

Sonen deira ville ikkje leve lenger

Marit og Terje Vignes var heilt uvitande om at sonen Oddvar i Oslo ikkje ønska å leva lenger og lenge hadde planlagt å ta livet sitt.



Faren mistenkte at Oddvar sleit litt økonomisk, men at 29-åringen meinte at omgjevnadane ville få det betre om han ikkje fanst lenger, kunne Terje ikkje førestilla seg.

Alarmen går

Likevel var det tanken på sjølv mord som slo ned i begge foreldra då dei ein måndags morgon i september 2009 fekk telefon frå den andre sonen, som var blitt oppringt av Oddvar sin arbeidsgjevar.

Arbeidsgjevar kunne fortelje at han ikkje hadde møtt til jobb, og ikkje var råd å få tak i på telefon. Dette skremde foreldra veldig, for Oddvar tok alltid telefonen.

Terje prøvde å laga seg eit håp om at det var noko harmlaust som hadde støytt til, og prøvde gong på gong å ringje på sonens telefon, men inni seg voks frykta om at alt var over.

Etter mange fånytted forsøk, svara Oddvar plutselig. Terje hørde det var ein spak son som svarte og skjønnte at det ikkje stod bra til, likevel fossa lukka gjennom både han og kona, for sonen levde. Ganske snart fekk dei vita kvar han var og Oddvar blei køyrd i ambulanse til Lovisenberg sykehus.

“ Eg ville ufarleggjere det som hadde skjedd med han, slik at han ikkje skulle føla så mykje skam.

Sonen hadde sjekka inn på eit hotell for å ta livet av seg. I eit halvt år hadde han planlagt sjølvmordet og han var heilt overtydd at for alle var dette den beste løysinga.

I løpet av natta kasta Oddvar opp det han hadde svelgd, og det reddar livet hans. Etter gleda måtte Marit og Terje ta inn over seg at dei hadde ein son som ikkje ønskte å leva lenger.

Livet til Oddvar hadde til då vore ganske vanleg, utan dei store bølgedalane. Han hadde hatt ein trygg og god oppvekst på Finnøy, deretter hadde han vore i militæret, han hadde studert, og fått seg god jobb i Oslo. Kjærast hadde han også.

Sonen var heile tida flink til å ringe heim. Ein periode etter at morfaren døydde, visste foreldra at han hadde vore sjukemeldt ein kort periode, men utanom det ante Terje og Marit ingenting om kva krefter som byrja å riva i sonen. Dei hadde inntrykk av at han levde sosialt både med kollegaer og kameratar i hovudstaden.

Kler seg opp for sonen

Marit reiste raskt til Oslo for å besøka sonen på sjukehus. Ho kjøpte seg nye klede før ho drog til sjukehuset, fordi ho ville virka sterk for sonen. Inni henne var alt berre fortvilning og kaos, men det gjorde godt å få møta sonen, som etter omstenda var i ganske bra form.

I løpet av opphaldet i Oslo prøvde mora og dei to søskena å gjera koselege

ting saman med Oddvar.

– Men du veit, det var jo langt frå koseleg. Samstundes frykta eg at eg sjølv skulle kollapsa. Eg har nemleg også hatt ein lenger periode med depresjon då barna var små. Så på det verste tok eg berre ein augneblikk om gongen. Dessutan sytte eg for å alltid vera oppteken med noko, det var god terapi i bunadsbrodering, fortel ho.

Samtalane blant familiemedlemmane dreidde seg mellom anna om saknet og sorga dei andre ville følt om Oddvar hadde lukkast i å ta livet sitt.

Marit fortel at sonen i starten ikkje fatta kva familien meinte då dei sa kor fælt livet ville blitt utan han. Det nådde liksom ikkje inn. I høgda trudde sonen det ville vera ei ganske kortvarig smerte som snart ville bli erstatta med lette over at han var borte.



Påvirkning på deg og familien

Ønsker du å vite mer om vanlige reaksjoner og belastninger og finne tips og råd for hvordan familien kan håndtere situasjonen?

Her kan du lese mer om dette:

- Din egen helse
- Endrede roller og hverdagsliv
- Ta vare på familien
- Søsken

Eit skremmande mørke

Så mørke og forvrengde kunne tankane bli i eit menneske, måtte mora fortvilt erkjenna.

