

Åpenhetsprisen 2018 går til Else Kåss Furuseth

Onsdag 10. oktober er verdensdagen for psykisk helse. I den anledning deles Mental Helses Åpenhetspris ut. Årets pris går til Else Kåss Furuseth for hennes langvarige engasjement for pårørende etter selvmord.



Foto: NRK

– Jeg er ikke noen ekspert, annet enn at jeg har måttet forholde meg til det uforståelige: at min mor og bror, som på utsiden hadde alle forutsetninger for å være lykkelige, likevel tok livet sitt. Historiene om folk som dør i selvmord er ulike. Det viktigste fellestrekket er psykiske lidelser og at årsaken er «sammensatt», skrev Furuseth i et debattinnlegg til VG i september i år.

– Psykisk helsevern utvides, vi snakker mer om åpenhet, det blir flere og flere psykologer, det snakkes til og med høyt om selvmord på TV, men likevel er antallet selvmord hvert år veldig stabilt. Hvorfor klarer vi ikke å få slutt på at folk tar livet sitt? spør hun seg.

“ **Jeg har bindingstid på 24 måneder på mobilen min. Og du kan ikke love mer enn 3 år. . .**

– Else Kåss Furuseth

Fire ganger flere dør i selvmord enn i trafikken

Vi kjenner henne fra forestillingene *Kondolerer* og *Gratulerer*, der hun forteller om tapet av moren og broren og det å være god nok. Hun er i høst aktuell med TV-serien *Else: Om selvmord*, en serie i fire episoder som har som mål å snakke åpent om selvmord, samtidig som hun håper at den gir folk lyst til å leve.

– Fire ganger flere dør i selvmord enn i trafikken, men likevel hører vi sjeldnere om disse dødsfallene, poengterer Else, som holder fast ved at om du ser tegn til at noen sliter så skader det aldri å snakke åpent om det som er vanskelig og vondt.

– Det er vanskelig å polstre mot livssmerte. Vi kan ikke fysisk hindre alle fra å ta livet av seg. Kanskje vi bare kan hindre selvmord ved å skape en kultur som gjør det lettere å bære livssmerten.

Vet du om noen som trenger noen å snakke med?

Det finnes alltid noen de kan ringe.

Mental Helses hjelpetelefon er alltid åpen. Telefonnummeret deres er 116 123

Kirkens SOS er landets største krisetelefon. De har alltid åpent og kan nås på tlf. 22 40 00 40.

116 111 er en alarmtelefon for barn og unge. De har åpent hver dag mellom kl. 1500 og 0800, hele døgnet i helgene.



Tekst:

Kristin Lyse

Webredaktør

