

Når elever møter døden

Utfordringer for skolen i møte med ulike sider ved døden og den sorgprosessen elevene har i den forbindelse.

Mona Midtsund

Professor Gunnar Heiene

Det teologiske menighetsfakultet, 2015, vår

AVH505: Masteravhandling

Erfaringsbasert master i RLE/religion og etikk

Innholdsfortegnelse

Sammendrag	s. 4
1. Innledning	s. 5
1.1 Bakgrunn og motivasjon	s. 5
1.2 Presentasjon av temaet	s. 6
1.3 Problemstilling	s. 8
1.4 Materiale og metode	s. 8
1.4.1 Metoder	s. 8
1.4.2 Litteratur	s. 8
1.4.3 Teoretikere	s. 9
1.4.3.1 Emile Durkheim	s. 9
1.4.3.2 Steinar Ekvik	s. 9
1.4.3.3 Atle Dyregrov	s.10
1.4.3.4 Magne Raundalen	s.10
1.5 Disposisjon	s.10
2. Synet på døden – et historisk riss	s.12
2.1 Kristendommens tidlige år	s.12
2.2 Historisk utvikling fra middelalder til det 21. århundre	s.13
3. Et sosiokulturelt perspektiv på døden	s.18
3.1 Grunnleggende teori	s.19
3.2 Sosiokulturelt perspektiv	s.19
4. Ulike syn på døden	s.25
4.1 Kristent syn	s.26
4.2 Humanistisk syn	s.30
4.3 Jødisk syn	s.32
4.4 Muslimske syn	s.35
5. Ulike måter å møte døden på.	s.39
5.1 Selvmord	s.39
5.2 Sykdom	s.43
5.2.1 Ulike stadier familier med alvorlig syke barn går gjennom.	s.44
5.3 Ulykker og terror	s.47

6. Barn i sorg	s. 50
6.1 Barn som hovedperson	s. 50
6.2 Barns opplevelse av andre barns død.	s. 54
6.2.1 Reaksjoner ved venners død	s. 56
6.2.2 Venners betydning ved venners død	s. 58
6.3 Barns hensyn til foreldre og seg selv	s. 59
6.4 Sorg og omsorg i den «nye» familien	s. 60
6.5 Etterreaksjoner, traumer og tidsaspekt	s. 62
6.6 Sorg og tro	s. 64
7. Utfordringer for skolen	s. 66
7.1 Skolens håndtering av dødsfall	s. 66
7.1.1 Når elevene tilhører en annen religion	s. 67
7.1.2 Når elevene begår selvmord	s. 68
7.2 Skolens håndtering av sorg	s. 70
7.2.1 Skolens håndtering av sorg og omsorg i den «nye» familien	s. 70
7.3 Når elevene kommer tilbake etter behandling	s. 71
7.3.1 Besøk i klassen	s. 73
7.3.2 Omsorg for pasienten	s. 74
7.4 Skole – hjem samarbeid	s. 75
7.4.1 Samtale i møte	s. 76
7.5 Lærerens rolle	s. 78
7.5.1 Lærerens forhold til tro	s. 84
7.5.2 Lærerutdanningen	s. 85
7.6 Sorgplan	s. 86
8. Konklusjon	s. 88
8.1 Sammenfatning	s. 88
8.2 "Min drømmeskole"	s. 89
8.3 Utfordringer	s. 90
9. Litteratur	s. 93
10. Vedlegg	s. 96
10.1 Sorgplan fra ungdomsskole	
10.2 Sorgplan fra barneskole	
10.3 Sorgplan fra barneskole	
10.4 Den internasjonale krybbedødforeningen- 20 bud for riktig omsorg	

Sammendrag

Denne masteroppgaven tar for seg problematikken rundt elever som møter døden i ulike sammenhenger og utfordringer for skolen i møte med ulike sider ved døden og den sorgprosessen elevene går igjennom. I den forbindelse tar den også for seg ulike sider av døden og hvordan vi håndterer den, og hvilke tradisjoner vi har, sett i et historisk – og sosiokulturelt perspektiv. Dette som et grunnlag for synet vi har på døden i dag og med hovedfokus på hvordan vi i skolen håndterer og veileder elever som er i en sorgprosess.

Etiske og religiøse sider ved ulike syn på døden og et liv etter døden, vil også bli presentert, som en bakgrunn for hvordan vi i skolen bør tenke på hvordan elever opplever sorg ved dødsfall på ulikt vis. I delen om skolen vil jeg blant annet se på skolen som institusjon og lærerens rolle i forhold til elever og hvordan vi håndterer sorg. Avslutningsvis vil jeg se på hvordan en ideell skole burde være etter min mening.

1. Innledning.

1.1 Bakgrunn og motivasjon

Døden har lenge vært et tabubelagt tema i Norge. Større tilgang til teknologi og sosiale medier er imidlertid med på å skape en annen holdning. Dette medvirket til min interesse for døden som tema, og valget for oppgaven er gjort både med bakgrunn i egne erfaringer i jobbsammenheng og privat. Egne erfaringer med kreftsyke familiemedlemmer og venner, der noen har overlevd og andre har avgått ved døden, som følge av sykdommen, har bidratt til dette valget sammen med elever som har mistet foreldre i kreft. I tillegg har selvmord blitt et tema med økt fokus også i skolen, noe som bidrar til at det er med i min presentasjon av ulike måter å møte døden på.

Døden og troen på et nytt liv etter døden har fascinert meg siden jeg var ganske liten og mistet min morfar. At det å komme til himmelen var en metafor og ikke et fysisk fenomen i form av å reise til den himmelen vi ser over oss, forstod jeg ikke før jeg var en 8-9 år og lærte om verdensrommet i naturfagundervisningen på skolen. Videre fikk jeg gjennom religionsundervisningen på ungdomsskolen kjennskap til andre religioner som hadde samme Gud som kristendommen, jødedommen og islam, samt religioner der reinkarnasjon var en vei til oppnåelse av frigjøringen fra gjenfødelsens rundgang.

Synet man har på døden i ulike religioner og hvorfor det føles så tabubelagt i Norge var en annen vinkling. Jeg vokste opp med at døden var noe privat, ikke allemannseie. Og har de siste årene fått erfaring med flere dødsfall i familien og føler at døden fremdeles er et litt tabubelagt tema i vår kultur. Det føltes ikke naturlig å snakke med familiemedlemmer om sorgen og savnet etter de som var døde. Det føltes ikke naturlig for eksempel å snakke med min mor om min far etter hans død. Hver gang han ble nevnt ble hun trist og begynte å gråte, så da ble han et ikke-tema.

Med bakgrunn i opplevelser som lærer de seneste årene endte jeg opp med å velge døden som hovedtema, men vinklet inn mot ulike måter å dø på og de sorgprosesser elever opplever i den forbindelse.

1.2 Presentasjon av tema

En av bakgrunnene for valget av døden som hovedtema for denne masteren er det antall dødsfall jeg har opplevd i min familie og nærmeste omgangskrets de seneste årene. Vinklingen inn mot skolen er valgt fordi jeg er lærer og føler at jeg egentlig mangler kunnskap om hvordan jeg skal møte elever i ulike sorgprosesser.

Sosiokulturelt og historisk sett konsentrerer jeg meg hovedsakelig om Norge, Sverige og Danmark, da disse landene både historisk, sosialt, kulturelt, politisk og geografisk sett har mye til felles. Norge har ved flere tilfeller vært underlagt svensk og dansk styre. I det sosiokulturelle perspektivet brukes undersøkelser som hovedsakelig er bygget på andre europeiske land, men kulturelt sett så er ikke forskjellene så store at ikke dette likevel er relevant i forhold til Skandinavia.

Valg av de ulike aspektene ved måter å dø på, med hovedfokus på selvmord, langvarig sykdom, ulykker og terror har jeg gjort med bakgrunn i erfaringer fra praksis som lærerstudent og min tid som lærer.

Som lærerstudent fikk jeg innblikk i hvordan terrorulykkene 11. september 2001 ble håndtert. Terroren i Oslo og på Utøya 22.juli 2011 erfarte jeg i min nåværende stilling som lærer. Måten jeg opplevde at disse to hendelsene ble håndtert hadde ikke endret seg mye på ti år. Dette føler jeg gir grunn til bekymring i forhold til hvordan elever blir møtt i sin sorgprosess i dagens skole.

I forbindelse med at min onkel lå for døden og lå i koma i flere uker, så hadde jeg samtidig en annen opplevelse i forhold til åpenhet rundt døden i jobben som lærer, enn jeg hadde i forhold til familien. Jeg var vikar i en niende klasse og kontaktlæreren i den klassen hadde fortalt elevene om hvorfor jeg kunne virke litt trist og lei meg og ikke være mitt «normale» blide jeg. En av elevene, «Anne» fortalte da at hun hadde en bror som hadde ligget i koma ett år. Jeg ble med kontaktlæreren i en klassens time, hvor jeg da fortalte elevene hvordan jeg hadde opplevd dette og «Anne» snakket en del om hvordan familien forholdt seg til broren.

I min nåværende stilling har jeg også hatt en opplevelse i undervisningssituasjon som fikk meg til å tenke en del rundt døden og generasjonsforskjeller. Skyldes det alder, eller er det samfunnets utvikling? I niende klassens lærebok under temaet liv og død er det en oppgave knyttet til dette med å flagge på halv stang ved dødsfall. Et borettslag sendte en klage til kommunen fordi det syntes det var ubehagelig at aldershjemmet de hadde som nærmeste nabo stadig flagget på halv stang. Da jeg

diskuterte dette i klassen, syntes flertallet av elevene at det var helt greit. Tradisjonen er jo sånn i vår kultur og vi skal alle dø en eller annen gang.

Her er det også snakk om generasjonsforskjeller i forhold til åpenhet rundt døden og ulike sider ved den. Etter å ha lest boken *Etter verdens ende*, selvbiografi av Bianca Vestvik Tønnesen og Espen Simonsen, som handler om Espens kreftsyke kone og Biancas mann som begikk selvmord, og hvordan omverden og de selv håndterte dette, bestemte jeg meg for å se nærmere på hvordan vi håndterer døden/sorgen i vår kultur og ikke minst i skolen.

De seneste årene har det vært en økning av antall selvmord, spesielt blant ungdom og eldre menn. Blant ungdom skyldes det ofte mobbing, mens blant eldre menn er det oftest på grunn av ensomhet i følge media. For skolen er det et tankekors at vi ofte ikke fanger opp elever som er deprimerte nok til å begå selvmord eller føler seg så utenfor at de ser det som siste utvei.

6. juli 2013 stod det en artikkel i Glåmdalen skrevet av en 17-åring som mistet sin to år eldre søster på Utøya. Bakgrunnen for artikkelen var skolens og lærernes håndtering av den sorgprosessen hun hadde vært igjennom på disse to årene siden Anders Behring Breiviks anslag mot AUFs sommerleir på Utøya. Hun bebreidet ikke lærerne, hun mente de gjorde så godt de kunne, men at de manglet kunnskap om hvordan de skulle behandle elever i sorg. Hva er egentlig lærerens rolle? For mange elever vil læreren være en «signifikant annen». Skolen har også en sorgplan som vi forholder oss til ved dødsfall på skolen, eller blant ansatte, elever/foresatte. Sorgplanen skal ha en hensikt, men denne har ikke personalet må min skole fått presentert siden høsten 2010.

Denne manglende kunnskapen er også blant årsakene for mitt valg av tema og problemstilling i denne masteroppgaven. Jeg ser at det er et stadig økende behov for å skolere både lærere og lærerstudenter i hvordan de skal møte og håndtere elever som befinner seg i en eller annen form for sorgprosess uavhengig av hva det skyldes.

Når det gjelder den etiske og religiøse siden av vårt forhold til døden og et liv etter døden, så har jeg valgt å se på kristendommen, islam og humanismen, siden det hovedsakelig er de religiøse grupperinger av elever vi møter i norsk skole. Jødedommen har jeg valgt med tanke på at tre religioner som har utspring i samme Gud kan ha forskjellig syn på essensielle ting som døden og livet etter døden.

1.3. Problemstillinger

Hovedproblemstilling:

Hvordan håndterer og veileder skolen elever som er i en sorgprosess, samt hvordan bør skolen ta seg av og veilede elever som er i en slik prosess?

Delproblemstillinger:

1. Hvordan kan døden forstås i et historisk og sosiokulturelt perspektiv?
2. Hvordan kan døden forstås i et etisk perspektiv, ut fra ulike religioner og livssyn?
3. Hvilke faktorer er viktig for å kunne bearbeide død og sorg?

1.4 Material og metode

Jeg vil presentere problemstillingene ved hjelp av teoretiske perspektiver som bygger på empirisk data. Primært baserer jeg det på empiri funnet i litteratur kombinert med egne erfaringer fra skolen.

1.4.1 Metoder

Hele avhandlingen vil bygge på ulike teoriperspektiver på død og sorg, samt empiri fra forskning og egen empiri. Jeg vil blant annet benytte meg av teoretikere med bakgrunn i arbeid med barn, ungdom og sorgbehandling. Jeg benytter meg også av avisartikler og artikler fra internett som omhandler sorgbehandling i skolen blant annet etter Utøya.

1.4.2 Litteratur

Historisk sett er temaet mitt tydeligvis ganske uvanlig for norske filosofer, sosiologer og historikere, siden det finnes veldig lite stoff på norsk. Spesielt da det gjaldt historisk - og sosiokulturelt perspektiv har jeg måttet lene meg på svensk og engelskspråklig litteratur. Da jeg kom over til ulike måter å møte døden på, barn i sorg og skolens håndtering så fant jeg derimot mye relevant litteratur på norsk.

I tillegg til bøker og internettartikler bruker jeg også et par avisartikler. Jeg leste boken "Etter verdens ende, en historie om å velge livet" av Bianca Tønnesen Vestvik og Espen Simonsen fra 2012 fordi jeg kjenner Bianca. En del av det hun skriver i forhold til hvordan hun vil barnehagen og skolen skal behandle hennes tvillingsønner etter farens selvmord har jeg nok i bakhodet når jeg skriver om hvordan jeg synes skolen bør håndtere elever i sorg, uten at jeg direkte bruker boken som referanse.

1.4.3 Teoretikerne

Jeg har gjort et utvalg når det gjelder teoretikere og har valgt å presentere de fire teoretikerne jeg bygger største delen av oppgaven på.

1.4.3.1 Emile Durkheim

Durkheim bruker jeg hovedsakelig som kilde i kapitlet om det sosiokulturelle perspektivet og har valgt han med bakgrunn i den stillingen han har innenfor sosiologien. Jeg har også valgt å støtte meg til hans teorier og empiriske data i forbindelse med selvmord. Der sammenligner han blant annet den skandinaviske halvøy med andre land i Europa med bakgrunn i religiøse forhold.

1.4.3.2 Steinar Ekvik

Steinar Ekvik har jeg valgt på bakgrunn av hans erfaringer som prest, forfatter, foredragsholder og med kunnskap om konfliktløsning og sorgprosesser hos barn og ungdom. Han har i sitt virke som prest møtte mange sider av sorgarbeid og utga sin første bok om barn og sorg i 1991. Han skrev boken «Tårer uten stemme, når barn er blant dem som sørger», etter at han i sin rolle som prest møtte mange etterlatte fra Scandinavian Star ulykken i 1995. Boken kom i ny utgave i 2010 og var da satt sammen av boken han skrev i 1991, «Skolen i møte med elever som sørger», og første utgave av «Tårer uten stemme.» Denne kombinasjonen valgte han fordi han fikk mange henvendelser blant annet om hvorfor det ikke var med ett kapittel om skilsmisse. Hans lange erfaring med sorgarbeid i møte med barn og ungdom gjør ham relevant for arbeidet med sorgprosesser i skolen.

1.4.3.3. Atle Dyregrov

Atle Dyregrov har jeg valgt ut i fra det arbeidet han har gjort, og den kunnskapen han har ervervet i arbeid med oppfølging av barn, familier og hjelpepersonell etter kriser og katastrofer hjemme og ute. Han har jobbet spesielt mye med barn i sorg og har tidligere utgitt bøkene «Sorg hos barn» og «Katastrofepsykologi». Han har skrevet en rekke bøker og faglige artikler innen kriseområdet.

1.4.3.4. Magne Raundalen

Magne Raundalen har jeg valgt fordi han er barnepsykolog og en av Norges mest kjente fagpersoner som jobber med barn i ulike kriser. Han har i en årrekke hatt ansvaret for oppfølging av familier til barn med kreft, med spesiell vekt på familie – og barnegrupper når et barn i familien dør. Han er ansatt ved Senter for Krisepsykologi i Bergen, hvor han har drevet spesielt med oppfølging av barn som har opplevd krig i Midtøsten, Afrika og tidligere Jugoslavia. Han har skrevet en rekke bøker, faglige artikler og bokkapitler om barn i sorg og kriser.

1.5 Disposisjon

I kapittel 2 ser jeg på hvordan synet på døden har endret seg historisk, religiøst og samfunnsmessig sett. I det historiske risset bruker jeg blant annet undersøkelser og litteratur fra Sverige. Dette kapittelet strekker seg over en lang tidsperiode, men hovedsakelig fra middelalderen og fram til i dag, i noe varierende grad i forhold til hvor mye dokumentasjon de ulike forfatterne har funnet.

I kapittel 3 om det sosiokulturelle perspektivet støtter jeg meg, som tidligere skrevet i presentasjonen om teoretikerne, til Durkheim. Her ser jeg blant annet på hvordan religion påvirker samfunnet og hvordan forholdet til religion har endret seg i det moderne samfunnet, sammen med den politiske, økonomiske og sosiale endringen som Europa har gått gjennom. Måten jeg presenterer Durkheim på i innledningen av kapittelet har jeg valgt fordi han ikke nødvendigvis er like godt kjent for alle innenfor religion og etikk som han er i sosiologi.

I kapittel 4 presenterer jeg synet på døden og livet etter døden innenfor kristendommen, jødedommen, islam og humanismen. Her støtter jeg meg hovedsakelig til Jan Olav Henriksen sammen med den danske filosofen Anders Fogh Jensen, når det gjelder kristendom. Islam og jødedom presenteres ved hjelp av artikler funnet på nettet, samt offisielle muslimske og jødiske nettsider.

«Sangen etter dine sko, når en av våre kjære tar sitt eget liv», er skrevet av Terje Torkelsen som er første amanuensis ved Universitet i Stavanger. Han har i tillegg i mange år jobbet som prest i Den norske kirke. Boken handler om hvordan han opplevde og håndterte selvmordet til sin 23-årige sønn, og han skriver en del om tap og sorg i den forbindelse. I kapittel 4 bruker jeg det han skriver om livstro og synet på døden på bakgrunn av hans virke som prest.

I kapittel 5 ser jeg på ulike måter å dø. Jeg har valgt de måtene jeg mener er mest relevant i forhold til ungdom og det jeg møter i min hverdag som lærer. Fokuset falt da på selvmord som er økende blant ungdom, langvarig sykdom i form av kreft, ulike ulykker og brå død ved terror. Litteraturen jeg hovedsakelig har brukt i delkapittel 5.1 er Emile Durkheims Selvmord og svenske -og engelskspråklige historikere, samt det Torkelsen skriver i forhold til sønnens selvmord og litt statistikk fra Ekvik. I delkapittel 5.2 om langvarig sykdom støtter jeg meg kun på Atle Dyregrov & Magne Raundalen som ser det fra den psykologiske siden. I delkapittel 5.3 om ulykker og terror bruker jeg Per Arne Dahl, som ser det ut i fra sin bakgrunn som prest i Den norske kirken, samt ulike artikler fra aviser og internett, sammen med en rapport fra Senteret for krisepsykiatri.

I kapittel 6 som omhandler barn i sorg og de ulike prosessene som barna, familien og de som har daglig kontakt, går igjennom etter ulike typer dødsfall, bruker jeg igjen Dyregrov & Raundalen med et psykologisk syn, samt Steinar Ekvik ut i fra hans bakgrunn som prest og med utdannelse i konfliktløsning. Jeg ser på ulike sider av sorgprosessen i forhold til hvem som dør og hvordan ulike dødsfall oppleves i ulike settinger og situasjoner, og hvordan sorgprosessen endres i forbindelse med alder og under ulike oppvekstforhold.

Kapittel 7 omhandler skolen og dens ulike roller, sorgplaner samt lærerens rolle, lærerutdanningen og skole - hjem samarbeidet. Her ser jeg på de utfordringene vi møter i dagens skole. Vi har etter hvert fått en flerkulturell skole med alle de forskjeller og tradisjoner det bringer. Hovedvekten av litteraturen jeg har benyttet ligger hos Dyregrov, Raundalen og Ekvik. I tillegg har jeg brukt andre relevante pedagoger. Dette er i tillegg til kapittel 6 det som bærer hovedtyngden i forhold til oppgavens tema og hovedproblemstilling.

Avslutningsvis, i kapittel 8, vil jeg beskrive min «drømmeskole» og også komme med noen utfordringer i forhold til hvordan jeg mener skolen burde være.

2. Synet på døden – et historisk riss

Synet på døden og hvordan vi håndterer sorg har endret seg opp gjennom tidene. Dette gjenspeiler seg blant annet på kirkegårder og i dødsannonser, samt gjennom vårt forhold til himmel og helvete. Hvordan sorg presenteres i sosiale medier, aviser, bøker, radio og tv, og ikke minst i stand- up komikk er også et tegn på at yngre generasjoner har et annet syn på døden enn den eldre generasjon. Spesielt gjelder dette synet på selvmord.

2.1. Kristendommens tidlige år.

Så lenge mennesket har eksistert har vi opplevd sorg ved å miste noen vi har kjær. Gjennom større deler av menneskets historie har fokuset ved tap og sorg vært rettet mot de etterlatte som vender seg håpefullt mot en endelig skjebne. Vi bruker både psykologi og teologi for å belyse menneskelig erfaring og livets mening. Døden snur ikke bare opp ned på vårt forhold til andre og medfører sorg, men får oss også til å tenke over hvorvidt det er «hvordan» vi lever livet som bestemmer livets mening og opprinnelige betydning. For kulturer som baserer seg på et liv etter døden blir dette spesielt viktig, med tanke på at livet etter døden «belønnes» ut ifra den moralske veien man følger på jorden. (Davies, s.25)

Vi finner vår identitet gjennom vårt forhold til menneskene rundt oss og det er ved tapet av disse menneskene, at vi får erfaring med sorg. Og tradisjonelt sett har det fortrinnsvis vært som medlemmer i ulike religiøse grupperinger som påberoper seg et forhold til en eller flere guder, at folk har oppnådd følelse av frelse, men også vært redd for fordømmelse, hvis denne tilhørigheten blir brutt. Mange religiøse grupperinger preges av kontroll på livet etter døden og gjennom dette styrkes gjerne deres ledere. De som holder en sann tro, og praktiserer denne i henhold til foreskrevne regler, ville oppnå fordeler i livet etter døden.

Trosbekjennelser var viktige formuleringer for nøyaktig tro og som gjenkjennelse av gruppelemmer allerede i de første århundrene av kristendommen. (Davies, s.25)

I de første årene fikk også prestene en stadig større kontroll over sine tilhengere på grunn av den økende gjennomføringen av de strenge ritualene som var knyttet til den katolske kirkens sakramenter. Bekjennelse og syndsforlatelse er hovedgrunnlaget for lydigheten til den katolske kirkes autoritet Denne holdningen ble rettfærdiggjort gjennom ordene Jesus sa til disippelen Peter (Davies, s.26):

«Jeg vil gi deg himmelrikets nøkler; det du binder på jorden, skal være bundet i himmelen, og det du løser på jorden, skal være løst i himmelen.» (Matteus 16:19)

Jeg har opp gjennom årene gjort meg mange tanker om dette med bekjennelse og syndsforlatelse. I amerikanske mafiafilmer blir disse fremstilt på en måte som jeg har problemer med å godta. Du kan beordre noen drept, eller selv drepe, og så var det bare å gå i kirken, bekjenne for presten, få syndsforlatelse og be et visst antall bønner til Jomfru Maria og alt er tilgitt.

Det er mange måter å tolke det som står i Bibelen på. Jeg tror ikke nødvendigvis at Jesus sa disse ordene med en slik hensikt, men heller at den katolske kirke fant en mulighet til å hevde sin autoritet. En autoritet og praksis som Martin Luther også satte spørsmålsteget ved, da han satte opp sine teser i Wittenberg. Hvorvidt den protestantiske praksis er så mye bedre, der det holder å be om tilgivelse på dødsleie, gir også rom for problematisering og diskusjon.

2.2 Historisk utvikling fra middelalder til det 21. århundre.

Idéen om helvete har blitt holdt levende i katolsk og protestantisk teologi i århundrer gjennom forsterkningen av kristendommens læresetninger, og har dermed også hjulpet til med å opprettholde sosiale verdier. Tanken på helvete truet de onde, samtidig som læren om skjærsilden fortalte om en tilstand der sjelen ville bli moralsk forbedret før det siste møte med Gud. Dette ytterste løftet om himmelen bidro dermed til å gi en struktur og praksis med bønn og anger, noe som gjør det vanskelig å forstille seg middelaldersk kristendommen uten henvisning til dødstrusselen som til tross for de formelle læresetningene om nåde, kjærlighet og tilgivelse hang over livet etter døden. (Davies, s.28)

På seksten - og syttenhundre tallet resulterte feil mellom lære og praksis i at mange, som man anså hadde gjort en avtale med djevelen ble testet og drept, blant annet «heksene». Måten de døde på ville, uten tvil, gi dem en fordel ved den endelige frelse av deres sjeler. I den forstand kan man i denne perioden av Europas historie ikke skille historien om døden fra historien om kirkens makt, og dens bruk av idéen om den sanne lære for å oppnå kontroll over folks jordiske og himmelske skjebne. Dette kommer klart fram gjennom den katolske kirkes praksis av den siste olje som skal gi de døende styrke til å gjennomføre sin reise inn i og gjennom døden. (Davies, s.26-27)

Kirken har også validert medlemskap i samfunnet for øvrig, gjennom for eksempel ekteskapsritualer, og man kan neppe overdrive styrken av familietilhørighet og den påvirkningen som det har for vårt syn på hvem vi er og vår forstand av identitet og skjebne. I de fleste vestlige kristne samfunn har ekteskap vært en avholdt og høyt aktet institusjon de siste århundrene. De fleste kirker snakker, i motsetning til det generelle utsagn at ekteskapet varer «til døden oss skiller ad», som om himmelen skulle være et sted for fortsatt samhold. Uttrykk av sorg sammen med utallige gravinskripsjoner antyder også en himmelsk gjenforening. Jo sterkere idéen om romantisk kjærlighet og gjensidig hengivenhet er, i de moderne par – kameratskap og samfunnene, jo sterkere ble sorgen ved avskjed om enn bare for en liten stund. (Davies, s.27)

I mange post – kristne samfunn i den vestlige verden ble det på begynnelsen av det tjuende århundre blant folk snakket mye om monogami, mens skilsmissestatistikken vitnet om mange brutte forhold. Vi lever lenger og mange finner det unaturlig at ekteskap skal vare livet ut. Tanken på å skulle tilbringe hele ens jordiske liv, enn si evigheten, med sin første partner har ikke lenger universell støtte. Dette eksemplet viser hvordan historien om døden går parallelt med historien om menneskenes parforhold. (Davies, s.27 – 28)

De største forandringene i vårt forhold til døden kan vi se på kirkegårder, i forfatterskap, kåserier, i aviser i form av artikler, intervjuer og dødsannonser, men ikke minst gjennom sosiale medier. Døden er flyttet fra noe privat til å bli allemannseie. Vi har mistet styringen både på godt og vondt. Det fins imidlertid ingen måter å generalisere døden på. Den vil i hvert enkelt tilfelle angå bare noen få.

På slutten av 1800 – tallet var det vanlig i Skandinavia, at seremonien ble gjennomført ved graven og ikke inne i kirken. Vanligvis var det bare spesielt fremtredende personer innenfor det politiske liv som ble beæret med en seremoni inne i kirken. I 1873 i Tegneby sogn i Sverige ble imidlertid en ung takstmann vist denne ære, da han døde mens han utførte sine offisielle plikter. Begravelsene var veldig enkle på denne tiden siden en svensk bønnebok som ble publisert i 1811 fastsatte at preken og bønn bare skulle foregå inne i kirken. (Gustavsson s. 13-14)

Sammenkomster med mat etter seremonien var viktig også på denne tiden. Det var nødvendig å ha baket, vasket og sørget for den nødvendige maten dagen før begravelsen. Fisk så ut til å være en spesielt viktig bestanddel i matveien i kystsamfunnene, selv om det å skaffe tilveie fisk kunne innebære en reise på flere mil. Om vinteren, da det var lite tilgang på fisk og den var dyr, måtte den likevel

kjøpes fordi den var en så viktig del av begravelsesmåltidet. Snaps hørte også med på denne tiden. Det ble brukt så mye tid på forberedelser av begravelsen og det påfølgende måltidet, at det gikk utover det vanlige gårdsarbeidet. Begravelsen var viktigere enn arbeidet, men etter begravelsen måtte sorgen vike plass for gårdsarbeidet som måtte utføres uansett hvor mye man sørget. (Gustavsson s. 15-16)

De vanligste dødsårsakene på denne tiden skyldes epidemiske sykdommer som skarlagensfeber og tyfus. Ulykker, spesielt drukning er i følge Gustavsson (2011) også ofte nevnt som årsaker til død, samt barnefødsler som medførte en stor risiko for moren på denne tiden. Selv om sykdom, ulykker og fødsel er årsaker med høyest dødsrate, så forekom det også en del selvmord. Ved selvmord foregikk imidlertid begravelsen i stillhet uten lyden av kirkeklokker. (Gustavsson s. 17-24)

Minnesmerker over de døde bestod av kors laget av tre eller jern, samt steiner. De første ordentlige gravsteinene, slik vi ser dem i dag, ble laget av kalkstein. Noen få, som er fra midten av 1800-tallet, kan fremdeles ses på Röra gravlund i Sverige. De første som ble laget av granitt, som er mest vanlig i dag, dukket ikke opp før på 1870-tallet. Det er først på 1990-tallet at vi virkelig kan se en endring på gravsteiner, da de etterlatte har fått mye større frihet, når det gjelder form og bilder, etterord og gjenstander plassert på steinen. Dette skyldes en lovendring som kom i Sverige i 1990 og i Norge i 1996, gjeldende fra 1. januar 1997. Dette erstattet en lov som kom i 1897, gjeldende fra 1. januar 1899. På grunn av disse ensartede lovene ble det innført et standardisert, nasjonalt regelverk som erstattet lokale bestemmelser og restriksjoner, som tidligere hadde hatt større betydning. Den nye lovgivningen åpnet for et mye større uttrykk av personlige ønsker med hensyn til hvordan gravsteinen skulle se ut, enn det hadde vært mulighet for tidligere. (Gustavsson s. 41-42)

Gjennom sine kulturelle studier av død og døende i Skandinavia har Anders Gustavsson (2011) funnet en del likheter, men også en god del forskjeller mellom Norge og Sverige, spesielt når det gjelder gravsteiner og tankegang i forhold til livet etter døden. Han besøkte gravlunder både i Norge og Sverige, gravsteiner ble fotografert og han intervjuet etterlatte for å innhente informasjon.

Han bygger kapittelet om døden i det nittende århundre på dagboken til Jacob Jonsson som eide en gård i Bohuslän. Selv om han bygger informasjonen sin på et begrenset område er nok ritualene ganske like de i resten av samfunnet, med noen små lokale tilpasninger. Opprinnelig kom jo folk flyttende fra landsbygda og inn til byene. Hans resultater fra Sverige stemmer godt over ens med hva jeg

lærte om norsk religionshistorie på lærerhøgskolen, samt med det mine bestemødre har fortalt fra sin oppvekst og voksne liv.

