

Nyrammet helg

6.- 8. februar 2009

En snøfylt helg i februar var 50 medlemmer i Landsforeningen uventet barnedød samlet i Asker på seminarhelg for nyrammede og kontaktpersoner. Det ble intense dager med sterke historier, utveksling av erfaringer, faglige innlegg om sorgtemaer og minnestund for de døde barna.

Tekst: Sigrun Farstad Gregori og Trine Giving Kalstad

Foto: Sigrun Farstad Gregori

Å leve med og i sorgen

Lunt og åpent kommuniserte **Else Hoen Meløe** om sin sorgprosess etter at datteren Linn døde to timer gammel for tre år siden. Tilhørerne nikket gjenkjennende til det hun fortalte. Hun snakket om hvordan hun har håndtert ulike problemer og utfordringer i hverdagen: Hvor tøft det var å møte andre babyer etter dødsfallet, dilemmaet rundt hva hun skal svare når folk spør hvor mange barn hun har og



Else Hoen Meløe

om hvordan det ble nødvendig for henne å lage seg rutiner i hver-dagen fordi alt var kaos innvendig. Hun fortalte om fysiske sorgreaksjoner, om skyldfølelse og skam, om sinne og redsel, og om terapi. Gjennom dette ga hun anerkjennelse til tilhørernes egne erfaringer.

- Savnet av Linn vil være en del av livets bakteppe. Av og til blusser det opp og gjør forferdelig vondt. Jeg har mer eller mindre akseptert at hun døde, men jeg greier ikke å forsone meg helt med det. Men døden er ikke så skremmende som før, sa Else.

Obduksjon

Det eneste medisinske innslaget var rettsmedisiner Arne Stray-Pedersens foredrag om obduksjon. Med innlevelse, engasjement og respekt snakket han om hvorfor det er så viktig at uforklarlige dødsfall blir undersøkt gjennom obduksjon. På en human, men realistisk måte forklarte han hva som faktisk skjer under en obduksjon. Han la vekt på at de i det rettsmedisinske miljøet er opptatt av at de skal ha høy etisk moral.

- Når jeg obduserer et barn håndterer jeg det som om det skulle vært mitt eget, sa han.

Han fortalte også at alle obduksjonssaler i Norge har en latinsk inskripsjon på veggen som sier: "På dette stedet tjener døden livet." Dette budskapet kommuniserte Stray-Pedersen på en tillitsvekkende og troverdig måte.

Søsken og sorg

Når et barn dør, rammes hele familien. Kontaktperson og veileder Toril M. Kristoffersen fortalte om hvordan hennes to levende barn har reagert og uttrykt sorg etter at deres to søsken døde, og hvordan hun som mor har forholdt seg til dette. På en engasjert måte fortalte hun om hvordan hun i dag jobber med sorg hos barn gjennom egne barnegrupper. Hun ga også en kort innføring i leke- og samtalekassen, et redskap flere av foreningens kontaktpersoner har tatt i bruk ved oppfølging av rammede familier med andre barn.

- Å se egne og andres barn ha det vondt er tøft. Disse erfaringene har motivert meg til å jobbe for at barn blir tatt på alvor i sin sorg, sa Toril.

Min, din og vår sorg

Sorg og sorgarbeid er også en belastning for parforholdet. Det å finne gode måter å leve sammen og kommunisere på er utfordrende når begge foreldrene har opplevd sitt livs krise. *Min og din sorg* må finne sin plass i samlivet og *vår sorg* blir en dimensjon som krever oppmerksomhet og krefter.

Psykolog Oddbjørn Sandvik ga oss en innføring i en konservativ og en moderne oppfatning av hvordan forstå sorg, før han satte dette inn i en parforholdkontekst. Gjennom beskrivelser av generelle kjønnsforskjeller i sorg kan mange kjenne seg igjen i ulike måter å reagere på, enten man er mann eller kvinne.

- Mange reagerer forskjellig fra hveran-

dre og uttrykker ulike behov. Dermed kan man oppleve misforståelser eller anklager som fører til at man sliter på hverandre istedenfor å være til støtte for hverandre. Å vite om forskjeller og akseptere disse vil være en ressurs for parforholdet, sa Oddbjørn som fortalte at en nyere studie av Atle Dyregrov viser at nærmere 60 prosent av etterlatte par opplever at sorgen og savnet over tap av barn har ført dem nærmere hverandre.

Tone Eidhjellen Bildøy og Simon Østvold, foreldre til Heidi på tre år og Håkon som døde under fødselen i fjor sommer, var godt fornøyd med helgen og mente at forventningene deres ble innfridd. Det flotteste ved helgen var minnestunden. Det eneste de ønsket seg mer av var faglig innhold omkring søsken og sorg.



Simon Østvold og Tone Eidhjellen Bildøy sammen med datteren Heidi og sønnen Håkon (Bilde privat)

- Når Tone kom tilbake fra ISA-konferansen i høst sa hun at det hadde vært så deilig å få være mamma til Håkon noen dager. Det er akkurat det jeg føler nå. Det har vært så godt å være Håkons pappa. Skikkelig digg, sier Simon, og legger til:

- Det har også vært veldig fint å ta del i ting Tone har fokusert på. Jeg har distansert meg litt. At du orker å være på den englesiden (nettforum for etterlatte foreldre, red anm.) har jeg sagt, jeg har hatt nok med min egen historie. Men nå er jeg visst kommet dit at jeg også kan høre på andre og dra nytte av andres erfaringer. Det har vært veldig flott.

- Nå må vi ut i den virkelige verden igjen, sier Tone. Denne helgen har vært en trygg boble, alle som er her har opplevd noe av det samme. Vi trenger ikke å være redde for å vise følelser, vi må ikke forklare følelsene våre. Det har vært så godt.

Kristine Stangen og Kim Anthony Brattli, foreldre til Anthony Oliver som døde 2.5 måned gammel i krybbedød i november i fjor, synes også at helgen har vært veldig fin.

- Det har vært veldig godt og veldig vondt å være her. Vi var aldri i tvil om at vi ville dra. Det hjelper å prate med folk som har opplevd noe av det samme. Men vi skulle selvfølgelig ønske at vi ikke hadde vært i den situasjonen at vi måtte



Kristine Stangen og Kim Brattli

være her. Samtidig har det vært betryggende å få vite at våre reaksjoner er normale. Vi har fått bekreftelse på at vi skal tørre å leve i sorgen, sier de.

- Det har også vært veldig fint å treffe de jeg har kommunisert med på englesiden ansikt til ansikt, sier Kristine. Hun fremhever også minnestunden som helgens "høydepunkt".

Minnestunden ble arrangert av kontaktpersonene Åshild Skiri Refsdal og Knut Refsdal som mistet sin Frederik for ti år siden. Gjennom vakker musikk, gode tekster, dikt og lystenning ble det gitt anledning til å minnes de døde barna på en ærbødig måte.

- Minnestunden var preget av verdighet og respekt for de døde barna, sier Kristine.



Deltakere på nyrammet helg