Begravelsesbyråets rolle etter et selvmord

Ola R. Vigdal intervjues av Henning Herrestad.

Når et menneske dør, spiller begravelsesbyråene en sentral rolle i forhold til håndteringen av den avdøde og i forhold til å møte de etterlatte. Når et menneske dør i selvmord, oppstår det særskilte utfordringer både for de etterlatte og for begravelsesbyrået. Suicidologi har intervjuet Ola R. Vigdal som driver Vigdal Begravelsesbyrå A/S i Melhus sammen med sin bror. De er tredje generasjon i familien som driver byrået.

Vi ba Vigdal beskrive hva som faktisk skjer etter et selvmord.

- De fleste som oppdager at noen har tatt sitt eget liv, ringer nok et nødnummer til politi eller ambulanse. Politiet kommer. De snakker med dem som har ringt, og gjør åstedsundersøkelser. I Trondheim vil de ikke binde opp ambulansene med å kjøre avdøde, så begravelsesbyråene har det vi kaller byråvakt eller politivakt. Når politiet er i ferd med å avslutte åstedsundersøkelsene ringer de, og det byrået som er på vakt gjør innbringelsen for politiet. Noen ganger er dette bare et oppdrag for politiet. Andre ganger vil familien bruke dette byrået videre. Jeg hilser uansett på familien om de er tilgjengelige. Det er en av grunnreglene jeg lærte av mine foreldre.

- Snakker du med familien da?

- Sist jeg var i et slikt oppdrag, satte jeg meg ned sammen med foreldrene til avdøde og politiet. Vi fortalte dem noe om hva som skjer videre, og hva vi gjør med avdøde.

- Ja, hva gjør dere egentlig med avdøde?

- Sammen med politiet bærer vi avdøde på bære ut i bilen og fyller ut følgeskriv ved innbringelse. Der står det avdødes personalia, og dato og tidspunkt for innbringelsen, hvem som er varslet av politiet og om dødsattest er vedlagt eller blir ettersendt. Om det er spor igjen etter selvmordet på stedet, blir disse fjernet av et skadebegrensningsbyrå som jobber for politiet. Jeg kjører avdøde til patologisk avdeling hvor det skal foretas rettslig obduksjon. Det er sjelden vanlig arbeidstid når jeg kommer dit. Jeg låser meg inn og legger avdøde på kjølerommet. Etterpå må jeg innom AMK-sentralen. De er varslet om dødsfallet av politiet. De sjekker nå om følgeskrivet er i orden, og registrerer det. Dermed er innbringelsen over.

- Hva om familien vil bruke dere som begravelsesbyrå også?

- Da sier jeg fra at jeg kommer tilbake.

Eller jeg ber dem si ifra når de vil at jeg skal komme. Når jeg skal møte familien og det har vært en ulykke eller et selvmord, bruker jeg å sette igjen kofferten og papirene i bilen. Det er viktigst for familien å bli litt kjent med meg, og jeg med dem. Det har ingen hensikt, og vil være respektløst, hvis jeg satte meg ned med penn og papir og gjorde ferdig alt det praktiske rett etter en slik brå død er skjedd. I den første samtalen bruker vi heller tid på å snakke oss igjennom hendelsesforløpet. De får startet bearbeidningen av det som har skjedd ved å gå igjennom hele dagen da dødsfallet skjedde. Men jeg snakker om hva som skal skje videre også hvis de spør. Om det passer, spør jeg etter opplysningene som trengs for å melde dødsfallet. Om avdøde bodde i en by, må dødsfallet meldes til skifteretten. Utenfor byene må dødsfallet meldes til lensmannen.

- Er denne meldingen dødsattesten?

- Nei, ved vanlige dødsfall er det jo en lege som fyller ut legeattest ved dødsfall. Men dette er bare opplysninger om avdøde. Når skifteretten får en slik attest fra et sykehus eller aldershjem, blir den bare liggende til vi sender melding på vegne av familien om hvem som er de pårørende. Det er egentlig de pårørendes ansvar å melde fra. Men det er ikke alle som ønsker å ta turen til offentlige kontorer i en slik situasjon, og da tar vi oss av å få alle meldinger sendt og å varsle alle som skal varsles ved dødsfall.

