

Nyt fra videnskaberne:

Tab af kære i alderdommen

Tab af ægtefælle er en af de mest belastende psykologiske faktorer i alderdommen.

Undersøgelser har vist, at tabet af éns ægtefælle i alderdommen er den mest belastende begivenhed i de fleste ældre menneskers liv (Lund et al. 1993), og at det at miste sin ægtefælle i alderdommen kan være relateret til en stor risiko for udvikling af Posttraumatisk Stressforstyrrelse (PTSD) (Elklit & O'Connor, 2005). Man har fundet en forhøjet frekvens af angst og depression hos ældre efterladte. Omfanget af problemet er på sit højeste omkring seks mdr. efter dødsfaldet, hvorefter symptomniveauet falder (Rosenzweig et al. 1997).

Adskillige studier har fundet en markant forøget dødelighed hos ældre efterladte sammenlignet med stadigt gifte jævnaldrende. Det gjorde sig især gældende blandt de ældre enkemænd, og i denne sammenhæng har man også identificeret en mere end tre gange øget selvmordsrisiko sammenlignet med stadigt gifte ældre mænd (Erlangsen, 2006; Hansson & Stroebe, 2007).

Tabet af en ægtefælle i alderdommen må altså betragtes som en for mange meget voldsom belastning, der kan føre til svært forringet livskvalitet eller i værste tilfælde en for tidlig død. Samtidig har man fundet en god effekt af psykologisk intervention med efterladte, specielt i forhold til efterladte, der befinder sig i en risikogruppe med akkumulering af tab, mangel på en nær

fortrolig, ambivalens i forholdet til den afdøde mm. (Bonde Nielsen, 1993; Roenne et al. 1988).

Her i landet har man haft gode resultater med opsøgende og forebyggende psykologisk arbejde med denne målgruppe (Roenne et al., 1988), og dette understreger behovet for en nærmere empirisk undersøgelse af feltet, således at målrettet forebyggende arbejde kan iværksættes.

Sorg

Grundlaget for den psykodynamiske forståelse af sorgarbejde som en helt nødvendig forudsætning for at komme gennem tabet, er forløsning af sorgens følelser og frigørelse fra de følelsesmæssige bånd, der binder én til den person, man har mistet (Cullberg, 2004; Worden, 2003). Undersøgelser har dog vist, at sorgarbejde i traditionel forstand ikke altid hænger sammen med bedre tilpasning til tabssituationen. Man har endda fundet, at intensivt sorgarbejde kan hænge sammen med forlænget og forstærket sorg (Lindstrom, 2005). Tillige tyder undersøgelsesresultater på, at nogle personer kan have en positiv psykologisk effekt ved at undgå tabsrelaterede følelser, også på længere sigt (Stroebe et al. 2002; Stroebe et al. 2005). Det er altså ikke nok at være i sorgens følelser. At kunne holde fri fra

sorgen er et måske lige så vigtigt element i sorgprocessen.

Helt overordnet bør det understreges, at øget fleksibilitet i menneskets måder at løse problemer på, er befordrende for det generelle funktionsniveau, mens rigiditet i form af snæver og entydig brug af løsningsmodeller ikke er hensigtsmæssigt. Ikke alle mennesker gennemgår samme elementer og processer efter tab af nærtstående. Et enkelt spor i forståelsen af sorg er derfor ikke tilstrækkeligt.

To-sporsmodellen (M. Stroebe & Schut, 1999) er et forsøg på at beskrive, hvordan et menneske kan håndtere en nærtstående persons dødsfald via aktiv, adaptiv coping. Modellen er et forsøg på en integration af allerede eksisterende teorier, snarere end det er en helt ny teoretisk model. Modellen beskriver sorg som en kompleks, adaptiv og dynamisk proces, der bevæger sig på mere end et spor og er i konstant forandring. Det centrale i modellen er vekselvirkningen (oscillation) mellem på den ene side konfrontation med og på den anden side undgåelse af tabet. Konfrontationen foregår via en tabsorienteret proces, hvor der fokuseres på det, man har mistet; man oplever og genoplever sorgens følelser, man giver slip på, fortsætter eller omformer de følelsesmæssige bånd til den afdøde og

Grundlaget for den psykodynamiske forståelse af sorgarbejde som en helt nødvendig forudsætning for at komme gennem tabet, er forløsning af sorgens følelser og frigørelse fra de følelsesmæssige bånd, der binder én til den person, man har mistet.

man benægter eller undgår at beskæftige sig med de forandringer i det nutidige og fremtidige liv, som tabet har medført. Det tabsorienterede spor har en del til fælles med det traditionelle sorgarbejde, men det bør understreges, at vellykket coping her ikke nødvendigvis hænger sammen med at give slip på båndene til den afdøde, men at fortsættelse eller omformning af disse følelsesmæssige bånd også kan være en hensigtsmæssig og meningsfuld måde at komme igennem denne del af sorgen på.

Maja O'Connor

Ph.d. stud., cand.psych., Aarhus
Universitet

Referencer

Bakhtin, Mikhail (1984). *Rabelais and His World*.
Bloomington: Indiana University Press.

Bergson, Henri (1993 / 1900). *Latteren – et essay om komikkens væsen*. Oversat fra fransk af Else Henneberg Pedersen. København: Rævens Sorte Bibliotek.

Hockey, Jenny & Allison James (1993). *Growing Up and Growing Old – Ageing and Dependency in the Life Course*. London: SAGE Publications.

Jackson, Michael (2005). *Existential Anthropology – Events, Exigencies and Effects*. New York og Oxford: Berghahn Books.

Leder, Drew (1990). *The Absent Body*. Chicago: University of Chicago Press.

Radcliffe-Brown, A. R. (1952). *Structure and Function in Primitive Society*. London: Cohen and West.

Scarry, Elaine (1985). *The Body in Pain – The Making and Unmaking of the World*. Oxford og New York: Oxford University Press.

Weiner, James F. (1991). *The Empty Place – Poetry, Space and Being among the Foi of Papua New Guinea*. Indianapolis: Indiana University Press.

