Aktuell litteratur

Hawton, Keith (ed.).
Prevention and treatment of suicidal
behaviour – from science to practice.
Oxford: Oxford University Press,
2005. – 379 s.
ISBN 0-19-852976-7

Jan Beskow, Astrid Palm
Beskow, Anna Ehnvall:
Suicidalitetens språk
Lund : Studentlitteratur,
2005. – 175 s.
ISBN 91-44-03312-5

Instruktivt om selvmordsforebygging

Jeg skal innrømme at det var med en viss skepsis jeg tok imot *Prevention and treatment of suicidal behaviour* for gjennomlesning og anmeldelse. En ny "textbook" innen faget suicidologi, var nå det nødvendig? Skrev ikke allerede Predikeren om at "bokstrømmen har ingen ende", men "intet nytt under solen"?

Lesning av et par kapitler var likevel tilstrekkelig til å fange min interesse for denne boka, som består av 20 enkeltstående kapitler med ulik tematikk. I særlig grad gjaldt dette de kapitlene som tar for seg nye og mer ubeskrevne områder innen fagfeltet suicidologi. Eksempelvis tar Herman van Praag fra Maastricht-universitetet i Nederland opp en problemstilling som vil kunne engasjere de som husker hvordan nye antidepressiva, SSRI, for 15 år siden ble markedsført av industri og tilhørende fagfolk som midler som så å si skulle forandre grunnvilkårene i den menneskelige tilværelse, som "lykkepiller".

I kapittelet *The resistance of suicide: why haven't antidepressants reduced suicide rates?* gjennomgår van Praag tilgjengelig empiri, også den som måtte støtte at SSRI kan virke selvmordsforebyggende (blant dem Olfson og medarbeideres undersøkelser fra USA). Suicid er som kjent et multifaktorielt fenomen der medikamentinntak er bare en av mange variabler, og van Praag gir en nyansert og grundig drøfting som konkluderer med at det ikke er empirisk belegg for å hevde at SSRI har redusert selvmordsrater.

Tilsvarende er Keith Hawtons kapittel *Media influences on suicidal behaviour* vel verd å lese. Forfatteren tar her for seg hvordan suicid presenteres i TV og i aviser, men drøfter også hvorvidt Internett og endog visse typer musikk kan virke selvmordsfremmende. Interessant nok er det ifølge forfatteren veldokumentert at paracetamolforgiftninger hadde en kortvarig økning etter at en slik intoksikasjon var med i en episode av en engelsk TV-serie, *Casualty*. Medias innflytelse bør likevel ikke bare tenkes som negativ, tvert om kan media brukes psykoedukativt og selvmordsforebyggende.

Boken er redigert av Keith Hawton, til daglig leder av Center for Suicide Research i Oxford, men har bidrag fra ca 40 medforfattere. I hovedsak har disse anglo-amerikansk bakgrunn, men også Nederland, Slovenia og Danmark er representert. Norge bidrar sterkt ved Ingrid Rossows kapittel, som er en oversikt over tilgjengelig empiri omkring rusbruk og suicidalatferd, videre Lars Mehlums kapittel *Traumatic stress and suicidal behaviour: an important target for treatment and prevention*. Sistnevnte gir en nyansert fremstilling av relasjonen mellom suicid og traumatisk stress, det være seg krigstraumer eller pårørendes død.

Boka bør være av interesse for helsearbeidere generelt, men også for ansatte innen politi, fengselsvesen etc. (et av kapitlene tar nettopp for seg selvmordsforebygging i fengsler, som er et prioritert anliggende i dagens Storbritannia). Alt i alt er dette blitt meget leseverdig. Jeg tok feil: Det var noe nytt under solen.

Arne Thorvik

Jan Beskow er nestor i svensk suicidologi, tidligere professor i psykiatri og overlege ved Sahlgrenska sjukhuset i Göteborg. Astrid Palm Beskow er psykolog og Anna Ehnvall er lege, begge har spesiell bakgrunn i kognitiv terapi.

