



PP ID nr. 47528 Gerontologi

Afsender:

Dansk Gerontologisk Selskab

Tornebuskegade 7 1. sal

1131 København K

ISSN: 1604-8644



At miste sin ægtefælle ved død

Tab af ægtefællen kan indlysende have forskellige årsager, afhængig af parrets alder, fx at ægteskabet hos yngre opløses pga. gemytternes uoverensstemmelse eller pga. skilsmisse ved en tredje parts alvorlige opdukken. Men et bidrag til et gerontologisk tidsskrift vil i et demografisk perspektiv samle sig om den højere alders hyppigere tab pga. død.

Povl Riis er professor, dr. med og formand for ÆldreForum

Tabet i ældre ægtepars liv følger den tidløse livserfaring, at jo mere man har fået her i livet, jo mere kan man miste, når døden skiller et livslangt parforhold. Og trods nutidens sommetider løsere familiestrukturer er mange ældres ægteskab skabt på livslange forventninger og gensidige forpligtelser, så ungdommens forelskelse har været suppleret med den modne kærlighed, det livslange venskab og forældreskabets glæder og pligter.

Eksistentielt mismod

Dermed er ægtefællens død ikke alene, som Blicher udtrykte det om kærligheden i novellen Hosekræmmeren: *Den største sorg i verden her, er dog at miste den man har kær*, men for ældre efterladte også et tab af deres samliv, og en knugende usikkerhed ved tanken om der overhovedet findes en personlig fremtid.

Denne usikkerhed efter ældres tab af ægtefælle ved død har ikke kun karakter af eksistentielt mismod, men rækker langt dybere, helt til selvmordet som den død, som på tragisk vis forener parrets skæbner. I Danmark er især ældre mænd en meget selvmordstruet gruppe ved deres kones død, hyppigst i aldersgruppen over 80 år. Men i stedet for at opfatte denne selvvalgte overdødelighed som uafvendelig *skæbne*, er det afgørende at vide noget om, hvad man kan og bør gøre som udenforstående. Det gælder 1) yngre familiemedlemmer og nære venner, 2) naboer og genboer og andre vidner i lokalsamfundet, 3) professionelle kontakter i social- & sundhedssektoren, men aller-

mest 4) for den efterladte ved ægtefællens død.

På denne baggrund skal i det følgende disse fire gruppers medmenneskelige og personlige indsatser omtales nærmere ved de forskellige tidsperspektiver, de optræder i.

Familie og venner

Hvis det uheldige skulle ske, at nogle familiemedlemmer eller nære venner – som følge af egen eksistentielle afmagt – benytter begrundelsen at de *ikke vil trænge sig på* for handlingspassiviteten, er det vigtigt, at andre tager den opgave på sig at støtte og hjælpe. Det er især vigtigt i de første måneder efter dødsfaldet, i form af besøg, gerne med medbragt måltid, med indskudte invitationer, samt med mod til at tale om den døde og om fremtiden, også selv om prisen kan være at egen stemme nu og da knækker – som udtryk for, at man også selv opfatter dødsfaldet som et tab.

Naboer

For mennesker i lokalsamfundet, uden for den nære familie- & venskabskreds, men fx med mangeårige naborelationer, er det endnu vigtigere at undgå *ikke at trænge sig på*– undskyldningen, men i stedet turde standse ved det tilfældige møde og i samtalens form skabe en medmenneskelig kontakt (som ikke skabes ved talemåder som *jeg kondolerer*).

Professionelle

De mange, som i sundheds- & socialsektoren tilbagevendende står over for ældre pårørende, som har mistet, bør også være forberedt på, at deres adfærd

og holdninger skal tage udgangspunkt i situationens eksistentielle krav – som stort set ligger uden for lærebøgers og forelæsnings indhold; men nok i højere grad kunne bringes til at supplere de professionelle fags tekniske og evidensbaserede grundlag.

Sværest er det at rådgive om, hvad man som efterladt selv kan gøre. Her må man, når man som jeg selv har gennemlevet situationen, prøve at sammenkoble personlig erfaring og professionelle erfaringer med viden om menneskers ligheder og forskelligheder.

Sorg og glæde

Hvis ægtefællens død er afslutningen på et længerevarende sygdomsforløb, er muligheden til stede for at forberede, at den stærkt ønskede overlevelse alligevel kan vige for døden, selv om denne forberedelse ikke ændrer tabets aldrig mere-karakter, om end chok-bølgen bliver mindre.

Måske er det en større hjælp – også for de tidligere omtalte, berørte grupper – at livets store ikke-materielle hændelser: *kærlighed, glæde, tilgivelse, tab & sorg*, med døden som endegyldig afslutning, i højere grad indgår i det daglige livs samtaler, også tidligere i livsforløbet.

Selv har jeg ved min egen kones død støttet mig til en egen formulering, som værn mod selvmedlidenhed og offerrolle:

I stedet for kun at samle dig om alt, hvad du mistede, så tænk på, og tal om, alt det du fik

Povl Riis