Endringer på kirkegårder og historier i media forteller mye om hvordan vårt syn på døden har forandret seg historisk sett. Under min oppvekst var det ikke vanlig å snakke om de døde, man sørget alene eller med de aller nærmeste. I dag opplever jeg å få «beskjed» på sosiale medier, som for eksempel Facebook, at folk jeg kjenner godt og har et forhold til, er døde. Døden er ikke lenger noe som er privat, den har på en måte blitt allemannseie. En god venninne døde for fire år siden (2010), men da jeg sjekket (juni 2014) fant jeg at Facebooksiden hennes fremdeles eksisterer. Det er flere, spesielt av den yngre generasjon, som har vært innom og lagt igjen hilsen på bursdagen hennes, sist i juli 2013.

Denne måten å håndtere sorg på er ukjent for meg, men jeg ser at mange i min generasjon også adopterer denne holdningen.

Behovet for å komme sammen og minnes de døde har vært, og er, stort. Spesielt etter 22.juli har det blitt holdt ulike minnemarkeringer, minnegudstjenester og minnekonsserter. I følge Per Arne Dahl (2011, s.100) virker det som om den norske befolkningen har gjenoppdaget kirkegården, på samme tid som vi har adoptert mange av Sør – Europas tradisjoner med markeringer der trafikkofre har endt sine liv.

De vanligste dagene å besøke gravsteder på er fødselsdager, allehelgensdag og julaften. Dette er en måte å komme seg gjennom sorgen på hevder Dahl. Ta et ansvar for de dødes minne og nevne deres navn. (Dahl, 2011 s.102)

Vi har i dag en helt annen bevissthet rundt viktigheten av det å sørge, snakke om, se den døde eller lage minnestunder og å bevisstgjøre det som har hendt, mener Dahl. (Dahl, 2011 s.109)

1.november 2012 stod det en artikkel i Dagbladet med overskriften " Vårt samfunn er langt unna å forstå sorg". Den handler om Bjørg Thorhallsdottir, en av Norges mestselgende grafiske kunstnere. Året før hadde hun samlet 5000 mennesker til et arrangement hun kalte Hjertefred. Dette skulle hun også gjøre noen dager senere. Arrangementet ble startet i 2006 etter at hun mistet mannen sin, for at hennes den gang tre år gamle sønn skulle kunne minnes sin far med glede. Bjørg sier i artikkelen at hensikten bak Hjertefred var å gjøre døden mindre tabulagt og å hjelpe andre til å få livsgnisten tilbake. Hun sier at døden er så tabubelagt i Norge. Man skal passe inn i «en firkantet boks», og den som biter tennene sammen og går med rak rygg gjennom sorgen uten verken å le eller gråte spesielt

mye er flinkest. Videre mener hun at vårt samfunn er langt unna å forstå sorg. Vi trenger ro, fred, støtte og tårer når vi sørger, hevder hun.

7. april 2013 stod det en artikkel i VG av May Linn Gjerding med overskriften 60 NORDMENN FORTELLER. Artikkelen handlet om 60 nordmenn som skrev ned sine siste tanker. I følge henne var den røde tråden hvem de hadde vært for andre mennesker, og hva andre var for dem. Det handlet om dem vi er glad i, ikke jobb eller penger som man kanskje kunne tro i våre materialistiske tider.

Artikkelen handler om forsker Oddgeir Synnes sin doktorgradsavhandling som bygger på seks skrivekurs han holdt for 60 døende personer i en norsk by. Mange døde underveis, men sluttresultatet ble 300 sider med svært personlige tanker fra 60 kvinner og menn i alderen 43 – 95 år, på sin siste reise.

Denne typen artikler begynner å bli mye mer vanlig på lik linje med bruken av sosiale medier, for å dele tanker og følelser rundt døden. Det har også etter hvert blitt mer vanlig å skrive bøker og kåserier over ulike sider av døden. Else Koss Furuset har blant annet laget en forestilling, som gikk for fulle hus i Oslo, der hun kåserer rundt brorens selvmord og den sorgprosessen familien gikk igjennom.

3. Et sosiokulturelt perspektiv på døden

Dette kapittelet bygger jeg ene og alene på Durkheims teorier. Med unntak av de to førte avsnittene der jeg bruker Dag Østberg, bygger jeg utelukkende på Paul Carls artikkel fra Internet Encyclopedia of Philosophy.

Durkheim er mest kjent for sine verker; "Samfunnets arbeidsdeling", "Sosiologiens metoderegler", "Selvmordet", og "Det religiøse livs elementære former", men han ga også ut et anseelig antall artikler og anmeldelser. Flere av hans foredrag er blitt publisert posthumt.

(Østberg s.9 + 17)

Han er kjent som en av sosiologiens opphavsmenn og grunnleggere. Han ble agnostiker etter en opplevelse som gutt. Familien var jøder og både faren og bestefaren hadde vært rabbinere. (Østberg s.11 + 13)

Durkheim brøt med familietradisjonene og begynte på École Normale Supérieure 1879, hvor han studerte filosofi. Han ble uteksaminert i 1882 og begynte å undervise i Frankrike om temaet. I 1887 ble han ansatt ved Universitetet i Bordeaux for å undervise i samfunnsfag og pedagogikk. Med denne bakgrunnen kunne han holde de første offisielle kurs i sosiologi i Frankrike.

Durkheim hadde stor suksess i løpet av årene i Bordeaux, og publiserte her sin doktoravhandling *On the Division of Social Labor* (1893, *Division*), *The Rules of Sociological Method* (1895, *Rules*), and *Suicide: A Study in Sociology* (1897, *Suicide*). I 1896 etablerte han også den berømte *Année sociologique* for ytterligere å bekrefte sosiologiens plass i den akademiske verden.

Durkheim ble endelig forfremmet i 1902, da han fikk en plass i *Science of Education* ved Sorbonne i Paris. Han ble godkjent professor i 1906 og i 1913 inkluderte også stillingen hans formelt sosiologien. Inntil sin død i 1917 var han leder for *Science of Education* og sosiologi. Han holdt flere foredrag i ulike fag og publiserte en rekke essays samt sitt siste og viktigste store arbeid; «De elementære former for religiøst liv (1912, *Foris*).

3.1. Grunnleggende teori

Durkheims viktigste påstand i følge Carls består i at samfunnet ikke kan splittes ned i sine enkelte komponenter, men er en enestående virkelighet som er unik i seg selv. Når individuelle bevisstheter samhandler og forener seg for å lage en kunstig virkelighet som er helt ny og større enn summen av delene skapes dette samfunnet. Denne virkeligheten kan ikke begrenses til biologiske eller psykologiske forklaringer, men bare forstås i sosiologiske former.

En annen av Durkheims påstander, at menneskelige samfunn kan studeres vitenskapelig bygger på det faktiske forhold at det sosiale liv har denne kvaliteten. Han utviklet en ny metodikk til dette formålet, som retter blikket mot det Durkheim kaller «sosiale fakta», eller elementer av kollektive liv som eksisterer uavhengig av hverandre, men som samtidig er i stand til å utøve innflytelse på hver enkelt. Durkheim ga ut flere innflytelsesrike verk i en rekke emner ved bruk av denne metoden. Han analyserer ulike sosiale institusjoner og de rollene de spiller i samfunnet i disse arbeidene. Hans arbeid blir derfor ofte forbundet med det teoretiske rammeverket av strukturell funksjonalisme.

Sosiologien var ikke anerkjent som et eget fagområde på den tiden Durkheim begynte å skrive. Han gikk derfor langt for å skille sosiologi fra alle andre disipliner, spesielt filosofi, som en del av kampanjen for å få den godkjent som selvstendig. Som en konsekvens blir hans forhold til filosofi tvetydig, mens hans innflytelse i samfunnsvitenskap har vært enorm.

På mange måter er sosiologi og filosofi komplementære i følge Durkheim, men han går likevel så langt som å si, at sosiologien har en fordel framfor filosofien, siden hans sosiologiske metode gir mulighet til å studere filosofiske spørsmål empirisk snarere enn metafysisk eller teoretisk. Durkheim brukte derfor ofte sosiologi til å nærme seg tema som tradisjonelt har vært forbeholdt filosofisk undersøkelse.

3.2 Det sosiokulturelle perspektivet.

Durkheim sier i sine tidlige arbeider, som «Division», at menneskelige samfunn kunne eksistere på et sekulært nivå uten religion. Senere oppfattet han imidlertid religion mer og mer som en vesentlig komponent i det sosiale liv. Selv om innholdet i religionen ville være forskjellig fra samfunn til samfunn over tid, ville religion i en eller annen form alltid være en del av det sosiale liv, og Durkheim så derfor, da han skrev «Forms», religionen som en del av den menneskelige tilstand.

I følge Durkheim er religion den mest grunnleggende sosiale institusjon, siden nesten alle andre institusjoner har sitt utspring i den på et eller annet tidspunkt i løpet av menneskenes historie. Han mener at religion ikke er et resultat av guddommelig innblanding, men av menneskelig aktivitet.

Hans definisjon av religion er at det er et samlet system av tro og riter knyttet til hellige ting. Tro og ritualer som forenes i et enkelt moralsk samfunn, kalt kirke, med alle de som tilhører den. Alle religioner har imidlertid tre grunnleggende faktorer; hellige gjenstander, tro og ritualer, samt et moralsk samfunn. Et hvert religiøst samfunn bygger på en forestilling om noe som er hellig, så det ville nok kanskje være det viktigste av de tre elementene i følge Durkheim.

Motstanden mellom hellig og verdslig står som et sentralt element i Durkheims teori, da han setter oppfatningen av det hellige om mot det profane, eller det som skjender det hellige fra det som det hellige må beskyttes mot. Med denne definisjonen legger også Durkheim vekt på det sosiale elementet i religion. Religion blir til og anerkjent gjennom opplevelser som han kaller kollektiv livslyst. Når gruppen av individer som danner et samfunn samles for å utføre et religiøst ritual, så referer denne kollektive livslysten til opplevelser i det sosiale liv.

Når man samler enkeltindivider i større grupper for å utføre religiøse ritualer oppstår en form for «elektrisitet» som igjen utløser en kollektiv reaksjon av følelsesmessig spenning eller delirium. Denne upersonlige «kraften», som er et kjerneelement i de fleste religioner, fører individene inn i et nytt ideelt rike og får dem til å føle at de er i kontakt med en ekstraordinær energi.

I følge Durkheim er det neste trinnet i opprettelsen av en religion overføringen av denne kollektive energien til et eksternt symbol. Den eneste måten samfunnet kan bevisstgjøres på disse energiene som sirkulerer i den sosiale verden, er ved selv på en eller annen måte å være en del av dem. Religionens kraft må på et vis synliggjøres gjennom symboler som da blir hellige. Ved mottagelsen av den kollektive energien blir dermed disse hellige symbolene fylt med styrken fra samfunnet. Jo viktigere et samfunn bestemmer at symbolet skal være, jo større betydning vil det ha for enkeltindividet.

Samfunnets eksistens vil være i fare, hvis ikke de religiøse ritualene gjentas med jevne mellom rom. Dette for å befeste den kollektive bevisstheten av ett samfunn. Durkheim mener også at dersom ikke de samfunnsmessige ritene som er sentrale i religionen gjentas hyppig, så vil de gå i glemmeboken og etterlate folk uten kunnskap om båndene som eksisterer mellom dem, og folk vil heller ikke ha noen

oppfatning av samfunnet de tilhører. Dette er grunnen til at religiøse ritualer er nødvendige for et samfunns eksistens; religion kan ikke eksistere gjennom troen alene, den trenger også faktisk ritualene som er dannet i samfunnet.

Hva disse ritualene består av kan være så mangt. Fra begravelser til regndans til nasjonale helligdager, men målet er alltid det samme. Samfunnet opprettholder sin eksistens gjennom disse ritene og integrerer hver enkelt i den sosiale gruppen, og øver samtidig press på deltakerne til å tenke og handle likt.

Durkheim ser på de moralske synene både historisk og sosialt. Over tid skaper et hvert samfunn sine egne moralregler, som kan være veldig forskjellig fra det ene samfunnet til det andre. Det enkelte samfunn skaper imidlertid de moralske prinsippene som er nødvendig for tilværelsens behov. Han oppfatter moral som et sett av leveregler som forteller individet hvordan man skal forholde seg i ulike situasjoner og sosiale settinger. Dette moralske systemet består av moralske verdier, holdninger, og idéer som danner et rammeverk for disse levereglene.

I følge Durkheim oppstår moral først når en person innlemmes i en gruppe. Det er et sosialt fenomen som ikke kan eksistere utenfor grensene av samfunnet.

Moralske regler skiller seg fra andre regler som finnes i samfunnet på grunn av flere unike egenskaper som ligger i dets natur og ønskelighet. I disse egenskapene ligger en moralsk autoritet som i følge Durkheim kommanderer tilhengerne til å følge de moralske påbudene. Med bakgrunn i denne autoriteten føler den enkelte en forpliktelse til å følge samfunnets moralske koder, og dermed blir plikt et grunnleggende element av moral. Dette synet på plikt samsvarer nesten med Kants oppfatning av plikt, noe Durkheim er villig til å akseptere. Han stilte seg likevel kritisk til den kantianske oppfatningen av plikt, fordi han mente den manglet en positiv motvekt til det undertrykkende elementet. Denne motvekten finnes i ønskeligheten av moral, noe som er helt nødvendig for moralens eksistens. Med ønskelighet av moral mener Durkheim enkeltindividenes betraktning av autoriteten som dikterer til dem deres forpliktelser, som en høyere makt som fortjener deres respekt og hengivenhet de føler det som om de jobber mot et høyere mål, når de følger sine plikter. Dette likestiller Durkheim med det «gode», og som et resultat aksepterer hver enkelt de moralske reglens egenart og ser på dem som formålstjenlige.

I følge Durkheim er moral og religion knyttet nært sammen, og innenfor det tosidige ønskelige element av moral ser han en stor grad av religiøs påvirkning. Han går til og med så langt som å si at religion og moralsk liv i et samfunn er tett

sammenvevd. I enhver religion vil man finne et sett med moralske idealer og en lære som er diktert til de troende. Dermed springer moralsk autoritet ut fra religiøst liv og bygger nesten utelukkende på makten i religionen. Dette er simpelthen en synliggjørelse av samfunnets kollektive styrke. Ved å ikle seg en moralsk tone, kan religiøse bilder dermed være en viktig fysisk kilde til moralsk autoritet i et samfunn, og det er derfor ikke overraskende at de vekker de samme følelsene av frykt, lydighet og respekt på lik linje med det personen føler i møte med moralske pålegg. Moralsk autoritet kommer dermed til uttrykk gjennom en kraft som er større enn den enkelte, utenfor den enkelte, men også som en kraft som trenger inn i den enkelte og former individets personlighet.

I forbindelse med dette skilte Durkheim mellom to komponenter av moral som begge var like viktig for moralsk oppførsel. Vi har på den ene siden gruppens moral, som eksisterer objektivt og uavhengig av individet, og på den andre siden finner vi den enkeltes måte å representere denne moralen på. Det er med andre ord samfunnets moralske regler som utfører et press på enkeltindividet, men hver enkelt uttrykker likevel dette samfunnets moral på sin egen måte.

Det er imidlertid umulig for hver enkelt å tolke samfunnets moralske samvittighet helt nøyaktig. Selv der moralsk etterlevelse er det riktige (mest komplette), beholder den enkelte fremdeles en individuell moralsk samvittighet og har en finger med i spillet ved å legge deler av sin egen personlighet til samfunnets moralske koder. Noe som gjør det delvis mulig for personen å innføre sin egen moral. På denne måten, slik det er med alle andre sosiale fakta, har moral både et ekstra – individuelt element og et individuelt element. Moralske regler trenger ikke blindt å bli fulgt av enkeltpersoner i følge Durkheim. Det er ikke bare mulig, men kanskje også til nytte for samfunnet, at den enkelte finner grunn til å kritisere, protestere eller gjøre opprør mot de moralske prinsipper som eksisterer i samfunnet. Det kan for eksempel skje endringer i et samfunn som enten fører til at et moralsk prinsipp blir glemt, eller som fører til et brudd mellom et tradisjonelt moralsk system og nye moralske følelser som fremdeles ikke er akseptert av den kollektive samvittigheten.

Når det gjelder samfunnets evne til å forandre seg har dette stort fokus hos Durkheim. I «Division» argumenterer Durkheim med at sosiale forandringer er en mekanisk prosess og ikke en tilsiktet prosess. Endringer i de måter vi mennesker samhandler med hverandre på, som igjen avhenger av demografiske og materielle forhold i et samfunn, er det som først og fremst driver denne prosessen. Fremskritt innenfor teknologi, spesielt transport og kommunikasjon, samt økning i

befolkningstetthet er de to viktigste aspektene som påvirker sosial interaksjon, fordi dette øker sosial tilkobling. Noe som fører til befatninger som varierer i innhold, mengde, frekvens, type og intimitet. Endringer i befolkning og teknologi fører også til at byer, stedet for sosial forandring, også vil dukke opp og vokse fram. Det Durkheim kaller moralsk eller dynamisk tetthet er den hastigheten som individer kommer i kontakt og samhandler med hverandre i.

Den industrielle revolusjon førte til en annen type arbeidsdeling som fikk store økonomiske og sosiale konsekvenser, noe som dokumenteres gjennom den historiske utviklingen av Europa. Middelalderssamfunnets sosiale institusjoner hadde klare skiller mellom områdene religion, politikk og utdanning. En høy befolkningsvekst kombinert med stort demografisk skifte i løpet av det 18. og 19. århundre, godt hjulpet av teknologisk utvikling, førte til at byene ble større, produksjonen ble sentralisert og den økonomiske og sosiale likevekten som preget middelalderen sprakk. Endringene forandret også måten folk forholdt seg til hverandre. Bylivet var preget av større anonymitet, færre nære forhold, men også større personlig frihet. Arbeiderne ble skilt fra familien sin og store deler av levemåten ble dermed endret. Livsstilen i middelalderssamfunnet samsvarte ikke lenger med levemåten i den moderne industrielle verden. Det ble umulig for nye generasjoner å leve på samme måte som sine forfedre. Det europeiske samfunnet ble dermed vitne til en svekkelse av alle sine tidligere tradisjoner, spesielt de som var knyttet til religion.

«De gamle gudene er for gamle, eller de er allerede døde, og andre er ennå ikke født»

Denne erklæringen fra Durkheim er nært knyttet til hans analyse av den sosiale oppløsning av det europeiske samfunnet som følge av modernitet. Dette er et tema han stadig vender tilbake til gjennom hele sitt forfatterskap, fra «Division» til «Forms».

Det europeiske samfunnet ble sterkt destrukturert på grunn av de betydelige forvandlingene som fant sted. Institusjonene som stimulerte livet i Middelalderen forsvant. Samfunnet som helhet mistet sin tidligere funksjon som enhet og samhold. Dette resulterte i at enkeltpersoner hadde store problemer med å finne meningsfylte forhold til sosiale grupper, spesielt siden disse forvandlingene også gjorde gammel tro og praksis betydningsløs. Politiske, økonomiske, sosiale, og spesielt religiøse institusjoner inspirerte ikke lenger til den entusiasmen de en gang gjorde. Da samfunnet ikke lenger fungerte som en sammensatt enhet, og tidligere levemåter ikke lenger var grunnleggende, ble den kollektive kraften som

var så viktig for livet i et samfunn ikke lenger utviklet. Noe som fikk stor konsekvenser for middelalderens religion, kristendommen.

Samfunnet hadde ikke lenger midler til å skape den gjensidige styrken som ligger bak Gud, og troen på Gud ble betydelig svekket, da det kristne samfunnet ikke lenger var tilstrekkelig til stede for hver enkelt, slik at troen på Gud ble opprettholdt. Helt konkret, så følte ikke lenger den enkelte Guds nærvær i livet sitt. Moderne forestillinger om rettferdighet, samt moderne vitenskap tok etter hvert over for kristen moral og metafysikk som følge av mangel på Gudstro. Det sosiale miljøet rundt kristendommen forsvant, og etterlot kristen tro, verdier og tenkning uten sosiale grunnlag for liv. Dette frafallet i kristendommen i det europeiske samfunnet utgjør ingen krise, det gjenspeiler bare et naturlig løp av en utvikling et samfunn kan ha.

Samfunnet har ingen formell måte å organisere eller forstå verden på, og heller ikke et sentralt mål for sannhet. Det blir da grobunn for konflikter mellom enkeltpersoner eller grupper som har forskjellige måter å forstå verden på. En slik konflikt oppstod i det 19. og tidlige 20. århundre mellom kristen religiøs doktrine og moderne vitenskap, og lever videre den dag i dag.

I følge Durkheims analyse er de døde gudene et symptom på et samfunn i forfall som har mistet sin indre struktur og blitt et anarki, eller et samfunn som er uten autoritet og uten noen klare prinsipper, moralske eller på andre områder, til å bygge seg opp på igjen. Til tross for en så nedslående analyse, hadde Durkheim likevel tro på fremtiden. Han mente det ville vokse fram en ny religion som ville lede Vesten ut av kaoset, en han kalte for «dyrkingen av enkeltmennesket.» Durkheim spådde at det europeiske samfunnet nok en gang ville finne enheten og samholdet det manglet gjennom denne nye religionen; det ville ha et nytt hellig objekt. Et eksempel på det er Verdenserklæringen om menneskerettigheter som ble vedtatt i 1948 drøyt 30 år etter hans død.

4. Ulike syn på døden

Mennesket har til alle tider vært opptatt av hva som skjer etter døden. Hva folk tror kommer etter døden avhenger av alder, kultur og religiøs, eller ikke-religiøs tilhørighet.

I sitt foredrag *"Om døden"* som Anders Fogh Jensen holdt i København, 2. april 2013 sier han at det er en misforståelse at døden ikke har noe med livet å gjøre. Vi forventer døden og derfor kan den ikke være ikke-noe. Han hevder at selv om den skulle være en tilintetgjørelse, så kan den ikke være ikke – eksisterende, nettopp fordi den venter oss. Det er også en misforståelse at vi kan la vær å tenke på den og forholde oss til den. Døden gir oss klarhet i hvordan livet har vært, selv om det er uklart hva som skjer etter døden. (<http://filosoffen.dk/filosoffen>)

I følge Fogh Jensen er døden en begivenhet i livet som gjør oss redde og som blottlegger oss helt. Som dødsangst er den kroppslig og billedløs, men utover den så danner vi oss ulike bilder av døden. Det er en utgang fra livet som vi for det meste ser på som et tap, men den kan også være en nødutgang som frigjør oss fra våre lidelser.

Mennesket har gjennom uminnelige tider sett på døden som en utgang, som en befrielse fra den tid som fortsetter. Dette kommer til orde i litteraturen og filmens verden. Fra Tristan og Isolde via Romeo og Juliet til Titanic. Der stor kjærlighet er større enn tiden og hever seg derfor over den gjennom døden. Døden med en god utgang ved at vi ikke dør, kan vi også finne eksempel på i gresk mytologi gjennom historien om gudinnen Aurore og mennesket Tyton. Guder er udødelig, men ikke menneskene, derfor gjør Aurore Tyton udødelig slik at hun ikke mister ham. Han blir imidlertid gammel og innskrunpet ettersom århundrene går og tilslutt ligner han en rosin. Det er forferdelig å være Tyton og han er ikke noe vakkert syn. Mennesket må akseptere at det skal dø og ikke ønske seg udødelighet. (<http://filosoffen.dk/filosoffen>)

4.1 Kristent syn

I følge Fogh Jensen skaper menneskene seg ulike bilder av livet etter døden. I kristen tro dreier det seg om himmel og helvete. Helvete er et sted fullt av lidelse og assosieres ofte med ild og det å brenne opp i helvete. Her straffes man på ulike måter i forhold til ugjerningen en har begått, noe som beskrives bl.a i Dantes *Guddommelige komedie*, når Dante stiger ned i Helvete og møter alle syndere. Kristendommens Himmel er et sted der man er fri fra alle lidelser og hvor man møter igjen alle sine kjære og nære avdøde.

Selvfølgelig må alle forestillingene om hva som skal skje etter døden påvirke livet før døden mener Fogh Jensen. Den store forskjellen mellom protestantismen og katolisismen ligger i at man i katolisismen kan gjøre seg fortjent til frelse gjennom sine handlinger, mens i følge protestantismen, slik Luther innførte den, er det forutbestemt hvilke mennesker som blir frelst fordi det kun handler om tro og ikke gjerninger. Noe som betyr at det ikke nytter å betale avlat til kirken slik katolikkene mener, og som for protestanter kan sidestilles med bestikkelser.

Gjennom troen på et godt liv etter døden kan angsten for døden reduseres, men samtidig kan det føre til at livet blir et venteværelse, hvis man bare venter på at det skal komme noe som er bedre. Man glemmer å omfavne dette livet med dets gleder og muligheter.

Hva er det vi egentlig frykter, når vi frykter døden? At alle muligheter er borte, det som kommer etter, Helvete eller Hades, selve dødsøyeblikket eller hele prosessen som fører oss inn i døden? Mange ønsker å ta farvel med sine kjære mens andre ønsker en brå og uventet død. En drømmedød er vel å sovne stille og rolig inn i løpet av natten og aldri våkne igjen. Ingen vet hvordan de skal dø med mindre de begår selvmord. Og så vidt vi vet er menneskene de eneste vesen som er bevisst at de en gang skal dø. Noe som gjør at vi planlegger hvordan vi skal leve livene våre; hva som er det gode liv, og hvorvidt vi får sett og gjort det vi ønsker.

Kunnskapen om udødelighet får oss imidlertid ikke bare til å handle, men også til å stivne. Ikke kun fordi vi er redd for vår egen død, men også pga. våre kjæres død. Det er to ting man ikke klarer å gjøre, hvis man frykter døden; nemlig å elske og å tenke. Vi må derfor komme over frykten for døden uten nødvendigvis å glemme den. Og heller ikke ved å trøste oss med at det kommer en annen verden etter denne, men ved å leve dette livet uten hele tiden å frykte at vi mister det.

I følge Fogh Jensen gikk den greske filosofen Epikur så langt at han sa døden ikke var noe man skulle bekymre seg for. Døden er ikke for de som lever, for de lever. Og døden er heller ikke for de døde, de er jo ikke der. Fogh Jensen synes imidlertid Nietzsches tanke er bedre; vi vet ikke om det finnes et liv etter døden, så trøst deg ikke med det. Å klynge seg til håpet om dette vil bare føre til at livet blir som et venteværelse. Omfavn heller livets oppturer og nedturer.

(<http://filosoffen.dk/filosoffen>)

I følge Torkelsen (2007 s.90) skaper vi et bilde av Gud som ikke står i Skriften når vi mener at alt det som skjer har en bakgrunn i Guds vilje. Bibelsk virkelighetsforståelse viser ikke et slikt bilde av Gud, det gjør ham lunefull og uberegnelig. Det fremstiller ham som en vi ikke vet om vi kan stole på og vet hvor vi har. Mistillit fostres av et slikt gudsbilde og mistillit til Gud er nettopp vantroens vesen.

Gud er en god Gud i følge Skriften. Han er til å stole på og hans tanker med oss er fredstanker, og ikke tanker om ulykke. Han vil gi framtid og håp, og tillit er nettopp kjernen i troen på Ham. Når verden raser rundt oss og alle svikter, er det i hvert fall En som vil oss vel. Gud er til å stole på og vi kan regne med hans rettferdighet og barmhjertighet.

Det er en vei til Gud gjennom alt som skjer, han kan alltid nås, ikke bare gjennom fromme og velvalgte ord, men også ved klager og protester. Noen ganger kan selve livet bli en bønn. Torkelsen (2010 s.91) våger å endre litt på disse ordene sier han; "Gud har en vei gjennom alt som skjer." Gud har en mening med alt som skjer selv om døden kan føles urettferdig til tider. Spesielt når den omfatter unge mennesker.

Selv om det finnes ulike kristne retninger som katolikker, protestanter, baptister og andre, så er likevel kjernen i kristen tro at det finnes et liv etter døden. Hvor vi havner avhenger av hvordan vi har handlet i vårt jordeliv.

Det første Bibelen nevner at Gud skapte, er himmelen. Himmelen er "Guds sted". Intet som er skapt kan unngå å stå under himmelhvelvingen, den omgir alt som finnes, og dermed under Guds åsyn. Bibelen inneholder ingen særskilt lære om himmelen, og mange forskjellige forestillinger kommer inn i bildet. Himmelen er imidlertid ikke et sted, men et uttrykk for Guds nærvær. Når det kommer til forestillingen om dødsriket, finner man den i enkelte steder i gammel – og mellomtestamentlig tid. Det var her man forestilte seg at de døde oppholdt seg. Denne forestillingen er nesten helt forsvunnet i NT.(Henriksen, 2014 s.103)

Kristen tro bygger på et tidsperspektiv der Gud lar virkeligheten gå mot et mål. Verden skal ikke fortsette i sin nåværende form, men gjenoppstå som ny og bedre. Når Guds rike kommer virkeliggjøres alt det som mennesker knytter håpet til: evig liv, rettferdighet og overvinnelse av det onde. Følgene av at Guds rike oppstår og han fullender sitt herredømme er oppstandelsen fra de døde og dommen over menneskeheten. (Henriksen, 2014 s.265)

I Bibelen snakkes det om to typer død – den fysiske som alle mennesker må gjennom, og den "evige død" som betyr slutten på forholdet til Guds virkelighet for den som ikke tror. Bibelen regner tydeligvis med at hele mennesket er dødt, ikke bare kroppen, selv om enkelte ting i NT kan tyde på at sjelen likevel lever videre uavhengig av legemet. Døden er total i den forstand at mennesket ikke lenger har forhold til noe, verken gjennom legeme, sjel eller ånd. Det betyr imidlertid ikke at mennesket er utslettet: Gud har fremdeles en relasjon til det og holder det i sin varetekt. (Henriksen, 2014 s.269 - 270)

I og med at døden ikke må forstås som en utslettelse av mennesket, er det mange som har benyttet sjansen til å utvikle en lære om en såkalt "mellomtilstand". Det finnes ikke noe klart belegg for dette i Bibelen i følge Henriksen (2014 s.271), så det meningsfulle i en slik forestilling må være å fastholde at mennesket i døden ikke blir tilintetgjort, men at de forbindelser som har utgjort dets liv brytes. Videre mener han at det bare er Guds ensidige relasjon til mennesket som gjenstår, og nytt liv og en oppstandelse kan av den grunn bare ha sitt opphav i at Gud handler og skaper noe nytt med dette mennesket.

