Sterkt og bredspektret om barn som er etterlatte

Anmeldelse ved Kim Larsen

Forfatterne har intervjuet 22 voksne personer som når de var barn eller tenåringer hadde mistet foreldre i selvmord. Personene ble bedt om å fortelle hvordan de opplevde dette og hvordan opplevelsen har preget dem senere. Forfatternes målsetting med boken er "to discover what was helpful and what was not, learn participants' impressions of various interventions, gaining insight to build on existing knowledge, and use information gained to inform professional practice" (s. 2).

Boken er tematisk ordnet under følgende kapitelloverskrifter; utfordringer, støtte, mestring og posttraumatisk vekst, samt et avsluttende kapittel om implikasjoner for praksis. Vi får også en fremstilling av Camp Hope, et terapeutisk leir opphold for sørgende barn. Kapitlene er inndelt i nyanserte undertema, varierende i antall fra 5 til 13. Innenfor hvert undertema blir tilgjengelig forskning oppsummert og illustrert med utdrag fra intervjuene. Deretter følger i hvert kapittel fire intervjuer som illustrerer kapittelets hovedoverskrift gjengitt in extenso.

Dette er historier som gjør dypt inntrykk. Intervjuene viser hvordan personene som voksne rekonstruerer den subjektive opplevelsen, hvordan de forsøkte å gi mening til både begivenhetene rundt selvmordet og omgivelsenes reaksjon, og til sin nye livssituasjon ut fra de forutsetninger de hadde som barn.

Vår kultur har en markant norm på å omtale døde personer på en ensidig idylliserende og romantiserende måte ("De mortui nil nisi bonum"). Hvordan ivaretar en da de tilfeller hvor den avdødes adferd hadde vært en vedvarende årsak til andres lidelse, som i én av fortellingene i boken hvor faren i familien misbrukte datteren seksuelt, blir avslørt som følge av at datteren forteller det til moren og deretter utfører selvmord like før rettsaken. Ikke uventet er det denne undersiden av vår kulturelle norm som er mest problematisk: Personene føler sinne overfor den som har utført selvmord og lettelse over at personen

er borte fra deres liv, etterfulgt av skyldfølelse for nettopp å føle akkurat dette. I forskningslitteraturen om selvmord er barn blitt funnet å være en konsekvent beskyttelsesfaktor. Dersom en forsker på personer med og uten barn og korrelerer med selvmordsrater finner en på tvers av andre sosiale variabler at personer med barn har en lavere selvmordsrate enn personer uten barn. Til og med ufødte barn har en beskyttende effekt; gravide kvinner har markant lavere selvmordsrisiko enn andre kvinner. Mange av personene i denne studien føler da også at deres tilstedeværelse som barn ikke var "beskyttende nok", siden selvmordet likevel skjedde. Mange oppfatter også selvmordet som et svik. Her er Shane (18 år ved intervjuet, mistet sin far i selvmord da han var 12 år): "After his death, I felt lots of anger and hate towards him, because we were just starting to get close, and it felt like he abandoned me at an age where I needed him the most. If he truly loved me, he wouldn't have done that" (s. 91). Her er Guy (19 år ved intervjuet, mistet sin far i selvmord da han var 3 år): "I was free. He'd shoot guns in the house and all sorts of crazy things. I think he was drinking a regular bottle of brandy by himself a day. So, it was a pretty tough situation. It was getting to the point where he was gonna kill somebody. My mom was about to grab us kids and go to a homeless shelter. We were gonna have to leave him anyway. He had let that disease [schizofreni og alkoholisme] progress for 20 years without doing anything about it". (s. 113).

Mange finner at grubleriene om årsaker til selvmordet eller om hvorvidt de selv kunne ha forhindret det aldri tar slutt. Her er Suzanne (50 år ved intervjuet, mistet sin far i selvmord da hun var 8 år): "Why did he feel the need to take his own life? I completely understand that there is not a simple answer to that complicated question, yet I will never ever stop searching for the answer. It's a mystery" (s. 149).

Marty Lou & Amy Bolk:

Losing a parent to suicide. Using lived experiences to inform bereavement counseling.

Hove: Routledge. 2013.

Heftet. 209 sider.

ISBN 978-0-415-81618-2.

