

Tord Larsson i Umeå förlorade sin son Viggo 16 år

När det händer tror man att det ska tryckas på en knapp och att all hjälp ska komma men så blev det inte

När Tord Larssons son Viggo tog sitt liv, 16 år gammal, kom det som en total chock för familjen och många andra. Ingen hade anat att Viggo inte mått bra och han hade inte sagt någonting om det. Sonen lämnade ett brev men det stod inte så mycket i det och Tord har förlikat sig med att han inte kommer att få några svar på varför det slutade så här.

Tord förlorade sin bror i missbruk för tio år sedan men då var han mer förberedd på att det kunde hända. Nästan åtta år senare, i februari 2020, arbetade han med en sprängkurs i Skellefteå och Viggo skulle på innebandyträning. Istället ringde yngsta sonen och berättade att han och Tords fru Frida hittat Viggo död hemma. Tord tog genast bilen hem men minns ingenting av den resan.

– Jag var i svårt chocktillstånd och borde inte kört bil men det fanns inget annat i skallen än att köra hem då. Hemma bröt jag ihop något fruktansvärt. Jag låg och skakade på golvet. Det är den största kollaps jag fått.

Tord fick bra hjälp av sin dåvarande arbetsgivare. Men sonen har ännu inte fått hjälp, trots att två år gått sedan han fann sin bror, något som gör Tord både arg och uppgiven. BUP i Västerbotten har stora problem med långa kötider.

– De borde fångat upp honom med en gång. Istället fick han komma dit en gång efter sju månader och sedan vänta flera månader på nästa besök. Man får inte avbryta en traumabehandling som påbörjats men det gjorde de ändå. Efter två års kamp känns det inte lika aktuellt med en sådan behandling eftersom vi nu fått honom att må okej.

Första året var katastrofalt i skolan. Tord berättar att rektorn meddelade att skolans psykolog bara var till för mentorerna, inte för eleverna trots att det står i skollagen (2

kapitlet 25 §) att eleverna ska ha tillgång till psykolog, kurator och specialpedagogisk kompetens. Bröderna gick i samma skola så det är tufft att vistas där. En fritidsledare har möjliggjort att sonen förmåtts gå i skolan över huvudet taget.

– När det här händer tror man att det ska tryckas på en knapp och att all hjälp ska komma men så blev det inte. Det blev så brutalt mörkt, dels det som hände med Viggo och dels att man fick kämpa för att få hjälp att orka leva. Det blir tungt.

Efter tre veckor gick Tord och Frida på första samtalsträffen hos SPES i Umeå.

– Det kändes så mysigt. Man blir så lugn när man är där. Allt de säger kan jag relatera till. Gruppen har gett mig mycket. Även under corona när vi setts på länk vilket funkar jättebra. En del som är med förlorade sin nära för 20 år sedan och det ger mig hopp att se hur långt de kommit i sin sorgebearbetning. Som nydrabbad förstår man först inte hur man kan gå vidare. Nu har jag sagt att jag kan hjälpa till så att vi kan ses mer i Umeå.

Han är också aktiv i Facebookgruppen SPES stödgrupp för dig som mist i självmord, där han erbjuder sig att prata och ser att många andra erbjuder stöd och öppnar upp sig. Sådant hjälper.

Vi träffas i en barack på den byggarbetsplats där han jobbar med att spränga fram en ny tunnelbanestation utanför Stockholm. På arbetsplatsen är det inte många som vet om varför han har namnet Viggo tatuert i nacken, och det skämtas ganska friskt om självmord. Alla som jobbar där är män. Tord har valt att inte berätta eftersom han inte jobbat där så länge. Men annars pratar han öppet om sina känslor kring sin förlust.

– Psykisk ohälsa är ett stort problem som måste upp till ytan och pratas om. Den här machokulturen kan vi väl lämna kvar på 70-talet. Mår man dåligt måste man kunna



– *Samballet mår dåligt, annars skulle vi inte förlora våra 16-åringar, säger Tord Larsson i Umeå. Foto: Åsa Sohlgren.*

prata om det! Jag pratar med alla som vill prata.

Tord var sjukskriven sju månader och var den som försökte hjälpa alla andra eftersom ”någon måste stå upp när alla faller”. Han tog hand om familjen och alla i Viggos innebandylag och levde på naturgodis och svärmors smörgåsar den första tiden. Han kunde inte heller gå tillbaka till jobbet tidigare eftersom han alltid jobbat med ”farliga grejer” som kräver mycket koncentration.

– Sedan kom hammarslaget och jag bröt ihop. Efter det har det varit mycket bättre. Många har återgått till sina vanliga liv och vi hjälper varandra här hemma.

Nu har han accepterat att det har hänt, att han inte kan göra någonting åt det och att ingen av dem har någon skuld i det som hände.

– Jag har inte känt skuld och kommer inte känna det. Vi visste inte att han mådde dåligt. Det är ingen idé att söka efter anledningen.

Vännerna höll sig undan. Tord sade att de fick komma till honom men det var det inte många som gjorde. De visste inte vad de skulle säga och han vet inte hur han hade reagerat själv innan sin egen förlust. Nu har han fått tillbaka en del av vännerna.

Har förlusten av Viggo förändrat dig som person?

– Jag har blivit mer tyst och återhållsam och har börjat tänka mycket mer. Jag lever ständigt med rädslan att förlora någon mer. Förut höll jag mer låda men den glada delen av mig har fått en smäll. Jag är mer osocial och tycker att det är skönt med ensamhet. Samtidigt försöker jag leva mer dag för dag. Det här onda börjar bli mer som en skugga.

Åsa Sohlgren