient.

Vi skulle ønske det ble like anerkjent at psykiatrisk behandling er noe som først og fremst hviler på kvaliteten av den direkte kontakten mellom behandler og pasient, og at denne kvaliteten trenger TID og ROM for å utvikle den nødvendige tillit til å gå ærlig inn i spørsmål om et menneskes liv eller død.

Spørsmål i en rutinemessig gjennomgang av sjekkliste kan like godt invitere til benekting og avvisning som til den ønskede støtte og avlastning. I psykisk helsevern i dag er tid en mangelvare. Kapasiteten på behandlere er rett og slett for liten.