Det er heller ikke slik at selvmordet kun har påvirket personene i negativ retning; mange finner at de har vokst i møtet med de forferdelige begivenhetene, for eksempel ved at de ble tvunget til å bli mer selvstendige, til å utvikle resiliens, økt uavhengighet, skille viktig fra uviktig i livet, etc. Her er Zach (19 år ved intervjuet, mistet sin far i selvmord da han var 8 år): "While this defining moment in my life was painful, it affected me positively in two ways. First, it forced me to rapidly develop my independence, and through this a strong commitment. I learned to preserve and find a way to accomplish my goals. If at first I failed at something, I developed a new method or approach to accomplish the task at hand. I believe in constantly expanding my horizons, and besides excelling in academics, I have participated in sports, theatre, volunteer work, and leadership roles. It is my hope that this commitments,

talents, and experiences will serve me well through college and medical school" (s. 126).

En del finner også at medisinske metaforer på selvmordet og en kobling til psykiatriske lidelser fungerer trøstende: "Explaining how the depression is like an illness, and because of this illness he felt like he wasn't a good dad and things like that ... It was the sickness that caused the suicide. He really was a great person .../... Sometimes, I will say that he died of suicide. I would never phrase it like "He killed himself", because that is kind of disrespectful to me and has a negative connotation. I view depression as an illness. Depression was his illness and that is what killed him" (s. 83/118. Rachel, 21 år ved intervjuet, mistet faren i selvmord når hun var 7 år).

Det som slår en mest ved både intervjuene og forskningslitteraturen som drøftes, er hvor forskjellige reaksjoner personene har på at foreldre tar selvmord når de er barn, og derved hvilke tiltak som er hensiktsmessige. Forfatterne understreker dette: "In terms of handling client

emotions, counselors should avoid making emphatic assumptions, as there is no universal emotional response to parental suicide" (s. 156). For barn vil jo også utviklingsnivået være helt avgjørende. Forfatterne trekker frem følgende faktorer som viktige for valg av tiltak: "... age, stage of development, personality structure, previous losses, trauma and psychiatric history, coping style, presence of protective factors in their social environment (such as family and economic support), and how the child understands and makes sense of the death" (s. 158).

Losing a parent to suicide. Using lived experience to inform bereavement counseling er en bredspektret oppsummering av feltet, hvor presentasjonen av forskningslitteraturen og de personlige historiene spiller godt sammen. Historiene gjør et sterkt inntrykk, særlig de hvor barnet har vært den som har funnet foreldre etter selvmordet og vært på et utviklings-trinn hvor de ikke har hatt mulighet til å forstå rekkevidden av det inntrufne, og derved også har mistolket hva som har skjedd.

Bokens viktigste konklusjon er at det er stor spennvidde i opplevelsen når barn opplever selvmord hos foreldre, og derved også i hvilke tiltak som er hensiktsmessige. På samme måte som stressforskningen viser voldsomme variasjoner i hvordan personer opplever stress ("One man's meat is another man's poison"), finnes det få eller ingen fasitsvar når det gjelder barns opplevelse av selvmord hos foreldre og i valg av hensiktsmessige tiltak. Boken advarer derved også implisitt både mot dogmatiske fagfolk og etterlatte som generaliserer sine egne erfaringer til å gjelde andre i en tilsvarende situasjon.

Kim Larsen er psykologspesialist ved Sykehuset Østfold og RVTS/Ø og arbeider også ved NSSF. Han er spesialist i klinisk samfunnspsykologi og arbeids- og organisasjonspsykologi. Faglige spesialinteresser er: sosialpsykologi, Freud-biografi og psykoanalysens historie, psykiatrihistorie og suicidologi.

KANDIDATER TIL OLAF-PRISEN 2014

Olaf-prisen er etablert og deles ut av Stiftelsen Olafs Minnefond til forebygging av selvmord blant unge. Prisen tildeles som en anerkjennelse til en person som har bidratt med fremragende vitenskapelig arbeid eller kunnskapsformidling innenfor feltet selvmordsforebygging blant barn og ungdom. Prisen deles ut hvert år, fortrinnsvis i forbindelse med markering av Verdensdagen for selvmordsforebygging, den 10. september. Prisen består av en bronsestatue og et diplom. Ett fagutvalg ledet av professor dr med Lars Mehlum, forestår innstillingsarbeidet av kandidater til prisen.

For mer informasjon se www.olafsminne.org.

Forslag til kandidater med navn på kandidaten, kort begrunnelse og navn på forslagstiller kan sendes på epost til Jon Schultz, js@legale.no innen 1. mai, 2014.

Stiftelsen Olafs Minnefond til forebygging av selvmord blant unge www.olafsminne.org