

Hvordan tages der bedst hånd om de pårørende og efterladte?

Formålet med workshoppen var at se på den situation, pårørende og efterladte efter selvmord er i – både som privatpersoner og som fagfolk. Hvilke muligheder er der for hjælp – akut og på længere sigt? Hvilke reaktioner har de efterladte/pårørende typisk? Hvor har de mulighed for at få hjælp? Hvordan håndteres de efterladte/pårørende, hvis de er professionelle? Fx hos politiet og i hjemmeplejen. De enkelte oplæg kan downloades særskilt.

Præsentation af oplægsholdere:

- Journalist og forfatter Inger Anneberg (a4media, tovholder)
- Psykolog Ida Koch, Den Gule Flyver, København
- Personalechef Preben Henriksen, Odense Politi
- Områdeleder Birthe Vilstrup, Horsens Kommune

Opsummering

Workshop-indholdet favnede bredt – fra de ”private” efterlattes særlige problemer til de professionelle fagfolks specifikke problemer, når de rammes af fx selvmord. Ida Koch gav i sit oplæg en række eksempler på, hvilke reaktioner man kan forvente som pårørende eller efterladt og råd til, hvordan man hjælper andre og sig selv med at komme videre.

For både private efterladte og fagfolk som efterladte/pårørende gælder det, at det er sporadisk hvad der findes af hjælp. Hos nogle faggrupper er hjælpen sat i system, fx hos politiet, hvor det er ledelsen der afgør, om man skal have hjælp efter en voldsom hændelse, ikke den enkelte politimand.

Fra Horsens Kommune fik vi gennemgået *Handleplan for personalet i forbindelse med forebyggelse af selvmord hos ældre*. Begge disse eksempler viser, at hjælp til fagfolk kan bygges professionelt op. I diskussionen bagefter kom det frem, at der findes eksempler på hjælpetiltag også på skadestuer m.v., men det er ikke altid nedskrevet, det afhænger altså af den kultur den enkelte arbejdsplads har oparbejdet gennem mange år.

For de private efterladte er hjælpen helt afhængig af, hvor i landet man nu bor. Nogle kommuner har fx sorggrupper for børn og unge og omfatter også børn efterladt efter selvmord. Nogle steder har selvhjælpsorganisationerne et tilbud (fx Kolding Selvhjælp og SR-bistand i København) - andre steder er der absolut ingenting. Efterladte selv, viser en norsk undersøgelse, efterlyser i høj grad et systematisk hjælpetilbud.

Workshoppen slog også fast, at det er alt for lavt sat at tale om fire efterladte pr. selvmord. Det bør mindst være 10 – efterladte er nemlig mange andre end den allernærmeste familie – og dette bør pointeres, fordi efterladte i periferien af en familien kan være lige så hårdt ramt som familien selv – og kan have endnu dårligere mulighed for at få hjælp.

Der er for øjeblikket igangsat et forskningsprojekt, som skal afdække, hvilken hjælp danske efterladte har brug for. Det blev understreget, at pårørende ved selvmordsforsøg er en særlig gruppe, og at hjælpen her er lige så sporadisk og vilkårlig som hos efterladte.

Yderligere information:

- www.efterladte.dk - Landsforeningen for efterladte efter selvmord
- www.sorgenvedselvmord.dk - hjemmeside oprettet af Inger Anneberg i forbindelse med bogen ”Sorgen ved selvmord” samt efterfølgende undervisningsfilm om efterladte
- www.elene.dk - hjemmeside hvor der er meget materiale om ældre og selvmord, herunder også personalets situation i hjemmeplejen samt efterlattes situation