

Evas resa genom sorg och minnet av Nicklas



Eva Eriksson är en person som bär på en historia präglad av både passion och förlust. Trots att livet förde henne från att följa hennes och sonens största idols många spelningar i Norden till att driva hunduppfödning och vara engagerad i hundvärlden, är det förlusten av Nicklas som har kommit att definiera hennes tillvaro.

Eva förlorade sin enda son Nicklas, som tog sitt liv när han var 22 år. Nicklas var en ung man fylld av ambitioner och drömmar. Han hade ett stort socialt nätverk, var elitsimmare på nationell nivå och en driven student med en passion för vetenskap, teknik och rymden. Det ledde honom till att studera till civilingenjör i rymdteknik vid Luleå tekniska universitet, med drömmen om att en dag bygga robotar för att utforska andra himlakroppar.

Som en blixtnedslag från en klar himmel

Eva och Nicklas hade en väldigt nära relation, och hon gjorde allt för att stötta och coacha sitt enda barn i alla hans strävanden, både i skolan och inom idrotten. Men bakom denna framgång och lycka gömde sig en oupptäckt smärta i form av olycklig kärlek och lite studiestress – en katastrofal kombination. Så när Nicklas den 24 februari 2019 tog sitt liv kom det som en chock för alla som kände honom.

För Eva var sorgen omedelbar och överväldigande, och det totala kaos som följde efter beskedet är än idag lite rörigt för Eva att återge när hon försöker berätta om de första dygnen efter Nicklas död.

-Jag förstod först inte vad de sa, berättar Eva. Jag trodde polisen som kom hade ett annat ärende, och det tog en lång stund innan jag kunde ta in vad de faktiskt berättade för mig. Jag behövde nypa och slå mig själv i armen för att känna fysisk smärta, för att kunna ta in de fruktansvärda orden att Nicklas är funnen död. Sen minns jag inget mer.

Eva beskriver Nicklas som en glad och empatisk person med en trygg uppväxt. Han hade aldrig uppvisat några tecken på depression eller haft något missbruk, och han lämnade heller inte någon förklaring efter sig. Det gjorde det ännu svårare för Eva att förstå vad som kunde ha lett till hans tragiska beslut. Att han, en glad, omtyckt och aktiv ung man, kunde fatta ett sådant ödesdigert beslut måste ha varit en blyxtimpuls hos honom och Eva beskriver därför hans död som ett psykologiskt olycksfall.

Att ta sig vidare

Efter Nicklas död har Eva kämpat för att hitta en väg framåt. Första året var hon sjukskriven på grund av den svåra trötthet som följde. Samtidigt sökte hon samtalsstöd och läste otaliga böcker om sorg och självmord i ett försök att förstå vad som hände. Hon har också arbetat för att skapa medvetenhet om behovet av bättre stöd för de närstående som drabbas, och har engagerat sig lokalt med kommunen, räddningstjänsten och kyrkan med målet att förbättra samhällssystemets respons vid självmord.

Det var ingen krisgrupp som kontaktade mig i samband med händelsen, utan jag fick själv söka stöd på olika sätt. Det är för mig väldigt konstigt att samhället inte har någon som helst rutin att sätta in när något sådant här händer, på samma sätt som vid andra händelser av kris, säger hon. Mina hundar och mitt arbete har varit min räddning då de kräver att jag håller mig aktiv, även de dagar jag har som minst ork.



Stödet från kollegor och vänner har spelat en avgörande roll för Eva att överleva detta. Och idag, fem och ett halvt år efter Nicklas död, börjar Eva långsamt hitta tillbaka till en vardag som fungerar. Hon har återgått på heltid till sitt arbete som lärare, men det är en ständig kamp mot den stora tröttheten och en känslighet för stress och ljud. Ändå känner hon att hon måste leva vidare, för sin egen skull och för Nicklas.

-Det är viktigt för mig att Nicklas blir ihågkommen som den glada, omtänksamma och ambitiösa unga man han var. Därför pratar jag ofta om honom för att hålla honom levande, inte bara i mitt utan även andras minne. Ett sätt att hedra honom är genom de vandringspris som jag instiftat i den simklubb som tog honom till toppen, avslutar Eva.

Förlusten av sonen Nicklas har förändrat Evas syn på livet och gett henne nya perspektiv. Numera reflekterar hon ofta över hur oväsentliga många vardagliga bekymmer kan verka i jämförelse med det hon gått igenom. Och hon finner styrka i att prata och stötta andra i deras sorgearbete, att känna att hon inte är ensam.

Evas berättelse är en påminnelse om den komplexa och ofta osynliga smärta som kan drabba oss alla, och om hur viktigt det är att våga öppna sig och prata om tankar om självmord för att kunna hjälpa de som är i riskzonen. Hon hoppas att hennes erfarenheter kan bidra till att förbättra stödet för de som går igenom liknande förluster. Men också att Nicklas minne kan inspirera till mer öppenhet och medvetenhet om att psykisk ohälsa – tillfällig eller varaktig – kan drabba vem som helst.



Namn: Nicklas Eriksson

Född: 1996-05-02, 22 år

**Yrke: Student vid Luleå Tekniska
Universitet**

Ort: Nyköping

Ett foto på Nicklas ingår i Spes suicidpreventiva kampanj “Bakom leendet”. Suicid diskuteras ofta i termer av antal och siffror. Men bakom varje siffra finns ett unikt människoöde. Där finns någons pappa, någons storasyster, son, vän eller partner. Inför den internationella suicidpreventiva dagen den 10 september lanserar Spes en suicidpreventiv kampanj. Vi vill lyfta fram personerna bakom statistiken, genom att dela några av de sista fotona på saknade och älskade personer. Vem är människan bakom leendet? [Läs mer här>>](#)

Faktaruta:

Eva har sedan första dagen efter Nicklas död fört anteckningar som hjälp hennes sviktande minne som kom av traumat. Dessa blev sedan till dagboksanteckningar, som hon samlat till en bok med titeln ”Klockan 17.27 stannade tiden”. Den gavs ut på Nicklas födelsedag den 2 maj 2022 och finns att beställa via 070-333 76 54, uppge namn och adress, pris 150 kronor.

Intervju och artikel av Bettina Sökare, 15 augusti 2024.