Godt og ondt vil leve side om side, så lenge verden består. Hele tiden står verden i tvetydighetens tegn, inntil Guds endelig dom over verden bringer tvetydigheten til opphør. For at Gud skal kunne opprette sitt rike på jord, må han først fjerne det som står i mot ham og hans hellighet. Dommen får derfor en dobbel utgang. Han skiller ut alt som står i mot den nye skapning, og slik sett blir altså dommen en del av Guds nyskapende gjerning. Alle mennesker skal bli oppreist fra de døde ved Kristi komme og verdens nyskapelse og alle mennesker skal møte den dom som blir dem til del ved Guds domstol. Mennesket må stå til rette overfor Guds dom og forholde seg til det liv de har levd. (Henriksen, 2014 s.275 – 276)

At utgangspunktet for dommen er menneskets gjerninger overfor andre utelukker ikke at det er troen på evangeliet som er grunnlaget for de gode gjerninger. Alle mennesker skal gis adgang til Guds rike uten gjerninger, men bare ved troen er nettopp evangeliets budskap. Ved at Gud dømmer mennesker ut fra hvorvidt de har tatt i mot dem som forkynner Kristus, innebærer det også at han indirekte

dømmer menneskets holdninger til den Gud som har sendt disiplene for å forkynne. Gjerninger er derfor tegn som bekrefter troen. (Henriksen, 2014 s.278)

Som en følge av Guds endelige dom finnes det også en evig død, i motsetning til den død alle mennesker må gjennom. Resultatet av denne evige død er at mennesket adskilles fullstendig fra Gud, og fra de gode krefter i tilværelsen som alle mennesker får leve på gjennom skaperverkets nådegaver. I likhet med den biologiske død er forestillingen om en evig død ikke å forstå som en fullstendig utradering av menneskeheten. Menneskets eksistens er ikke lenger preget av de relasjoner som livet som Guds bilde er preget av, selv om det fortsetter å eksistere. Guds forhold til mennesket blir brakt til en definitiv slutt ved den evige død. Nå er ikke lenger det forhold som fremdeles ga seg til uttrykk gjennom gudsbildet til stede. (Henriksen, 2014 s.281)

Fordi mennesket helt og fullt ville leve livet som sin egen Gud blir det gjennom den evige død helt overlatt til seg selv. Den evige død betyr altså at mennesket ikke lenger har noen relasjon med Gud. Alle negative forestillinger om helvete er eksempler for å uttrykke den smerte som ligger i dette tapet. Helvete er derfor ikke et uttrykk for en sadistisk Gud, men en siste konsekvens av at mennesket ikke ville gi slipp på seg selv og dermed påfører seg selv et uendelig fravær av alt som Gud hittil hadde gitt det. Forestillingen om et evig liv er på den annen side nå knyttet til at mennesket heretter mottar alt helt, fullt og utvetydig fra Guds hånd. Gud er nå alt i alle og ingenting skiller lenger mennesket fra Guds gaver. Tilværelsen mennesket allerede har grepet i troen i denne tidsalder blir virkeliggjort og fullbyrdet gjennom det evige liv. Eksistensen preges nå fullt og helt av den frihet og glede som troen lever i. Skapelsens mål er derfor det evige liv i ubrutt fellesskap med Gud. Troen på Jesu oppstandelse gjør det nye livet i fellesskapet med Gud mulig.

Gjennom sin bruk av nådemidlene har den troende allerede "blitt kjent med" det nye livet. Det er altså ikke noe nytt eller fremmed for den som tror. (Henriksen, 2014 s.282)

For de kristne i Norge er det like vanlig med kremasjon som med begravelse. Troen bygger ikke på at når Jesus kommer for å dømme de levende og de døde, så skal de fysisk stå opp igjen fra graven. Det er heller snakk om en åndelig gjenoppstandelse.

4.2 Humanistisk syn

Spinoza ble i 1656 ekskludert på den strengeste måten fra det jødiske samfunnet i Amsterdam. Man vet ikke med sikkerhet hvorfor, men sannsynligheten er stor, for at årsaken var ideene han etter hvert presenterte i sine filosofiske tekster. Han forneker sjelens udødelighet og tanken på en innblanding fra Gud, Abraham, Isaks og Jacobs Gud. Han hevder også at Loven ikke ble gitt av Gud og ikke lenger er bindende for jødene. <http://plato.stanford.edu/entries/spinoza>

Spinoza virket imidlertid fornøyd med endelig å kunne forlate det jødiske samfunnet. Hans tro og religiøse engasjement var på dette tidspunktet blitt borte. I sitt verk *The Ethics* kommer han systematisk med kritikk av det tradisjonelle filosofiske synet på Gud, mennesket og universet. Og ikke minst av de religiøse og moralske verdier som dette synet er bygget på. Det han ønsker å presentere er sannheten om Gud, naturen, oss mennesker og de sosiale, religiøse prinsippene og det gode liv. <http://plato.stanford.edu/entries/spinoza>

Humanismen har sprunget ut fra den samme tradisjonen for fri tenkning som ga opphav til moderne vitenskap. En tradisjon som har vært en viktig faktor i utviklingen av demokrati og menneskerettigheter og inspirert mange av verdens ypperste tenkere og kunstnere.

«Humanismen har ingen eviggyldige skrifter eller sannheter hevet over kritikk. Dens verdier er underlagt pågående kritisk refleksjon.» (<http://www.human.no/>)

Humanismen setter mennesket i sentrum og legger vekt på hver enkelt sitt menneskeverd, selvstendighet, ukrenkelighet og iboende verdighet. Mennesker skal alltid behandles som mål i seg selv er sentralt i humanismen og virkelighetsforståelsen, etikken og menneskesynet baserer seg på fornuft og erfaring, rasjonell og kritisk tenkning, empati og medmenneskelighet. Menneskesynet kommer til uttrykk i FN's menneskerettighetserklæring: *«Alle mennesker er født frie og like i verdighet og rettigheter. De er utstyrt med fornuft og samvittighet og bør handle mot hverandre i brorskapets ånd.»* (<http://www.human.no/>)

Moralske verdier har sin bakgrunn i menneskets natur og erfaringer. Vi har en grunnleggende forståelse og omsorg for andre, og en naturlig evne til empati som kommer til uttrykk gjennom vår samvittighet. Vi har ansvar for de valgene vi tar, samt våre handlinger og for hverandre og kommende generasjoner. Vi må være bevisst vårt ansvar og avhengighet for natur og miljø, og jobbe sammen med

andre til beste for fellesskapet. Normer og regler for mellommenneskelig atferd, avledet av respekt og omtanke, trengs for å dekke den enkeltes behov for beskyttelse.

Humanismen legger stor vekt på respekt for andre menneskers livssynsvalg og toleranse for innholdet i deres livssyn, men er selv uten oppfatninger om guder eller andre overnaturlige makter. Humanister kjemper for retten til frihet fra religion, for livssynsfrihet. Humanismen består gjerne av tre hoveddeler:

- ✚ Virkelighetsoppfatning (hva virkeligheten består i)
- ✚ Menneskesyn (hva som er menneskets plass i denne virkeligheten)
- ✚ Etikk (hvordan menneskene bør leve sammen)

Det dreier seg kort sagt om synet på livet, eller ulike sider ved det. Humanismen er fri for alle former for universell determinisme, være seg former for naturalisme, forutbestemmelser eller predestinasjon i religiøse evangelier, skjebnetro eller fatalisme som søkes avdekket i astrologi og annen spådomskunst. Humanismen har som mål å avsløre og endre slike oppfatninger. De mener mennesket er autonomt og har rett til å velge sitt eget liv. Moralen og etikken blir gjort til et anliggende for den enkelte gjennom fraværet av en ytre autoritet (gud, presten).

Humanismen har ingen forestillinger om et liv etter døden, men har selvfølgelig en seremoni ved dødsfall. Seremonien holdes i ulike lokaler med et verdig preg hvor utleier tillater slik bruk. Offentlige kapeller, sykehus- og sykehjems- kapell er de mest vanlige lokalene, men den kan også holdes i hjemmet. Humanistisk gravferd har fokus på den avdøde og er verdig markering av livets slutt med minnestund. Seremonien har ingen religiøse ritualer, jordpåkastelse eller kirkelige representanter, men det er vanlig med tale, musikk og dikt som den avdøde satte pris på. Det finnes ingen egne humanistiske gravlunder, men noen kirkegårder har et felt som ikke er vigslet, men dette har ingen betydning for humanister og ikke-religiøse. I følge norsk lov skal alle borgere enten gravlegges eller bisettes på kirkegården. (<http://www.human.no/>)

4.3 Jødisk syn

I følge Jødedommen kan vi mennesker stille alle de spørsmål vi vil, men det finnes ikke noe teologisk svar på dem. Gud har skapt verden, men av og til trekker han seg tilbake som verdens skaper. I slike tilfeller skjer det vonde i form av naturkatastrofer eller mennesker som begår onde handlinger. Jødene tror ikke at katastrofer er en straff, men heller at mennesker er på feil sted til feil tid. (Dahl, 2011 s.49)

De mener at det finnes en Gud, men det kan også skje grusomme ting som Gud gråter over. Gud gråter like mye som oss, når et lite barn dør. At Gud trekker seg tilbake som den kontrollerende kraft og at det skjer ting utenom Guds vilje er et mysterium. I møte med katastrofer, sier jødene, at hvis det er en mening med dem, så er den utenfor vår fatteevne. (Dahl, 2011 s.50)

Det har vært en vanlig oppfatning innenfor jødedommen helt fra bibelsk tid at menneskets skjebne både på jorda og i "den hinsidige verden" avhenger av dets religiøse og moralske livsførsel. Mosebøkene inneholder imidlertid ingen lære om en tro på en legemlig oppstandelse i følge Rian og Eidhamar (1999 s.59). Likevel vokste etter hvert denne tanken om oppstandelse fram i jødedommen og er nevnt som den siste av Maimonids tretten artikler.

I vår tid er imidlertid en åndeliggjort tro på sjelens udødelighet mer fremtredende: *"Støvet vender tilbake til jorden og blir som det var før, og ånden vender tilbake til Gud, som gav den.*(Forkynneren 12,7) " (Rian, Eidhamar, 1999 s.60)

Man kan kun bruke lignelser og bilder om den hinsidige verden og i følge Rian og Eidhamar har Leo Baeck sammenlignet den med en uendelig sabbat. I likhet med sabbaten er det hinsidige glede og hvile, og å ha tid til det viktigste i livet. For jødedommen er troen på fortapelsen fremmed. En kortere eller lengre lutring av sjelen, som får del i saligheten, finner sted etter døden. Helvete eksisterer ikke. I Talmud heter det at "hele Israel har del i det evige liv" og det heter også at "de rettskafne av alle folk har del i evigheten".

Noen snakker om "den kommende verden" i stedet for "den hinsidige verden". Det er da snakk om den jordiske tilværelsen i messiansk tid, med gjenoppbygging av tempelet og nasjonens gjenreisning som hovedformål. Selv i dag kan vi innenfor jødedommen møte en messiastro som ved opphørelsen av den eksisterende tidsalder forventer at det kommer en mektig frelser, som gjennom sin kraft og ånd skal gjennomføre en komplett politisk og åndelig frelse for Israels folk, og samtidig bane vei for frihet og fred for hele menneskeheten.

Messias er ikke så mye en person, men snarere en tid eller tidsånd i følge enkelte. Københavns tidligere overrabbiner Marcus Melchior skrev i følge Rian og Eidhamar (1999 s.60) at *"messianisme er i virkeligheten et krav til mennesket, og når kravet oppfylles er Messias en kjennsgjerning"*. Ut fra denne forståelsen er messianisme fullkommen etikk. Den er fullbyrdelsen av det etiske behovet som bringer messianske tilstander på jorda. I alle sine former er messianisme et vitnesbyrd om en jødedom som i vekslende tider og ulike kår har hatt en hardnakket tro på morgendagen.

I følge tradisjonell jødedom (www.jewfaq.org) er ikke døden slutten på menneskelig eksistens. Jødedommen har ikke mange doktriner om livet etter døden og åpner spesielt for mange personlige meninger, siden den hovedsakelig fokuserer på livet her og nå, og ikke det hinsidige. Det er fullt mulig for en ortodoks jøde å tro at sjelene til de rettferdige går til et sted som tilsvarende den kristne himmelen, at de blir reinkarnert, eller bare venter på Messias og dommens dag, da de vil gjenoppstå. At onde sjeler går til grunne gjennom døden og opphører å eksistere, samt at de ugudeliges sjeler plages av demoner de selv har skapt, er det også fullt mulig for en ortodoks jøde å tro på.

Troen på livet etter døden er en lære som ble utviklet sent i jødisk historie i følge enkelte forskere. At Torahen understreker umiddelbare, konkrete fysiske belønninger eller straffer, heller enn abstrakte fremtidige straffer stemmer, men det er likevel også klare bevis på en tro om et liv etter døden. Flere steder i Torahen gis det tydelige indikasjoner på at de rettferdige vil bli gjenforent med sine kjære, mens de ugudelig utelukkes fra denne gjenforeningen. I tradisjonell jødedom er det en grunnleggende tro på den endelige oppstandelse fra de døde. Dette var imidlertid noe som skilte sadukeerne fra fariseerne, da sadukeerne ikke fant denne teorien uttrykkelig begrunnet i Torahen, mens fariseerne fant den underforstått i enkelte vers. Tiden da oppstandelsen fra de døde skal skje, er benevnt som den messianske tidsalder, på hebraisk som Olam Ha – Ba, den verden som kommer. Begrepet er imidlertid også brukt som referanse til det åndelige livet etter døden.

Alle andeler i Olam Ha – Ba vil ikke være helt like, en spesielt rettferdig person vil ha en større andel enn en gjennomsnittlig person, selv om Talmud (www.jewfaq.org) sier at hele Israel har en andel og man kan også miste sin del ved å gjøre dårlige gjerninger. Denne læren blir av noen sett på som jødernes måte til "å tjene sin vei inn i himmelen" ved å utføre gode gjerninger. Det er derfor viktig å huske på at jødedommen ikke fokuserer på hvordan man skal komme inn i himmelen, i

motsetning til enkelte religioner, men fokuserer på livet og hvordan det skal leves. Jøder gjør gode gjerninger ut av kjærlighet fordi det er et privilegium og en hellig plikt, ikke med tanke på hvor de skal etter døden. Hvem du er, eller hvilken religion du bekjenner deg til, bestemmer ikke om du får plass i Olam Ha – Ba, det styres av et system basert på dine handlinger. De rettferdige døde vil bli brakt tilbake til livet, og får muligheten til å oppleve den fullkomne verden som deres livsførsel har vært med på å skape, mens de ugudelige døde ikke vil gjenoppstå, når Messias kommer for å innlede den perfekte verden med fred og velstand.

Jøder tror også definitivt på at menneskeheten, i Guds øyne, er i stand til å bli sett på som rettferdige, eller i hvert fall gode nok til å fortjene en plass i paradiset etter en viss periode med rensing. De rettferdiges sted for åndelig belønning blir ofte på hebraisk referert til som Gan Eden (Gahn ehy – DEHA) (Edens hage), men må ikke forveksles med den hagen Adam og Eva var i; det er et sted for åndelig perfeksjon. Det varierer mye fra kilde til kilde hvordan dette stedet beskrives. Den fred man føler når man opplever Sabbaten skikkelig er bare en sekstiende del av gleden av livet etter døden sier en kilde. Andre kilder sammenligner følelsen av glede i det hinsidige med gleden ved sex eller varmen fra en solrik dag.

Den levende kan imidlertid ikke på noen måte forstå innholdet i dette stedet noe mer enn den blinde kan forstå farger. Det er kun de veldig rettferdige som går direkte til Gan Eden. Den gjennomsnittlige personen må gjennom en form for renselse eller straff, ofte referert til som Gehinnom (Gehenna). Noen synspunkter ser på Gehinnom litt som det kristne helvete med ild og svovel, mens ett av de mystiske synspunkt mener hver synd vi begår skaper en demon og at vi derfor når vi dør, blir straffet av alle demonene vi har skapt. Atter andre kilder, ser på det som en tid hvor vi objektivt vurderer vår livsførsel, ser skadene vi har forvoldt, mulighetene vi gikk glipp av, og får sjansen til å angre på våre handlinger. Perioden i Gehinnom overstiger aldri 12 måneder før man stiger opp for å innta sin plass i Olam Ha – Ba. Det er kun de onde som ikke stiger opp på slutten av denne perioden. Hva som da skjer er forskjellig fra kilde til kilde: noen mener at de ondes sjel opphører å eksistere fordi den er fullstendig ødelagt, mens andre igjen mener den eksisterer videre i en bevisst tilstand av evig anger. (www.jewfaq.org)

Alt i alt er jødedommen mer opptatt av livet her og nå og begravelser må skje så fort som mulig etter døden. Det er også meget viktig at begravelsen finner sted på en egen jødisk gravlund, og for ortodokse er det uaktuelt med kremasjon. Da innvandringen til Norge begynte på 1800-tallet etter opphevelsen av

jødeparagrafen, sørget jødene for å kjøpe grunn til kirkegård før de tenkte på synagoge og menighetsdannelse.

Familien står ansvarlig for begravelsen, men allerede i oldtiden fantes det begravelsesbyråer som hjalp familien med dette. Begravelsen er veldig enkel og det skal ikke gjøres forskjell på fattig og rik, så kisten er som regel veldig enkel. Den første uken etter begravelsen er sørgeuke for de nærmeste. Et lys tennes i hjemmet for den døde hvert år på dagen for dødsfallet. En del har et lys brennende hver dag fra soloppgang til solnedgang det første året. (Rian, Eidhamar, 1999 s.84)

4.4 Muslimsk syn

Troen på oppstandelse og et evig liv står sentralt i Islam og livet på jorda regnes kun som et kort forspill til det evige liv. I følge kjente sitater fra *Hadith* får den døde besøk av englene Munkar og Nakir i graven. De stiller fire spørsmål; *"Hvem er din Gud? Hvilken religion har du? Hvem er din profet? Hvilken bok har du? Den dødes svar avgjør hans skjebne.* (*Miskhat-ul-masabih 130, Bukhari 23,88*) (Rian, Eidhamar, 1999 s.159)

En trompet lyder når selve dommedag innledes. Da står alle de døde opp fra sine graver, for å få sin dom. Hver enkelt blir av Gud dømt ut i fra sine meritter. I *Hadith* fortelles det om en bro som er spent over helvete, den må alle over. For de gode er den bred og fin, mens for de onde er den smal som et hårstrå. I de tradisjonene der dommedag er lagt til Jerusalem er broen spent opp fra tempelplassen til Oljeberget.

Både paradiset og helvete blir tydelig beskrevet i Koranen. Paradiset beskrives som et sted med skyggefulle trær, fyrstelige divaner å hvile på, urørte jomfruer samt god mat bestående av blant annet honning, melk og vin. Guds fred hviler over det hele. (Rian, Eidhamar, 1999 s.159)

Direkte oversatt betyr det arabiske ordet for helvete ild og tilværelsen her blir beskrevet med den største gru:

"Der skal de vantro drikke kokende vann, men aldri bli utørste. De skal hyle av smerte mens ildtunger slikker deres kjøtt. Denne tilværelsen skal vare ved i all evighet (sure 38, 49-60; 56, 15-56) (Rian, Eidhamar, 1999 s.160)

Døden er i følge prinsippene for muslimsk tro slutten på et fysisk liv på jorden og begynnelsen på en hvileperiode inntil oppstandelsens dag, når Allah skal dømme levende og døde. Himmel og helvete er også begreper i Islam og mange muslimer

tror at de "rettferdige" kan ha visjoner av Gud etter døden, mens de "slemme" kan ha visjoner av helvete. Muslimer tror imidlertid sjelen forblir i en form for søvn inntil dommens dag, med mulige unntak av disse synene av himmel og helvete. Alle blir dømt etter sine gjerninger i løpet av livet på dommens dag. Det er også en del muslimer som tror at ikke – muslimer kun kan komme til himmelen etter en renselsesperiode i skjærsilden. Islam har også vesener bestående av rent hvitt lys som kalles engler. (Williams, 2015)

Helt siden Mohammeds tid har oppfatninger om oppstandelse, himmel og helvete eksisterte innenfor islam. Både Koranen og Hadith henviser til ett liv etter døden. I følge islam ble mennesket, i Guds bilde, skapt med ett ytre skall av leire og med en åndelig del plassert i midten, og som kan kommunisere med Gud. Dette senteret er et mikrokosmisk speilbilde av det islamske makrokosmos, som ses som en klode av uendelige riker fylt av lys og det reneste av Guds skapninger. Denne åndelige delen er fylt av lys, mens menneskets ytre representerer mørket. Et eller annet sted i mellom disse to motsatte prinsippene – lys og mørke - befinner menneskets sjel seg som en blanding av disse to, enestående for hvert enkelt individ, mens ånden som oppholder seg i sentrum, og er av gudelignende natur, er lik for alle.

Inntil oppstandelsens dag kommer befinner mennesket seg i en slags "mellomverden", et rike lokalisert nærmere det lysende kosmiske senteret. Sjelen til den avdøde, frigjort fra sin kroppslige form, kan i denne "mellomverden", som har en viss likhet med drømmeverden, vekkes å bli klar over sin rette natur. Når menneskelige muligheter og potensiale er oppbrukt, er tiden på jorden over og oppstandelsens dag kommer. Tiden man er i denne "mellomverden" er veldig viktig i forberedelsen til oppstandelsens dag, som utgjør et av de grunnleggende prinsippene i islamsk tro, og noen mener den kan vare i tusenvis av år. Sjelene som blir gjenforent med sin fysiske kropp vil denne dagen bli tildelt evig liv enten i paradiset, som bokstavelig talt er en hage, eller havne i helvete (brann), avhengig av livsførsel. (Williams, 2015)

Selv om oppfatningen om at figuren Madhi, som en rettferdig leder eller rett veiledet en, vil regjere for en kortere periode i løpet av de siste dagene er populær blant mange sunnimuslimer, står den enda mer sentralt i sjia – islam. En falsk Messias som vil forsøke å lede verden på villspor vil etterfølge ham, en parallell til den kristne forestillingen om Antikrist. Profeten Jesus vil imidlertid til slutt synes å dukke opp for å innlede den endelige dommen. Jorden vil skjelve og fjell vil bli til støv på dommens dag og som i andre av Midtøstens religioner vil de døde

gjenoppstå og bli dømt. I mye større grad enn jødisk – kristne skrifter inneholder forskjellige kapitler i Koranen levende beskrivelser av både paradiset og helvete.

Blant islamske teologer, spesielt de fra Asharite – skolen, tror man at hvis en troende har kommet til helvete kan Gud likevel, enten med en gang eller etter en bestemt periode der hans feil har blitt "brent" bort, tilgi hans synder eller avvik og fjerne ham. Denne teorien baserer seg på Hadiths lære: *"Han skal ta menn ut av helvete etter at de har blitt brent og redusert til slagg."* (Williams, 2015) Et annet muslimsk limbo – al-A'raf (høyde eller voll), beskrevet i et kapittel i Koranen med samme navn, der de sjelene oppholder seg, som ikke har fortjent fordømmelse og enda ikke er i stand til å gå inn i paradiset, eksisterer side ved side med denne skjærsilden av lidelse.

Synet på kroppens og sjelens skjebne, vil bortsett fra med visse fellestrekk, variere sterkt innenfor sjia – og sunni – islam. I følge sjiaene er mennesket en ånd, "ruh" (åndelig pust, som er udødelig av natur), som bruker kroppen som et instrument. Ånden, kan ved død, bli frigjort fra kroppen, gjenoppdage sin sanne natur og sjelene til de som trodde på Gud nyter visjonen av Gud og lever inntil oppstandelsens dag.

Kroppene til de rettferdige vil gjenforenes med sine sjeler på oppstandelsens dag og gå inn i paradiset for evig tid, mens de vantro sine sjeler vil lide til siste dag og på oppstandelsens dag gjenforent med sine kropper lide evig straff.

Sunniene mener mennesket består av både kropp og sjel og at begge vil dø og tilbringe en viss tid i graven, der de personlig blir dømt av to engler og en guddommelig dommer. Denne personlige dømmingen etterfølges av en andre død, som blir opphevet, men bare for de som døde i Guds navn. Sjeler blir deretter antatt å forsvinne for å dukke opp igjen på dommens dag, for å slutte seg til sine opprinnelige kropper. (Williams, 2015)

I følge islam skjer ingenting med mindre Gud tillater det og menneskets livstid er allerede bestemt før det blir født. Muslimsk tro bygger på at Gud gir livet, og han stanser livet når han vil. Hvorvidt han velger å ta mennesker i grupper eller en og en, som 70 – åringer eller 5 – åringer, så endrer ikke denne oppfatningen seg. Hovedoppgaven for en imam er å formidle trøst fra Gud. Når det gjelder barn, så har dem direkte adgang til paradiset og for foreldre som mister barn i katastrofer, er trøsten at barna er i paradiset sammen med alle troende til alle tider. (Dahl, 2011 s.49)

I følge Islam må man være forberedt når døden nærmer seg, for det er i dødsøyeblikket Satan er mennesket nærmest. Det er av stor viktighet at den døende har gjort opp i forhold til sine medmennesker. Hvis han har gjort urett mot noen må han ha bedt om unnskyldning og han må ha betalt sin gjeld. Han bør ligge med fjeset vendt mot Mekka og de pårørende kan hviske trosbekjennelsen i øret hans, som et siste farvel, for at han skal huske den i livet etter. Etter dødsfallet gjennomføres det en obligatorisk rituell vasking av den døde kropp. Dette gjøres vanligvis av de pårørende, en kvinne må vaskes av kvinner, menn av menn, eventuelt kan ektefellen utføre den.

Det brukes vanligvis ikke kiste, liket blir svøpt i ett hvitt stoff uten sømmer, men i Norge brukes likevel kiste uten kristne symboler. Gud alene bestemmer tidspunktet for døden, og derfor mener mange at det ikke er riktig å gråte i sorg over en avdød. I Hadith heter det at «*den døde straffes fordi levende gråter over ham*» (Muslim 2018) Hvis det likevel gråtes i en muslimsk begravelse forklares det gjerne med at man gråter over de gode gjerningene man selv ikke har fått gjort mot den avdøde. Det fremsies en bønn for den døde under begravelsen og den døde senkes ned i graven med ansiktet vendt mot Mekka. Det finnes egne muslimske gravplasser i Norge. (Rian, Eidhamar, 1999 s.185)

5. Ulike måter å møte døden på.

I skolen møter vi mange ulike sider av døden. Vi møter elever som har mistet familiemedlemmer for eksempel etter langvarig sykdom, av slag/hjerteinfarkt, på grunn av alderdom eller ved ulykker. Uansett hvilken måte våre kjære går bort på, så opplever man sorg ved å miste noen. For barn/ungdom kan det å miste en skolekamerat, god venn og til og med et kjæledyr også medføre stor sorg. I dette kapittelet har jeg imidlertid valgt å sette fokus på når man mister noen i nærmeste familie, og vil i den forbindelse se på selvmord, sykdom og ulykker som aktuelle typer dødsfall.

Selvmord er et økende problem blant ungdom og eldre menn i følge statistikken. Siden jeg skriver om skolen og hvordan den skal håndtere elever i sorg, så vil jeg selvfølgelig fokusere på ungdom. Selvmord er en type av flere mulig hendelser og jeg vil behandle det på lik linje med langvarig sykdom og ulykker av ulike slag, som er den typen vi møter i skolen. Dyregrov og Raundalen (1994, s.36) viser til en amerikansk undersøkelse fra 1991 gjort blant collegestudenter som ble spurt om hvordan venner dør, at 65,5 % skyldtes ulykker, hovedsakelig bilulykker, 16,8 % skyldtes sykdom, 8,7 % selvmord og 6,6 % mord. Det er rimelig å anta dette vil stemme ganske bra med norske tall, med unntak av mord som vil være betraktelig lavere.

5.1 Selvmord

Selvmord er ikke et nytt fenomen i vårt samfunn. Minois sier i sin bok «History of suicide» (1999 s.1) at det er mangel på dokumentasjon som er årsaken til at det ikke finnes noen statistikk over antall selvmord fra tidligere tider. Folk som begikk selvmord hadde ikke krav på religiøs begravelse og dødsfallet ble dermed ikke registrert.

Fra tidligste antikken og frem til i dag har noen valgt å ta sitt eget liv. Selvmord har som oftest blitt sett på med avsky, med enkelte unntak der det har vært snakk om heltemot, fordi det ville være en fornærmelse mot Gud, som har gitt oss liv, og samfunnet som tar vare på sine medlemmer. (Minois, 1999 s.3)

Selv om middelalderen skiller seg ut ved ikke å ha noen strålende selvmord, som Seneca eller Cato, så er det likevel ingen grunn til å tro at det ikke ble begått noen. I katolisismen er selvmord sett på som feigt, noe som kan ha påvirket

antallet. Det ble også sett ulikt på i de forskjellige sosiale klassene. Mens bønder og håndverkere ville slippe unna fattigdom og lidelse, arrangerte riddere og geistlige sin egen død for å unngå ydmykelse eller frata den «vantro» seieren. Det første ble sett på som direkte og egoistisk og derfor feigt, mens det andre var indirekte og uegennyttig og ble da sett på som modig i tråd med ridderlig ære. (Minois, 1999 s.12)

Bibelen forteller også om selvmord i det jødiske samfunnet i følge Minois (1999 s.19-23). Dette er i forbindelse med kriger og blir sett på som heltemodig. Selvmordene var både enkeltstående og kollektive for at jødene ikke skulle falle i hendene på sine fiender og få en uverdigg behandling. Moseloven forbyr drap, men den sier ikke spesifikt at det også gjelder selvmord. Fortellingene i Det Gamle Testamentet om selvmord blir ikke etterfulgt av noen fordømmelse slik mord blir.

Minois ser videre på endringer i samfunnet gjennom renessansen og fra den franske revolusjonen til det tjuende århundre. Måten å se på selvmord er nært knyttet til religion og tradisjoner, men det forekommer i større eller mindre grad opp gjennom århundrene.

Selvmord ble ikke studert i særlig grad før etter at Durkheim publiserte sin bok «Selvmordet» i 1897 i følge Minois (1999 s.1).

Durkheim har i sin bok sett på selvmord som en sosiologisk undersøkelse og en av faktorene han har brukt som grunnlag, er religion. Jeg har valgt kun å se i forhold til religion, da det er den faktoren som er aktuell i forhold til selvmord som en av måtene å møte døden på.

I følge Durkheim (2012 s.43) kan man ved å studere selvmordsstatistikkene i de europeiske landene se at tilbøyeligheten er meget lav i rent katolske land som Spania, Italia og Portugal, mens den er høyest i protestantiske land som Tyskland og Danmark.

Han mener at de kulturelle forholdene er nokså like i de fleste katolske og protestantiske samfunn og at man derfor kan tilskrive de religiøse ulikhetene den store forskjellen i selvmordshyppigheten.

Durkheim har også sett på Sveits som er interessant fordi det finnes både en tysk og en fransk befolkning og religionens betydning da kan sees separat for hvert av folkeslagene. Studien viste at den var lik for begge. Det ble begått flest selvmord i de protestantiske kantonene uavhengig av nasjonaliteten. Han viser også til at forskjellen mellom befolkningene på den skandinaviske halvøya og Sentral -

Europa er tilstrekkelig stor til at man kan si at protestantismen ikke har den samme virkningen der som i Sentral – Europa. Likevel har Sverige og Norge høyere hyppighet av selvmord enn for eksempel Italia, så han mener at protestantismen kan være årsaken. Jødedommen har alltid lavere tall enn protestantismen, og stort sett også lavere enn blant katolikkene, men her er forskjellen mindre. Under ellers like forhold er jødedommen den religionen som vil ha lavest hyppighet av selvmord. (Durkheim, 2012 s.44-47)

I følge Durkheim (2012 2.48) kan disse lave tallene skyldes at katolikker og jøder er i mindretall i de samfunn undersøkelsene er gjort. Som religiøs minoritetsgruppe må man utøve stor selvkontroll og selvdisiplin for å overleve og klare seg mot resten av samfunnets fiendtlighet. Men likevel kan ikke den lave hyppigheten innenfor katolisismen bare skyldes at de er minoritetsgruppe i noen samfunn, når tallene også er lave i rent katolske land.

