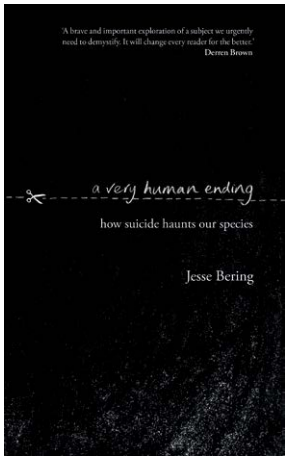
A very human ending.
How suicide haunts our species

Anmeldt av Kim Larsen



JESSE BERING:
A Very Human Ending.
How suicide haunts our species
London: Doubleday. 2018.
275 sider. Innbundet.
ISBN: 9780857524515.

FORFATTEREN STARTER MED å fastslå at ingen er immune mot selvmord og at vi alle, under gitte omstendigheter, har potensialet for selvmord i oss som en del av vår psykologiske utrustning som mennesker. Han understreker dette ved å dedikere boken til «the suicidal person in all of us». Formålet med å skrive boken er «to reveal the psychological secrets of suicide, the tricks our minds play on us when we`re easy emotional prey» (s. 15).

Bering forøker å se selvmord «innenfra» – fra det fenomenologiske perspektivet til den som utfører selvmord. De omstendigheter som kan ligge til grunn når noen tar livet av seg, synes utrolig varierte; en kunne jo nesten si at ethvert selvmord har sine egne unike grunner. Det forfatteren forsøker å gjøre er ut fra disse forskjellige kontekstene å finne ut hvilke fenomenologiske, subjektive og emosjonelle fellesnevnere som kan være til stede, til tross for pluraliteten i omstendigheter. Fellesnevnerne er ifølge forfatteren følelser sentrert rundt kjernefølelsen uutholdelig skam, slik som synet på seg selv som verdiløs og som en påkjenning for alle rundt seg og for samfunnet. Ofte involverer det også håpløshet og meningsløshet, kombinert med høy psykisk smerte. En smerte så sterk at døden, selv med vår evolusjonsmessige, instinktive frykt for den, fremstår som mindre byrdefull enn livet. Det sier noe om smerten.

Bering trekker frem denne litterære beskrivelsen av David Foster Wallace, som tok sitt eget liv 46 år gammel i 2008 etter å ha slitt med angstanfall og depresjon siden skoledagene:

> «The person in whom Its invisible agony reaches a certain unendurable level will kill herself the same way persons will eventually jump from the window of a burning high-rise. Make no mistake about people who leap from burning windows. Their terror of falling from a great height is still just as great as it would be for you or me standing speculatively at the same window checking out the view: i.e. the fear of falling remains a constant. The variable here is the other terror; the fire`s flames: when the flames get close enough, falling to death becomes the slightly less terrible of two terrors. It`s not desiring the fall; it`s terror of the flames. And yet nobody down on the sidewalk, looking up and yelling 'Don't' and 'Hang on!', can understand the jump. Not really. You'd have to have personally been trapped and felt flames to really understand a terror way beyond falling» (s. 105–106).

Som bokens tittel indikerer ser forfatteren selvmord som en handling unik for mennesket. Boken starter da også med en tilbakevisning av forestillingene om selvmord hos dyr, som forfatteren enten analyserer som et utslag av menneskets antropomorfiserende tolkninger, spektakulære enkelthendelser hvor konteksten er utelatt slik at dyrs adferd gir inntrykk av en intendert død, eller forvrengte eller fantasifulle fremstillinger i media eller i kunsten. Det enkelteksempelet som er mest referert i dag; skorpionen som når den er omringet av flammer på alle sider, angivelig retter sin dødelige brodd mot sin egen nakke i et slags «rasjonelt» selvmord, er uten rot i virkeligheten (skorpioner er

også immune mot sin egen gift). Forestillingen grep om etter et berømt dikt av Lord Byron, «The Giaour» (1813), som innlevende beskriver et slikt tenkt «skorpion-selvmord».

