

## **Når et familiemedlem myrdes**

Psykolog, dr. philos. Atle Dyregrov

Gjennom årene har jeg fulgt opp mange familier etter at de har fått et familiemedlem myrdet, mange over en rekke år. Ikke slik at de trenger terapi med timer hver uke gjennom år, nei mer slik at de i årene etter drapet ønsker å kunne komme til en samtale om den som ingen lengre nevner når det har gått noen år. Nylig sa en av disse til meg at jeg burde skrive en kronikk om dette fordi omgivelsene ofte ikke forsto hvor spesielt dette var og hvordan det var å leve med en slik hendelse i ettertid.

For de som mister en kjær person ved død spiller det ingen rolle hvordan dette skjer, det er som oftest vondt og gir savn og sorg uansett. Likevel kan vi fra faglig hold si at noen dødsfall er vanskeligere å oppleve enn andre. Det kan ha med hvor i livsbanen dødsfallet skjer, hvor knyttet vi var til den som døde og hvilken rolle personen spilte i vårt liv, hvor forberedt vi var på dødsfallet, og ikke minst hvilken type dødsfall det er tale om. Selv om ikke forskningen er helt entydig regnes plutselige dødsfall som vanskeligere enn forventede, og blant de plutselige vet vi at mord gir de mest kompliserte ettervirkningene, selv om både selvmord og ulykker også har et stort potensial for å gi uhelse.

### **Hva er det som gjør mord så vanskelig for familien?**

Det er flere forhold som gjør at mord er spesielt vanskelig å oppleve. Først og fremst er det måten dødsfallet skjer på, forvoldt av et annet menneske. Rammen rundt slike dødsfall er dramatisk, med funnet av ens drepte kjære og påfølgende oppbud av politi, ambulanse og presse. Ikke sjelden er etterlatte selv tilstede som vitner til det som skjer, eller de finner den døde. Om de ikke er tilstede så kan de lett lage seg fantasier om hvordan det hendte, ledsaget av detaljerte mediebeskrivelser av den vold som er utøvd. Og i disse fantasiene er det mange tanker og bilder hvor de gjenspiller hva de tror skjedde og hvordan det må ha vært for den som døde. Fordi mange mord begås av mennesker som kjenner hverandre og ikke som tilfeldige voldshandlinger er det rikelig plass til selvbebreidelser, skyldfølelser, og hat, som for mange etterlatte blir kraftfulle og energikrevende. I tillegg kan det oppstå store konflikter for eksempel mellom familier om en partner har drept en annen og barn skal ivaretas, eller mellom familiemedlemmer når det er ulike syn om hvordan saken skal håndteres eller forstås.

Det som imidlertid er mest spesielt for familiemedlemmer i etterkant av drapssaker er den rettsprosessen som kommer i etterkant. Dette er en lang og smertefull prosess som for mange er like slitsom som tapet selv. I forbindelse med først politietterforskning, så innstilling fra påtalemyndigheten, deretter beslutning fra statsadvokaten, så retts sak, ofte med anke gjennom flere rettsinstanser, går det gjerne flere år. I denne perioden lever familiemedlemmene med betydelig press, stadige medieoppslag som mange opplever som krenkende mot den døde, og med en sorg som for mange blir mye mer komplisert enn når det "bare" er tapet de skal forholde seg til. Min erfaring, som understøttes av forskning, er at mange får "utsatt" deler av sin sorg til etter at hele rettsprosessen er ferdig, mens andre opplever hver rettsomgang som om de må gå tilbake til start. Når straffen gjerningsmannen får er under 10-12 år, opplever mange etterlatte i tillegg systemet som dypt urettferdig, hvor deres kjæres liv ikke er nok verdt. Noen lever videre med en bitterhet mot "systemet" og greier ikke løfte blikket mot

fremtiden. At psykiatriske forklaringer av handlingen kan gjøre at det ikke blir straff i det hele tatt og at gjerningsmannen relativt kort tid etterpå kan påtreffes på gaten blir nesten umulig å forholde seg til.

Selv om det i mange år har vært sagt fra politikere og myndigheter at voldsrammedes og etterlattes stilling skal styrkes, er det fremdeles slik at informasjon ikke tilflyter etterlattefamilier automatisk. Mange tilfeldigheter, informasjon de først får lese om gjennom media, mangelfull kontakt fra politi og påtalemyndighet, ingen som taler den døde sak i retten m.m., øker belastningen.

### **Kan en komme over slike tap?**

For mange er det vanskelig å finne fotfeste i tilværelsen igjen. Men det er nok å tenke på hvordan Ada Sofie Austegard gjennom å skape Stine Sofies Stiftelse (<http://www.barnerett.com/>) har greid å vende det destruktive til noe konstruktivt, og også skapt en møteplass for andre i samme situasjon. Men for de fleste er dette en lang oppoverbakke å gå hvor det er vanskelig å løfte blikket og sette nye livsmål. Her er familiemedlemmer avhengige av både samhold innover i familien, gode venner som stiller opp, og en arbeidsplass eller skole som er støttende. Fordi både komplisert sorg og posttraumatiske lidelser er nokså vanlige, for ikke å si naturlige reaksjoner, blant etterlatte etter slike brutale hendelser, er det også viktig med god faglig hjelp både til enkeltmedlemmer i familien og til familien som helhet. En annen grunn til at det er viktig med et oppfølgingsapparat er at jo mer dramatisk et tap er, desto større sannsynlighet for at ens vanlige sosiale nettverk ikke stiller opp over tid. Det blir bare for vanskelig å vite hva en skal si og hvordan en skal hjelpe. Her har vi som samler kunnskap om slike problemer et viktig ansvar med å kommunisere til nettverket rundt drapsrammede familier hvordan de best kan hjelpe.

Over tid kan vi hjelpe familiemedlemmer til å løfte blikket, til å finne nye livsmål, og til å stimulere konstruktiv tenkning som hjelper dem til å finne nytt fotfeste. For mange er dette som å dra seg selv opp etter hårene, å innse at hvordan en får det i resten av sitt liv avhenger av hvordan en er i stand til å gi mening til det meningsløse. Den meningsskaping en er i stand til å gjennomføre vil innvirke på den livskvalitet en greier å etablere, ikke bare for seg selv men også for ens familie. Selv om styrken i savn og sorg blir mindre med årene, fortsetter smerten for etterlatte etter drap å være høy enda lengre enn etter dødsfall som ikke er forvoldt av andre. Dette er kanskje det viktigste budskapet til dere som leser dette: Ha forståelse for hvor lang tid det kan ta – og at for mange kommer sorgen sterkest når siste rettsdør er lukket.