Uansett hvor mange som bekjenner seg enten til katolisisme eller protestantisme, så har Durkheims observasjoner vist at selvmordshyppigheten er mye større blant protestanter enn katolikker. Han mener forklaringen ligger i de to religiøse systemenes karakter. Begge straffer selvmord veldig strengt, men læren inneholder også troen på ett liv etter døden der mennesket blir straffet for sine noe onde gjerninger, og herunder regnes selvmord. Forbudene har også en guddommelig karakter og blir ikke fremstilt som den logiske konklusjonen på et resonnement, men har sin autoritet fra Gud. Den høyere selvmordshyppigheten blant protestantene skyldes derfor ikke at de har et annet syn på selvmord enn katolikkene, men må ligge i de mer allmenne egenskapene som skiller disse to religionene. Den største og vesentligste forskjellen som skiller disse to, er at protestantismen tillater tankens frihet i mye større grad enn katolisismen. (Durkheim, 2012 s.49)

Katolikkene aksepterer sin tro som den er, uten å etterprøve den. Det er forbudt å lese originaltekstene, så den kan heller ikke utsettes for en historisk granskning. Katolisismen er bygget oppgjennom et fullstendig autoritært hierarki for å bevare tradisjonene. All forandring strider mot katolsk tankegang. Protestanten derimot er opphavsmann til sin egen tro. Han leser bibelen uten å bli påtvunget noen spesiell tolkning. Presten er en veileder med større kunnskaper og sin egen tro som inspirasjonskilde, men uten noen autoritet til å fastsette dogmer. Protestantens tilbøyelighet til å begå selvmord må ha en sammenheng med den innflytelsen som friterkerånden har innenfor religionen. (Durkheim, 2012 s.50)

Odèn (1998 s.9) sier i forordet til boken "*Den frivilliga døden...*" at brevet fra gårdsgutten Anders Jönsson fra Borås, som ble gjengitt i en domstolsprotokoll fra 1711, kanskje er den eldste bevarte hilsen fra et menneske som har valgt å ta sitt eget liv i Sverige. Brevet gir ingen annen pekepinn på hvorfor enn at han led av kjedsomhet. Hun sier videre at Sigmund Freud mener at vi alle inni oss har en drift til å ville leve, men også en form for dødsdrift. Hun mener at hvis denne teorien stemmer, så må vi regne med at det gjennom alle tider og i alle samfunn har levd mennesker som ønsket å dø, men at det er få av de som har gjennomført det.

I følge Odèn så finnes det i et hvert samfunn restriksjoner i form av normer, holdninger lover og forbud som begrenser menneskets frie vilje. Forholdet til de nærmeste er også ett stort hinder, når det kommer til et så drastisk valg som å begå selvmord.

I Sverige var selvmord sett på som en kriminell handling fra middelalderen og fram til 1864. Det var dermed en del av både det rettslige og kirkerettslige sosiale feltet. I den vestlige verden har selvmord gått fra å være en forbrytelse verre enn mord til å bli en frihetshandling. Offisielle statistikker i Sverige viser en merkbare oppgang fra midten av 1800-tallet, spesielt gjelder dette gamle menneskers selvmordtendens både historisk sett og i moderne tid. (Odèn, 1998 s.12)

Odèn (1998 s.213) sier vi lever i forfallens tid. Vitenskapen endrer og utvikler seg raskere enn før. I følge Odèn utviklet Freud forskjellige teser om at lysten til å begå selvmord skyldes aggresjon. Ikke mot dem som har sviktet, men mot seg selv og det man higer etter. Dette legger ansvaret for selvmord på individnivå, i stedet for på samfunnet, slik Durkheim gjorde. For å forklare selvmordets gåte blir dermed synet på og forståelsen av seg selv, som selvmorderne har, viktigere enn samfunnets struktur.

I følge Odèn er sosiologen Anthony Giddens en av de som lykkes best med å forklare kløften mellom samfunnet og individet, mellom aktør og struktur når det gjelder teorier om selvmord. Han la i 1966 fram en teori om selvmord som bygget på Freuds teori om aggresjon. De som begår selvmord er enten depressive mennesker som blir mer og mer innsluttet og moralsk og sosialt isolert, eller angstfylte mennesker som ikke greier å bekjempe sin egen selvforakt.

Det moderne samfunnets stadige endringer mot større ansvar hos individet, og større konkurranse og krav til suksess, er den største trusselen for disse mennesketypene. Som handling er selvmordet for den største gruppen et rop om hjelp og anklager om uteblitt hjelp, mens for den andre gruppen dreier det seg om

skamfullhet over eget jag etter å lykkes. Samfunnets holdning til selvmord påvirkes når selvmordshandlingen blir til et språk som fungerer i samfunnet. (Odèn, 1998 s.14)

På folkemunne kan man møte uttrykket "han valgte å ta sitt eget liv" i forbindelse med selvmord. Torkelsen (2007 s.62) sier han finner denne formuleringen problematisk. Han gjør ikke det for å kritisere familier som kanskje har brukt uttrykket i dødsannonser, etter å ha mistet noen ved selvmord. Han mener vi alle leter etter ord som kan hjelpe oss med våre vonde erfaringer og få oss til å forstå det ubegripelige. Samtidig griper ord vår forståelse og i noen tilfeller kan ordene føre oss på ville veier og skape større problemer enn de løser. Spesielt hvis ordet valgt knyttes til ordet selvmord.

I følge Ekvik (2010 s.160) forekommer selvmord i alle aldersgrupper, men det er blant ungdom i alderen 10 – 19 år vi finner den største økningen. Parasuicid, som omfatter både selvmordsforsøk og selvpåførte skader, er det også økning av. Han mener at suicid og parasuicid kan oppfattes som nærliggende fenomener, da personer som har brukt selvskading som uttrykksmåte sannsynligvis vil prøve å ta sitt eget liv senere. Legges det i tillegg til alle som har selvmordstanker og som snakker om det, ser vi konturene av en problematikk som også skolen må være oppmerksom på, mener han. Ikke minst på det forebyggende feltet, kan skolen gjøre en stor innsats ved å gi ungdom kunnskaper om ungdomskriser, konfliktløsning, kommunikasjon og selvmordsproblemer.

5.2 Sykdom

Kreft er vel den langvarige sykdommen vi møter flest tilfeller av i skolen, spesielt når det kommer til elever. Foreldre og lærere kan rammes av hjerteproblemer, men utgangspunktet mitt i dette kapittelet vil være kreft. Det finnes mange ulike typer kreft, men jeg skal ikke gå nærmere inn på det her. Jeg snakker generelt om hvordan alvorlig sykdom kan ramme familien med fokus på barn ved hjelp av Atle Dyregrov og Magne Raundalen sin bok *Sorg og omsorg i skolen*.

De meste vanlige typene hos barn er delt inn i tre cirka like store grupper: akutte leukemier (ALL og AML), hjernesvulst og solide svulster på forskjellige organer og deler av kroppen. 75 – 80 % av barna overlever takket være god medisinsk behandling. Noen får varige skader som følge av behandlingen, mens mange blir helt friske igjen. (www.barnekreftforeningen.no)

5.2.1 Ulike stadier familier med alvorlig syke barn går gjennom.

I følge Raundalen (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 58) rammer alvorlig sykdom hos barn hele familien. Han snakker om ulike stadier familier kan gå igjennom når et barn blir alvorlig syk. Disse stadiene vil jeg se videre på.

Raundalen bruker begrepet "foregreet sorg" om disse situasjonene. Begrepet er hentet fra engelsk og betyr på originalspråket "anticipatory grief" og oversatt til norsk blir det "foregreet sorg". Dette begrepet dekker de tilfellene der familier begynner å sørge over barnet allerede da en alvorlig diagnose blir stilt.

Dette fenomenet er en del av de voksnes reaksjonsmønster, og man ser vanligvis ikke på hva foregreet sorg kan resultere i hos det alvorlig syke barnet. Barn kan med sitt følsomme mottakerapparat fornemme at deres foreldre avskriver dem, men ingen sier noe og dette kan jo få enorme konsekvenser videre i livet.

Raundalen har møtt flere pasienter som forteller hvor vondt det var å oppleve sin "egen begravelse" den første tiden etter at de fikk kreftdiagnosen. Noen drømte at foreldrene trodde de var døde og derfor la dem i kisten. Hvordan familien takler dette problemet blir veldig viktig. Å få snakket om det gjør at foreldrene kan forstå at det er en uvanlig og sykkelig reaksjon som kan motvirkes. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 58)

Raundalen beskriver flere kasus for å belyse ulike situasjoner rundt begrepet foregreet sorg og hvordan barn blir påvirket. Han snakker så videre om en periode han kaller gjennomtreningstiden som også først ble beskrevet i engelsk terminologi som "the penetrating phase". Dette begrepet beskriver den perioden som foreldrene befinner seg i før det går ordentlig opp for dem at barnet deres har en livstruende sykdom til tross for at de har fått diagnosen.

Her er det forskjellen på hvordan foreldrene reagerer, og forsvarer seg på, samt hvilke typer bortforklaringer de benytter som vil være problematisk å mestre. Noen trøster seg for eksempel tidlig i fasen med at blodprøver er byttet om, feil analysemetode er benyttet eller at legen har slått opp i feil bok osv. foreldre tar ofte ikke opp dette fordi de på en måte vet at de har falske forhåpninger, men på samme tid lar de det heller ikke synke helt inn. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 60)

Raundalen sier videre at det er viktig å huske på at foreldrene kan ha slike tanker parallelt med den korrekte informasjonen de får, og at de på et vis skifter mellom virkeligheten og drømmeversjonen. Optimisme preget informasjon vil være med på å redusere fantasiflukten og gjennom -treningstiden.

I denne perioden er det viktig at begge foreldrene får forklaring og informasjon de første ukene, slik at gjennom-trengingsperioden ikke blir en udetonert bombe mellom foreldrene. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 61)

I noen tilfeller begynner foreldre å tenke på å få et barn til som erstatning for den de mister. Dette er spesielt aktuelt i familier som har to barn og ikke kan tenke seg at de bare skulle klare seg med ett barn. Motivet for å få et barn til variere og kan være veldig forskjellig foreldrene i mellom, noe som gjør dette til et veldig vanskelig tema å håndtere der og da. Foreldrene ønsker som oftest å snakke opp nettopp dette fordi de ikke får det ut av tankene og fordi all kommunikasjon kan stoppe opp hvis ikke de greier å snakke det begge har i tankene hele tiden. Denne situasjonen kaller Raundalen devaluering av familien.

Det syke barnet er selvfølgelig ikke upåvirket av situasjonen, det både hører, ser og føler litt av det som skjer. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 62)

Veldig mange familier til barn som har kreft erfarer at den nærmeste slekten og omgangskretsen har så mange fordommer, feiloppfatninger eller skrekkforestillinger om kreft at det blir de som må informere og trøste i stedet for å motta trøst. Foreldrene hadde selv en forventning om å bli trøstet og støttet av de som ikke var direkte rammet og opplever derfor dette som en kjempebelastning.

Problemet kan skyldes både en generasjonskløft og en informasjonsforskjell. Foreldrene får i slike tilfeller stort behov for profesjonell hjelp, trøst og støtte. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 63)

Sjalusi i nettverket er et høydramatisk problem som oppstår i de fleste familier i mer eller mindre anstrengte varianter i følge Raundalen (1994, s.64). Dette kan skape uløselige konflikter og sår i familien og bør derfor tas opp med familien på et relativt tidlig tidspunkt i sykdomsforløpet, slik at de er forberedt på at dette er helt normalt.

Det kan også oppstå en kollisjon i hjemmet hvis far har styrt hjemme med eldre eller yngre søsken, mens mor har vært på sykehuset. Han har laget sine egne rutiner, nye regler for de eldste, nye krav til deltagelse. Dersom mor avviker dette fordi hun regner med at hun automatisk er sjefen igjen kan det bli en kraftig kollisjon der far med rette vil påstå at han blir helt overkjørt. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 65)

Alvorlig sykdom hos barn kan også bli et problem sett fra et utviklings – synspunkt. Barnet er plutselig i en situasjon preget av angst og avhengighet og blir på samme tid fratatt bestemmelsesretten på mange områder. Dette kan bli meget traumatisk spesielt hvis man er i ungdomssalder eller i spesielle overgangsfaser. En annen dramatisk betegnelse er det foreldregjorte barnet. I noen tilfeller er det barnet som inntar voksenrollen. Spesielt vanskelig for barnet er den varianten hvor det får ansvaret for at foreldrene er venner eller at skilte foreldre kan føre en samtale over sykesengen. Dette er ofte mer enn barnet kan takle, psykisk sett, i tillegg til alt annet det skal mestre. En annen variant av dette forholdet oppstår når søsken hjemme går inn i en foreldrerolle med alt dette innebærer av ansvar og plikter, og med få muligheter til å leve som barn eller ungdommer flest. Barn kan vokse på mer ansvar, men for mye kan tyngde dem og dermed forkorte barndommen (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 66-67)

Avledningsmanøvre i form av atferdsproblemer kan være noe det syke barnet eller dets søsken benytter seg av, i følge Raundalen (1994, s.68), for å gi foreldrene noe annet å tenke på enn sykdommen og tanken på døden. Det syke barnet kan også gjøre dette for å skjule sin egen angst og ubehag.

Foreldre i "kreftfamilien" kommer like ofte til kort på samme måten som andre foreldre. Forskjellen er at de alltid har en unnskyldning og en årsaksforklaring for alt, enten det er fordi man ikke har fullført noe man begynte på, reise på ferie, eller ta opp konfliktfylte temaer. Det dramatiske i dette tilfelle, er imidlertid at det refereres til den som er syk, og dermed skyld i alt sammen. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 69)

Raundalen er også innom problematikken i forhold til arvelighet spesielt hvis eldste sønn dør, samt flukt inn i en ny familie, dvs de likesinnede man møter på sykehuset. Dette forholdet utdypes ofte gjennom støtteforeningen for kreftsyke barn og deres familier. Dette er en farlig reise mener han, nettopp fordi man i foreldregruppene her opplever en kontakt som er mer tilfredsstillende enn den man har med tidligere omgangsvenner. Man får delvis en ny identitet tuftet på barnets diagnose. Han snakker også om noe som sosiologene har kalt familisme. Det blir ikke tid til annet enn jobb og det å være foreldre. Far beholder som oftest litt av sitt, mens for mor blir det gjerne 100 % familisme, men begge opplever i perioder å bli kun foreldre, hevder han. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s. 70-73)

5.3 Ulykker eller katastrofer

Hendelser som bilulykker, terroraksjoner som 11. september 2001 og tsunamier som den som rammet Sørøst-Asia i 2004, rammer ofte hele samfunnet og derfor også skolesystemet sterkt. Det fikk Norge til fulle kjenne på 22. juli 2011, da regjeringskvartalet ble bombet og Anders Behring Breivik drepte 69 mennesker på Utøya, de fleste ungdommer i alderen 14 – 20 år, i tillegg til de åtte i regjeringskvartalet. På Utøya ble i tillegg 66 skadd og 10 alvorlig skadd og 190 lettere skadd i regjeringskvartalet.

22.juli er den største katastrofen på norsk jord siden andre verdenskrig. Anders Behring Breivik viste et fremmedhat uten sidestykke. Måten hendelsen ble håndtert av norske styresmakter og det norske folk, viste imidlertid at hans islamofobi ikke hadde grobunn i resten av Norge. 22. juli samlet Norge på en måte ingen hendelse hadde gjort siden krigen.

29.juli publiserte Aftenposten en kronikk som var forfattet av lederne i de politiske ungdomspartiene. I følge de var ABB ute etter å skape et kaldt og ensrettet Norge fritt for muslimer. Dette vil de ikke la han lykkes med og oppfordrer til å svare med å skape et Norge som er varmere og mer inkluderende. Tusenvis av mennesker viste dette ved å samle seg på gatene og torgene for å demonstrere at vi stod sammen som en nasjon i sorgen.

Senteret for Krisepsykologi offentliggjorde i mars 2015 en minirapport fra et forskningsprosjekt foretatt blant etterlatte etter Utøya - drapene. Det å miste noen gjennom en terrorhandling vil kunne påvirke pårørendes psykiske helse og hvordan man fungerer daglig over tid. Sorg, sinne, angst, depresjon, søvnvansker, og posttraumatiske stressreaksjoner (PTSD)¹ som påtrengende tanker/bilder fra selve hendelsen, unngåelse og kroppslig aktivering kan være reaksjoner etterlatte opplever i etterkant av terrorhandlingen.

De begynte å samle inn data ca. 18 mnd. etter terrorhendelsen, da strevde 80 % av deltagerne med symptomer på forlenget/komplisert sorg. Ca. to år etter var det fremdeles 70 % som meldte at de fremdeles strevde med sorgen. Den tredje og siste innsamlingen som ble foretatt oktober/november i 2014 meldte 63 % at de fremdeles strevde med forlenget/komplisert sorg.

¹ Posttraumatisk stressforstyrrelse (PTSD): « er en relativt langvarig, og ikke sjelden kronisk tilstand, som kan oppstå etter alvorlige eller langvarige psykiske traumer. Lidelsen kjennetegnes ved stadig gjenopplevelse (flashbacks) av den skremmende hendelsen både i våken tilstand og i søvn. Mange er plaget med irritabilitet, søvnproblemer, konsentrasjonsvansker og humørsvingninger.» (<http://nhi.no/pasienthandboka/sykdommer/kirurgi/posttraumatisk-stressforstyrrelse-3088.html>)

Når det gjelder PTSD svarte 51 % at de strevde med dette ved første innsamling. Disse tallene sank til 40 % ved andre og 37 % ved tredje innsamling. 82 % strevde med ulike stressrelaterte plager som søvnevansker, depresjon og angst ved første innsamling. Dette sank til 70 % ved andre innsamling, men steg litt til 73 % ved siste innsamling. Det er ikke uvanlig at man kan streve med sorgreaksjoner i lang tid etter så store og dramatiske tap som de nære etterlatte opplevde etter 22.juli.

Foreldre ligger høyest på alle datainnsamlingene fulgt av søsken og venner. Forskjellen mellom søsken og venner er mindre enn mellom foreldre og de to andre gruppene. (http://krisepsy.netflexcloud.no/media/MINI_rapport%203.pdf)

Denne studien bekrefter det som jeg fikk inntrykk av, og som gjorde at jeg bestemte meg for tema og vinkling på oppgaven, etter å ha lest to intervjuer i Glåmdalen og Vårt Land sommeren 2013. Sorg tar tid og man kan ikke sette noen tidsbegrensning på den.

Intervjuene var gjort av en familie på Årnes. De hadde mistet en datter og søster på Utøya 22.juli 2011. Søsteren snakket om skolen og etterlyste kunnskap om sorg. Foreldrene snakket om at sorgen ikke var blitt mindre på disse to årene og at tapet av datteren vil gjøre resten av livet vanskelig for dem. De mener sorgprosessen ble utsatt fordi det var så mye offentlig oppmerksomhet rundt saken det første året, blant annet i forbindelse med rettsaken. Først da offentligheten og media gikk videre ett år etter ble det deres tur.

Ulykker er det som oftest betegnes som traumatiske dødsfall siden de er fullstendig uforberedt. Dyregrov og Raundalen fremhever at det ved denne typen dødsfall er veldig viktig med god informasjon av fakta.

Ofte forholder vi oss kun til at elever har lidd et tap og trenger støtte i sorgen, uten å tenke på de traumatiske sidene ved dødsfallet.

Per Arne Dahl (2011, s.20) mener at vi må være lenge nok i sorgen, samtidig som vi må slippe håpet til tidlig nok, hvis vi skal komme oss videre etter en slik hendelse som 22.juli.

Han sier videre at med sin erfaringsbakgrunn fra katastrofer som Scandinavian Star brannen og tsunamien i Sørøst – Asia, så er det fire erfaringer han vil dele med både gamle og unge (2011, s.21):

"Det første er: Det er ingenting vi blir så slitne av som å sørge. Derfor bør vi være gode mot oss selv og hverandre, og ikke kreve for mye i lang tid fremover.

Det andre er: La oss fortsette å oppsøke hverandre. For å få trøst, men også for å be om hjelp til å orke nødvendige daglige gjøremål.

For det tredje: Vær ikke redd for å være til bry når du gjentar din smertelige fortelling. Det er dette som er sorgarbeid. Et nødvendig arbeid både for den som snakker og de som lytter.

Og for det fjerde: La oss nevne de dødes navn lenge, lenge. For hver gang vi nevner de dødes navn kan vi høste gode frukter fra deres liv. "

I samarbeid med Espen Olafsen, tidligere Lyn - trener og i 2011 leder ved Toppfotballsenteret, oppsummerer Dahl videre sorgarbeidets prosess med fem grep som hadde brakt Espen videre etter at han mistet kona og datteren i Sørøst - Asia 2.juledag 2004.

- ✚ Gi sorgen tid.
- ✚ Sorgarbeid er muligheten til å gjenta tapsopplevelsen så den kan legge seg på et roligere sted.
- ✚ Sorgarbeid handler om å gjøre verden mer håndterlig.
- ✚ Sorgarbeid handler om å skape møteplasser og omgi seg med et bærekraftig fellesskap
- ✚ Det handler om å være i to rom samtidig: Sorgens rom og gledens rom.

Bare å være i sorgens rom kan fort føre til ensomhet, tristhet og utmattethet, mens det å oppholde seg kun i gledens rom lett ender opp i virkelighetsflukt og fortregelse. Å skape en balanse mellom hardt sorgarbeid og nødvendig hvile er den største utfordringen for alle som er i en sorgprosess.(Dahl, 2011 s.27-33)

6. Barn i sorg

I dette kapittelet vil jeg ta for meg ulike sider av barns sorg. For barn arter opplevelsen av tap seg forskjellig avhengig av hvilket forhold de har og hvor knyttet de er til den som dør. Jeg tar utgangspunkt i barns sorg generelt, for så å se videre på hvordan de opplever det når de mister søsken, eller andre barn de kjenner, samt forholdet til foreldre og hvordan de voksnes livssyn kan påvirke barnet.

Barn reagerer forskjellig på kriser og død i følge Dyregrov og Raundalen (1994, s.17) som har følgende liste over barns umiddelbare reaksjoner:

- ✚ Sjokk og mistro
- ✚ Forskrekkeelse og protest
- ✚ Apati og lamslåthet
- ✚ Fortsettelse av vanlige aktiviteter

Det er spesielt eldre barn som reagerer med sjokk og mistro og kan komme med kommentarer som *"det kan ikke være sant"*, *"det er som en drøm"*, *"det kjennes uvirkelig"*, osv. Sjokkreaksjonen blir en beskyttelsesfaktor som lar barn gradvis forstå situasjonen. For å holde smertene på avstand skjer det ganske ofte at barn nekter for at døden har inntruffet. Det forundrer ganske ofte voksne at barn ikke reagerer så kraftig som de trodde barnet skulle gjøre, men det er da viktig å huske at barn steg for steg kan erkjenne det som har hendt. Forskrekkeelse og protest er ofte en umiddelbar reaksjon hos noen barn og alt fra knusing av ting til apati, er blitt beskrevet som ganske vanlig hos ungdommer der reaksjonene kan være spesielt sterke.

6.1 Barn som hovedperson

Barn opplever sjelden at de er hovedpersonen i en sorg, selv om de har mistet en forelder eller søsken, noe som for de fleste føles som et overgrep. Barn blir sjelden behandlet som hovedpersonen av omverden, selv om de ser seg selv som en. Det er naturlig at bestemor blir hovedpersonen i sorgen, når bestefar dør. Og barnebarna til tross for at de hadde et nært og fint forhold til bestefar, ofte får biroller som hjelpere, maskoter eller levende beviser på at livet må gå videre. Det å ha mistet bestefar er likevel den sterkeste følelsen selv om de syns synd på

bestemor og den oppleves enda sterkere ved tap av foreldre eller søsken. (Ekvik 2010 s.17-18)

I denne situasjonen får mange barn mye oppmerksomhet fra de voksne gjennom samtaler, nærhet, varme og ting de voksne har med til dem. Dette er likevel ikke tilstrekkelig for å dekke det behovet et barn med sorg har. Det dukker opp mange minner og de opplever også sinne fordi dette vonde og leie har skjedd.

De drømmer om natten og dette kan fort føre til utrygghet i forhold til mye av det som skjer rundt dem som ikke er dagligdags. Noen barn blir alene med denne usikkerheten og får først dekket dette behovet, når noen i nærmeste krets fokuserer på dem så de opplever seg selv som hovedpersoner.

Veldig ofte ser vi at barna bærer preg av situasjonen og et spørsmål fra oss kan stikke hull på byllen slik at de får delt noen av tankene og følelsene de bærer på. Ved for eksempel å se på bilder kan barna få sagt hva de husker, er opptatt av og tenker på nå som vedkommende ikke lenger er til stede. På denne måten vil de få opplevelsen av å være hovedpersonen i sorgen de bærer på. Dette er alfa og omega i arbeidet for å få bearbeidet den sorgen de føler. De er mest opphengt i sin egen følelse av tap, den de har mistet, den de savner, lengter etter og drømmer om, selv om de også kan være opptatt av hva andre sørgende rundt dem går i gjennom. Uansett alder så er det viktig for oss alle å bli sett på denne måten. (Ekvik, 2010, s.18-19)

I følge Ekvik (2010, s.26-27) vil vi helst skåne barna mest mulig for sorger, bekymringer og unødvendige belastninger. Dette fører til at mange voksne blir altfor opptatt av hvordan de kan sørge for at barna skal oppleve ett tap så smertefritt som mulig. Voksne er veldig ofte usikre på hvor åpne de skal være om det som har skjedd, og velger heller å tie for å skjerme barna. Dette kommer sannsynligvis av våre egne tanker og følelser rundt sorgen som tapper oss for krefter og overskudd, samt at vi er redde for å få spørsmål vi ikke kan svare på. Fokuset vårt på det å ha alle svarene er sannsynligvis større enn nødvendig. Barn godtar at vi ikke er allvitende, eller at vi også opplever det som vondt og vanskelig.

Det viktigste for barnet er nok det å ha noen å prate med, ikke nødvendigvis for å få svar på alle sine spørsmål. Det avgjørende i samtalene med barna er ikke hvor flinke vi er til å svare, men hvorvidt vi har tid og mot til å være tilstede. Vi voksne har ofte problemer med å la andre se oss gråte og overfor våre barn blir den terskelen enda høyere. Belastningen ved å se våre tårer vil vi skåne barna for, og

tenker kanskje derfor at vi må vente til vi er litt mer ovenpå før vi snakker åpent med barna om sorgen. (Ekvik, 2010, s.27)

Ekvik (2010, s.27-29) sier han tror det er av stor betydning at vi får utløp for vår største fortvilelse et sted der barna ikke ser oss. Når de som representerer tryggheten klapper sammen, er det stor sannsynlighet for at barna blir utrygge og engstelige. Det betyr imidlertid ikke, at de ikke skal se at vi også er lei oss, og at voksne også må tørke noen tårer. Det fins barn som har lurt på hvorfor mor eller far ikke var lei seg da bestemor døde, for de var jo glad i henne de også, eller var de ikke det? Mangel på åpenhet er en større belastning for barna enn åpenhet. Den virkeligheten må vi balansere i, både vi og barna.

"Det er en hovedregel som sier: Der hvor barna ikke får informasjon, der tar fantasiene over. Fantasiene er ofte verre enn virkeligheten."
(Ekvik, 2010, s.31)

Selv om vi ofte tror det, bunner ikke nødvendigvis reaksjoner og handlinger barn og voksne foretar i løpet av en dag i ulike ting som har skjedd denne bestemte dagen. Vi reagerer, føler og handler med bakgrunn i opplevelser vi har hatt tidligere i livet. De er lagret i form av minner, eller i underbevisstheten vår og har stor effekt på hvordan vi opplever ulike dager. Det kan komme over oss i bølger, eller være langt borte. Hvorfor det skjer akkurat der og da vet vi ikke, men det skjer og kan være utløst av ulike fenomener som minner oss om dem vi har mistet. Det er som om det berører et vart punkt inni oss, og savn, lengsler og minner dukker opp i bevisstheten igjen og tar luven fra oss i følge Ekvik. (2010, s.36)

Vi blir ofte lurt til å tro at sorgen ikke stikker så dypt og derfor går fort over hos barn fordi de er så ustadige. I det ene øyeblikket gråter de og er lei seg, for så i det neste å smile eller le. De kan være opptatt av de mest triste og alvorlige ting, for så plutselig å være opptatt av lek i stedet for. Noe som får oss voksne til å tro at de ikke tar seg så veldig nær av det likevel. Spontanitet er imidlertid barnas kjennemerke. De gråter når de føler for det, spør når de lurer på noe, leker når de har lyst, og ler når de synes noe er morsomt. De tenker ikke på hva som er passende, eller hva andre måtte mene, før de har blitt lik oss voksne. (Ekvik, 2010, s.36)

"En gammel leveregel sier: Vær sann mot gleden, og sann mot sorgen." "Ofte virker det som barn lever nærmere denne regelen enn mange av oss voksne."
"Barn er ofte flinkere til å leve slik de føler, enn det vi voksne er. Vi har lettere for

å parkere enten i sorgen eller i gleden. Barna lever i større grad ut begge deler der og da, når de har behov for det.” (Ekvik, 2010, s.37)

Å møte barn i sorg kan være en stor utfordring, men det vanskeligste er når vi møter de tause barna. De som strever for ikke å vise at de har det vondt, men som du vet har det. De du ser har det vondt, men som ikke spør, eller sier noe og avviser alle våre forsøk på åpenhet og kommunikasjon. Vi forvirres også av og til av de barna som vi forventer skulle reagere veldig annerledes og kraftigere, men som ikke signaliserer behovet for trøst, hjelp eller støtte. (Ekvik, 2010, s.79)

Det er mulig å formidle til barnet at vi er klar over at det har det vondt og vanskelig uten å legge press på barnet. Deretter kan vi vise respekt ved å formidle til barnet at vi er klar over at sorgen kan være krevende å prate om, men at mange føler seg mye bedre etter at de har greid det. På den måten respekterer vi tausheten og presser ikke frem en samtale der og da, men legger til rette for at hvis barnet en dag vil snakke, så er vi mer enn villig til å lytte og prate med det.

For et barn som bærer på en sorg kan felles opplevelser og samvær være viktigere enn at vi bare prater med dem. Til tross for at samværet ikke førte til den dype samtalen vi forestilte oss, så kan det være viktig i bearbeidingen av sorgen for mange av de tause barna at vi bare er til stede for dem. (Ekvik, 2010, s.81-83)

Noe vi vet er at våre reaksjoner i møte med nye tap og kriser henger nøye sammen med måten vi har håndtert tidligere tap i livet. Vi danner veldig tidlig mønstre for hvordan vi opptrer i ulike situasjoner. (Ekvik, 2010 s.87)

Når det såre og dramatiske rundt dødsfallet etter hvert slipper taket vil de minnene barna får ta vare på betydning for dem resten av livet. Dette blir en verdifull del av det sorgarbeidet både store og små må gjennom. (Ekvik, 2010, s.56)

Vi har alle med oss en personlig bagasje der vi oppbevarer forskjellige opplevelser gode som dårlige. Det som gjør oss enten utrygge eller sikre på oss selv i tillegg til følelser av tap. Dette gjør noe med oss uansett alder og i hvor stor grad vi har bearbeidet og gjennomlevd det vi putter dit, eller om det er skjulte hemmeligheter, eller vonde opplevelser vi helst vil glemme og prøver å fortrenge. Det blir derfor viktig at vi sørger for at barna får med seg gode minner etter den avdøde og får bearbeidet sorgen slik barnet har behov for, uavhengig av hvordan vi voksne tenker og føler rundt den.