Grunnen til at dette er så viktig for forfatteren er at han ser de fenomenologiske fellesnevnerne for selvmord som skapt av menneskets særpregede, sosialt orienterte bevissthet og unike forestillingsevne, knyttet til evolusjonsmessig nyere hjernestrukturer. Denne bevisstheten gir mennesket voldsomme fortrinn i forhold til dyr; opplevelse av tid, evnen til planlegging, hypoteseutprøving, kreativitet, og ikke minst, mentalisering («theory of mind»). Det siste vil si at vi har evnen til å tenke oss til hva andre angivelig tenker om oss, og til et metanivå av dette; hva andre tenker om det en tenker om hva de tenker og så videre … Men, disse høyere mentale funksjoner har også en potensielt selvmordsfremkallende underside, fordi de åpner opp for nettopp de nevnte følelsesmessige fellesnevnerne for selvmord, som for eksempel skam; det å ha tapt anseelse i andres øyne på en måte som en oppfatter som uopprettelig (mange ganger uten at det er det – vi overvurderer konsekvent hvor opptatt andre er av oss, mens de på samme måte som oss er senter i sitt eget univers).

Forfatteren beskriver videre denne «baksiden» av vår mentaliseringsevne slik:

> «Having a theory of mind is a wonderful thing in that it allows us to empathize with our fellow earthlings. But it didn`t come without some significant costs as well. One of these is the terrible burden of suicide bereavement. Why, why, why? we ask after such deaths. And all too often there`s just no satisfying answer. We`re deprived of the explanatory catharsis we need so desperately» (s. 29).

Forfatterens spesialområder er sosial kognisjon, utviklingspsykologi og evolusjonspsykologi, og han henter ikke uventet de teoretiske bærebjelkene i sin forståelse av selvmord fra disse områdene. De følelsesmessige fellesnevnerne vi har nevnt har sin genese i individets oppfattelse av det sosiale feltet rundt seg (eller mangelen på det). Forfatteren legger også spesiell vekt på Roy Baumeisters innflytelsesrike artikkel *Suicide as Escape From Self* (1990) og analyserer dagboken til en 17-åring som utførte selvmord med utgangspunkt i stadiemodellen til Baumeister. Vi får også en gjennomgang av smitteeffekter av medieomtale som han utvider ved å ta oss med inn i internettverdenen, noe som gir skremmende perspektiver; den aktive propagandaringen av selvmord og detaljert informasjon om selvmordsmetoder som finnes på enkelte nettsider, selvmord utført foran webkamera med løpende kommunikasjon med «følgere», selvmordspakter inngått mellom fremmede på internett, samt tankevekkende empiri om søkeraktiviteten om selvmord på Google etter visningen av den kjente Nettflix-serien *13 Reasons Why* i mars 2017.

Det siste vil si at vi har evnen til å tenke oss til hva andre angivelig tenker om oss, og til et metanivå av dette; hva andre tenker om det en tenker om hva de tenker og så videre …

Forfatteren behandler også forskning på stigma etter selvmord som han trekker inn i sitt teoretiske rammeverk; siden stigma handler om andres oppfatning, vil det bidra til økt suicidalitet idet det blir en viktig del av skammens psykologi. Bering referer i denne sammenheng tankevekkende forskning om stigma og selvmord som indikerer hvor resistent dette er til tross for vedvarende holdnings- og informasjonskampanjer. Hva ville du ha tenkt dersom du skulle kjøpe et hus eller leie et hotellrom og får informasjon om at en person har dødd i selvmord i huset/hotellrommet tidligere? Enn om en person er blitt myrdet der? Eller dødd en naturlig død av sykdom? Hvordan ville du ha vurdert situasjonen dersom du hadde vært utsatt for en alvorlig ulykke og måtte ha en transplantasjon. Legen din kan velge mellom organer fra helsemessig helt like personer hvor en av dem er død ved selvmord? All denne forskningen viser at dersom en ikke kan være uforpliktende politisk korrekt på et overliggende plan, men må foreta konkrete valg som angår en selv, kommer selvmord ut med det desidert største stigmaet relativt til andre dødsfall.

La det være sagt med en gang; dette er en innertier av en bok. For det første har forfatterens perspektiv på selvmord stor forklaringsverdi, og han begrunner dette med et panoramisk teoretisk blikk kombinert med bredspektret empirisk forskning. Som om ikke dette var nok gjøres fremstillingen levende av illustrerende anekdoter fra nyhetsbildet, kasushistorier, og episoder fra forfatterens eget liv. På toppen av dette får vi så et kreativt språk og en god del humor. *A Very Human Ending. How suicide haunts our species* kan trygt anbefales for alle. Selv om en skulle kjenne noe av forskningen fra før er fremstillingen så god at boken av den grunn alene er verd innsatsen.

REFERANSE:

Baumeister, R. (1990). Suicide as Escape From Self. Psychological Review, 97(1), 90-113.