

Sammanfattande kommentarer

Lil Träskman-Bendz

Agneta Öjehagen

Verksamheten vid Stödenheten i Lund bedrevs under närmare 3 år och närstående erbjöds kontakt under drygt 2 år. Beskrivning och utvärdering av någon liknande verksamhet, dvs med huvudsakligen enskilda samtal, har vi inte funnit i litteraturen.

Lil Träskman-Bendz är professor och överläkare i psykiatri och Agneta Öjehagen docent, socionom och leg psykoterapeut, båda är verksamma vid Enheten för Affektiva Sjukdomar och Suicidprevention, Universitetssjukhuset, Lund.

Som framgår av litteraturredovisningen finns få jämförande studier, och inga studier där jämförelser görs mellan personer som erbjudits respektive inte erbjudits stöd. Vi ansåg det ej möjligt att göra en jämförande studie. Vi kan därför inte uttala oss om hur de närstående skulle ha hanterat sin förlust, och hur de hade mått utan vår kontakt. Vi informerade dem som sökte oss om att vi senare önskade tillvarata deras synpunkter. Vi gjorde initialt inga systematiska bedömningar av de närståendes reaktioner. Istället har vi bett dem jämföra olika aspekter av sin livssituation och mående vid tidpunkten för uppföljningsintervjun med hur det var då de sökte Stödenheten.

I litteraturen framkommer vikten av att samarbeta med personer med egna erfarenheter av självmord. Redan på planeringsstadiet var vår sedan länge väletablerade kontakt med

SPES synnerligen värdefull. SPES-medlemmarna svarade i hög omfattning på den enkät som utsändes till dem innan vår verksamhet påbörjades. I denna uttryckte de sina önskemål om innehållet i det kommande stödarbetet.

Våra båda terapeuter hade erfarenheter av psykoterapeutiskt arbete inom vuxen- och barnpsykiatri. Vi ansåg det angeläget med handledning som stöd i arbetet och för att motverka utbrändhet. I efterhand berättar terapeuterna att arbetet många gånger varit tungt, om än givande. Därför anser de att man inte bör ägna sig åt detta arbete på heltid.

De båda terapeuterna försökte på olika sätt nå ut till de närstående genom kontakter med sjukvården, kyrkan, rättsmedicin, begravningsbyråer etc. Dock var det först i anslutning till tidningsartiklar om Stödenheten som verksamheten blev allmänt känd. SPES-medlemmar förespråkar ett aktivt uppsökande av de närstående, "hjälp att söka hjälp". Detta hade Stödenheten inte möjlighet att göra, men kan vara ett råd inför framtida verksamheter.

Stödenheten hade god tillgänglighet, och väntetiderna var korta, vilket de närstående i efterhand beskrev som mycket tillfredsställande. När vi planerade verksamheten, förmodade vi att korta kontakter av kriskaraktär skulle vara tillräckligt. Det visade sig också att en mycket stor andel av de närstående kom ett fåtal gånger. Däremot hade särskilt mödrar behov av långvarig kontakt. Enligt planeringen skulle uppföljande kontakter tas för att

utvärdera verksamheten. I anslutning till de uppföljande intervjuerna erbjöds de närstående vid en behov kontakt med sin terapeut. Uppföljande kontakt med terapeuten efter ca 6 månader – 1 år efterlystes av många i den utvärderande enkätundersökningen.

Terapeuterna träffade också familjer, men de förstod tidigt under projektperioden att individuella kontakter var mest givande för de närstående, bl.a. därför att familjemedlemmar sörjer olika och kan vara i otakt i sorgearbetet.

De närstående som haft kontakt med Stödenheten har uttryckt och visat ett behov av att få tala igenom det inträffade, och att tillsammans med utomstående analysera dödsfallen och sina egna reaktioner. De närstående önskade veta mer om psykiatriska tillstånd, eftersom de flesta av de avlidna lidit av psykisk åkomma. Därför har terapeuternas erfarenhet av arbete inom psykiatri varit viktig. Även de närstående själva kan behöva psykiatrisk bedömning för eventuell sjukskrivning och behandling.

Vanliga psykiska reaktioner hos de närstående var skuld känslor, oro, rastlöshet, och nedstämdhet. Det är också viktigt att de närstående fick tillfälle att uttrycka sina aggressiva känslor för att kunna gå vidare i sitt sorgearbete. Det är väl känt att även de närstående själva under lång tid kan umgås med känslor av hopplöshet, självmordstankar och planer.

Då är det särskilt angeläget med professionellt omhändertagande.

Det var mest kvinnor som sökte Stödenheten, och det var fr.a. kvinnor som i efterhand var särskilt nöjda med verksamheten. Däremot har "barn" till föräldrar varit mindre nöjda, vilket möjligen kan bero på att de i vissa fall gått för få gånger.

Stödenheten har rönt mycket stor uppskattning. I anonyma uppföljande enkäter och i oberoende intervjuer erbjöds de närstående att fritt förmedla sina synpunkter om Stödenheten och även upplevelser av betydelse i anslutning till dödsfallet. De mest kritiska synpunkterna handlar om psykiatrins bristande kontakter med de anhöriga, och de mest positiva handlar om det professionella omhändertagande som erbjöds genom Stödenheten.

Avslutningsvis finner vi det angeläget att framhålla det påtagliga behov som framkommit av Stödverksamhet för närstående. Det är vår förhoppning att sådana verksamheter skall kunna inrymmas inom den offentliga vården.

Erkännanden

Detta projekt och denna publikation har stötts med medel från Socialstyrelsen via Malmöhus Läns Landsting (Lu 16), Rådet för hälso- och sjukvårdsforskning (Södra regionen; AU 1997-12-16 § 71/52), samt Medicinska Forskningsrådet (08319-10AK).