6.2 Barns opplevelse av andre barns død.

Opplevelsen av at noe eller noen dør gjør ofte stort inntrykk på barn. Døde dyr er som oftest første opplevelsen av dødens virkelighet, eller tapet av besteforeldre. Et dødt dyr eller et eldre menneske gir likevel en trygg distanse i forhold til at barnet selv kan dø. Derimot hvis barn opplever at andre barn dør, kan vi støte på en helt annen problematikk. For barnet blir dette en nærere opplevelse, da det lettere sammenligner seg med andre barn. Er et barn redd for at det selv skal dø, så må vi sørge for å gi dem all den tryggheten vi kan og å fortelle dem hvor sjelden det er at barn dør. I de tilfellene er det viktig at vi minner dem på hvor friske og sunne de er, og at alt tyder på at de kommer til å leve lenge. (Ekvik, 2010 s. 87) Barns sorg ved tap av venner blir enda mer privat i slike tilfeller, fordi de sjelden søker støtte fra oss voksne, men heller får det fra sine jevnaldrende.

Det hender også veldig ofte at barn går med skyldfølelse og dårlig samvittighet, når de har opplevd å miste et søsken eller en venn. Barn ser seg selv som sentrum i tilværelsen og veldig mange har derfor en opplevelse av at det som foregår rundt dem er en direkte følge av det de sier, tenker eller gjør. Vi kan derfor støte på utsagn som: " *Det er min skyld at broren min døde, fordi vi kranglet om traktoren i sandkassa i går.*" (Ekvik, 2010 s.58) Ingen barn unngår å ha en krangel eller to med søsken eller venner i blant. Sinte følelser og misunnelse i forhold til andre barn oppleves også nesten daglig og fører derfor til ofte til skyldfølelse og dårlig samvittighet dersom barn erfarer at andre barn dør. (Ekvik, 2010 s.58)

Forskjellen på å miste foreldre i stedet for søsken utløser også først og fremst et større sosialt drama ved at man mister enn forsørger og viktig omsorgsperson. Psykologiske krefter spiller inn i form av at de som er igjen nå må komme hverandre nærmere. Man må også ta i betraktning at det er flere som har mistet en som står dem nær. Besteforeldre har mistet ett barn, onkler og tanter har mistet ett søsken og arbeidskamerater har mistet en venn og kollega. Når en voksen dør så er det på mange måter flere i samme sorg - rommet, enn når et barn dør i den lille familien. (Dyregrov & Raundalen, 1994, s.14)

Barn som mister søsken må i ettertid forholde seg til flere tap enn det vi kanskje tenker oss. De mister på ett vis også sine foreldre også i tillegg til en bror eller søster, siden foreldrene fungerer annerledes enn de vanligvis gjør i lang tid i etterkant. (Ekvik, 2010 s.58)

Når et barn dør blir det veldig viktig for oss voksne å gi de/det gjenlevende barna/barnet den oppmerksomheten og det fokuset de/det har behov for, for at de skal klare å finne sin identitet og å utvikle sin egen personlighet. Det verste vi kan gjøre er å sammenligne med det døde barnet og bruke det som ledd i oppdragelsen av det gjenlevende barnet. Dette kan skape konflikter og ødelegge forholdet vårt til barna. Hjemmet får ikke den takhøyden og samhørigheten som skaper et sunt oppvekstmiljø. Barna gir da ofte utløp for følelsene andre steder i form av utagerende adferd. (Ekvik, 2010 s.61)

I ungdomsalderen får etter hvert venner en større betydning og det blir viktigere med en bestevenn, spesielt for jenter. Venner er en man støtter seg til når det oppstår problemer, og som en kan snakke med alt mulig om. De skal være lojale og til å stole på. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.34-35)

Foreldre, barn, søsken og besteforeldre er det vi regner som nærmeste pårørende og sørgende ved dødsfall. Imidlertid kan det også være venner som stod den døde svært nær, men som ikke uten videre ses på som pårørende. Denne gruppen må ofte sitte bak i kirken under begravelsen og har få, om i det hele tatt noen, rettigheter til å ta avskjed i hjem eller på sykehus ved ett forventet dødsfall. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.35)

Rollen som sørgende har antagelig på grunn av samfunnsmessige forhold vært forbeholdt den nære familien, men endring av boformer, økt flytting og redusert familiekontakt enn tidligere har ført til økt betydning av vennskap kontra familie og slekt. Venner er viktige ved følelsesmessige problemer og praktisk hjelp. Imidlertid har ikke denne økte betydningen ført til en tilsvarende oppjustering av plassen deres ved livets slutt, og de kan ofte bli glemt som sørgende. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.35 - 36)

Om vennegruppen har lav status i forbindelse med begravelsen, er den i enda større grad usynliggjort i perioden etter dødsfallet. Hos venner blir sorgen bare unntaksvis anerkjent og tas i langt mindre grad hensyn til på skolen, arbeidsplassen eller i andre settinger. Dette medfører liten støtte fra omgivelsene og fører ofte til at sorgreaksjonene får utløp i ensomhet. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.36)

6.2.1 Reaksjoner på venners død

Ungdommens reaksjoner preges av sjokk og uvirkelighet. For dem er det uforståelig at det har hendt, men likevel kan nokså raskt følelsesmessige reaksjoner som gråt, sinne også videre komme. Noen reagerer først med gråt og forferdelse for deretter å oppleve det som uvirkelig. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.40)

Ungdommer er opptatt av eksistensielle spørsmål og grubler derfor over livets manglende mening og urettferdighet, samtidig som de får en sterkere opplevelse av sårbarhet, at de ikke er immune mot døden. Oppfatningene om verden raser sammen og sår tvil om nødvendigheten av skolearbeid og livet generelt. De må, i tillegg til å skulle mestre sorg og de første sjokkreaksjonene også se annerledes på livets forutsigbarhet. De må revurdere oppfatningen de har om at det kan skje med alle andre og alle andre steder, men ikke her med meg og mine.

I løpet av denne prosessen vil de naturlig nok oppleve sterkere angst og uvirkelighet. Redsel for at ting skal skje med andre venner kan gi en følelse av dommedag og de går rundt med en forventning om at noe forferdelig kan skje. Frykt for alt som minner om ulykken kan utvikles, spesielt hvis de selv var involvert, men overlevde mens en eller flere venner omkom. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.41)

Redsel for at deres døde venn skal komme igjen som gjenferd er et forhold som viser seg spesielt sterkt blant ungdom. De opplever det som om deres døde venn er tilstede og snakker til dem, eller de ser vedkommende foran seg. Noe som er ganske vanlig hos sørgende, men som blant ungdom ofte får en overnaturlig fortolkning i den perioden i livet som de er mest opptatt av eksistensielle spørsmål. Det er derfor veldig viktig at de forberedes på at opplevelsen av å se og høre den døde er helt normalt, slik at de unngår å utvikle frykt for "gjenferdet" og dermed unngår behov for behandling. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.41)

Ettersom uvirkeligheten brytes ned melder tristhet, savn og lengsel seg. Denne sorgen kan vare i lang tid. Det er mange påminnelser i hverdagen som er smertefulle og må håndteres.

Varigheten av sorgen som har funnet sted kan nok ha vært undervurdert mener Dyregrov og Raundalen (1994 s.42-43), med bakgrunn i brev de har fått fra ungdommer som forteller at de selv etter 1,5 år synes det er tyngre enn før og sorgen og savnet enda større.

Tapet av venner må ses i forhold til betydningen av vennskapet for den som er igjen. Følgende faktorer er eksempler på forhold som er styrende for venners sorg:

- ✚ En bestevenn de har holdt sammen med siden tidlig i barneårene
- ✚ En venn som har blitt bestevenn i den siste måneden
- ✚ En venn som alltid var der, men som en ikke tenkte så mye på
- ✚ En venn de var helt avhengig av for sosial kontakt og bekreftelse
- ✚ Den som en hadde sin seksuelle debut med
- ✚ En kjæreste
- ✚ En klassekamerat
- ✚ Den en delte alle ting med
- ✚ En venn på fotballaget
- ✚ En venn som en ble uvenner med uken før

En venns død kan ha ulik betydning innad i vennegruppa. Hvis den døde vennen var en man hadde daglig kontakt med og hadde vært venn med lenge, eller om vennen spilte en viktig rolle i styrken av en gjenlevende venns selvbilde, identitet eller kjønnsrolle, så vil sorgen være større og vare lenger. Reaksjonene påvirkes også av måten dødsfallet skjer på. Plutselig, dramatiske dødsfall gir ingen tid til forberedelse samtidig som de minner oss om hvor uforutsigbart livet er og er derfor alltid vanskeligere å forsones seg med. Hvis en venn begår selvmord kommer dette i en særstilling og medfører ofte skyldfølelser og bebreidelse for at man ikke tok signalene eller forhindret det, osv. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.44-45)

Plutselige dødsfall er den hyppigste dødsårsaken blant unge mennesker. De skjer gjerne plutselig og dramatisk og kan føre til etterreaksjoner og fantasier som kan være både anstrengende og besværlige. Blant venner kan disse dødsfallene resultere i både traume- og sorgreaksjoner og traumatiske etterreaksjoner kan være med på å hemme sorgarbeidet. Dramatiske dødsfall er opphav til mange rykter og en rekke fantasier, og det er derfor veldig viktig med mest mulig faktainformasjon. Et konkret møte med ulykkesstedet der ingenting blir utelatt gir etterlatte venner en bedre forståelse av, eller tankemessig grep om det som har skjedd og etterlater derfor mindre til fantasien. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.46)

Hvis venner har vært vitne til en venns død, eller de opplever selvmord, er vitne til dødsfall, eller kanskje er innblandet i ulykken de også, da vanskeliggjøres venners sorg av sterke sanseintrykk som gir opphav til sterke etterreaksjoner i form av minner, tanker og brysomme bilder.

Ofte utvikler venner langvarige depresjoner og patologisk sorg etter slike dødsfall. I slike situasjoner bør det koples inn faglig kompetanse gjennom PPT² eller Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk. Venner kan i årevis bli plaget av skyldfølelse og selvbekreidelse, med en stadig tilbakevendende grubling over hvorvidt man kunne ha forhindre, eller forstått hva som kunne skje og gjort mer. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.47)

6.2.2 Venners betydning ved venners død

Dyregrov og Raundalen (1994, s.47) sier at klinisk erfaring har vist dem at venner ofte forstår bedre enn foreldre. Resten av vennegruppen blir derfor viktig for hvordan det skal gå etter venners død, da det er der mange får støtte og trøst. Uheldigvis hender det også ganske ofte at vennskap trues eller bryter sammen under slike omstendigheter. Blant annet kan manglende oppmerksomhet og forståelse fra en venn være en årsak til dette.

Dyregrov og Raundalen (1994, s.48) har ved flere anledninger erfart at ungdom som har mistet en som stod dem nær, har opplevd det som veldig frustrerende og skuffende at bestevennen eller bestevenninnen ikke har villet snakke om det de trengte å dele med dem. En slik kløft i et veldig nært vennskap har blitt opplevd som både dramatisk og bittert, selv om man har forstått at det skyldes vennens egen angst for skremmende fantasier og verdens uforutsigbarhet.

Mange ungdommer opplever også et modningsstrang, noe som fører til at de føler seg eldre enn sine jevnaldrende som de oppfatter som barnslige og opptatt av betydningsløse aktiviteter. Dødsfallet gjør dem på ett vis mer voksne altfor tidlig og kan føre til en fremmedgjøring, tilbaketrekking eller "utstøting" fra venneflokken, eller de må gjøre "gode miner til slett spill."

I tiden rett etter dødsfallet kan venner også være til hjelp for de etterlatte og de kan få hjelp av dem. Begge parter kan nyte godt av dette gjensidige forholdet, da de både kan gi og få trøst, samt føle seg nyttig for andre. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.48)

² Pedagogisk – psykologisk tjeneste (PPT): « Pedagogisk-psykologisk tjeneste (PPT) er en lovpålagt, kommunal tjeneste etter Opplæringsloven. PPTs arbeidsområder er i stor grad basert på råd og veiledning til foreldre og personalet i barnehage og skole i forbindelse med barns utvikling» (<http://www.tonsberg.kommune.no/cms/cms.nsf/pages/pedagogisk-psykologisk-tjeneste>)

6.3 Barns hensyn til foreldre og seg selv.

Ved barns opplevelse av sorg vil det sannsynligvis alltid berøre foreldresystemet, kanskje med ett unntak, når barns venner dør. Barn søker sjelden støtte fra oss voksne når de mister en venn, men får det heller fra sine jevnaldrende, noe som gjør at sorgen ved tap av venner blir enda mer privat. Dør besteforeldrene så mister mor eller far sine foreldre, dør søsken mister foreldrene sitt barn. Og selv om dødsfallet er forventet på grunn av langvarig sykdom, har slike dødsfall likevel stor innvirkning på foreldrenes mentale tilstand og dermed også på overlevende barns situasjon. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.14)

Ofte har både foreldre og lærere vært med på å fortie, skyve unna, eller overse barns behov når døden rammet hjemmet eller skolen. Hvor mye og ofte barna tenker på den døde, eller eventuelle spørsmål og følelser de måtte ha i forhold til vedkommende, er ukjent for mange foreldre og andre voksne. Like etter et dødsfall er det som oftest relativt stor åpenhet og nærhet innen familien, men etter hvert kan foreldre bli mer opptatt av sin egen sorg og glemme bort overlevende barn. Til samme tid er barn imidlertid veldig klar over hvordan foreldrene har det og kan derfor prøve å finne ulike måter å være behjelpelig på. Kanskje ved å oppføre seg ekstra pent, men som oftest resulterer det i at de unngår samtaleemner som kan føre til smerte hos de voksne. Og for å hjelpe de voksne ti å bevare størst mulig stabilitet og mestringfølelse, så beskytter de dem ved å opptre så "normalt" som overhode mulig. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.15)

Svært ofte ser vi at barn og ungdom som mister et søsken blir mer tilbaketrukket og tilknapet i forhold til hva de deler med foreldrene egne problemer og vanskeligheter. Det betyr ikke nødvendigvis at foreldrene håndterer tapet feil og stenger for kommunikasjonen. Det skyldes heller at barna er glade i dem og ønsker å spare dem for flere sorger. De fleste deler dette med en bestevenn, lærer, eller andre de måtte ha et trygt og godt forhold til. (Ekvik, 2010 s.63)

Barn velger også å skåne seg selv ved å bli litt mer tilbaketrukket f.eks ved alvorlig sykdom der man ikke kjenner til utfallet. Vi kjenner dette igjen fra våre voksne liv. Har man opplevd vonde adskillelser er det vanskeligere å investere i følelser på nytt. Det krever mye mot å investere følelser når vi står i fare for å miste noen. (Ekvik, 2010 s.65-66)

I følge Ekvik (2010 s.77-78) må barn få gjennomleve stadiene i livet så normalt som mulig. Det blir noe skjevt i utviklingen, som innhenter dem senere i livet, hvis ett eller flere stadier blir fremskyndet. Å skulle gjennomleve puberteten når man er i

trettiårene, er ingen dans på roser verken for den som opplever det, eller vedkommendes omgivelser. Ser vi at barn rundt oss prøver å innta roller de ikke skal ha, må vi som voksne forhindre det. La barna være barn og tenåringen være tenåring uansett hva nå det måtte innebære.

6.4 Sorg og omsorg i den «nye» familien.

Tidligere hadde vi en mye mer konform oppfatning av hva en familie er, enn det vi har i dag. I dag er det store variasjon i måten vi voksne velger å leve sammen og hvordan vi innretter våre familiemønstre. Dette skyldes ikke minst alle skilsmisene, men også det endrede syn mange har fått på kjønnsroller, karriere, ønsket inntektsnivå og livsstil. Dette får store følger for de voksne, men enda større følger for barn. Mange ektepar og samboende får barn i sine nye relasjoner. Følgene av dette er at barna får et annet og større univers å forholde seg til enn tidligere.

I følge Raundalen (1994 s.158) blir utfordringen for skolepersonell tredelt i denne nye settingen.

For det første: *«Hvilken holdning vi inntar til disse raske og dramatiske forandringene i samfunnets familieform, blir vi skremte og negative, eller later vi som om det ikke skjer?»*

For det andre: *«Hvordan kan vi som voksne hjelpe barnet til å finne sin plass i dette nye systemet og hvordan kan vi delta i konstruktiv konfliktløsning for barnets skyld, i stedet for å bli en del av partidannelsen, eller i stedet for å melde oss ut?»*

For det tredje: *«Hvem vi skal forholde oss til og hvem vi skal regne som pårørende når en som vi har ansvar for rammes av ulykke, sykdom eller død i sin familie.»*

Det første punktet er nok ikke så aktuelt lenger. Mye har endret seg i folks holdninger til skilsmisser og dine, mine, våre barn i løpet av de to ti-årene siden Dyregrov og Raundalen utga sin bok. Det som er mer skremmende er imidlertid det eksempelet som Raundalen bruker og som jeg vet fremdeles er en del av hverdagen for mange lærere.

En lærer hadde brukt en overskrift fra avisen, «det kalde samfunn» og fortalt om en gammel mann som hadde ligget død i leiligheten sin i to måneder, før politiet brøt seg inn, uten at naboene hadde reagert. Han rakk knapt å begynne å snakke om det fremmedgjorte og ufølsomme samfunnet før en av guttene reiste seg opp og gikk uten et ord. En av de andre elevene kunne fortelle at han hadde mistet

faren sin for tre uker siden. Læreren kjente ikke til dette siden denne gutten bodde hos sin mor og hennes nye samboer, mens faren som han besøkte i de lange feriene, bodde 100 mil unna og ikke hadde hatt direkte kontakt med skolen. Altfor mange lærere har for liten kjennskap til elevenes familiehistorie og vet ofte ikke hvor mange av elevene i klassen som bor hos sin andre mor eller andre far. (Dyregrov&Raundalen, 1994 s.159)

Det er i følge Raundalen to hovedgrunner til at skolen skal engasjere seg i sorg og omsorg i den nye familien. Kriser i familien påvirker barnas skoleprestasjoner over tid, da det ofte medfører søvnløshet, angst, depresjoner og fremtidsløshet. Dette virker igjen inn på konsentrasjonsevnen og dermed det meste av skolearbeidet. I denne perioden er skolen det mest stabile i hverdagen og læreren kan ikke bare være en fortrolig person, men også mobilisere medmenneskeligheten og kameratstøtten i klassen i spesielle situasjoner. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.159)

«Nye» besteforeldres bortgang kan medføre like sterke reaksjoner som om det var barnas biologiske besteforeldre, da alle dødsfall av personer som barna har et nært kjennskap og vennskap til utløser reaksjoner. Dette kan imidlertid også utløse en konflikt hvis far og mor har vært uvenner siden skilsmissen og er uenige om i hvor stor grad barnet skal få lov til å være engasjert i dette, og hvis ikke barnet har noen å dele følelsene med kan det gå helt i vranglås. Hvis de «gamle» besteforeldrene fremdeles er aktive i foreldrenes skilsmissekonflikt kan også dette skape store problemer. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.162 - 163)

Raundalen (1994 s.164) gir uttrykk for at de ikke mangler eksempler på barn som har sørget dypt over en far som dør selv om de ikke har sett ham på flere år. Reaksjoner på fars samboers død, fordi barna i en periode etter skilsmissen var nært knyttet til henne, savner de heller ikke eksempler på. Uansett om barnet bor fast hos den ene eller andre, vil det reagere på at et familiemedlem utsettes for ulykke, sykdom eller død.

Tilsvarende vil det være med nye søsken i den ene eller andre retningen. Det kan være barn som fars eller mors nye samboer bringer inn i forholdet, eller barn som de får i det nye forholdet. I følge Raundalen er følelsesmessige forhold tykkere enn blod.

6.5 Etterreaksjoner, traumer og tidsaspekt.

Dyregrov og Raundalen (1994 s.18-20) sier at reaksjonene kommer sterkere når betydningen av det som har skjedd begynner å gå opp for oss og vi ikke lenger klarer eller må holde avstand til det som har skjedd.

For barn er de mest vanlige sorg og krisereaksjoner som da opptrer:

- + Angst og sårbarhet
- + Sterke minnesbilder
- + Søvnvansker
- + Tristhet og savn
- + Irritabilitet og sinne
- + Skyldfølelse, selvbebreidelse og skam
- + Problemer i skolen
- + Fysiske plager
- + Vansker i kontakt med medelever

Angst og sårbarhet er den mest vanlige reaksjonen sammen med søvnvansker som et resultat av de sterke minnesbildene som skapes fordi sansene våre åpnes og gjør oss svært mottagelig for stimuli i krisesituasjoner. Sorg og savn viser seg på ulike måter og blant gutter er det mer vanlig at reaksjonen kommer i form av sterkt sinne i motsetning til jenter som gjerne er flinkere til å uttrykke seg med ord. Dette sinne kan ta ulike retninger som for eksempel: sinne mot døden, sinne mot Gud som lot det skje, mot voksne for at de ikke forhindre det som skjedde eller sinne mot seg selv for ikke å ha forhindre det som skjedde.

Skyld, selvbebreidelse og skam av ulike slag kan også følge som reaksjoner på kritiske hendelser. Barns egosentriske og magiske tankegang gjør at yngre barn ofte tror at deres tanker, handlinger og ønsker er årsaken til dødsfallet. Disse tankene kan vi også finne hos ungdom og voksne. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.21)

Ved dødsfall når folk er gamle og det er forventet, samt at barnet er forberedt på og eventuelt til stede, så er forholdene lagt til rette for et enklest mulig sorgforløp. Skjer imidlertid dødsfallet plutselig uten forvarsel og rammer i en alder der det vanligvis ikke skjer, kan dette kalles et traumatisk dødsfall. Ved slike dødsfall blir ofte informasjon holdt skjult for barn.

Dødsfall der barn er til stede kan i sterk grad resultere i traumer fordi sanseinntrykkene er så sterke. Sjansen er størst for et traume hvis barna selv overlever en hendelse der noen av deres nærmeste omkommer. De blir i tillegg til tapet utsatt for sterke sanseinntrykk, og ikke minst opplevelsen av livsfare. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.24-25)

Ved et forventet dødsfall vil sorgreaksjoner ofte være lengsel, tristhet og søken etter den døde. Med hjelp fra omgivelsene vil sjansene for å utvikle kompliserte sorgreaksjoner reduseres. Ved plutselige dødsfall avhenger det av om barna er til stede eller ikke. Om de får traumatiske inntrykk eller skaper seg traumatiske fantasier om det som skjedde. Begge deler kan i ettertid føre til påtrengende minner eller fantasier, samt øket angst og frykt som følge av sårbarheten og følelsen av utrygghet som har blitt skapt i tilværelsen. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.25)

De vanlige sorgreaksjonene blir overskygget av de påtrengende minnene og den traumatiske angsten. Uten innblanding fra faglig hold og omgivelsene kan barna i slike tilfeller utvikle post traumatisk stress – forstyrrelser (PSTD), kompliserte sorgreaksjoner, eller en kombinasjon av begge deler. Barnas alder og modenhet, samt tidligere erfaringer, personlighet og mestringsressurser sammen med forholdene rundt dødsfallet er medbestemmende for hvordan barn vil reagere etter tap av en nærstående person. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.25-26)

Ved et uventet dødsfall oppstår ofte et traume som kan forsinke, forstyrre eller stoppe deler av sorgprosessen. Barn som har vært utsatt for et traumatisk dødsfall opplever ofte at traumesiden «skygger» for sorgen. Ved manglende bearbeiding kan dette føre til at barnet utvikler PSTD, eller ulike varianter av kompliserte sorgreaksjoner, hvor sorgen medfører langvarige ettervirkninger som er sterkere enn det naturlige sorgforløpet. Flest mulig fakta rundt dødsfallet er viktig for å lette den tankemessige bearbeidelsen av hendelsen. På den måten unngås feiloppfatninger, misforståelser, fantasier og unødig angst. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.75-76)

Det er imidlertid viktig at vi voksne har et lengre tidsperspektiv enn de siste dagene, når barn oppfører seg og reagerer annerledes enn de pleier. Særsomt om vi vet at de har mistet noen, selv om det har gått noe tid. Hvis et barn ikke får hjelp med sin sorg, kan det faktisk bære den med seg gjennom hele livet, så det har stor betydning at voksne greier å plassere korrekt reaksjon til riktig hendelse. Noen kan dra med seg sorgen på en uforløst måte i lang tid. Barndommens tap kan da ligge som et mørke over resten av livet. Mange barn forstår ikke at døden

er et endelikt før de kommer i skolealder, så sorg kan ta lang tid hos barn også. Mindre barn forstår ikke nødvendigvis at døden er noe endelig og det fører til at sorgen tar lang tid. Ettersom tiden går og den døde ikke er nærværende, vil behovet etter ham eller henne dukke opp fra tid til annen sammen med savnet og lengslene. Det er en smertefull og krevende innrømmelse at vedkommende ikke lenger vil være tilgjengelig. Denne prosessen tar tid og det er derfor viktig at voksne er til støtte og hjelp i løpet av denne tiden. All den tid vi legger igjen i form av nærhet og åpenhet sammen med barna i denne perioden, også rundt smertepunkter og tap, vil komme dem til gode senere i livet. (Ekvik, 2010, s.39-41)

6.6 Sorg og tro

I alle faser av livet i følge Ekvik (2010 s.67) er voksne barnas forbilder gjennom ord og handlinger, også når vi sørger sammen. Vårt livssyn og våre verdier påvirker også de barna vi har rundt oss. Det er ikke noe automatikk i at de blir blåkopier av oss, verken når det gjelder tro, politisk ståsted eller verdivalg. Vi har allikevel en gigantisk påvirkningskraft på de barn som vokser oss i fellesskap med oss. Å oppdra et barn helt nøytralt er en umulighet, vi har verdier, eller mangel på verdier som uansett setter spor hos barna gjennom vår adferd sammen med dem. Ekvik (2010 s.67) sier han selv tror vi voksne, mer eller mindre av oss selv, overfører det vi opplever som viktig og verdifullt til våre barn, også når vi møter død og sorg i familien. Ting som tradisjoner, ulike livssyn og verdier, eller mangel på sådanne, kommer da til kjenne.

Blir barn oppdratt i et kristent miljø er det de kristne verdier som står sentralt når noen i familien dør. Her vil håpsdimensjonen stå sentralt, selv om tårer, sorg og savn er like stort og vondt som hos alle andre. Har barn kjennskap til Jesus er det naturlig å snakke om at han tar imot oss ved livets slutt. Det kommer ikke som nytt, men som en videreføring av alt det de har hørt og lært om Jesus tidligere. (Ekvik, 2010 s.69)

En måte å formidle til barn at Gud er der, og at det går an å tro, også når livet er vondt og vanskelig, er ved å be til Gud og snakke om Gud når det skjer vonde ting som vi ikke forstår. Ved at kirken blir et sted de kommer til både i glede og i sorg, så kan man formidle til barna at Gud hører til i alle situasjoner av livet. Når barn ser voksne rundt seg som holder fast ved troen og henter trøst, styrke og håp fra den når livet er vondt og vanskelig, så meddeler det mye av verdier og

trossannheter. Det er imidlertid viktig at troen ikke blir brukt som hindring for å sørge.

Det er ikke alltid man kan se en mening med det som skjer, så derfor er det viktig at det vonde får være vondt, og at sorg får være sorg. Selv for de som tror på Gud viser livet seg noen ganger fra en side som kan føles som fullstendig meningsløs og tragisk. Det er helt vanlig at barn blir sinte, og også sinte på Gud, når noen de er glad i, dør. Barn som uttrykker sinne overfor Gud i slike sammenhenger må få lov til å være sinte på ham. Det er viktig at de føler seg forstått. Det vonde må få lov til å være vondt, og det meningsløse må få være meningsløst. På slike dager er det lov til ikke å forstå, også Gud. (Ekvik, 2010 s.73)

Vi har inntil for noen få år siden hatt en statskirke som har preget oppveksten til mange generasjoner enten man har hatt en kristen tro, eller ikke. Dette kommer spesielt til uttrykk ved tap av liv, hvor mange har ønsket kirkens hjelp med dødsfallet og bisettelsen uansett tro eller ikke. Noen familier har tydelige tradisjoner, andre har verken familie eller tradisjoner. Barn vokser opp i all denne ulikheten og blir påvirket av voksne de føler seg knyttet til og miljøet de vokser opp i, og det de ser, opplever og hører.

7. utfordringer for skolen

Atle Dyregrov og Magne Raundalen innleder 1.kapittelet i sin bok *Sorg og omsorg i skolen* (1994, s.13) med et utsagn fra en 12 – åring som har mistet sin bror.

"Mamma og pappa satt i sofaen og holdt rundt hverandre, jeg gikk på rommet og la meg til å gråte."

De hevder videre at både 12-åringen og de som arbeider med barn i sorg vet at det psykologisk sett, ikke er noen plass for ham mellom foreldrene. Sjansen er større for at han blir den som trøster i stedet for at han får trøst, dersom han kommer inn i foreldrenes "sorgrom". Bestevennen deler ikke følelsene og har heller ikke forutsetning for å forstå hvordan han har det, så han har ikke noe annet sted å gå enn på rommet sitt. Mange får derfor en følelse av at avstanden er aller størst til de nærmeste og opplever dette som veldig bittert.

Den samme ensomheten opplever de på mange måter, når de mister nære voksne som de gjør ved tap av søsken. Terapi for barn i sorg bør være en oppgave for spesielt skolerte personer i følge Dyregrov og Raundalen, men i mange tilfeller, sier de, kan læreren være den eneste tilgjengelige person som forstår seg på barn. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.13)

Dette gjør skolen til en viktig arena for barn i sorg. Læreren er i mange tilfeller en "signifikant andre" for sine elever, og i en periode der foreldrene har mer enn nok med sin egen sorg, blir skolen den trygge arenaen og læreren den som er best egnet til å hjelpe.

7.1 Skolens håndtering av dødsfall

Når døden rammet hjemmet eller skolen, har både foreldre og lærere vært med på å fortie, skyve bort eller overse barns behov. Mange foreldre og andre voksne vet ikke hvor mye barn tenker på den døde og alle spørsmålene de kan holde for seg selv. De er ukjent med barns tanker og følelser. Like etter et dødsfall kan det være relativt stor åpenhet og nærhet innen familien, men over tid kan foreldre bli mer opptatt av egen sorg å trekke seg tilbake, og dermed gradvis bli mer utilgjengelig for sørgende barn.

Barn er imidlertid svært oppmerksomme på foreldres ve og vel, og prøver gjerne å finne måter og hjelpe dem på. De kan for eksempel oppføre seg pent, men oftest så innebærer det at de styrer unna samtaleemner som kan vekke smerte hos de voksne. For å hjelpe de voksnes stabilitet og mestring beskytter de dem ved å opptre så "vanlig" som mulig.

Barn kan også tolke foreldrene og andre voksnes adferd feil. Foreldrene prøver å skjule sine følelser for ikke å uroe eller skremme barna og prøver å opptre som normalt og tar på en "maske" sammen med andre. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.15)

Barna oppfatter det som manglende sorg og tror foreldrene ikke sørger like mye som dem, men mer eller mindre har glemt den avdøde. Dermed består familiedynamikken av nesten gjensidig forsterkende signaler som tolkes som at livet skal være normalt og uproblematisk igjen. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.16)

Sørgende barn kan også oppleve "ikke å bli sett" av de som møter dem utenfor hjemmet, blant annet på skolen der de med konsentrasjonsproblemer har opplevd å få ekstra oppgaver eller irettesettelser. Problemene har ikke blitt sett i forbindelse med tapet og det har bare vanskeliggjort problemene. Dette skjer gjerne når det har gått noen uker og det ikke lenger er så åpenbart for omgivelsene å sette konsentrasjonsproblemer i sammenheng med dødsfallet.

