

Att skrota nollvisionen vore missriktad omtanke om efterlevande

I början av året blossade en diskussion upp kring den svenska nollvisionen för suicid på debatt- och ledarsidor. Spes var en av flera aktörer som yttrade sig. Jag tänkte utveckla hur jag ser på nollvisionens roll i suicidpreventivt arbete.

Psykiatriprofessor Christian Rück argumenterade på DN Debatt 21 januari för att nollvisionen för suicid bör läggas ned, därför att den är orealistisk och bidrar till skuldbeläggning av anhöriga och vårdpersonal. Jag tycker det är positivt att nollvisionen lyfts upp, för suicid är ett samhälls- och folkhälsoproblem som verkligen inte ges det utrymme som dess konsekvenser i mänskligt lidande motiverar.

Redan inledningsvis i artikeln upplever jag dock att Christian Rück blandar ihop begreppen mål och vision. ”Den svenska riksdagen beslutade 2008 att införa en nollvision för självmord. Målet är att inga suicid ska förekomma. Inga alls.” Vision och mål är två vitt skilda saker. Mål ska vara konkreta, realistiska, tidsbestämda och mätbara. En vision däremot är ett önskat framtida tillstånd. Om vi för ett ögonblick tillåter oss att drömma stort - vilket samhälle eller vilken förändring är det vi vill se? En vision bör vara djärv, den syftar till att utmana och inspirera och påminna oss om vilka värden vi kämpar för.

Den svenska nollvisionen för suicid hämtar mycket inspiration ur den nollvision för trafikdödlighet som sedan 1997 är grunden för det svenska trafiksäkerhetsarbetet. Visio-

nen är att ingen ska dö eller skadas allvarligt i trafiken. Arbetet har varit framgångsrikt, med en halvering av dödstaten de två senaste decennierna. Men fortfarande tar vi oss inte igenom den första veckan i januari innan de första dödsolyckorna sker. Borde vi för den sakens skull skrota nollvisionen med hänvisning till att den är omöjlig att uppnå?

Ett av debattörens huvudargument är att nollvisionen bidrar till skuldbeläggning av anhöriga och vårdpersonal, eller till ett ”blame game”. Jag tror detta är ett felaktigt resonemang. Upplevelse av skuld är något många efterlevande kan relatera till. Den som sitter med facit i hand kan uppleva att man plötsligt får en helt ny förståelse för vad som föregått dödsfallet. Man kan uppleva att man borde sett, borde förstått, borde agerat annorlunda. Vi ser på vårt eget agerande med de glasögon vi fått efter förlusten. Det är också djupt mänskligt att söka orsakssamband och kanske också någonstans att placera ansvaret för sitt livs tragedi. Har riksdagens nollvision något med denna upplevelse att göra? Bör vi rentav lägga ned den med hänsyn efterlevandes bästa? Jag tror inte det. Jag tror vi gör efterlevande en mycket större tjänst genom att säkerställa ett adekvat stöd till de som drabbas av dessa traumatiska förluster, både i krisen och över tid. En viktig del i detta stöd är just att vända och vrida på frågor som skuld och vara närstående behjälpliga med att lägga sitt pussel, att sätta förlusten i en begriplig kontext, som inte blir skuldbeläggande för vare sig den avlidne eller närstående. Gör vi detta rätt så kommer det även förebygga suicid i en stor riskgrupp.

Skuld efter suicid drabbar inte nödvändigtvis bara närstående, utan även den som kände ansvar över personen. Inte minst hos vårdpersonal. Och även här kan det finnas behov av stöd. Om man har gjort sitt yttersta för patienten med den tid, kompetens och resurser man förfogar över så behöver man så klart bli bekräftad i det. När det gäller att förebygga ett ”blame game” kan nog vårdgivare själva göra mycket genom att aktivt söka kontakt med drabbade familjer och att lyssna in förtvivlade anhöriga, utan att gå i försvarsställning för den egna verksamheten.

Systemperspektiv

Den svenska nollvisionen för suicid är formulerad såsom att ”ingen människa ska behöva hamna i en så utsatt situation att självmord upplevs vara den enda utvägen”. Jag tycker den fångar väldigt väl vad det handlar om. Suicid är en produkt av ett svårt lidande. Det handlar om att förebygga det lidande som föranleder suicid, så väl som att lindra (om möjligt bota) det lidande som likväl uppstår. Och ytterst även att förhindra eller försvåra suicid. Om vi ska lyckas behöver vi arbeta på många fronter samtidigt. Att förebygga självmord är en samhällsutmaning.

En av de viktigaste utgångspunkterna för nollvisionen i trafik är att människor är just människor - med typiskt mänskliga begränsningar och brister. Vi kan vara stressade, trötta, irriterade, distraherade. Kanske även sjuka eller rentav påverkade. Vi kan brista i bedömningar och beslut. Våra brister och begränsningar är några av de saker som gör oss till människor. Visionen handlar om att

transportsystemet ska vara så förlåtande att vi ska kunna brista i ögonblicket och att transportsystemet ändå inte ska straffa oss med döden. I detta har vi investerat enorma summor pengar och arbetat målinriktat och systematiskt i årtionden. Vi ersätter plankorsningar med rondeller och viadukter, vi skapar avåk-ningsytor och bygger mil efter mil av viltstaket och mitträcken för att skydda trafikanter från mötande trafik. Parallellt med detta har en utveckling skett i utbildning av förare och inte minst har bilarna blivit säkrare. Bilar vars säkerhetssystem vi kontinuerligt testar för att de ska tillåtas fortsätta rulla på våra vägar. Förra årets gjordes över sex miljoner fordonsbesiktningar i Sverige.