Bokens målgruppe er både ansatte i helsevesenet og personer som evt. selv plages av suicidalitet. Jan Beskow skriver selv at han for vel 10 år siden ble kjent med og fattet interesse for kognitiv psykoterapi, som han så kunne være til nytte for suicidale personer. I denne boken ønsker han å integrere gammel og ny informasjon om temaet. Boken handler om suicidalitet fra et kognitivt perspektiv. Den gir informasjon om bakgrunnen for kognitiv terapi, prinsipper ved behandlingen og eksempler på anvendelse i forhold til suicidale pasienter.

Begrepet suicidalitet diskuteres ut fra forskjellige perspektiver, og det formuleres i alt åtte modeller. Gjennom denne fremstillingen får man et bilde av hvordan synet på suicidalitet har endret seg gjennom historien. Den viser også hvordan dette kompliserte temaet kan beskrives og forstås på forskjellige måter, avhengig av hvilket teoretisk perspektiv som anvendes. Forfatterne vektlegger at de forskjellige modellene kompletterer hver andre og har ulike anvendelsesområder.

Som leser får man et godt innblikk i hvor komplekst temaet er. Beskow klarer å formidle mye kunnskap og erfaring gjennom sin fremstilling.

Boken favner vidt sin ambisjon om å begrunne og vise den kognitive tilnærmingemetoden i forhold til suicidalproblematikken. Kanskje derfor blir fremstillingen noe springende og det kan være vanskelig å få tak i systematikken. Dette gjør boken litt vanskelig tilgjengelig. Noe kan skyldes den svenske språkdrakten, som ellers ikke burde være vanskelig for en norsk leser. Dette forhindrer ikke at jeg synes boken har spennende innfallsvinkler som stimulerer til videre lesning.

Ildri Kjølseth

Hege Gjertsen:
Tap av ektefelle i eldre år: sorg og
mestring: en sosiologisk analyse.
Avhandling (dr. polit.)
Institutt for sosiologi,
Det samfunnsvitenskapelige fakultet,
Universitetet i Tromsø, 2005

Formålet med studien var å fremskaffe mer kunnskap om eldre etterlatte. Studien har en kvalitativ design, og omfatter intervjuer med 20 informanter, 10 menn og 10 kvinner. Informantene var hjemmeboende, og aldersspredningen var fra 68 til 94 år. Ektefellene var døde fra et halvt til ni år før undersøkelsen ble gjennomført.

Hovedtemaene i intervjuene var tapsopplevelser og sorgreaksjoner, mestringsstrategier, omgivelsenes betydning og kjønns-perspektivet.

Avhandlingen har først en teoretisk del med gjennomgang og diskusjon av teorier og forskningsmetode. Kapitlet om kvalitativ forskning gir en grei innføring i metodens bruk og begrensninger. Den empiriske analysen er systematisert etter fire hovedtemaer:

1: Tapsopplevelser og sorgreaksjoner hos eldre

Gjertsens studie handler om alderdommens utfordring – å overvinne sorg når tapene er mange og kreftene er få. Informantene i studien gir et klart bilde av at gamle heller ikke i denne sammenheng er noen ensartet gruppe. Tapsopplevelser og sorgreaksjoner avhenger av individuelle ressurser – innstilling til livet generelt – og den enkeltes samspill med omgivelsene.

For mange gamle kommer døden hos en ektefelle etter en tids sykdom, og det har vært tid til å forberede seg. Studien viser at de som opplever at ektefellens død var forventet – og som har hatt tid til en viss emosjonell forberedelse, aksepterer tapet lettere.

Sorgopplevelsen kan likevel være sterk, og den gamle er ofte dårligere rustet til å tåle stresset pga. dårlig helse. Kreftene kan også være redusert etter belastende pleie- og omsorgsoppgaver over tid. Det var viktig for mange at ektefellen fikk pleie hjemme og slapp å dø i institusjon. Generasjonen i Gjertsens studie har store krav og forventninger til seg selv om å yte omsorg når nødvendig. Det er byrdefullt underveis, men kan lette reaksjonene etterpå.