Det er manglende kunnskap om barns sorgreaksjoner og ikke ond vilje som ligger til grunn for lærerens holdninger i følge Dyregrov (1994 s.16). Så fort lærerne har fått kunnskap om sorgreaksjoner hos barn har de vist stor forståelse og innsikt i elevens behov.

7.1.1 Når eleven tilhører en annen religion

16. august 2014 publiserte forskning.no en artikkel om en studie som inngikk i doktoravhandlingen til Ida Marie Høeg, som er forsker ved KIFO, Stiftelsen for kirkeforskning. Artikkelen hadde overskriften "Hva gjør skolen når en elev dør?" Undersøkelsene foregikk på ni offentlige skoler fra midten av 1990 - tallet til 2011, der de undersøkte 10 dødsfall hvorav seks skyldtes sykdom, og fire omkom i ulykker. Elvene tilhørte den norske kirke, muslimske og buddhistiske menigheter. Tre prester, en helsesøster og 33 ansatte ved skolene ble intervjuet.

Gjennom studien ble det avdekket at skolene hadde mangelfull beredskap når eleven tilhørte en annen religion enn kristendommen. For mange skoler var utfordringene store da en elev med minoritetskulturell bakgrunn døde. Tre av skolene mistet elever som var vokst opp i en ikke - kristen kultur. Av de skolene

var det to som aktivt markerte dødsfallet ved å holde minneseremoni og legge fram en minneprotokoll med lys og bilde slik at elevene kunne tegne og skrive hilsener.

På to av skolene i studien var det få minoritetskulturelle elever, noe som gjenspeilte seg i skolenes mangelfulle kompetanse ved begravelsen. Forfatterne av studien mener det er veldig viktig at skolen har kjennskap til ulike religiøse tradisjoner og skikker, slik at de vet hvordan de skal samhandle med familiene.

Elevenes kulturelle kompetanse kan økes gjennom markeringer av en medelevs dødsfall, spesielt ved skolens samarbeid med sivilsamfunnet. Ca. en halv million nordmenn var medlem av et annet tros- og livssynssamfunn enn den norske kirke i 2013.

7.1.2 Når elever begår selvmord

Selvmord og selvmordsforsøk er noe vi møter i skolen. For et par år siden hadde jeg en elev på 9. trinn som hadde prøvd, men heldigvis ikke lyktes. Hun slet fremdeles og var mye borte fra skolen. Hun drev også med selvskading og dukket ofte opp med langermete plagg selv om temperaturen tilsa kortermet. Selvskadingen gjorde at flere lærere ble oppmerksom på problemet, men informasjonen ble bare gitt til de lærerne som var fast på teamet.

Skolen møter noen helt andre utfordringer ved selvmord enn «vanlige» dødsfall, spesielt hvis det omfatter barn eller ungdom. I følge Dyregrov (1994 s.140) økes ikke faren for at venner skal gjøre det samme selv om selvmordet tas opp gjennom bearbeidelse i skolen. Han mener at taushet fra skolens side ville føre til at samtalene i stedet for skjer i det skjulte, for vi vet at kunnskap spres fort i et skolesamfunn. For å hindre ryktedannelse må informasjon med hensyn til tidspunkt, metode, sted og øvrige omstendigheter innhentes tidlig fra autoritative kilder.

Romantisering av dødsfallet er viktig å unngå med tanke på den smerten og alle problemer som selvmordet skaper for de som skal leve videre. Elevene må få kunnskap om hvor store problemer slike dødsfall skaper blant etterlatte, selv om selvmordskandidaten kan tenke at «det vil være det beste for alle om jeg dør». Elevene bør gjøres oppmerksomme på at selvmord er en permanent «løsning» på forbigående problemer som kunne vært løst på en mer hensiktsmessig måte.

Skolens oppgave blir da å hjelpe venner til å leve med den smerten som er skapt, og å finne ulike mestrings - og uttrykksmåter som kan hjelpe dem i denne og andre krisesituasjoner som kan oppstå senere i livet, for å unngå at «lette» løsninger velges som eneste utvei.

Dyregrov viser imidlertid også til dokumentert risiko for spredning og mener fagpersoner bør koples inn så tidlig som mulig for rådgivning og formidle kunnskap om oppfølging. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.141)

I følge denne dokumentasjonen er det ikke enkelt å forutse hvilke barn og ungdommer som er i risikogruppen for å ta sitt eget liv, men ved nære venners død har det vist seg at det i noen tilfeller blir begått selvmord i vennekretsen.

Følgende tegn gir økt risiko i følge Dyregrov (1994 s.154):

- + Tidligere selvmord (spesielt av nyere dato), eller tidligere/nåværende depresjon.
- + Isolasjon, tilbaketrekning
- + Tidligere opplevde tap eller traumer
- + Overopptatthet med døden eller andres selvmord
- + Tidligere selvmord i familien, andre familieproblemer
- + Planlegging: gir vekk eiendeler, leker med kniv, tar unødige sjanser
- + Store personlighetsendringer; endringer i prestasjoner, oppførsel, holdninger og eventuelt rusmiddelbruk

I tillegg bør eksponeringsforhold tas hensyn til:

- + Nært vennskap til avdøde
- + Fant eller iakttok selvmordet
- + Nevnt i avskjedsbrev
- + Visste at det ville skje (ble varslet), men unngikk å gjøre noe
- + Krangel/uvenskap eller brudd i «parforhold» like før.

Skolepersonellet skal spørre direkte om han/hun tenker på selvmord som en løsning, hvis der er usikre på om en elev er suicidal.

7.2 Skolens håndtering av sorg

6. juli 2013 stod det en artikkel i Glåmdalen med overskriften "Etterlyser kunnskap om sorg". Den handlet om 17-årige Sirikka Stenberg som mistet sin to år eldre søster på Utøya. Hun forteller om god støtte i spesialhelsetjenesten, men etterlyser bedre samarbeid med skolen.

Moren hennes er selv lærer og har tenkt mye på hvorfor kunnskap om sorg ikke er en del av lærerutdanningen i følge artikkelen. Lærerne mangler kunnskap mener hun, ikke vilje. Det handler om en grunnleggende forståelse av hvor lang tid sorg tar og hvor individuelt det er. Elever i sorg er elever som plutselig fikk spesielle behov, sier hun.

Jon Håkon Schultz, forsker og prosjektleder for skoleprosjektet ved Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress (NKVTS), var intervjuet i samme artikkel. Han sa at skolene var kommet langt i umiddelbar krisehåndtering, men han savnet rutiner for og kunnskap om den langsiktige oppfølgingen. Han vil ha krisehåndtering inn som en del av lærerutdanningen.

NKVTS har flere studier som går på krisehåndtering i skolen også i forbindelse med Utøya. Leder for Utøya – studien Grete Dyb sier i intervjuet at de opplever at mange sliter med å greie skoleforløpet og hun mener det burde vært en oppfølging på minst to til fem år. Hun tror det er et grunnleggende problem i skolen at det er for lite kunnskap om hvordan sorg og traumer påvirker barn og ungdom.

I samme artikkel sier Glåmdalen at barneombud Anne Lindblom hadde sagt til Romerikes Blad at skolene må være mer fleksible for å hindre at barn i sorg slutter å møte opp i timene. Elevene trenger ekstra tilrettelegging, og har ulike behov i en vanskelig situasjon. Hun gir flere eksempler på helt enkle grep som skolen kan foreta. Hun mener at man ikke nødvendigvis må være ekspert på sorg, men at det handler om å se, spørre, være åpen og ikke for streng med disse elevene.

7.2.1 Skolens håndtering av sorg og omsorg i den nye familien

I kapittel 6 Barn i sorg er det et delkapittel om sorg og omsorg i den nye familien og det er derfor naturlig at jeg i den forbindelse sier noe om hvordan skolen skal forholde seg til den settingen.

Utfordringer som skolen kan møte i disse tilfellene er når nye og gamle besteforeldre dør, nye og gamle foreldre dør, når det er nye og gamle søsken som dør, eller nye og gamle slektninger. Mange har sett denne rikdommen med nye

familiemedlemmer i nettverket som et positivt tilskudd i motsetning til kjernefamilien med mor, far, Ola og Kari, som gikk i oppløsning, kanskje nettopp fordi den ble så liten og så få skulle bety «alt» for hverandre. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.162 - 164)

Skolen er den eneste institusjonen som har kontakt med alle barn fra første til niende³ klasse, noe som betyr at skolen er nødt til å diskutere to forhold i følge Raundalen (1994 s.165):

- ✚ Hvilke av vanlige barns «vanlige» problemer skal skolen ta ansvar for som skole?
- ✚ Hvordan skal skolen utforme sin rolle som viktigste og eneste utsiktspost til den samlede norske «barndommen» som møter opp hver dag i klasserommet?

I det første forholdet ligger utfordringene i hvordan skolen på best måte skal støtte og ivareta barn i en tid da familielivet er kaotisk og familien i det moderne samfunnet er under enorm endring. Et barn i krise blir en svak elev, hva kan skolen gjøre med det? De vanligste instansene som i første rekke er inne i bildet når en plutselig krisesituasjon rammer et barn, en klasse eller et lokalsamfunn er politi, sykehus, barnevern og sosialkontor. Hvordan skal skolen organisere sin kontakt med disse instansene?

I det andre forholdet blir utfordringen for skolen hvilke livsforhold de skal påta seg et ansvar som meldingsinstans for til fagpersoner som samarbeider med skolen: helsesøster, skolepsykolog, skolelege, skoletannlege⁴?

Det enkelte barn i sorg og krise vil få bedre støtte i en vanskelig tid fra en skole som er forberedt på å ta hånd om den «nye» familiekonstellasjonen.

7.3 Når eleven kommer tilbake etter behandling

Magne Raundalen og Bente Ramholt (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.92) startet for flere år siden et skoleprogram ved Haukeland sykehus i Bergen som et resultat av to episoder. Den første episoden dreide seg om en gutt med leukemi som skulle begynne på ungdomsskolen der morens venninne overhørte en diskusjon på lærerværelset og hvor det tydelig kom fram at ingen lærere ønsket gutten i

³ Tiende etter L97

⁴ «Når det gjelder skoletannlegen er det nå faglig belyst at han eller hun er i en unik posisjon til å oppdage barnemishandling og omfattende forsømmelse av barn».

klassen sin. Den andre episoden skjedde i en 2-klasse da eleven, en 8-årig jente, kom tilbake til skolen etter første behandlingsrunde og pulten hennes var borte.

De tror neppe at noe slikt ville skje i dagens skole (1994), men sier de vet at angst og uvitenhet fortsatt kan føre til irrasjonelle handlinger. Informasjon og kunnskap er viktig for å redusere angst.

De grunnleggende komponentene i skoleprogrammet for barn med kreft er som følgende (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.91):

- ✚ Praktisere en åpen kommunikasjon med det syke barnet om sykdommen, behandlingen, bivirkningene, prognosen, psykiske påkjenninger og problemer.
- ✚ Berede grunnen for et skolebesøk, beskrive for barnet hvordan vi pleier å gjøre det, bli enige om hva som skal sies og hva som ikke skal sies, gå igjennom detaljene.
- ✚ Gjennomføringen av skolebesøket, innledet av et fellesmøte på lærerværelset for alle lærerne på skolen, deretter påfølgende klasseromsmøte som besto av orientering, samtale, spørsmålsrunde og avslutning.

I skoleprogrammet som hovedsakelig er skrevet med tanke på barn med kreft, så besøkes skolen ved to ulike stadier i sykdomsfasen. Vanligvis skjer det første møtet med lærerne og klassen etter avslutningen av det første lange sykehusoppholdet som likevel er i begynnelsen av behandlingen. Da har eleven vært fraværende i noen måneder og i enkelte tilfeller opp til et halvt år. Når eleven kommer i den situasjonen at all kurativ behandling innstilles, noe som skjer oftest med ungdom, foretas det andre skolebesøket.

Både foreldre og barn må bevisstgjøres på hvor viktig retur til skolen, og fortsettelsen av skolegangen er for barnets totale behandlingsplan. Skole – hjem samarbeidet er veldig viktig i forbindelse med fravær og lekser som må gjøres. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.93 -94)

Mange engster seg for å komme tilbake til skolen. De er redde for ikke å klare seg, bli terget, eller for å bli syke på skolen. Det kan være til store hjelp at det er en avtale mellom lærer og elev før skolereturen. Eleven har noen å gå til for å dele problemene med, og få råd fra.

For at barnets tilbakeføring til skolen skal bli vellykket er lærernes holdninger til sykdom og reintegrering veldig viktig. Overdreven hensyntagen, forutinntatte holdninger og begrenset kunnskap kan gjøre det vanskeligere for eleven. Dette nødvendiggjør at sykehuset møtes med lærer/skole før elevens møte med klassen. Læreren trenger blant annet informasjon om følgende:

- ✚ Barnets sykdom, prognose og behandling
- ✚ Bivirkninger av behandling
- ✚ Eventuelle fysiske begrensninger
- ✚ Hva barnet vet om sykdommen og navnet som brukes
- ✚ Hva foreldre og barn ønsker at klassen og skolepersonalet skal vite
- ✚ Plan for sykehus/lege – besøk
- ✚ Læringsmessige problemer man må være forberedt på

Det bør være en lærer som fungerer som kontaktperson mellom skole, familie og behandlende sykehus/lege. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.95)

7.3.1 Besøk i klassen

I følge Dyregrov (1994, s.96) er det avgjørende viktig at klassen har gått inn som vanlig, og eleven med kreft sitter på sin vanlige plass sammen med sine klassekamerater, når de kommer for å møte en klasse.

De symboliserer på denne måten at han/hun er en del av klassen og understreker at de er der for at medelever skal unngå at angst og uvitenhet skal føre til avstandstagen og isolering av den syke. De starter klassemøtet med å presentere seg og snakke om skoleprogrammet, kreft og kreftbehandling. Formålet med besøket er å fremskynde og forsterke gjenforeningen med klassen.

De snakker derfor konkret om sykdommen til den det gjelder og prøver å få til dette gjennom en dialog der elevene stiller spørsmål, gjerne til den kreftsyke eleven, og etter hvert kommer med egne sykdomserfaringer det er lett å overvurdere de sykes yteevne og glemme sykdommer fordi de ofte ikke ses utenpå. Dette er det viktig for medelevene å forstå.

I klassemøte lar de andre elever fortelle om egne opplevelser av sykdom som førte til innleggelse på sykehus. På denne måten ufarliggjør de sykehusoppholdet og skaper samhold mellom pasienten og andre barn som har vært så syke at de måtte på sykehus. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.96)

7.3.2 Omsorg for pasienten

Enten det gjelder en gjenforening etter første fase av behandlingen eller situasjonen er sånn at klassen skal ta avskjed med en av sine, så er selvsagt hensynet til og omsorgen for den som er syk hovedmålet.

Ved sykdom kan en del elever trenge spesialpedagogisk hjelp og ekstra oppfølging. Dette er det viktig å tilrettelegge i samarbeid med skole-hjem og de aktuelle instanser. Barn som opplever sykdom og sykefravær tidlig i skolegangen er det spesielt viktig å følge opp for å unngå huller i kunnskapen som danner grunnlaget for senere læring. Begrenset av hvor syk barnet er blir sykehusundervisningen veldig viktig. Samarbeid mellom barnets lærer og lærer ved sykehusundervisningen er en forutsetning slik at eleven lærer det samme som resten av klassen. Skoleprogrammets målsettinger kan oppsummeres som følger:

- + Gi kunnskap om sykdommen
- + Omsorg for pasienten
- + Forebygge kommunikasjonsstans
- + Stimulere til åpenhet
- + Lære for livet
- + Forbedre skolens takling av sykdom
- + Fremme nye holdninger
- + Gjenforene eleven med klassen etter et lengre avbrudd. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.96 - 97)

I følge Dyregrov og Raundalen (1994 s.99) dør ca. 1300 norske barn hvert år. Hvis omtrent halvparten av dem har søsken i barnehage eller skole, er det nesten 24000 som rammes ved disse dødsfallene. Disse tallene må sannsynligvis firedobles eller mer, hvis alle alvorlige sykdommer skulle inkluderes.

Tap og sorg må bearbeides og få uttrykk i den etterlattes klasse eller barnegruppe, uansett om dødsfallet skjer plutselig eller etter lang tids sykdom.

Skoleprogrammets hovedformål er å hjelpe barn med kreft tilbake i hverdagen, til å mestre sykdommen i skole – og kameratsammenheng og snakke åpent om den til venner og venninner. De har også villet bevisstgjøre læreren på sin rolle i den sammenhengen. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.99 -100)

7.4 Skole – hjem samarbeid

I følge Berglyd (2004 s.155) står det i L97 at skolen har hovedansvaret for et godt samarbeid med foreldrene og må derfor sørge for at de får den nødvendige informasjonen for at dette skal fungere. Dette er videreført i K06 og K12.

Det er viktig at foreldre/foresatte vet hva elevene skal møte på de ulike trinnene, hvilke arbeidsmåter som benyttes og hvordan skoledagen er organisert. Foreldre/foresatte skal i samarbeid med skolen være med å skape et godt læringsmiljø for elevene.

Informasjon som er viktig for barnets trivsel må formidles mellom skolen og foreldre/foresatte. Eventuelle konflikter som oppstår må løses sammen. Holdninger og kjennskap til læreplanens innhold er basisgrunnlaget for forholdet mellom hjem og skole. Foreldrene må gis mulighet til å være med på arbeidet med skolevurdering og skolen kan ha stort utbytte av den ressursen foreldregruppen utgjør.

Hvor god kjennskap foreldrene har til de endringene som skolen har gjennomgått de siste tiårene vil variere veldig. Skolens første oppgave i møte med foreldre/foresatte blir derfor å informere om hvordan undervisningen legges opp og læreplanens intensjoner. Skolens foreldremøter og klasseforeldremøter er en naturlig arena for formidling av denne informasjonen, da de gjennomføres i samarbeid med FAU⁵. Elevene er utgangspunktet og midtpunktet for skole-hjemsamarbeidet, som bare er en del av lærerens oppgaver, og skal derfor stå i sentrum.

Skolen og foreldrene har gjensidige forventninger når barnet begynner på skolen. Foreldrene får et ansvar som medlem av skolesamfunnet og skolen må informere dem om hvilke rettigheter og plikter de har. Foreldrene må samtidig få formidlet hvilke forventninger de har til skolen. Åpenhet og respekt er viktige begreper for samarbeidet. (Berglyd, 2004 s. 155-156)

⁵ Foreldrenes arbeidsutvalg i skolen

7.4.1 Samtaler i møte med sorg, ulykker og alvorlig sykdom

«Hvis det var jeg som hadde dødd, hadde dere gjort slik på skolen da også?»

Dette spørsmålet fikk en lærer på småskolen av en liten jente på en forferdelig tragisk dag. I løpet av natten hadde en elev dødd i en brann og dagen ble snudd helt på hodet, da barna kom til skolen.

Informasjon ble gitt etter at elevene var samlet i klasserommet. Læreren hadde funnet fram et bilde av eleven, de hadde tent lys og læreren hadde sagt noen minneord. Elevene fikk rikelig med tid til å snakke sammen i klassen og med læreren. Da flagget ble heist på halv stang, hadde hele skolen vært samlet rundt flaggstangen, og rektor hadde sagt noen ord.

Læreren fikk dette spørsmålet i fanget rett før elevene skulle gå hjem. Og svaret var klart: «Samme hvem vi hadde mistet av dere så hadde vi markert det slik på skolen vår. Hver og en av dere, er så verdifull at vi har ikke råd til å miste noen av dere!» Læreren la merke til at jenta virket rakere i ryggen og holdt hodet høyt, da hun tok farvel og gikk. Det virket som om måten dette hadde blitt markert på hadde gitt henne en opplevelse av hennes egen verdi. (Ekvik, 2010 s.129)

I følge Ekvik er det ikke bare det vi sier, men også det vi gjør som er et språk. Hvis en slik tragisk hendelse bare hadde blitt forbigått i stillhet på skolen ville det også vært et språk. Vi ville ha fortalt barna at det å miste en klassekamerat ikke er noe som angår oss, men er noe som familien tar seg av, hvis ikke vi hadde gjort noen ting. Når vi mister venner er det noe som ikke snakkes om, men som forbigås i stillhet ville vært det vi formidlet uten å si ett ord.

På denne måten utvikler heller ikke elevene sosiale ferdigheter i møte med sorg og vanskeligheter, og voksne fremstår heller ikke som forbilder. Måten vi markerer et dødsfall på sier noe om et menneskes verdi, og det er derfor viktig å gjøre noe sammen med barna, når sorgen rammer oss. (Ekvik, 2010 s.129 – 130)

Det er viktig for skolen å legge en plan for neste skoledag om en elev skulle dø brått og uventet. Ekvik (2004, s.284) anbefaler at det så raskt som mulig innkalles til et planleggingsmøte mellom rektor og kollegiet hvis meldingen om et dødsfall kommer sent en kveld. Det avhenger av skolens størrelse hvor mange som er med i en slik samtale. For små skoler vil det være naturlig å ha med hele kollegiet, mens på større skoler vil det være naturlig med de lærerne som driver undervisning i klassen, og så informere de øvrige.

Ekvik mener det vil være bedre å sitte sammen noen sene nattetimer i stedet for å forsøke å samle lærerne noen hektiske minutter før skoledagen starter. Rykter sprer seg fort blant elever, spesielt hvis det har skjedd noe tragisk. At skolen har kontroll over situasjonen og en plan for hva som skal skje fremover skaper for mange trygghet i en kaotisk situasjon.

Det er viktig å ta stilling til følgende i denne planleggingssamtalen:

- + Hvordan markerer vi dette i morgen?
- + Hva utsettes til neste dag?
- + Hva skal vi gjøre i avdødes klasse?
- + Hva gjør vi i forhold til de elevene som kjente vedkommende godt, men som ikke går i samme klasse?
- + Hvem gjør hva?
- + Er det søsken eller andre som vi må ta spesielt vare på i morgen?
- + Hvordan informerer vi elevene?
- + Hva har vi av informasjon? Hva kan vi gi elevene av informasjon?
- + Hva må vente? Hvor innhenter vi informasjon? Hva med informasjon til hjemmene?
- + Hva gjør vi med kontakten med hjemmet til avdøde?
- + Hva gjør vi hvis journalister dukker opp?
- + Er det ressurspersoner i nærmiljøet vi kan knytte til oss?
- + Informasjon til elevene om dagene fremover: hva kommer til å gå som normalt, og hva kommer til å gjøres i forhold til dødsfallet, eventuelt minnestund og deltakelse ved begravelsen.

Sakslisten kan gjøres både kortere og lengre, men det viktigste er at ledelsen setter seg sammen og snakker om neste dag og tiden framover. (Ekvik, 2004 s.284 – 285)

Ekvik (2010 s.133 -136) foreslår tre trinn i en dags sorgarbeid på skolen. Første trinn er en fellessamling i aulaen eller gymsalen for hele skolen ved begynnelsen av skoledagen. Uansett, når en elev dør, så angår det hele skolen ikke bare de som kjente ham eller henne. Trinn to er fellessamling for alle som kjente avdøde best, på tvers av klassegrensene. Tredje trinnet er sorgarbeidet i den avdødes klasse. Her finner vi de fleste av dem som er hardest rammet av sorgen. Noen nære venner til den døde finnes likevel i andre klasser og Ekvik anbefaler at det åpnes opp for at disse kan få følge den avdødes klasse når sorgarbeidet drives videre, hvis de ønsker det. Å være bestevenn og sitte passiv i en annen klasse, mens det foregår et spesielt opplegg i den avdødes klasse, kan være en stor belastning.

For sørgende barn er dagene snudd på hodet, så det er viktig å finne en god balanse mellom oppmerksomheten rundt sorgen og den vanlige skoledagen. Når en elev mister en av sine nære og kjære blir det meste annerledes. Eleven kommer hjem til en familie som også er sterkt preget av tapet og opplever ofte å «miste» begge foreldrene, fordi den gjenværende forelder ikke fungerer som normalt i lang tid fremover.

Behovet for å ha noe som er stabilt og forutsigbart blir skapt og skolen blir ofte en slik arena. Barna må få oppleve skolen som et fristed der lek, undervisning og aktiviteter går som normalt. Det blir veldig viktig å finne balansen mellom en god oppmerksomhet rundt sorgen og det normale i hverdagen.

Hos små barn kan det være kort vei fra tårer og fortvilelse til latter og lek, siden de ikke blir værende i en følelse lenge av gangen. De har et kortere tristhetspenn enn voksne og flakker mye frem og tilbake i følelsene, noe som betyr at de går ut og inn av sorgen mye raskere enn oss. Dette har ført til at mange voksne ved en misforståelse har trodd at sorgen ikke går inn på barn.

Barn sørger også dypt og lenge, men lar seg ikke styre så mye av forventninger utenfra. Utfordringen for oss voksne blir å møte tårer, spørsmål og behov der og da, når barna signaliserer dem.

Det blir viktig ikke å la markering, samtaler og oppmerksomhet tippe over i en dyrking av sorg og sterke følelser. Nok en gang er det snakk om å finne en god balanse. Her kan enkelte sterke og dominerende elever bidra til å dra prosessen ut av at godt spor, derfor er det viktig at voksne følger godt med på ungdoms- og klasse miljøet i denne perioden. Fenomenet heroisering, der den avdøde etter hvert blir klassens helt, og blir mer og mer fantastisk for hver uke som går, kan også oppstå.

Lærerne må da minne elevene på at det er viktig å kunne minnes avdøde med respekt uten å la det gå over i en urealistisk beskrivelse av avdøde. (Ekvik, 2004 s.289 – 290)

Sorg, sykdom og død hører til livets vanskeligste sider, og er derfor temaer det er vanskelig å samtale om i skolen, spesielt fordi vi selv ofte er følelsesmessig berørt, og fordi det berører barn og unge. Det er viktig at læreren kjenner til sin posisjon i elevenes liv, for verdien av samtalen ligger ikke bare i hvor mye riktig og viktig man greier å si, eller hva man makter å formidle eller forløse i samtalen. (Ekvik, 2004 s.296–297)

Den tryggheten og relasjonen som læreren allerede har etablert i forhold til sine elever, er «gull verdt» når man kommuniserer om vonde, vanskelige og sårbare områder i livet. Når sorg, alvorlig sykdom og død blir en del av skolehverdagen, er det veldig viktig at lærerne er der som ressurser for barn og unge. (Ekvik, 2004 s.296–297)

7.5 Lærerens rolle

Når sorgen rammer noen i skolen, så er det viktig at usikkerhet og taushet blir erstattet med trygghet og gode konstruktive samtaler. Det er spesielt viktig med en god dialog mellom lærerne og foreldrene ved dødsfall som rammer skolen og elevene på en eller annen måte. Være seg om den døde er en ansatt, en elev, forelder, søsken eller annen familie.

En lærers hverdag innehar mange roller. Han skal formidle kunnskap, trøste når noen er lei seg og være konfliktløser når noen er uenig. I tillegg utsettes lærerne daglig for et enormt krysspress fra foreldre, politiske myndigheter og samfunnet generelt med alle de ulike forventningene disse har.

Lærere er ikke en enhetlig gruppe, like lite som foreldre er det, med gjennom sin pedagogiske utdanning har de en felles plattform som gjør dem kompetente til å undervise og oppdra barn. De er fagpersoner som er sertifisert til å kunne tolke læreplaner og omsette disse i praksis. De skal sørge for at elevene trives i skolen, føler seg trygge og inkludert i skolemiljøet og kan fungere sammen i grupper.

Det vil være ren utopi å tro at læreren kan forstå handlemåten til alle dem som er involvert i samarbeidsprosessen, når han skal samarbeide med flere titalls hjem som alle har sin egen kultur og holdninger. Lærerens solide faglige plattform gjør det likevel mulig å tolke de ulike reaksjonsmønstrene som dukker opp i løpet av samtalene og fører dermed til en profesjonell holdning til samarbeidspartnerne. Det er kontaktlæreren som er det naturlige bindeleddet i hjem – skolesamarbeidet. (Berglyd, 2004 s.159 – 160)

Lærerne skal legge forholdene til rette for at elevene skal kunne utvikle en sosial adferd som fører til samhold og trivsel i klassen i tillegg til å undervise og oppdra elevene etter gjeldende læreplaner. De skal samarbeide med kolleger, etablere tverrfaglig samarbeid når det er nødvendig og ikke minst kunne forholde seg profesjonelt til elevenes foreldre/foresatte. Samfunnet legger stadig flere arbeidsoppgaver på skolen, så samarbeid vil få en stadig større plass innenfor lærerens arbeidsområde.

Vanskelige samarbeidssituasjoner vil alltid være lettere å håndtere for en lærer som har et godt faglig grunnlag og samtidig er trygg på sin egen rolle.

Arbeidsgiver har ansvaret for at de ansatte i skolen får den faglige kunnskapen og oppdateringen i samarbeidsteknikker som de har behov for. (Berglyd, 2004 s.161 - 162)

Når barn mister søsken eller forelder er det klassekameratene og læreren som oftest er de som står eleven nærmest i tillegg til familien. Ekvik (2010 s.19) forteller om to opplevelser han hadde da han kom som prest kom på hjemmebesøk.

«Martin» gikk i første klasse og hadde stolt vist fram bilder av seg og lillesøsteren som nå var død. Læreren ga alle i klassen beskjed om å lage en tegning til «Martin» som de laget et hefte av. Læreren gikk på besøk og leverte dette heftet, som «Martin» da kom løpende med for å vise Ekvik, da han kom for å snakke med foreldrene om begravelsen.

En jente som nettopp hadde gått ut av barneskolen, mistet faren sin og det kom mange blomster til hjemmet i den forbindelse. Felles for alle blomstene var at de var til familien, med unntak av en, den var bare til henne. Den kom fra klassen og var bare til henne. Da Ekvik kom dit satt jenta på rommet sitt, hvor hun også hadde blomsterbuketten. Da hun kom ned for å delta i samtalen hadde hun buketten med seg og satte den på bordet ved siden av seg. Etterpå gikk hun igjen opp på rommet med buketten sin. To gode venninner i klassen hadde kommet med disse blomstene og det var ikke vanskelig å se hva dette betydde for henne i likhet med det heftet som «Martin» fikk fra sine klassekamerater.

De hadde blitt vist individuell oppmerksomhet, dette fokuserte på dem og deres tapsopplevelse. De ble behandlet som hovedpersoner i sin egen sorg.(Ekvik, 2010 s.19)

En lærer møtte etter mange år igjen en av sine elever som hadde mistet sin far rett før hun skulle gå ut av barneskolen. Han hadde ikke vært kontaktlærer, men hadde god kontakt med jenta. Hun ble et av de tause barna. Hun ville ikke prate om det som hadde skjedd, til tross for at det tydeligvis gjorde veldig vondt, så denne læreren hadde skrevet et brev til henne. Den gangen fikk han aldri noe svar, men da de møttes forteller den unge kvinnen at brevet hadde vært til stor hjelp og trøst, selv om hun ikke hadde tatt i mot tilbudet hans om en prat, hvis hun trengte noen å snakke med. Det var likevel så godt å vite at jeg hadde en å gå til, hvis jeg ville, forteller hun. Det kan være viktigere, for mange av de tause barna at vi gjør noe sammen med dem, enn at vi kun prater med dem. (Ekvik, 2010 s.82) For denne jenta var det nok at læreren hadde skrevet et brev som ga henne en valgmulighet.