Etter nokre veker på sjukehus i Oslo skulle sonen etter planen flyttast til eit distriktpsikiatrisk senter i Rogaland, men 29-åringen ombestemte seg. Han ville friskna til heime på Finnøy i huset til mor og far. Dette huset er laga som ein generasjonsbustad så sonen flytta inn i leilegheita der besteforeldra hans hadde budd tidlegare, men i starten låg han mykje på sofaen inne hjå foreldra.

Marit og Terje sytte for at Oddvar fekk disponera ein bil slik at han skulle komma seg rundt på øya. Utover det gav dei han ikkje noko særbehandling. Dei visste han fekk god oppfølging hjå fastlegen.

Dessutan hadde han ein stor vennekrins som stilte opp for han i denne tøffe tida. Dermed kunne mor og far konsentrera seg om å vera nettopp det, og for dei var det viktig å behalda mest mogleg normalt i det unormale.

Dei forstod at også for Oddvar var det viktig å greia dette mest mogleg på eigenhand. Det hende dei prøvde å snakka med han om det som hadde skjedd, men det blei fort veldig kjensleladd.

Begge foreldra var redde for å seie noko som kunne virka klandrande på sonen, for det siste dei ville var å dele ut spark til ein som låg nede. Og dei kjende aldri sinne, og har heller aldri etterpå klandra han og spurt; kva var det du tenkte på?

Kunne me gjort noko annleis?

Fortvilning og skuldkjensle, derimot, har dei kjent på. Dei har stilt seg spørsmålet om dei kunne gjort noko annleis før Oddvar prøvde å ta livet sitt.

Mora prøvde å fortelje guten sin om andre som også hadde vore deprimerte, og at tungsinn kunne ramma kven som helst.

– Eg ville ufarleggjere det som hadde skjedd med han, slik at han ikkje skulle føla så mykje skam, seier mora.

Faren har i ettertid angra på at han ikkje stilte sonen meir inngåande spørsmål om økonomien, men samstundes veit han at det er grenser for kor mykje ein kan blande seg inn i livet til vaksne barn.

“ Det har aldri vore slik at eg har hatt trong til å snakke om dette til alle. På den andre sida set eg pris på dei gongene folk tek kontakt med oss, for det er heller ikkje slik at me ikkje kan snakke om det.

I etterpåklokskapens lys kan Marit og Terje Vignes heller ikkje komma på å ha sett spesielle teikn på at sonen sleit i månadane før han prøvde å ta livet sitt, men innser jo at guten deira alltid har hatt ei eiga evne til å snakka vekk tema han tykte var ubehagelege. Eit slikt tema var besøk heimanfrå.

Medan foreldra i starten på Oslo-livet hans fekk komma på besøkt når dei ville, var sonen nå svært lunken til besøk. - Eg kjem heller til dykk, var omkvedet. Dette skjønar faren nå hang saman med at husværet hans var svært rotete, og talte sitt tydelege språk om at Oddvar hadde mista grepet om livet. I tillegg var postkassen stappfull av post.

- Før skjøna eg ikkje at bønder kunne vanskjøtta dyra sine, nå forstår eg det. Det blir på same måte som når ein deprimert sluttar å opna rekningar. Ein glir bort frå det som er normalt og bryr seg ikkje om noko som helst lenger. Det blir som den dagen eg fekk beskjeden om at Oddvar hadde prøvde å ta livet sitt, då kunne heile garden gjerne brunne ned utan eg hadde brydd med, forklarar Terje.

Sonen skulle ikkje bli snakkisen

For faren var det viktig å vera ein støttespelar i sonen sin jobb med å komma på fote att økonomisk.

I starten fortalde foreldra få på øya kva som hadde skjedd med sonen, ikkje fordi dei skjemdest, men fordi dei ikkje ville at sonen skulle bli snakkisen i lokalsamfunnet. Dei ville at han sjølv skulle få velje om eller når han skulle fortelja om problema sine.

Oddvar har sidan vald å vere svært open om sjølvmondsforsøket og dei psykiske problema. Foreldra ser at han har gjort mykje positivt ved å våge å vere open om eit tema som ennå er ganske sårbart. Sonen deira har både stilt til intervju og skrive om temaet i fleire større media i landet.

Også foreldra har merka at sjølv mord og sjølv mordsforsøk ennå er tabu, for i desse åra er det få som har snakka med dei om sonen.

