



Lina Bjurström. Foto: Sarah Görsch.



Sara Hallström. Foto: Anna Ehrlemark.

Kartläggning av stöd till efterlevande

Under vårvintern 2025 slutförde Spes Västra krets anställda ett uppdrag från Västra Götalandsregionen: att utföra en kartläggning över vilket stöd efterlevande i regionen erhållit efter förlust av närstående i suicid. Trots att det är en förhållandevis liten studie, ger den en viktig överblick över efterlevandes erfarenheter, villkor och behov. Här berättar vi om hur vi gick till väga samt beskriver våra resultat.

Som Folkhälsomyndigheten (2023) påpekat, innebär en förlust av närstående person i oväntad eller våldsam död, så som suicid, ökad risk för att sorgen blir mer långdragen och mer funktionsnedsättande än i andra former av förlust.

Att dokumentera efterlevandes upplevelser gällande stöd är därmed centralt för att vården ska kunna utveckla ett systematiskt och underbyggt efterlevandestöd. Ytterligare en viktig aspekt är att denna dokumentation fokuserar på brukarperspektivet i utvecklingsarbetet med att ta fram ett fungerande stöd. Resultaten av kartläggningen kommer att användas för att utveckla arbetet vidare inom både kommun och region och för att kunna skapa likvärdighet över länet. Som en av våra intervjuade uttrycker det: "Efterlevande bär på viktig kunskap och erfarenhet som behöver tas tillvara för att bredda kunskapen om suicid. Efterlevandes kunskap och erfarenhet behöver ses som i tillgång, som en resurs i arbetslivet, inte bara i ideella sammanhang."

De frågor som vägledde vårt arbete med kartläggningen har varit: Vilka behov av stöd finns hos efterlevande? Hur beskriver de själva vilket bemötande och stöd de fått i och med sin förlust? Vilka fysiska och psykiska symptom har de erfart i samband med sin förlust och krisreaktion? Vad anser efterlevande själva är det viktigaste samhället kan göra för att förbättra stödet till efterlevande? Vi bad även respondenterna beskriva om de själva sökt stöd i samband med förlusten, och i så fall varifrån.

Syftet med dessa frågor var att få veta vilket stöd som upplevs som positivt och tillgängligt men också vilket stöd man upplever har uteblivit eller inte fungerat. De intervjuade beskriver bemötandet från samhällets sida både utifrån hur man har blivit meddelad om sin närståendes död, vilket eventuellt stöd som erbjudits initialt liksom vilket stöd som erbjuds en längre tid efter självmordet.

Datainsamlingen till kartläggningen bestod av två delar: en kvantitativ del bestående av en enkät samt en del med semistrukturerade kvalitativa intervjuer. Kriterierna för att delta var att vara efterlevande till närstående som har tagit sitt liv, vara över 18 år och bosatt i Västra Götaland. Till enkäten fick vi 195 svar, medan vi i den kvalitativa delen gjorde ett strategiskt urval för att hitta 10 respondenter att intervjua utifrån geografiskt läge för att skapa en jämn spridning över regionen. Detta för att få en chans att spegla hur likvärdig vård i praktiken erbjuds eller uteblir.

Hos många respondenter återkommer en önskan om att samhället ska erbjuda

ett mer ordentligt krisstöd i det initiala skedet. Förutom psykolog eller samtalsstöd uttrycker flera att det hade varit viktigt att få hjälp med praktiska saker så som bouppteckning, myndighetskontakter och begravning, liksom att informationen om var man ska vända sig vid förlusten behöver vara mycket tydligare.

En av de intervjuade beskriver det som att "man måste vara övertydlig och superpedagogisk mot människor i den här situationen- suicidförlust- och det är man inte från samhällets sida." Flera av respondenterna lyfter även en önskan om att under kris få möjlighet till ett uppsökande och kontinuerligt stöd där man inte aktivt behöver söka själv, då ens förmåga till detta inte sällan är kraftigt nedsatt.

Bland de fysiska och psykiska svårigheter de svarande uppgav att de haft efter sin förlust återkom sjukdomssymptom som utmattningssymptom, kognitiva svårigheter, ångesttillstånd, depressiva symptom samt stresssymptom. Då det gäller stärkande faktorer vid förlust delger flera att stöd från nära och kära, gemenskap i föreningar med folk som genomgått liknande saker samt att träffa vårdpersonal eller diakon som verkligen lyssnar och vill hjälpa har varit ovärderligt.

Sara Hallström och Lina Bjurström
Spes Västra krets



Här kan ni läsa
hela rapporten