På det suicidpreventiva området ser vi inte alls samma systematik eller ambitionsnivå och att jämföra visionernas utfall med varandra blir missvisande. När nollvisionen för suicid antogs av riksdagen 2008 gavs den inte ens en egen budget. Suicid kan ses som ett mer komplext problem än trafikdödlighet, men liknande åtgärder som de vi gör i trafiken har visat sig ha stor effekt på suicid. Många suicid är resultat av impulser, med mycket kort tidsspann mellan tanke och handling. Att begränsa tillgång till metoder för suicid är därför bland de effektivaste insatser vi idag känner till, men vi omsätter inte den kunskapen i praktik i den utsträckning vi skulle kunna. I Stockholm planeras exempelvis för närvarande bygget av 18 nya tunnelbanestationer. Många suicid i spårtrafikmiljö kan effektivt byggas bort med barriärer av olika slag. Men några sådana åtgärder planeras i dagsläget inte på de nya stationerna. Samtidigt hoppar ett tjugotal personer framför tåg varje år, bara på de befintliga stationerna i tunnelbanenätet.

Det här är inget unikt för Sverige. Världens mest suiciddrabbade plats anses vara Golden Gate-bron i San Fransisco. Sedan bron öppnade 1937 har långt över två tusen personer hoppat från bron, med ytterst få överlevare. Först nu, 87 år senare har bron utrustats med skyddsnät som ska försvåra hoppningar. Och effekten märks redan av. Argumenten emot näten var huvudsakligen att de utgjorde en kostsam investering och att de förstörde utsik-

ten. Samma argument har hörts när det gäller broräcken i Sverige.

Tänk om vi skulle låta samma cyniska tänkande styra vårt trafiksäkerhetsarbete. "Jag tycker viltstaket är ganska fula. Och jag tycker inte det är roligt på bilprovningen heller - dessutom måste jag betala för det."

Efterlevande drivande kraft bakom nollvisionen

Argumentationen att nollvisionen borde skrotas med hänsyn till anhöriga och efterlevande är lite märklig - efterlevande (och inte minst Spes) var en av de starkaste pådrivande krafterna för att införa nollvisionen. Varför då? Därför att människor som får sina liv förändrade av dessa förluster inte vill att deras trauma ska bli någon annans. Då precis som nu förekom motargument som dessa, ifrån debattörer som uttalade sig om efterlevande istället för att prata med dem. Självklart utgör inte efterlevande en homogen grupp, suicid drabbar tiotusentals närstående varje år. Men det är ett faktum att den nationella suicidpreventiva organisation som samlar efterlevande var en av initiativtagarna till visionen. Jag uppfattar att de inlägg som gjorts på debatt- och ledarsidor ger uttryck för en missriktad omtanke om efterlevande.

Vi behöver nollvisionen att samlas kring

Till skillnad från exempelvis trafiksäkerhet så är suicid och suicidprevention frågor som hämmas av både stigmatisering och mytbildning, men också av osynliggörande. Vi påminns varje dag vi öppnar tidningen om farrorna i trafiken. "Masskrock på E4 - sex bilar inblandade". "Man omkom efter krock med tankbil". Trots att suicid tar många fler liv än trafiken så leder de inte till några nyhetsrubriker. Forskning visar nämligen att olämplig eller upprepad rapportering om suicid kan inspirera till ytterligare självmord. Tyvärr leder denna försiktighet samtidigt till att suicid som samhällsproblem effektivt tystas ned. För en nyhetskonsument framstår nog skjutningar och sprängningar som ett långt allvarigare samhällsproblem än suicid eller psykisk ohälsa. Detta trots att suicid tar mer än tio gånger

så många människoliv årligen som annat dödligt våld. Om vi skulle lyckas minska suicid-talen med tio procent så motsvarar det långt fler människoliv än den samlade våldsbrottsligheten kostar samhället på ett år. Om vi kan minska den med femton procent så är det fler än vad som omkommer i trafiken. Men om vi ska uppnå detta behöver vi inte bara avsätta resurser. Vi behöver göra upp med förlegade attityder och vi behöver en gemensam ambition att samlas bakom.

Seglivade föreställningar om suicid påverkar också våra samhällsprioriteringar. Exempelvis uppfattningen "Det går inte att hindra den som ändå inte vill leva." Eller som Christian Rück skriver "Det är inte möjligt att få bort alla vattendrag som man kan dränka sig i." Problemet är att den typen av tankegång lätt blir till argument för att göra ingenting alls. "Vad är det för mening med kontroll av vapen och mediciner när alla kan dränka sig i närmsta sjö?"

I det stora hela tror jag alla som vikt sitt liv åt att förebygga suicid är överens om att vi som samhälle behöver göra mycket mer än idag. Att våra ambitioner måste vara större och precis som Christian Rück skriver så ska vi så klart fokusera på vad som är möjligt att göra. Men noll ska inte ses som en hållplats vi förväntar oss att nå, noll är riktningen vi strävar mot. Vi kommer sannolikt aldrig uppnå ett samhälle där ingen människa tar sitt liv. Men det är i högsta grad värt att kämpa för!

Björn Eklund

Kommunikatör och talesperson