– Det har aldri vore slik at eg har hatt trong til å snakke om dette til alle. Eg ville ikkje utlevere alt, for me lever i eit lite samfunn på både godt og vondt, og sonen min skulle trass alt tilbake til dette samfunnet. Dessutan kan folk bli lei av å høyre om det.

På den andre sida set eg pris på dei gongene folk tek kontakt med oss, for det er heller ikkje slik at me ikkje kan snakke om det, påpeiker Marit.

Berre ein gong valde ho å trekkja seg bort. Det var etter at sonen for første gong stod fram med si historie i Aftenbladet. Då heldt Marit seg heime frå gudstenesta dagen etter, for å skåna seg sjølv.

Men ho fekk fleire meldingar den helga frå folk som hadde sett pris på å lese om sonen hennar.



Vakta på sonen

Nå snart åtte år etter sjølv mordsforsøket kan foreldra med handa på hjarta slå fast at livet har falle tilbake i normale folder, men i mange år kjende foreldra eit stort behov for å heile tida vite kor sonen var.

– Like etter han var komen heim frå sjukehuset i Oslo, skulle han ha ein toastmasterjobb i Grimstad. Mora og eg var særst skeptiske til at han skulle på reis åleine. Me sytte difor for at han fekk reisefølge og stort sett var omgitt av kameratar heile tida medan han var borte. Men eg trur ennå ikkje Oddvar veit om det vakthaldet me organiserte rundt han, seier faren og

småler.

Dei innprenta også Oddvar om at han alltid måtte svare på telefonen, og denne rutinen heng ennå i, fortel dei.

Marit seier at ein som pårørande til ein som har prøvd å ta livet sitt, må våga å seie; eg er redd du skal prøva på nytt. Sonen deira blei ikkje fornærma over det, han skjøna foreldra si frykt i starten. Oddvar gav dei også full tilgang til alle medisinske opplysningar frå behandlarane hans.

Og legen på Finnøy kunne raskt slå fast at sonen ikkje var sjuk. Han var berre ein finnøygut som aldri skulle ha flytta til storbyen.

Heldigvis har Oddvar igjen fått eit godt liv på heimlassen. Han er i fullt arbeid og har ein stor vennegjeng rundt seg.

“ Det var eit sterkt augneblikk for meg då han sat med den vesle jenta i armane. Eg såg korleis han kosa seg og tenkte at dette kunne han gått glipp av.

Møtet med niesa

For fire år sidan blei han onkel for første gong.

– Det var eit sterkt augneblikk for meg då han sat med den vesle jenta i armane. Eg såg korleis han kosa seg og tenkte at dette kunne han gått glipp av. Eg trur han såg på meg kva eg tenkte, seie Marit rørt.

Ho er svært takksam for at ho er mor til ein som ikkje lukkast for ho kjenner fleire som har mista barna sine i sjølv mord. Av og til undrar Marit på om ho ville greidd og gått vidare om ho hadde mista guten sin på den måten.

Oddvar bur framleis i leilegheita vegg i vegg. – Sjå på det som at eg bur kor som helst på øya, var beskjeden frå Oddvar. – Og slik må det vere, stadfestar mora.

Ingen kan hugsa sist dei var inne på besøk hjå sonen. Det er helst han som gløtter innom dei på veg til og frå eit av sine mange gjeremål. Ofte er det berre eit nikk og vink gjennom vindaugsruta.

Syr ingen puter

– Me snakkar faktisk oftare med broren og søstera til Oddvar som bur i andre kommunar, enn med han som bur vegg i vegg. Og eg er ikkje ei mor som driv og vaskar for sonen, slik eg veit enkelte mødrer gjer. Det får han gjera sjølv, seier Marit og humrar mildt.

Men ein graut-tallerk og ein søndagsmiddag får ho by på, viss Oddvar får klemt det inn i kalenderen.

Sjølv om dei aldri har snakka veldig ope om kjensler i familien, trur foreldra bestemt at sonen alltid har visst at dei er der for han, noko også heimkomsten hans frå sjukehuset vitnar om.

Marit og Terje trur samhaldet mellom alle i familien er styrka. For dei alle har hendinga vore ei påminning om kor sårbare me kan bli i møte med livet, men at det også går an å komme seg gjennom store påkjenningar.