Enkelte informanter gir leseren sterke bilder på ensomheten som rammer den som er igjen. Gjennom historiene som fortelles, forstår man også hvordan sorgreaksjonene kan føre den etterlatte inn i en vond sirkel med sviktende næringsinntak, somatiske plager, isolasjon og ytterligere forverret helsetilstand. Aktiv støtte fra omgivelsene er viktig, i enkelte tilfeller antagelig livreddende.

2: Mestringsstrategier:

Studien viser at de etterlatte bruker en rekke forskjellige mestringsstrategier etter tapet av ektefellen. Igjen er det de gamle med dårlig helse og redusert funksjonsevne som er særlig utsatt, fordi de i mindre grad kan være aktive og opprettholde sosial kontakt. For dem blir kognitive mestringsstrategier viktige, som bl.a. innebærer at den etterlatte klarer å se en mening med tapet. At en gammel og skrøpelig ektefelle ble spart for langvarig lidelse, kan gjøre det lettere for den som er igjen. Omstendighetene ved dødsfallet, at det forløp fredelig og uten smerter, har betydning også for den etterlatte. Mange av de eldre i Gjertsens materiale bruker religionen som mestringsstrategi, og mange er overbevist om at de skal møte ektefellen igjen.

Studien forteller også om eldre som etter et langt liv har et nøkternt og jordnært forhold til dødens realitet. Denne realisme gjør at de aksepterer tapet, selv om sorgen er stor.

Det hevdes at et langt livs erfaring er en ressurs i en krisesituasjon og kan hjelpe eldre mennesker til å akseptere og leve med sorg og savn. Enkelte informanter i studien gir også uttrykk for en slik oppfatning. På den annen side kan summen av belastninger gjennom livet for enkelte til slutt bli for tung å bære.

3: Sosial kontakt og støtte:

Studien viser at støtte fra familie og venner er av stor betydning etter ektefellens død. De fleste av Gjertsens informanter har også opplevd god oppfølging fra familiemedlemmer.

Det er viktig at hjelp fra familien og hjelp fra det offentlige dekker forskjellige behov og supplerer hverandre. Da undersøkelsen ble gjennomført, var det ingen rutine for oppsøkende virksomhet til nye etterlatte, noe flere hadde ønsket. Et slikt besøk kan være et nyttig forebyggende tiltak.

4: Tap av ektefelle i et kjønnsperspektiv:

I Gjertsens materiale vises en kjønnsbetinget forskjell i mestringsstrategi. Enkemennene er mer handlingsorienterte og søker kontakt i interessefelleskap utenfor hjemmet, mens enkene søker støtte i nære relasjoner og holder seg hjemme. For mennene synes dette å være en god strategi og de klarer seg bra etter relativt kort tid. Menn som pga. dårlig helse ikke er i stand til å oppsøke "sine arenaer", klarer seg til gjengjeld dårligere enn kvinnene med tilsvarende helseproblemer.

Konklusjon:

Gjertsens studie viser mangfoldet av reaksjoner hos eldre som mister sin ektefelle. Hvordan livet skal gå videre, avhenger av en rekke faktorer hos den enkelte og i omgivelsene. Det er påvist økt dødelighet for begge kjønn det første året etter at ektefellen er død, og ikke minst er risikoen for selvmord relevant for mennene. Det er viktig at helsearbeidere og andre er oppmerksomme på faresignaler i form av forsterkede sorgreaksjoner hos eldre i denne fasen av livet. Å fange opp og hjelpe de eldre som trenger profesjonell støtte i denne situasjonen, vil også være ledd i en forebyggingsstrategi mot selvmord.

Ildri Kjølseth

(Avhandlingen er også utgitt i Senter for aldersforskning i Tromsø sin skriftserie, 2006:1.)