Det er grunnleggende at det finnes en adressat eller mottaker som forstår hva jeg sier og foretar meg i en inkluderende skole. Mennesket lever kun i relasjon til andre og betydningen av «den signifikante andre» er vesentlig for å nå fram til egen erkjennelse om oss selv og hvem vi er. Vi defineres gjennom våre forhold til andre, enten den andre er en person som er fjern eller nær, kjent eller mer udefinerbar. Det er ikke i første rekke for å uttrykke seg selv at mennesket bruker språket, men for å kunne kommunisere med andre og være i dialog. Betydningen av «den signifikante andre» er så grunnleggende at dette perspektivet stadig vil ha innflytelse på hvordan vi tenker og handler. Ikke minst gjelder dette lærerens arbeid for å skape fellesskap i klassen.

Elevenes relasjoner er tett knyttet til begrepet omsorg, ikke bare til den som bryr seg, eller blir gjenstand for omsorgen. Læreren prøver gjennom sin omtanke å finne ut hva som ligger bak, når eleven klager, og hun hjelper eleven til bedre å forstå både sine egne holdninger og holdninger hos den som viser omsorg. Og gjennom omsorg i forhold til undervisning sier Pettersson at å vise omsorg for en annen person er, i den viktigste betydningen av ordet, å hjelpe ham til å vokse og å realisere seg selv. (Pettersson, 2003 s.140)

Hvor viktig det er at lærerne kjenner til elevenes bakgrunnshistorie er det som skjedde i en ungdomsskoleklasse, da en av elevene begikk selvmord, et godt eksempel på. Ekvik (2010, s.86) forteller at reaksjonene var veldig forskjellige hos de enkelte elevene, men alle opplevde det mer eller mindre som et mareritt med et unntak. En av jente reiste seg og begynte å gå rundt i klasserommet mens hun med gråtkvalt stemme ropte gjentatte ganger: «Jeg var så glad i ham!» Ingen av medelevene var klar over at de hadde vært kjærester, eller at hun var forelsket, så de ble veldig forundret over dette. Tanken på at selvmordet hadde noe med henne eller komplikasjoner i forholdet å gjøre, dukket opp.

Heldigvis var det en lærer i denne klassen som kjente godt til de fleste av elevene som fikk tatt henne til side og spurt om hun mente klassekameraten eller broren. Det er broren min var svaret. Han hadde tatt sitt eget liv ett år før. Hun fikk aldri anledning til å bearbeide sorgen, da foreldrene brøt sammen og hun hadde forsøkt å trøste og kompensere for deres tap alt hun maktet. Hun fikk ikke rom for å reagere og la tårer og følelser få utløp, så da dette nye selvmordet skjedde brast det for henne. Sorgen over klassekameraten og den oppdemmede sorgen over broren ble mikset sammen og fikk dobbel intensitet. Ofte aktiveres tidligere tap i møte med nye, spesielt hvis de ikke er bearbeidet. (Ekvik, 2010, s.86 - 87)

Selv om lærerne må dele tiden sin mellom flere elever tilbringer de likevel veldig mye tid sammen med barna og det bygges ofte opp en tillit og en trygghet mellom læreren og den enkelte elev. I dag tilbringer mange barn flere timer sammen med voksne i skole og barnehage enn de gjør med sine egne foreldre. Når det skjer noe leit som berører barn, er den voksenkontakten som de opplever i barnehage og skole av stor verdi. Dette er oppegående voksne som ikke berøres av sorgen på samme måten som familien.

Læreren representerer noe trygt og stabilt gjennom dager og uker hvor barn opplever at mye er annerledes og ute av sitt vanlige spor. Det er derfor veldig viktig at foreldre informerer de voksne som til daglig omgås deres barn i stedet for å vente på at de skal kontakte dem. Mange ansatte i barnehage og skole kvier seg for å kontakte familien, da de regner med at de nå har mer enn nok med seg og sitt. Samtidig bryr de seg om barnet og føler seg nært knyttet til det, og på den måten berøres de også selv av det som har skjedd. De vet at tiden framover vil bli vanskelig og krevende for barnet og at de i tillegg til foreldrene er nærmest til å møte barnets behov og livssituasjon på best mulig vis. (Ekvik, 2010 s.89-90)

Ansatte i barnehage og skole har for mange hjem vært de mest verdifulle støttespillerne gjennom en vanskelig periode i livet. Disse personene representerer de yrkesgruppene som er beste egnet til å ta vare på barn, arbeide med barn og forstå dem. De møter barn hver dag og det ble bygget opp en trygg og god relasjon mellom dem og barna, da livet fremdeles fungerte som normalt, noe som er veldig viktig når dagene er vonde og vanskelige. (Ekvik, 2010 s.92)

Tristhet og tunge følelser kan dukke opp hos elevene i lang tid etterpå, noe det er viktig å være oppmerksom på slik at reaksjonene kan ses i den rette sammenhengen. En medelevs død er ikke glemt etter en måned eller to, så det er veldig viktig at læreren ikke glemmer denne eleven, men minnes han eller henne for eksempel på fødselsdagen og ved skoleavslutningen. På denne måten viser vi elevene hvor mye et menneskeliv er verdt og at vi ikke glemmer vedkommende så fort, men minnes han eller henne selv etter flere måneder. (Ekvik, 2010 s.149)

Noen samtaler er vanskeligere enn andre og mange lærere kjenner seg usikre når temaet er død, sykdom, ulykker eller andre former for tapsopplevelser. Og spesielt når det gjelder selvmord, er mange lærere redde for at de vil legge grunnlag for selvmordstanker, hvis man tar opp temaet. Erfaringsmessig har det vist seg at det er tausheten rundt dette, i likhet med taushet rundt andre problemer i motsetning til åpenhet, som skaper grobunn for selvmordstanker.

Gjennom sitt holdningsskapende arbeid med fokus på vennskap, trofasthet, åpenhet, tro, håp og tillit kan skolen formidle viktige verdier og i praksis vise elevene dette gjennom alle de ukene vi er sammen med dem i skolehverdagen.

Det er mange faktorer som kan knekke livslysten hos barn og unge, men det begås også selvmord blant ungdommer som ikke umiddelbart befinner seg i noen av risikogruppene. Det finnes grunnlag for å si at aldersgruppen 15 – 19 år, som ikke er i arbeid eller utdanning, er den mest utsatte gruppen. (Ekvik, 2010 s.160 - 161)

Det er ikke så avgjørende for utviklingen som man tidligere har trodd at et barn går glipp av en viss erfaring i sitt forhold til foreldrene. Barn får ofte mulighet til å oppleve noe lignende i sitt forhold til andre mennesker, og i mange tilfeller kan dette ofte være lærere.

Begrepet beskyttende faktor ble innenfor psykologien i forbindelse med spørsmålet om hva som hjelper folk til å greie seg til tross for en vanskelig barndom. I det store og hele er man enige om at en av de beskyttende faktorene, er et godt forhold til et annet menneske, som ble opplevd som viktig, uten at det finnes noe entydig svar. (Furman, 2000 s. 25 – 26)

I pedagogikken snakker vi om «den signifikante andre» som en beskyttende faktor. Gjennom sin teori som har fått navnet symbolsk interaksjonisme, eller bedre kjent som speilingsteori, beskriver Georg Herbert Mead hvordan det «objektive» selvvet kommer i stand. Vi observerer andres reaksjoner på oss, ikke oss selv direkte og på grunnlag av andres reaksjoner på oss, danner vi basisen for vår «objektive» selvoppfatning.

Det er imidlertid ikke uvesentlig for oss hvem det er. Et vilt fremmed menneske ville ikke bety noe i denne sammenhengen. Det må være en person som betyr noe for meg på en eller annen måte, hvis den «andres» vurdering skal angå min selvoppfatning. Reaksjonene må komme fra såkalte «signifikante andre». Læreren vil som regel være en signifikant annen for elevene. (Imsen, 1999 s. 295)

Hver enkelt elev og hver eneste sorgsituasjon er unik. For en lærer er det godt å ha med seg erfaringer fra tidligere hendelser, men det er likevel viktig at vi kartlegger hva som er spesielt i den aktuelle situasjonen vi befinner oss i, og lar både samtalene og de praktiske oppleggene bære preg av det. Sorg kommer til uttrykk på mange forskjellige måter og ingen behov er like hos de sørgende. Dette er gjeldende både for barn og voksne. Ulike faktorer som kjønn, legning, alder, mennesketype og tidligere erfaringer med sorg og tap vil påvirke reaksjonene.

Det er forskjellige tradisjoner innenfor ulike kulturer, ikke bare blant de som kommer fra andre land eller en annen religion, men også innenfor vår egen kultur. Når det kommer til involveringen av barna i form av åpenhet og grad av deltakelse, vil det ofte være store sprik i en og samme klasse mellom familiene i forhold til hva de vanligvis gjør, eller hvordan de ønsker å forholde seg i møte med sorg. (Ekvik, 2004 s.283–284)

I dag preges elevmassen mange steder av at vi har blitt et flerkulturelt samfunn. Dette medfører at vi plutselig kan befinne oss i en situasjon der vi deltar i en sorg som har rammet elever fra svært ulike kulturer. Samtalene som føres, både i møte med hjemmet, med de berørte og med klassen, påvirkes av dette. Medelevene må få kunnskap om hvordan man i deres sammenheng omgås med respekt, og hvilke tradisjoner og skikker de kommer til å møte, hvis de skal delta i begravelsen. Mange trossamfunn og kulturer har i de fleste større byer personer som kan bistå skolen med verdifull informasjon og praktisk hjelp. (Ekvik, 2004 s.291)

Det er viktig at det så fort som mulig opprettes kontakt med den avdødes foreldre. De fleste gruer seg for disse samtalene, da det ikke er lett å møte foreldre i sorg. Og av frykt for å komme upassende er det mange lærere som utsetter denne samtalen. Disse samtalene har likevel mange erfart at har vært av stor verdi og til gjensidig hjelp og støtte. Når samtalene først er i gang kan de ofte oppleves som noe godt midt i alt det vonde; det er klargjørende og kan oppleves som en lettelse både for læreren og de pårørende.

Det er svært få som står så sentralt i et barns liv som læreren, bortsett fra den nærmeste familien. De har mange opplevelser sammen og lærere har kjennskap til store deler av et barns livshistorie. Læreren er blant de som tilbringer flest timer og dager sammen med et barn og blir derfor svært viktige og sentrale personer for de foreldrene som har mistet et barn. (Ekvik, 2004 s.285)

7.5.1 Læreren forhold til tro

En lærer som selv beskrev seg som ateist hadde følgende historie: i et friminutt kom en av hans elever som nylig hadde mistet sin far bort til ham og sa: «Lærer, det må være noe etter døden! Hvis alt er bare stopp når døden kommer, så er jo alt helt sprøtt! Døden kan ikke være det siste!» Læreren som ikke delte denne troen og dette håpet kom i en vanskelig situasjon, men måten han løste den på er det mange som kunne lære noe av. Læreren valgte å svare det som var til det beste for eleven, uavhengig av egne standpunkter og markeringsbehov.

Både når barna møter oss med tro og håp, og med opprør, aggresjon, tvil og vantro er dette viktig å huske på. Det er eleven som er i fokus. At barn blir sinte, og også sinte på Gud, når noen de er glad i dør, er ikke uvanlig. «*Kommer det et barn og sier: Det kan ikke være noen Gud, vet du! Ikke når noe slikt skjer! Da er det viktig at dette barnet får lov til å være sint.*» (Ekvik, 2010 s.73)

Det er viktig at de opplever seg forstått og ikke møter motargumenter. Det vonde får lov til å være vondt og det meningsløse være meningsløst. På slike dager er det lov ikke å forstå, og det er også lov ikke å forstå Guds handlinger. Vi åpner for muligheten til å kunne snakke videre sammen senere når den største smerten har gitt seg, hvis barn får oppleve at de kan komme til oss med sin aggresjon og fortvilelse og møte forståelse på det. Ofte kan det da være andre spørsmål som kommer om håp og tro. Vi kommer imidlertid aldri dit hvis kommunikasjonen blir blokkert, og de ikke opplevde seg forstått i de dagene da sinnet og opprøret er intenst og smertefullt. (Ekvik, 2010 s.73)

Lærere står i en særstilling, når det gjelder forholdet til tro og religion, spesielt hvis man underviser i RLE. Vi har som lærere stor påvirkningskraft i forhold til våre elever. Det er derfor viktig at man som lærer forholder seg nøytral til trosspørsmål og ikke «flagger» sin egen tro eller mangel på sådan. Læreren i eksempelet over gjorde etter mitt syn det helt korrekte. Han tenkte på hva som var best for eleven.

7.5.2 Lærerutdanningen

Berglyd, (2004 s. 160) mener det er betenkelig at lærerstudentene får liten eller ingen opplæring i det å være leder, spesielt når man vet at lederfunksjonen er en av de viktigste oppgavene til en lærer. Hun sier det virker som om de som har ansvaret for lærerutdanningen tar det for gitt, at de som ønsker å bli lærer har medfødte lederegenskaper. Dette kan få uante konsekvenser mener hun, siden personlige egenskaper ikke kan gi den kompetansen som er nødvendig i en lederrolle.

Lærerutdanningen har blitt diskutert mye i media de siste årene. Høgskolen i Buskerud og Vestfold tilbyr nå en lektorutdanning i norsk og historie som skal dekke ungdomsskolen og videregående skole. Denne utdanningen er en femårig forskningsbasert profesjonsutdanning som gir undervisningskompetanse i norsk og historie fra 8. – 13. trinn. Norsk – og samfunnsfagsdidaktikk er en del av utdanningsløpet sammen med pedagogikk. De har 100 dager praksis i løpet av disse fem årene, noe som grunnskoleutdanningen også har i sitt fire-årige løp.

Fagkunnskap er viktig, men det er også metodikk. Det er stor forskjell på elever i ungdomsskolen og på videregående i form av modenhet og motivasjon, på samme måte som det er forskjell på barne- og ungdomsskole. Studentene får sjokk når de kommer ut i skolen, for hverdagen består i mye større grad av psykologi enn faglig kompetanse. Mange forskjellige elevtyper som har ulike behov av ulike årsaker. Dette blir de ikke forberedt på i lektorutdanningen.

7.6 Sorgplan

Alle skoler skal ha en sorgplan. Ut i fra det jeg har lest av sorgplaner for en ungdomsskole([vedlegg 1](#)) og to barneskoler ([vedlegg 2](#))([vedlegg 3](#)) i Vestfold, virker det som om skolene med ett unntak konsentrerer seg om selve hendelsen. Det er prosedyrer man skal følge og mange konkrete forslag til hva man kan gjøre den dagen det skjer og de første dagene etter dødsfallet, samt om forberedelse til begravelsen.

Jeg finner imidlertid kun i en av planene anbefalinger om hva vi bør gjøre, eller hvordan vi kan hjelpe elever som vi ser fremdeles er i sorg etter noe tid. Denne planen er fra 2003, da jeg hadde praksis på denne skolen. Hvordan den ser ut i dag vet jeg ikke, men regner med at de ikke har fjernet anbefalingene om videre sorgarbeid.

Jeg har i kapittelet om barn i sorg ved hjelp av Atle Dyregrov og Magne Raundalen redegjort for tidsaspektet i barns sorg. De skriver om barn som har sendt brev og forteller om sorg, savn og lengsel som har forverret seg selv etter 1-1,5 år etter dødsfallet. De sorgplanene jeg har erfaring med, to fra ungdomsskolen og en fra barneskolen, behandler ikke denne problemstillingen.

Den vi har ved den skolen jeg for tiden er ansatt ved, sier detaljert noe om hvilke rutiner vi skal følge i forhold til dødsfall/ulykker som berører skolen, den har forslag til musikk og litteratur, men sier ingenting om hvordan vi skal møte/håndtere elever som går gjennom en sorgprosess over tid av ulike grunner. Vi har en kasse stående på lageret som blant annet inneholder litteratur og opplegg knyttet til barn i sorg, men vi har ingen rutiner for å informere hverken om sorgplanen eller denne kassen.

Da jeg kontaktet administrasjonen ved min skole, og spurte om hvilke rutiner vi hadde, for å håndtere elever som var i sorg over tid, og av ulike årsaker, fikk jeg beskjed om at de ble henvist til sosiallærer eller helsesøster som ved ytterligere behov eventuelt henviste til PPT.

Dyregrov og Raundalen, (1994 s.13) sier, som jeg tidligere har skrevet, at læreren ofte kan være den eneste tilgjengelige personen som forstår seg på barn. Jeg vil derfor se nærmere på det de kaller beredskapsplan for skolen (1994, kap.7.) I den planen tar de for seg ulike kritiske hendelser som kan oppstå, noen mer sjeldne enn andre. Hvordan man handler sier de avhenger av den enkelte hendelse og hvorvidt skolen er direkte eller indirekte involvert.

De kommer med forslag til retningslinjer for oppfølging av en hendelse der de snakker om forberedelse, innholdet i planen, kartlegging av situasjonen ut i fra hvem som er rammet, hva som har skjedd, hvordan situasjonen oppstod og hvilken informasjon som er gitt. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.131-133)

Dyregrov og Raundalen (1994 s.134) anbefaler at skolen gjør informasjonen om hva som har hendt, samt hvor og hvordan lett tilgjengelig og i tillegg bør skolen være åpen. Eksterne ressurser som kan holde lærere, elever og foreldre med oppdatert informasjon bør også kontaktes.

Videre mener de at daglige rutiner bør gjenopprettes så tidlig som mulig, men det må samtidig være tid for ritualer, samtaler og andre uttrykksmåter for elevene. Og de ansatte må få den hjelpen de har behov for til bearbeidelse. Skolen må også sikre at de ansatte er forberedt til å ta seg av foreldre, presse og andre som kan komme til å henvende seg i en krisesituasjon. (Dyregrov & Raundalen, 1994 s.134)

Beredskapsplanen skal i følge Dyregrov og Raundalen også inneholde retningslinjer for forslag til følelsesmessig førstehjelp, håndtering av kommunikasjon med elever og planer for beredskap ved ulike scenarioer av hendelser i tillegg til at de også tar for seg langvarig oppfølging. Noe jeg savner med ett unntak i de sorgplanene jeg har erfaring med.

8. Konklusjon

8.1 Sammenfatning

Jeg har i denne masteren prøvd å redegjøre for utfordringene skolen har i forbindelse med elever som er i en sorgprosess over tid, og hvordan skolen bør håndtere dette. For skolen er det en utfordring når elevene møter døden. Jeg har i den forbindelse som bakgrunn valgt å se på synet på døden i et historisk og sosiokulturelt perspektiv når det gjelder kristendommen i Skandinavia og deler av Europa. Jeg har også valgt å se på ulike sider av døden og hvordan vi håndterer den i lys av religion i et historisk og sosiokulturelt perspektiv.

Historisk sett har jeg hovedsakelig brukt to kilder, en engelskspråklig som tar for seg Europa generelt sett og en som ser på svenske forhold som jo vil være relativt likt de norske forholdene. Når det gjelder nyere tid har jeg benyttet meg av avisartikler fra VG og Dagbladet som også er eksempler på hvordan våre holdninger til døden generelt sett har endret seg opp gjennom årene.

Det sosiokulturelle perspektivet har jeg sett på ved hjelp av Durkheim. Måten jeg presenterte Durkheim på i innledningen av kapittelet valgte jeg, fordi han er meget anerkjent innenfor sosiologi, men ikke fullt så godt kjent innenfor religion og etikk.

Synet på døden i ulike religioner og kulturer har fasinert meg helt siden ungdomsskolen, da jeg hadde mitt første møte med andre religioner enn kristendommen. I denne masteren har jeg imidlertid fokusert på humanismen i tillegg til jødedommen, kristendommen og islam som har samme utgangspunkt med Abraham som stamfar, og fordi islam og kristendom sammen med humanismen utgjør bakgrunnen til den største andelen av elevmassen jeg møter daglig i mitt virke som lærer i ungdomsskolen.

Jeg har prøvd å redegjøre for de ulike synene på døden religiøst sett som bakgrunn for hvordan vi i skolen kan håndtere elever som opplever døden på nært hold. Uavhengig av hvilken kultur eller religion de kommer fra, så vil de gå igjennom en sorgprosess. Sorgprosessene vil til en viss grad være forskjellig ut i fra hvilken tro eller livssyn elevene har. For de som tror på et liv etter døden vil de kunne finne trøst i dette synet.

Videre har jeg prøvd å se på utfordringene skolen møter i form av barn i sorg og den prosessen de går i gjennom. Det er ulike sider av sorg avhengig av hvem som dør, og det er ulik lengde på sorgprosessen, ut ifra hvordan man blir møtt og gis mulighet til å sørge. Skolen møter mange utfordringer i forbindelse med barn i sorg. Jeg har prøvd gjennom denne oppgaven å redegjøre for mange av de ulike faktorene, alt fra tidsaspektet til ulike spekter av følelser, som taushet, sinne og konsentrasjonsvansker, som er viktige for å kunne oppdage elever som sliter i forbindelse med dødsfall og sorg. Jeg har også sett på viktigheten av at skolene holder fokus på sorgplanen og gir lærere mulighet til kursing i sorgterapi for å møte de ulike elevenes utfordringer og hvordan disse kan håndteres i elevenes sorgprosess.

8.2 "Min drømmeskole"

Første året jeg var i praksis intervjuet vi rektor, og den gang kalte hun ungdomsskolen for glemselens skole. Dette var i 2001 og først nå innførte skolen en ny timefordeling og strukturering ut i fra L97. Jeg ble minnet på hennes omtale da jeg så et innslag på TV2 nyhetene, i forbindelse med et dødsfall på en videregående skole.

Rektor på Mandal videregående skole, der en elev ble drept av en skolekamerat, sier i et innslag på TV2 nyhetene 22.04.15 at skolen holdes åpen, og at de gir de rammede all informasjon de får fra politiet. Dette er i tråd med rådene som gis av Dyregrov og Raundalen. For meg så virker det som om videregående har hatt fokus på sorgarbeid, mens min erfaring fra grunnskolen er at det har gått litt i glemmeboken på samme måte som innføringen av L97.

Når det gjelder sorgarbeid ønsker jeg meg først og fremst mer informasjon. For et par år siden hadde jeg en elev i niende som jeg etter hvert ble veldig bekymret for. Jeg måtte sette karakteren 1 på prøver og derav også på midtveisvurderingen til jul. Da han etter nyttår gjentatte ganger ikke var til stede ved fremføringer gikk jeg til kontaktlærer. Jeg fikk da vite at han hadde mistet sin far året før, og at jeg bare fikk sette den karakteren han hadde fått på skriftlige prøver. Dette var informasjon som jeg fikk alt for sent. Jeg burde vært informert om dette da jeg fikk klassen på høsten. På den måten hadde hatt mulighet til å snakke med denne eleven, og å tilpasse undervisningen bedre etter hans behov.

Jevnlig kursing i sorgarbeid for oss som møter elevene daglig uansett om vi er kontaktlærer eller faglærer, ser jeg også et behov for. Hadde min skole hatt en felles rutine for oppfølging av elever i sorg, ville jeg blitt informert av kontaktlærer tidlig nok til å bistå eleven bedre både faglig og sosialt. Jeg vil i tillegg hevde at med jevnlig kursing vil jeg og mine kolleger blant annet kunne være med på å fange opp de elever som sliter med sorg uten at dette er eksplisitt uttrykt til kontaktlærer av eleven eller foresatte.

Alle takler sorg forskjellig, men noe er grunnleggende. Følelsen av tap, sjokk, hva når det første sjokket gir seg, hvor lenge sørger man? I følge Dyregrov og Raundalen er dette grunnleggende for de fleste og nødvendig kunnskap å ha for de som er i skolen. Dagens skole er imidlertid så styrt av kommunenes gode eller dårlige økonomi og det spares inn der det kan. Noe som etter hvert må gå på bekostning av elevene og de tilbudene de får.

Jeg ønsker meg tilbake til den gang da det var øremerkede midler til skolen og lærerne forhandlet med Staten. Dette tror jeg kunne føre til at vi kan få færre elever per klasse, som var intensjonen i L97. I følge L97 skulle det være 17-18 elever i en klasse. I dag er det vanlig med opptil 32 i enkelte klasser. Bedre tid til hver enkelt elev i undervisningssituasjonen og mulighet til å følge opp hver enkelt bedre i etterkant er det jeg ønsker meg mest av alt. Dette er ikke mulig med dagens klassestørrelse.

For meg ville det ideelle være maks 20 elever per klasse, og med delingstimer i norsk, engelsk og matematikk mot musikk, naturfag og mat & helse. Dette er de fagene hvor behovet er størst for å ha en liten gruppe elever, noe som gir tid til grundigere gjennomgang av lærestoffet med hver enkelt elev. Og man blir også bedre kjent med elevene, når man har tid til å prate med dem både om skolearbeid og det som skjer i hverdagen.

Muligheten til å ta elevene med ut på museumsbesøk og andre aktuelle steder i forbindelse med temaer i undervisningen er noe jeg savner å kunne gjøre. Dette opplevde jeg selv i løpet av min tid i grunnskolen, da vi besøkte ulike museer i Oslo, samt Stortinget. I dag er det alltid snakk om gratis skoleprinsippet, når man skal prøve å ta med elevene på tur. Vi hørte aldri noe om det, og betalte heller aldri noe for de turene vi var med på.

Å dele skolens ledelse med en daglig pedagogisk leder i 100 % stilling og en økonom som hadde ansvar for flere skoler, siden økonomien utgjør en mindre del av stillingen, er også en mulig løsning for den daglige driften. Skolen trenger

pedagoger i lederstillinger fordi den er så sammensatt, man har tross alt med mennesker i utvikling å gjøre, ikke et produkt man skal selge.

Min beste drømmeskole med ubegrenset økonomi er en utopi, men det jeg har skissert over burde la seg gjennomføre med gjeninnføring av øremerkede midler og større statlig styring av økonomien i skolen.

8.3 utfordringer

Utfordringene skolen har slik jeg ser det, er mangfoldige. Skolen er i mye større grad en oppdrager av barn i dag enn den var bare for et par ti-år siden. Barn i dag tilbringer ofte mer tid i barnehage og skole enn de gjør sammen med foreldrene, i hvert fall ettersom de vokser til og venner får større plass i hverdagen. Dette medfører at skolen også må tenke annerledes enn den har gjort tidligere. Fokuset kan ikke lenger bare være på det faglige, man må også tenke på det sosiokulturelle.

God eller dårlig kommuneøkonomi styrer mye av kvaliteten i dagens skole og skaper også forskjeller mellom de ulike kommunene, avhengig av hvilke prioriteringer ledelsen gjør. Kommuner med dårlig råd sparer på skolesektoren på lik linje med helsesektoren, blant annet fordi dette er de to sektorene som krever mest ressurser.

For skolene betyr dette dårligere materiell, gamle bøker og datamaskiner, få ekskursjoner eller sosiale turer for elevene, og færre kurs og muligheter for etterutdanning for lærerne. Å endre på lærerutdanningen gjennom krav om høyere fagkunnskap i form av master tror ikke jeg er veien å gå. Det er en grense for hvor mye fagkunnskap man trenger for å undervise i grunnskolen. Studentene som jeg hadde sist skoleår, sa de fikk sjokk da de kom ut i praksis, og så at skolehverdagen bestod i større grad av psykologi enn faglig kompetanse. Dette var andre års studenter som hadde fått litt erfaring. De mente på lik linje med mine medstudenter og meg, som gikk ut av lærerhøgskolen for ti år siden, at det er behov for mer praksis i utdanningen. Dette var studenter på fem-årig lektorutdanning med 100 dager praksis, som var det samme som vi hadde.

Jeg tror en av veiene å gå for en bedre skole er mer praksis og strengere krav for å bestå denne praksisen. I Skottland er lærerstudenter ute i skolen i ett år som lærlinger. Dette burde vi kanskje vurdere her til lands også. Samtidig ville det nok skape mer ro i skolen med en grunnleggende læreplan som ikke blir endret hver gang noen nye teorier blir presentert og før den forrige har vært mulig å vurdere.

En av utfordringene i skolen, er at til tross for at det skrives og utgis mye relevant informasjon om temaet barn i sorg, kommer dette ikke ut til de voksne som møter barna i skolehverdagen. Jeg viser blant annet til Kreftforeningen, som med prosjektmidler fra «Helse og rehabilitering» fra 2003 – 2004, har utarbeidet og utprøvd en lærerveiledning for bedre ivaretagelse av barn og ungdom i sorg og krise. Denne brosjyren hadde jeg ikke hørt om før jeg begynte å søke etter relevant litteratur på nettet i forbindelse denne oppgaven.

Boken til Steinar Ekvik «Tårer uten stemme» fikk jeg også kjennskap til i samme forbindelse. Den inneholder også 20 bud for riktig omsorg (vedlegg 4) som Den internasjonale krybbedødforeningen har utarbeidet. Dette er alt sammen litteratur som er relevant i forhold til skolens beredskapsplaner og videre arbeid med elever i sorg. I hvilken grad de ulike forlag og foreninger tar kontakt med skolen ved denne typen utgivelser har jeg ikke noe kjennskap til, men jeg ser i hvert fall et behov for at denne typen informasjon blir bedre kjent innenfor skolemiljøene.

En annen utfordring er mangelen på kommunikasjon og samarbeid mellom ulike seksjoner som er involvert i barn og ungdoms utvikling, noe som også burde ha større fokus. Mer tid med elevene og mulige samarbeidspartnere samt færre krav til skriftlig dokumentasjon som stjeler fra denne tiden, er også noe man burde vurdere viktigheten av.

9. Litteratur

Bibelen: Den hellige skrift: Det gamle og Det nye testamentet: Bibelselskapet, Oslo 2009,

Berglyd, Ingrid Worning: «Hjem – skole samtalen» i Arneberg, Per, Kjærre, Jan Harald, Overland, Bjørn (red.): *Samtalen i skolen*, N.W.Damm 2004

Carls, Paul: <http://www.iep.utm.edu/durkheim/> (22.07.14) Article in Internet Encyclopedia of Philosophy – A Peer-Reviewed Academic resource.

Dahl, Per Arne: *Å reise seg etter en rystelse*, Schibsted forlag, Oslo 2011

Davies, Douglas J.: *A Brief History of death*, Blackwell Publishing 2005. UK, USA, Australia

Durkheim, Emile: *Selv mordet*, Gyldendal akademisk, 3.utgave, 7.opplag 2012

Dyregrov, Atle og Raundalen, Magne: *Sorg og omsorg i skolen*, Senter for krisepsykologi, Magnat forlag 1994, 5037 Solheimsviken.

Ekvik, Steinar: «Trøste og bære» i Arneberg, Per, Kjærre, Jan Harald, Overland, Bjørn (red.): *Samtalen i skolen*, N.W.Damm 2004

Ekvik, Steinar: *Tårer uten stemme: Når barn er blant dem som sørger*, Verbum Forlag 2010

Furman, Ben: *Det er aldri for sent å få en lykkelig barndom*, Pedagogisk Forum, 2000, oversatt av Reni Hagen.

Grønmo, Sigmund: *Samfunnsvitenskapelige metoder*. Fagbokforlaget, 4.opplag 2011

Gustavsson, Anders: *Cultural studies on death and dying in Scandinavia*, Novus press Oslo 2011.