- Så i den første samtalen med familien etter et selvmord hender det at du lar alt det praktiske ligge, eller du fyller ut meldingen om dødsfallet til lensmann eller skifterett. Men familien må vel ta stilling til alt det man vanligvis må ta stilling til etter et dødsfall?

- Ja, jeg kommer igjen dagen etter. Noen tar alt effektivt og kjapt, andre ganger må vi ta alt bit for bit. Det er ikke uvanlig at jeg er sammen med familien borti en 20 timer uken før begravelsen når vi må ta tingene gradvis. Men vi

kjører fast pris. De skal ikke føle at taksmeteret går. Det er viktig å gi dem ro og trygghet. Jeg passer på at alt kommer på plass i tide.

- Hva er det de opplever som vanskelige avgjørelser?

- Alt kan jo være vanskelig for enkelte pårørende. De må raskt ta stilling til om det skal være begravelse eller kremasjon. Det kan være vanskelig, for de må ta stilling til om kremasjon ville stride mot avdødes overbevisning, tro eller ønske. Og samtidig involverer avgjørelsen spørsmålet om hvor avdøde skal gravlegges. De må ta stilling til hva som skal stå i dødsannonsen. Skal det stå at avdøde tok sitt eget liv, eller ikke? Tilsvarende må de ta stilling til hva som skal stå på sløyfene. Betyr "Takk for alt" at man takker for at personen tok sitt eget liv, for eksempel? De må også ta stilling til hva avdøde skal ha på seg, og om det skal ligge noe med i kista. Familien bruker ofte mye tid på å bestemme hvilken musikk som skal spilles i begravelsen. Men det som opptar dem først, er syninga. Når kan de få se den avdøde? Først etter syninga tenker de på seremonien.

- Så ingen er i tvil om de vil ha syning selv om det er selvmord?

- Det er noen ganger vi ikke vil anbefale syning, og det er når det har gått tid før avdøde ble funnet. Men ellers er det vanlig. Det er også mange som spør om barna skal være med på syning. Det er som regel foreldrene som er redde for hvordan barna skal reagere, eller det er deres egen redsel som stopper dem. Jeg mener barn skal være med. I hvert fall for å se kista. Før syninga har jeg brakt kiste og avdødes klær, om familien ønsker det, til patologen.

Preparantene har stelt den avdøde så godt det lar seg gjøre, og kledd på vedkommende likklær eller avdødes egne klær, og har lagt vedkommende i kista. Jeg forbereder familien på hva de vil få se. Jeg må bygge opp realismen, stålsette dem. Man må ikke si at den døde ser fin ut, for da kan de få sjokk. Det er bedre at den døde ikke ser så ille ut som de venter. Jeg viser også bilder fra kapellet for at de skal gjenkjenne hvor de er.

Når vi står der prøver jeg å finne positive ting å si om avdøde, som at det er et fredelig drag over øynene, eller antydning til et smil om munnen. De trenger å gjenkjenne den avdøde for å kunne ta farvel. En gang gikk jeg med en gutt rundt i hele rommet før vi fant en vinkel der han kjente igjen faren sin. De kan godt ta på avdøde også, eller gi vedkommende en klem. Det er en form for avskjed, og det å ta på den kalde huden gir dem en sterk fysisk bekreftelse på at vedkommende er død.

Noen vil ha kista med hjem. Det kan også la seg gjøre. Særlig når det er barn som er døde, er det vanlig at foreldrene får kista med hjem. Men de må være klar over at i løpet av et par dager begynner avdødes kropp å forandre seg. Jeg bruker å anbefale at de da legger på lokket. Vi kan når som helst kjøre kisten til bærehuset der begravelsen skal foregå.

- Hender det at hele prosessen blir forsinket fordi det skal gjøres rettslig obduksjon?

- Nei, det gjøres alltid innen 48 timer, og det hindrer ikke at begravelsen finner sted innen åtte dager. Nå kan man få tilatelse til å vente lenger enn åtte dager også. Det er helst hvis noen i familien er for dårlige til å delta i begravelsen så fort, eller om man må vente på familie som skal komme fra utlandet. Det er jo også veldig mange medvirkende som skal koordineres for å få til en begravelse. I Trondheim er det kirkevergen som har oversikt over hvor det er en ledig kirke til enhver tid, men vi må også skaffe prest og organist, og kanskje forsangere og musikere. Det er vi som tar kontakt med alle de involverte. Vi gir presten den informasjonen han trenger før han snakker med familien om hva som skal sies i minnetalen. Hele kabalen må være klar før vi kan sette inn dødsannonse.

