

Efter självmordet – vägen vidare

Kari Dyregrov, Einar Plyhn, Gudrun Dieserud Gothia

Varje år tar nästan en miljon människor i världen sitt liv. Det gör självmord till en av de vanligaste dödsorsakerna, särskilt bland unga. Varje person beräknas efterlämna cirka tio närstående. Den här boken riktar sig till dem och till de personer som möter dem i sitt arbete.

Var och en måste hitta sin väg att hantera sin förlust, men boken ger många handfasta råd. Den tar upp vanliga sorg- och krisreaktioner. De efterlevande har olika behov och det finns lika många sätt att sörja på som det finns sörjande. Hand i hand med fördömandet av självmord går fördömandet av de efterlevande, även om stigmatiseringen minskat på senare år. Öppenhet är en viktig "coping-strategi", som främjar andras förmåga att hjälpa. De flesta efterlevande vill tidigt bli erbjudna stöd från proffs och de vill att stödet upprepas. Men hjälparna måste dra nytta av de efterlevandes egna resurser och ge hjälp till självhjälp i stället för att "överbehandla".

Barns och ungas situation får stort utrymme i boken. De riskerar att bli bortglömda i det kaos som uppstår vid ett självmord, men genom att hjälpa de vuxna efterlevande hjälper man också barnen.

Min enda invändning mot boken är dess fokusering på norska förhållanden. Det blir helt enkelt för många fotnoter om jämförelser med Sverige. /IO

- » [SocialPolitik ute 8 mars](#)
- » [Beställ SocialPolitik nr 1/2013!](#)

[Länk till Adlibris](#)