Henriksen, Jan – Olav: *Guds virkelighet – Hovedtrekk i kristen dogmatikk*, Luther forlag Oslo, 3.opplag 2014

Imsen, Gunn: *Elevens verden – innføring i pedagogisk psykologi*, Tano Aschehoug, 2. opplag, 3.utgave 1999

Minois, Georges: *History of Suicide, Voluntary Death in Western Culture*, The John Hopkins University Press Paperbacks edition 2001, USA, translated by Lydia G. Cochrane

Odén, Birgitta, Persson, Bodil E.B., Werner, Yvonne Maria: *Den frivilliga døden – Samhällets hantering av självmord i historiskt perspektiv*. Bokforlaget Cura AB 1998. Stockholm

Petterson, Tove og Postholm, May Britt (red.): *Klasseledelse*, Universitetsforlaget 2003, Oslo.

Rian, Dagfinn, Eidhamar, Levi Geir: *Jødedommen og islam*, Høyskoleforlaget AS, 2.utgave 1999, Kristiansand.

Torkelsen, Terje: *Sangen etter dine sko – Når en av våre kjære tar sitt eget liv*. Hertervig Forlag, revidert utgave 2007.1.opplag, Stavanger.

Williams, Kevin: <http://www.near-death.com/muslim.html> (13.01.2015)

Østberg, Dag: *Emile Durkheims samfunnslære*, Pax Forlag AS, Oslo 1983

Internett

http://filosoffen.dk/filosoffen_skriver/foredrag/menneske/doden/ (11.10.2014)

http://no.wikipedia.org/wiki/Atle_Dyregrov

http://no.wikipedia.org/wiki/Steinar_Ekvik

http://no.wikipedia.org/wiki/Magne_Raundalen

<http://plato.stanford.edu/entries/spinoza> (8.9.2014) (Stanford Encyclopedia of Philosophy, copyright 2013 by Steven Nadler)

<http://www.barnekreftforeningen.no/kreft-hos-barn/> (21.04.2015)

http://www.dagbladet.no/2012/11/01/tema/god_torsdag/vendepunktet/24140569 (13.05.2015)

<http://www.forskning.no/artikler/2014/august/399230> (03.10.2014)

<http://www.geni.com/people/Emile-Durkheim/600000002765776705> (20.07.14)

<http://www.human.no/> (20.05.2015)

<http://www.jewfaq.org/olamhaba.htm> (18.05.2015)

<http://www.krisepsyk.no/aktuelt/199/3-minirapport-etterlatte-foreldre-partnere-sosken-og-venner-etter-utoya-drapene> (08.06.2015)

10. Vedlegg – sorgplaner barne – og ungdomsskole

10.1 Ungdomsskole

Sorgplan () ungdomsskole

BEREDSKAPSPLAN VED DØDSFALL VED SKOLEN.

Den av personalet som får beskjed om dødsfallet kontakter rektor.

Dødsdag.

- * Alle lærere varsles samme dag eller raskest mulig.
- * Rektor, undervisningsinspektør, rådgiver, sosiallærer, lærere som har hatt eleven mye og sekretær innkalles til møte så snart råd er (ettermiddag, kveld eller eventuelt tidligere neste dag).

Beredskapsplanen gjennomgås, praktiske oppgaver fordeles:

- Personalmøte
 - Fellessamling
 - Plan for klassene de første dagene.
-
- * Rektor/kontaktlærer(e) tar kontakt med hjemmet og diskuterer skolens plan.
(Må vurderes ut fra situasjon.)
 - * Rektor gir melding til kommunaldirektør.
 - * Vurderer bruk av ressurspersoner. PP-tjeneste, helsesøster, prest, politi, eventuelle andre. Eventuelt kommunalt kriseteam.

Personalmøte.

- * Rektor gir kort informasjon om det inntrufne.
- * Informasjon om det praktiske opplegget for dagen.
 - Informasjon om fellessamlingen.
 - Informasjon om samling i klassen.
 - Materiell, musikk og litteratur finnes i eske merket "SORG materiell" på materialrom i 3. etasje.
 - Ansvarsfordeling.
 - Hvor lang skal skoledagen være?
 - Tilbud til elevene – åpne klasserom?

Viktig å informere elevene så fort som mulig om det som har skjedd.

Hvis melding om dødsfallet blir kjent på morgenen, må alle på skolen få beskjed med en gang de kommer.

Rask informasjon til personalet.

Fellessamling / minnestund.

Informasjon til hjemmene vurderes. (Jfr. Informasjon som pårørende sam-tykker i.)

I klassen.

- * I klassen til avdøde bør det være musikk når elevene kommer inn. Se vedlegg.
- Pult pyntet med lys, duk, blomster, eventuelt bilde. Inspektør har bilder på CD.
- Elevene møter sine respektive faglærere der de skal være, deretter samling i auditoriet..
- Informere dem kort om dødsfallet og om hva som vil skje på skolen denne dagen. Trinnets lærere gjør dette.
- Elevene går i samlet klasse med lærer til flaggstanga. Flagget heises helt og fires til halv stang mens alle elever er ved flaggstanga.

Fellessamling / minnestund.

- * Praktisk tilrettelegging for samlingen i aula:
 - Bord med duk, blomster / dekorasjon og lys.
 - Musikkanlegg – musikk.
- * Innhold:
 - Åpning med musikk.
 - Informasjon ved rektor, eventuelt andre ressurspersoner.
 - **Konkret informasjon om hva som har skjedd, hvem det gjelder, når, hvor og hvordan det har skjedd.**
(Dette er viktig! Der elever ikke får informasjon, tar fantasien over.)
 - Minneord ved rektor.
 - Eventuelle innslag av elever og/eller lærere (diktlesing, sang og lignende).
 - Musikk.
 - Ett minutts stillhet – stående.

- Informasjon om resten av dagen.
- Musikk når elevene går ut.

Plan for klassene de første dagene.

Idéskisse.

Tilbake til klasserommene. Klassen / klassetrinnet til avdøde har egen plan

denne dagen. De andre klassene vanlig undervisning, men teamet regulerer dette etter behov.

- * Gi mulighet for de nærmeste vennene til å samles i avdødes klasse.

Ansvar: Teamet + eventuelle ressurspersoner. (Se kopier i eske mrk.

”SORG materiell” på materialrom i 3. etasje.)

(Litteratur til opplegg i eske mrk. ”SORG materiell”.)

- Si noe om hva som skjer med oss når vi opplever sorg, være ærlige med elevene.
- Orienterer om fysiske og psykiske reaksjoner, slik at elevene ikke tror de er alene om slike reaksjoner.
- Si noe om å ha respekt for forskjellige reaksjonsmønstre fordi vi er ulike som mennesker og står i forskjellig følelsesmessig avstand til den som er død.
- Orienterer om hvordan resten av skoledagen blir lagt opp og om opplegget for dagene framover. Gi informasjon om deltakelse i begravelsen.
- Si noe om viktigheten av åpenhet, gi elevene en klar oppfordring til å prate med hverandre om hvordan de har det, om de tankene de bærer på. Fremholde at det er viktig ikke å stenge følelser inne, men å vise hverandre tillit og omsorg.
- Understreke betydningen av vennskap og samhold.
- Gi rom for spørsmål fra elevene.

Tips.

- * Kopi fra Ekviks bok ”Skolen i møte med elever som sørger” s. 13-16 til hver enkelt lærer.
- * Kopi av kap. 4 ”Hjelp til barn i sorg” i boka ”Sorg og omsorg i skolen” av Atle Dyregrov og Magne Raundalen, s. 75-89.
- * Skrive ned tanker, følelser.
- * Lage dikt, illustrere.
- * Tegne.
- * Samtalegrupper.

* Høytlesning. Bruk av musikk.

* Eventuelt lage montasje av elevarbeidene.

Kontaktlærere tar kontakt med klassekontaktene om mulig foreldremøte på kveldstid.

Aktuelt for avdødes klasse. Gi tilbud om dette.

Avklare en del forhold i forbindelse med begravelsen.

Forberedelse til begravelse.

* Teamet har ansvaret for at:

- Ritualer, begravelsens innhold, respekt o.s.v. blir gjennomgått.

* Rektor tar kontakt med hjemmet / familien.

* Praktiske forhold i tilknytning til begravelsen:

- Ansvar for kjøp av krans / blomster. Administrasjonen.

- Hvem legger ned krans?

- Samarbeid: Skole / prest / hjemmet.

- Transport.

Dødsfall og ulykker i skoletida.

* Førstehjelp av lærer som kommer først til stedet.

* Tilkalle ambulanse så fort som mulig. 113.

* Tilkalle / varsle politi (som har ansvar for å varsle foreldrene, eventuelt gjennom presten) så fort som mulig. 112.

* Varsle rektor.

I samarbeid med politi / prest må det avgjøres om skolen skal varsle på-rørende. Når pårørende skal underrettes om dødsfall / ulykke, skal man så langt som mulig unngå å bruke telefon. Så sant det er mulig, skal foreldre få en slik beskjed gjennom en person som møter fram.

Er en elev skadet ved en ulykke, kan vi bruke telefonen for å spare tid. Da er det viktig at skolen har de opplysningene som foreldrene trenger.

* Rektor orienterer kommunaldirektøren.

- * En / flere lærere tar seg av forulykkede, andre voksne av resten av elevene.
 - Hovedregelen er å **samle**, ikke spre elevene. Ikke gi elevene fri resten av dagen, men gi dem en mulighet til å få reagere sammen med dem som har hatt samme opplevelse.
 - Sikre at voksne er informert og har anledning til å være hjemme, når elever slippes hjem. Kontaktlærer(e) tar ansvar.
 -
- * **Hva gjør vi med elevene?**
 1. Først samles de elevene som har vært vitne til ulykken. Snakke ut, reagere, trøste hverandre.
 2. Alle elever samles i aulaen, rektor informerer om hva som har skjedd. Konkret informasjon.
 3. Tilbake til klassene å fortsette samtalen der.
- * Rektor blir koordinator, hvis ikke hun / han er til stede er det undervisnings-inspektør eller andre.

NB. Hvis den forulykkede har søsken eller annen familie på skolen, må disse bli tatt spesielt hånd om.

Presse / media.

Det gis **ikke** kommentarer til presse eller media, men henvises til rektor eventuelt kommunaldirektør.

Forslag til musikk.

- * "Air" - Bach.
- * „Adagio” - Albinoni.
- * „Gabriels obo” - Arve Tellefsen.
- * ”Eg veit i himmerik ein borg“ - Sissel Kyrkjebø.
- * ”Eg ser” - Eidsvåg.
- * ”Det vakreste som fins” - Teigen.

Diverse musikk til bruk i sorg finnes på CD'er i eske mrk. "SORG materiell".

Materiell ligger i eske merket "SORG materiell" på materialrom i 3. etasje.

Dødsfall søsken / foreldre

- * Blomster med kort til familien.
- * Tidligere lærere og administrasjonen møter i begravelse.

En i personalet dør.

- * Minnestund personalrom.
- * Vurder samling hele skolen eller trinnet.
- * Blomster til pårørende.
- * Lærere og eventuelle elever møter i begravelse.
- * Rektor legger ned krans.

), 20. oktober 2009

Rektor
() skole

Sosiallærer

() ungdomsskole

OVERSIKT OVER UTSTYR TIL BEARBEIDING AV DØDSFALL

Eske merket "SORG materiell" på materialrom i 3. etasje:

2 Rammer med paspartou
1 Liten hvit duk.
1 Lang hvit duk.
1 Stk. **beredskapsplan** ved dødsfall
1 "**Ferdig**" tale til personale og elever (må tilpasses situasjon etc.) og praktisk huskeliste.

4 Lysestaker i messing med tilhørende lys
1 Enkeltstående lysestake med kubbelys
Fyrstikker og lighter

2 Tulipanvaser
1 4-Armet lysestake med lys
1 Pose telys
Hvite lys til globen
30 Eks. utdrag *Steinar Ekviks* bok.
Utdraget handler om hvordan gjennomføre fellessamling aula og huskeliste
30 Eks. utdrag. Samling i felles klasse og huskeliste.

Litteratur:

"Skolen i møte med elever som sørger": *Steinar Ekvik*
"Sorg og omsorg i skolen": *Atle Dyregrov og Magne Raundalen*
CD'er med forslag til høvelig musikk.
30 Eks. forslag til Dikt i sorgens time.

Rev. og korr. 20.10.2009

10.2 Barneskole

Prosedyre- Når en forelder dør

Erfaringer fra () barneskole

1.dag:

Ledelsen/ kontaktlærer prøver å få kontakt med hjemmet så raskt som mulig. Dersom det er naturlig informeres det om hvilke prosedyrer skolen har/ hva man planlegger å gjøre videre. Det avklares med hjemmet om skolen kan sende ut et skriv til alle foresatte om dødsfallet, og hva som bør skrives. (Skrivet sendes bare hjem til de trinn hvor den avdøde har egen barn).

- Samle alle elevene på trinnet. Samlingen bør være på et rom hvor det ikke er "tilskuere".
- Tenne et lys på et bord.
- Informere om dødsfallet. Hva som blir fortalt må i størst mulig grad avtales med hjemmet og/ eller ledelsen.
- Gi rom for at noen elever kan stille spørsmål. Viktig å balansere svarene ifht hva elevene trenger å vite.
- Videre samtale i kontaktlærergrupper eller felles for trinnet i dagene frem mot begravelsen. "Tone ned" samtalene om dødsfallet.
- Gjennomføre vanlig undervisning fra 1. dag, i den grad det er mulig.
- Tegne og skrive. Elevene må få anledning til å gi støtte og vise medfølelse. Det bør snakkes med elevene om at de ikke tegner kors, kister, gravstøtter eller annet som kan virke støtende.

Etter 1. dag:

- Sende skriv hjem til alle foresatte på trinnet om begravelsen. Viktig å vektlegge at elevene som skal delta i begravelsen ikke vil bli fulgt av voksne fra skolen, hverken til kirken eller under begravelsen.

- Felles samtale med alle elvene om begravelsen.
- Avgjøre om skolen og/ eller trinnet skal sendes blomst/ hilsen til eleven/ hjemmet eller til kirken.
- Samtale om hvordan elevene på trinnet møter medeleven når hun/ han kommer tilbake på skolen. La eleven som har mistet en forelder få en mest mulig normal skoledag. Ikke fokuser på å "synes synd på", men la skolen i størst mulig grad være et "fristed".

Etter begravelsen:

- Felles samtale med alle elvene om begravelsen.

Oppfølging av eleven som har mistet en forelder:

- Ta raskt kontakt med hjemmet. Leverer tegninger til eleven første dag dersom det er mulig. Avklare om eleven ønsker besøk (medelever og/ eller nære voksne fra skolen). Avklare på hvilken måte eventuell kontakt mellom skole og hjem kan gjennomføres. Avklare om hjemmet ønsker tett/ avtalt informasjon om skoledagene til eleven.
- Det er viktig at hjemmet og skolen avtaler/ vet når eleven kommer tilbake på skolen, og hvordan møte med elevene på trinnet organiseres (åpenhet eller taushet).
- Planlegge tid avsatt til den/ de voksne som følger opp eleven.
- Avtale med elevene på trinnet om lek i pausene/ friminuttene. Hva er det fint å gjøre? Viktig at ikke "alle er på tilbudsiden" samtidig. Tilstrebe mest mulig normalitet.

Samtalegruppe (4- 6 elever):

- Skolen/ kontaktlærer tar kontakt med hjemmet til de elevene som man antar vil ha utbytte av å delta i en slik gruppe. Det er foresatt som avgjør om eleven skal delta i gruppa.
- Samtalegruppe for elever som har stått eleven/ hjemmet nært. I gruppa legges det til rette for å snakke om tanker og følelser knyttet til dødsfallet og sorg. Gruppa bør ved oppstart snakke om taushetsplikt, hvor viktig det er at det som sies i gruppa ikke blir fortalt videre til medelever. Det avtales hvor ofte og i hvor

lang periode gruppa skal møtes. Det avtales når gruppa skal ha sitt siste treff, og gjerne hvordan dette skal gjennomføres (symbolsk markering). Når det er to voksne i gruppa kan man veksle på å lede ordet, observere ungen og fange opp innholdet i det alle sier. For de voksne kan det være godt å ha en å "støtte seg til" i disse samtalene. Elevene ser ut til å ha utbytte av å snakke "i ring", dvs. at ordet til en viss grad reguleres/ styres. Gruppa kan ha en "bok", hvor hovedinnholdet knytta til spørsmål og tanker fra gruppa, blir notert ned. Dette gjør det også enklere for de voksne på gruppa å holde "tråden" fra gang til gang. Erfaringene viser at elevene har hatt behov for å snakke om spørsmål knyttet til: *døden generelt, sorg, om egne foreldre vil dø på "samme måte", om de kan belaste egen foreldre med alle sine triste tanker og sorg, hvorfor skjer dette, hvordan er det med eleven som har mistet en forelder, hva kan / bør man gjøre for å "støtte" eleven, kan man gråte, hvorfor tenker man på andre triste hendelser i livet når døden kommer "tett på"*. Det har vært viktig å balansere samtalene i gruppa slik at elevene ikke har gått for dypt ned i detaljer omkring årsaker og enkeltelementer knyttet til dødsfallene. I samtalene bør det legges vekt på snakke om det å føle sorg, og erfaringer og tanker knyttet til sorgens mange fasetter. Enkeltelever kan ha behov for individuelle samtaler/ annet tilbud. Dette må avklares i samarbeid med hjemmet.

Råd og veiledning:

- Skolen kan i første rekke søke råd hos sosiallærer, helsesøster, skolelegen og/ eller kommunelegen, psykiatrisk sykepleier eller diakonen.
- Skolen har svært god erfaring med å ta direkte kontakt med PPT.
- Skolen har erfart at Familievernkontoret på svært kort tid kan gi familien et tilbud om samtaler/ oppfølging.

() skole, 18. juni 2008

Med hilsen

- Sosiallærer

- kontaktlærer

10.3 Barneskole

SORGPLAN

FOR

(....) SKOLE

INNHOLDSFORTEGNELSE

Rutiner ved ulykke / død	s.3
Viktige telefonnummer	s. 4
Ansvarsforhold ved ulykke / død	s. 5
Konkret handlingsplan ved ulykke / død	s. 6
Minnestund	s. 7
Støtte til involverte ansatte	s. 8
Generelle forslag til oppfølging de nærmeste dagene	s. 9
Langvarig oppfølging	s. 11
Sorgreaksjoner hos barn	s. 12
Sorg hos barn. Retningslinjer for omsorg.	S. 13
Litteraturliste – fagbøker	s. 14
Litteraturliste - skjønnlitteratur - billedbøker for barn	s. 14
Litteraturliste - skjønnlitteratur for barn og unge	s.15
Litteraturliste - skjønnlitteratur for ungdom/voksne	s.16

RUTINER VED ULYKKE / DØD

- Kontakt helsesøster og rektor.
- Hvis rektor ikke er tilstede, kontakt undervisningsinspektør

Rektor / inspektør:

- Avgjør hvilke tiltak som skal settes i gang. Eks. Ambulanse, førstehjelp eller andre tiltak
- Orienterer undervisningsinspektør umiddelbart etterpå

Rektor

- Varsler pårørende
- Varsler politi
- Varsler Utviklingssenteret, Tønsberg kommune (USE)
- Varsler alle ansatte
- Kontakt med pressen

Klassestyrer

- Samler klassen. NB! Ta alltid med 1 voksen til, gjerne flere, hvis det er mulig.

Det er POLITIET som skal varsle pårørende ved dødsfall.

VIKTIGE TELEFONNUMMER

POLITI 112

AMBULANSE 113

BRANN 110

TØNSBERG

BRANNSTASJON

33 34 88 30

TØNSBERG

KOMMUNES

SERVISESENTER

33 34 81 00

SØNDRE SLAGEN

MENIGHETSKONTOR

33 32 42 17

Kontortid: 10.00-12.00

HARALD BRYNE privat

33 32 6947

KONKRET HANDLINGSPLAN VED ULYKKE / DØD

All ordinær undervisning opphører / stanses.

* Lærer/Personalet

Kriseteam v/ rektor orienterer og informerer hele personalet samlet på personalrommet.

Sosial lærer og helsesøster tar seg av elev/er som opplevde ulykken / dødsfallet.

Teamet ivaretar evt. den på teamet som opplevde ulykken / dødsfallet. I teamet deltar også representant/er fra kriseteamet. Det jobbes med egne reaksjoner hos involvert personale og videre sorgarbeid i forhold til elevene.

* Elev/er

Elevene blir informert i samlet klasse på sitt klasserom, så snart som mulig etter ulykken / dødsfallet.

Klassestyrer orienterer konkret om det som har hendt. Svar konkret på evt. spørsmål. Kan du ikke svare, så si det. Ikke anta eller spekulere.

NB! Husk også å informere integrerte elever.

I SFO-tid før og etter skoletid, samles elevene og informeres samlet.

* Foresatte

a) Det sendes skriv med elevene hjem med melding om ulykken / dødsfallet og evt. orientering om felles foreldremøte. Meldingen ang. ulykken / dødsfallet bør være konkret og beskrive minnestundens

innhold når den avholdes.

b) Det gjøres fortrinnsvis samme dag, eller så snart som mulig.

c) Brevet undertegnes av rektor, undervisningsinspektør og klassestyrer.

d) Det sendes blomster til den forulykkedes familie.

MINNESTUND

Flagget på halv stang

Alle elevene samles i gymsalen

Gymsalen:

- Pyntet bord
- Hvit duk
- Stearinlys
- Blomster

Det holdes tale av rektor, evt. undervisningsinspektør

Program:

- 1 minutts stillhet
- dikt
- sanger
- opplesning etc.

Ansvarlig: Klassestyrer, kriseteam

Det anbefales ikke å involvere prest. Dette for å unngå at eventuelt enkelte elever / voksne ekskluderes fra å delta.

STØTTE TIL INVOLVERTE ANSATTE

Rektor

Tar kontakt med PPT, BUK, evt. andre aktuelle instanser eller personer for skolen.

Undervisningsinspektør

Tar kontakt med andre aktuelle instanser eller personer.

Varighet av sorgarbeid er helt individuelt.

GENERELLE FORSLAG TIL OPPFØLGING DE NÆRMESTE DAGENE

- Hvilke tiltak som settes i verk må vurderes i forhold til situasjonen.
- Husk at venner / søsken må integreres i sorgbearbeidelsen - selv om de går i en annen klasse.

Klasseroms-samtale, dagen etter.

Strukturert møte (psykologisk etterarbeid) som kan inneholde:

- Introduksjon
- Fakta
- Tanker
- Reaksjoner
- Informasjon
- Avslutning

2 lærere leder møtet sammen.

Jfr. Dyregrov / Raundalen s. 79.

Markeringer i skolen.

Symbolske handlinger gir ofte et mer direkte uttrykk for følelser enn det som er mulig gjennom ord.

Eks. minnestund (også i klassen)

Eks. dekorere avdødes pult

Eks. tenne lys

Eks. tekster, dikt, tegning, lek/drama, musikk.

Gjennom skapende virksomhet og ikke-verbale uttrykksformer kan man oppnå spenningsreduksjoner hos barna.

Minneord i avisen.

Lages av klassen / elever / lærere / rektor og sendes til lokalavisen.

Foreldremøte.

Informasjoner, reaksjoner, råd, samtale.

Jfr. Dyregrov / Raundalen s. 85/86.

Lærerkontakt med hjemmet til den forulykkede.

De fleste pårørende setter stor pris på dette. Kontakt for å

- Vise medfølelse
- Forberede begravelse m.h.t. skolens deltakelse
- Samarbeid angående skolens sorgarbeid

Besøk på åstedet.

Kan være hensiktsmessig fordi det tvinger oss til å konfrontere og bearbeide det som har skjedd.

Begravelse.

Det bør gis anledning til de mest berørte å delta. Husk samarbeid med de foresatte.

Psykolog / annet fagpersonell.

Bør kontaktes raskt hvis omstendighetene har vært spesielt dramatiske. Man må være obs! ved atferdsendring.

Kondolansebord.

Pyntet bord med bilde / oppslagstavle til bruk for alle elevene på skolen.

Kasse med utstyr:

Utstyr til minnestund: Duk, lysestaker, stearinlys, blomstervase.

Oppbevares på kopirommet.

LANGVARIG OPPFØLGING

Skolen har "kort hukommelse" når det gjelder barns sorg.

Vær varsom med påminnere i den vanlige undervisningen;

Eks. ferieminner, "do you have a sister?"

- Marker spesielle dager (fødsel/død)
- Besøk ulykkessted / gravsted
- La tom pult stå ut skoleåret
- Oppretthold kontakt med hjemmet
- Vurder om noen elev trenger spesiell hjelp
- Husk venner som ikke er klassekamerater (samarbeid om sorgarbeid over klassegrensene)
- SFO har et spesielt ansvar for å gi rom til sorgbearbeiding i frileken.

SORGREAKSJONER HOS BARN

Umiddelbare reaksjoner:

- Sjokk og mistro
- Forskrekkelser og protest
- Apati og lamslåthet
- Fortsettelse av vanlige aktiviteter / følelsesløshet

Etterreaksjoner:

- Angst og sårbarhet
- Sterke minnesbilder
- Søvnvansker
- Tristhet og savn
- Irritabilitet og sinne
- Skyldfølelse, irritabilitet, skam
- Problemer i skolen
- Fysiske plager
- Vansker i kontakt med medelever

SORG HOS BARN

Retningslinjer for omsorg

- Gi forklaringer tilpasset barnets alder
- Reduser forvirring ved å bruke konkretisering
- Unngå abstrakte forklaringer
- Ikke omskriv døden til reise eller søvn

- Tillatt spørsmål og samtale
- Forvent at samtalene blir korte
- Se på bilder, album
- Besøk kirkegården
- Aksepter barnas lek

- Fortell gjerne om dine egne følelser
- La barna delta i begravelsen
- Ha minner om den døde fremme

- Lag minst mulig forandringer i hjem/ skole / barnehage
- Unngå unødige atskillelser
- Snakk om redsel for egen eller foreldres død
- Snakk om skyldfølelser barna måtte ha.

KOMMENTARER

- En hjelper skal være en voksen som barnet kan "regne med", som stiller Opp for barnet.
- Tilstreb at klimaet, ment hjelpen, preges av omsorg forståelse, aksept og støtte
- Hjelp barnet til å leve med sorgen / tapet
- Ikke overta sorgen eller fjerne den, men lytte og støtte
- Lov ikke mer enn du kan holde (eks. det blir bedre i morgen)
- Unngå fraser som:
 - J eg forstår hvordan du har det, Det kunne ha vært verre, Dvs. fraser som underkjenner tapet / sorgen

LITTERATURLISTE

Fagbøker

- Atle Dyregrov / Magne Raundalen: Sorg og omsorg i skolen.
- Sinnets helse, temahefte 112, nr. 8/88: Barn er også pårørende.
- Den Norske Kreftforening: Mor eller far har kreft. Når foreldre dør.
- Steinar Ekvik: Skolen i møte med elever som sørger.
- Andebu kommune: Når noen dør: Sorg og omsorg i skolen (kompendium)
- Claudia L. Jewett: Når barn sørger.
- Monica Fahrman: Barn i krise.

Skjønnlitteratur

Billedbøker for barn: .

Arnstein Johnsen:	En annerledes dag. (Om Ikof	begravelse.)
Alexander / Lemoine:	Leila	J.W. Eide
Gydal / Andersen: Barnepax	Slik var det da Olas farfar døde	
Nilsen / Løveid: Gyldendal	Da Karlsen døde	
Marlee / Benny Alex:	Bestefar og Maria	Luther
Mellonie / Ingpen:	Begynnelser og avslutninger med LIVET imellom	
Kalldhol / Øyen	Farvel, Rune	DNS
Egger / Jucker	Marianne tenker på bestefar Altera	
Anne Jakobsen:	Det var en gang vi ikke var her.	

SKJØNNLITTERATUR FOR BARN OG UNGE:

Astrid Lindgren:	Brødrene Løvehjerte	Damm
Astrid Lindgren:	Mio, min Mio	Damm
Dikken Zwiilmeyer:	Anniken Prestgaren	Aschehoug
Karin Lorentzen:	Stine Stankelben	Gyldendal
Karin Lorentzen:	Stine	Aschehoug
Aase Foss Abrahamsen:	Det var ikke min skyld	Gyldendal
Aase Foss Abrahamsen:	Ikke deg denne gangen	Gyldendal
Gerd Dalberg:	Gråt da vel	Gyldendal
Marianne Glomnes:	Kråkebollen	Aschehoug
Rolf Døcker:	Å, Maria	Damm
Erling Pedersen:	Fuglekongen	Aschehoug
Ellfie Donelly:	Ha det, bestefar	Gappelen
Gudrun Helgadottir:	Jon Odd, Jon Bjarne	
	Og Jon Sofus	Cappelen
Marita Lindquist:	Malena og gleden	Gyldendal
Hans Erik Hellberg:	Bjørn og trollhatten	Gyldendal
Lygia Bojunga Nunes:	Min venn, maleren	Aschehoug
Døcker:	Marius	Aschehoug
Maria Gripe:	Hugo og Josefine	Damm
Eyvind Skeie:	Sommerlandet	L,uther
Peter Harting:	Bestemor og Kalle	Gyldendal

SKJØNNLITTERATUR FOR UNGDOM / VOKSNE

Anna Liisa Haakana:	Enfotingen og jeg	Asch
Patricia Winsor:	"Sommeren før"	Gyldendal
Alf Kvarsbø:	"Dueller"	Gyldendal
Birgit Brock Utne	"En mors tåre"	Ida Bok.
Gerd Rotmo:	Regnet har ingen dansetrinn.'	
	Dikt	Arb.
Karin Ronge:	Vi som blir igjen.	Grøndahl

Vedlegg 4

20 bud for riktig omsorg

Den internasjonale krybbedødforeningen har utarbeidet 20 bud for riktig omsorg i en sorgsituasjon. Det kreves ikke overmennesker for å følge dem, bare medmennesker.

- + Du skal vite at sorgarbeid er en normal og nødvendig prosess
- + Du skal være sammen med de sørgende - ikke løse problemene deres.
- + Du skal anerkjenne andres smerte, lære deg å gå inn i den og ikke forsøke å fjerne den.
- + Du skal høre- og fremfor alt lytte til hva de sørgende forteller deg.
- + Du skal la dem få lov til å gjenta seg selv- igjen og igjen.
- + Du skal snakke minst mulig- og unngå ethvert forsøk på trøst som innebærer en underkjennelse av tapet.
- + Du skal akseptere at alle sørger på forskjellig måte- og at ingen sorg er riktig eller gal.
- + Du skal vite at ingen er nødt til å rettferdiggjøre sine følelser.
- + Du skal oppmuntre de som er sammen om sorgen, til å dele den med hverandre hvis de klarer det.
- + Du skal erkjenne at sørgende har lidd et tap.
- + Du skal ikke hindre noen i å uttrykke skyldfølelse eller sinne hvis de har behov for dette.
- + Du skal hjelpe de sørgende til å innse at den døde aldri kommer tilbake.
- + Du skal gi de etterlatte tid til å sørge.
- + Du skal tillate de sørgende å ha virkelige minner fra et virkelig forhold til den avdøde.
- + Du skal anerkjenne de sørgendes behov for å snakke om den de har mistet.
- + Du skal oppmuntre de sørgende til å bearbeide smerten og vise alle sine følelser - uten å dømme.
- + Du skal gi barn anledning til å delta i sorgprosessen sammen med de voksne.
- + Du skal huske at mange som yter umiddelbar støtte, ofte blir borte etter en stund.
- + Du skal ikke la avvisning hindre deg i å komme tilbake med nye tilbud om hjelp.
- + Du skal oppmuntre de sørgende til å leve og elske igjen, men først når de føler seg rede.