- Du sa at dødsannonse ofte kan være vanskelig å formulere.

- Ja, jeg husker en situasjon. Vi hadde sittet sammen i flere timer. Det meste av innholdet i dødsannonse var klart, men familien ville ha et lite dikt. Jeg har samlet ganske mange slike gjennom årene, men ingen passet helt for dem. Forslaget mitt ble at vi utsatte annonsen en dag, så fikk de prøve å formulere noen ord selv. Da jeg kom tilbake dagen etter, hadde de sittet oppe nesten hele natten og skrevet. Teksten var blitt ganske lang, men uansett hvor mye de prøvde, var det ingenting som kunne tas vekk nå da det var kommet på papiret. Jeg foreslo at de satte inn teksten som den nå stod uten å forkorte noe. Det ble en lang annonse, men de følte de hadde fått den riktig.

Det er ofte et spørsmål om hva andre bør få vite. Folk vet jo som oftest hva som har skjedd allikevel. Det er bedre med åpenhet enn alle ryktene. Ofte er det sterkeste hva en sjøl leser i avisa. Det blir veldig tydelig for en hva som har skjedd når man leser det på trykk.

- Og så kommer selve gravferden. Er det noe som er annerledes når det har vært et selvmord?

- Selve seremonien er jo likeens uansett hva dødsårsaken har vært. Men det er etter hvert åpnet for mer og mer variasjon i selve seremonien. Det som skaper størst forskjell er at mange vil at det skal spilles

musikk som avdøde hadde et spesielt forhold til, og det varierer veldig i forhold til avdødes alder. Nå aksepterer mange prester at vi spiller musikk fra CD-spiller. Men de kan nekte musikk eller tekster de synes er upassende.

- Er det pårørende som er redde for at en selvmorder ikke kan få en kristen begravelse, slik det var i riktig gamle dager?

- Nei, det har jeg ikke støtt på. Men det er flere som spør om noe er annerledes i seremonien. Det eneste jeg kan komme på, er at jeg har opplevd at presten leste avsnitt fra avskjedsbrevet som avdøde hadde skrevet i sin minnetale. Det ble fint.

- Hva skjer etter gravferdsseremonien?

- Noen tar det siste farvel i kapellet eller ved begravelsesbilen fordi avdøde skal kremeres. Når avdøde skal begraves, går man gjerne i prosesjon til graven. I den norske kirkes gravferdsrituale står det at kista skal senkes. Dette kan være vanskelig for mange, og en veldig sterk opplevelse. Der ved graven kommer også alle for å kondolere den nærmeste familien. Ordet "kondolere" brukes nok ikke så mye som tidligere, og en klem sier ofte mer enn ord kan si. De fleste av oss kommer også til kort når en funderer på hva annet en skal si, og derfor gir mange heller en klem.

- Hva med gravsteinen og hva det skal stå på den?

- Noen byråer vil selge gravstein midt oppe i begravelsesuka. Vi sier at spørsmålet om gravminne kan de ta opp i ettertid. De pårørende får en folder med informasjon om slikt. Om de ønsker hjelp av oss til å bestille gravstein, tar vi dem med til et firma som selger gravsteiner, en gang etter begravelsen. Det hender at familien

og jeg får et spesielt forhold, og at jeg kjører meg en tur og drikker kaffe med dem også etter begravelsen. Men når begravelsen er over, er det meste av vår jobb gjort. Da senker jeg skuldrene.

- Kan du si litt mer om hva du gjør når det er små barn i familien?

- Jeg passer alltid på å snakke direkte med barna i familien. De voksne følger med på det jeg sier. Ofte kan jeg få fortalt ting alle bør vite, ved å henvende meg til barna. Det at de får være med og være en del av familien, tror jeg gir dem en følelse av å være viktige, at de er pårørende de også.

Jeg husker en gutt på fire, fem år. Han var med sammen med sine søsken og resten av familien, og skulle se sin døde far. Alle barna hadde fått hver sin røde rose, og skulle legge den i kista til faren. En etter en gikk de fram og klatret opp på krakken, som vi hadde satt borttil så de skulle rekke opp, og la ned sin rose. Denne gutten ble stående litt, men ville ikke legge ned rosen sin. Flere prøvde å få han til å slippe den, men han holdt den bare hardere. Vi ble enige om å la gutten få beholde rosen, og jeg ble med ham ut. Vi to gikk en tur rundt på kirkegården. Vi snakket om forskjellig, og etter en stund spurte jeg ham om hva han skulle gjøre med rosen sin. Jo, den skal mamma få, fordi pappa hadde fått så mange, men mor ingen. Dette viser hvor oppmerksomme barn kan være, og at en aldri skal undervurdere dem.

- Så, hvordan vil du oppsummere hva dere gjør annerledes etter et selvmord?

- Det går mest på hvordan vi møter familien. Ofte er de i en slags sjokktil-

stand. Ofte har de mye bitterhet og sinne mot avdøde. Mange føler stor skyld, enten det er rimelig eller ikke. Noen trenger tid alene med avdøde for å si det de har på hjertet. De pårørende trenger en å støtte seg på. Noen har sagt så fint at selv voksne må få lov til å være liten i en slik stund.

Det har i mange år vært en veldig fokus på kriseteam i kommunene, men erfaringen min er at i de aller fleste tilfeller kommer ingen andre inn enn prest og begravelsesbyrået.

- Er det vanlig at gravferdskonsulenter har skoloring i å møte mennesker i sorg?

- Det er ingen offentlige krav til utdanning av de som vil drive begravelsesbyrå. Som medlem av Begravelsesbyråenes Forum, som vårt firma er, stilles det en del krav som skal oppfylles. Det er alt fra krav om en viss standard på utstyr og tjenester, til et brevkurs som alle må igjennom. Men utover dette er det ingen generelle skoleringskrav. Min egen kunnskap og viten er hentet fra mange forskjellige fagområder, og etter hvert fra erfaring med mennesker i sorg. Mange begravelsesbyråer tilbyr bare ren ekspedisjonshjelp, mens andre har en ambisjon om å hjelpe de etterlatte i sorgprosessen. Det er veldig viktig at de etterlatte blir møtt på en rolig, sikker og respektfull måte, og å hjelpe dem så de i etterkant kan sitte igjen med en følelse av at det ble en fin og verdig avskjed med avdøde. Spesielt når noen er død i selvmord, er det viktig for den videre sorgprosessen hos de etterlatte at de får tilstrekkelig hjelp og tilrettelegging til at de kan klare å være med på hele prosessen fram til begravelsen er over, avslutter Vigdal.

Ola R. Vigdal
er gravferdskonsulent
i Vigdal Begravelsesbyrå
A/S.

Henning Herrestad
er førsteamanuensis,
dr. philos. ved Seksjon
for selvmordsforskning
og -forebygging.

Ny doktoravhandling

Erlend Hem:

"Suicidal behaviour in human service occupations with special emphasis on physicians and police"

Universitetet i Oslo, Det medisinske fakultet, 2004

Erlend Hem har undersøkt selvmordsatferd blant noen yrkesgrupper i Norge, som må forholde seg til andre mennesker, slik som leger, sykepleiere og politifolk. Årsakene til forhøyede selvmordsrater i ulike yrker er ufullstendig kjent, men psykiske lidelser, arbeidsstress og tilgang til selvmordsmetoder har betydning. Studier fra andre land har vist at bl.a. leger og sykepleiere har forhøyet selvmordsrate. Det har vært hevdet at selvmord også forekommer hyppig i politiet, men en systematisk litteraturoversikt i avhandlingen viser at det ikke er dokumentasjon for dette. Forekomsten av selvmordstanker og -forsøk ble undersøkt i to tverrsnittstudier blant leger og politi i Norge. Alvorlige selvmordstanker siste år ble rapportert av henholdsvis 2,6 % og 1,7 %. I en landsomfattende longitudinell undersøkelse rapporterte 6 % av unge leger slike tanker siste år. Ved å analysere data for medisinstudenter som rapporterte alvorlige selvmordstanker, og som noen år senere rapporterte selvmordsplaner, viste det seg at denne overgangen fra selvmordstanker til -planer var forbundet med alvorlige depressive symptomer og visse personlighetstrekk.

I avhandlingens siste delarbeid ble selvmordsraten blant leger, sykepleiere, tannleger, teologer og politi i Norge undersøkt i perioden 1960–2000.

Ønsker du mer informasjon, kan du ta kontakt med forfatteren:

erlend.hem@basalmed.uio.no