

- En gripende dag

Fjorårets kurs i muntlig fortellerteknikk har begynt å høste frukter. På en følsom og engasjerende måte fortalte LUB-medlemmene Elin Busch Reitan og Toril M. Kristoffersen om barn og sorg på helsesøsterutdanningen i Trondheim i juni. - En av de beste undervisningsdagene i år, sier studentene.

Tekst: Elin Busch Reitan/Kristiane M. Hansson Foto: Toril M. Kristoffersen

Elin Busch Reitan fortalte sin historie om Nicolai da hun underviste helsesøsterstudenter om barn og sorg.



Helt siden vi mistet Nicolai for tre år siden, har jeg hatt et sterkt ønske om at tapet av Nicolai skal kunne brukes til noe positivt og komme andre mennesker til gode.

Litt av bearbeidingen av min sorg ble gjort på et kurs i muntlig fortellerteknikk som ble arrangert gjennom LUB høsten 2009. Jeg lærte meg teknikker for hvordan fortelle min historie om Nicolai. Jeg satte ord på detaljer og følelser som jeg ikke har tatt frem siden vårdagen for litt over tre år siden, da hele familiesituasjonen vår ble snudd på hodet. Mitt mål med kurset var at jeg skulle kunne fortelle min historie til helsesøsterkullet på Høgskolen i Sør-Trøndelag, med fokus på søsken og deres sorg.

Trollbandt forsamlingen

Etter hard konkurranse med mange andre interessante tema på helsesøsterstudiet, fikk jeg seks timer til dis-

- Burde vært obligatorisk!

Britt Engseth Stangnes, nå ledende helsesøster i Målselv kommune i Bardufoss, gikk sammen med Busch Reitan på helsesøsterutdanningen og var en av tilhørerne denne dagen. - Dette har vært en veldig spesiell og lærerik dag for meg og hele klassen. Menneskelige historier berører oss. Å få ta del i Elin og Torils historier på denne måten var gripende, vi kom så nært innpå dem og vi satt igjen med mange tanker og betraktninger i ettertid, forteller Stangnes. Hun syntes også det var nyttig med konkrete råd for hvilke hjelpeinstanser helsesøstre kan henvende seg til i oppfølgingen av mennesker som opplever sorg og tap. - Som helsesøstre vil vi møte mennesker i slike tøffe livssituasjoner. Da er det godt å vite hvordan vi best kan møte dem, samt kjenne til foreninger som for eksempel LUB og hvilken hjelp de tilbyr. En dag som dette burde vært obligatorisk pensum i helsesøsterutdanningen!, avslutter Engseth Stangnes.

posisjon om barn og sorg. Toril M. Kristoffersen hjalp meg med planlegging og gjennomføring av dagen. Jeg fortalte min historie ved hjelp av en PowerPoint-presentasjon. Her hadde jeg med utdrag av historier skrevet av barnehagepersonell i den første tiden etter at Sanne mistet lillebror, dikt, tegninger Sanne fikk av barn i barnehagen, bilder, litt om oppfølgingen Sanne fikk av barnehagen, psykolog, skolen og hvordan hverdagen har vært de siste tre årene. Tiden gikk utrolig fort. Så fortsatte Toril med en presentasjon av LUB og hun fortalte om oppfølging av egne og andres barn/ungdom i sorg. Toril har vært engasjert i dette arbeidet i mange år, og hun trollbandt hele forsamlingen med sine historier. Vi avsluttet dagen med å gå gjennom lekekassen, som er laget av LUB for sorggrupper med barn, samt svare på spørsmål.

Det ble en dag med mange tårer, men det var også plass til humor. Alle evalueringsskjemaene av dagen var udelt positive. Jeg fikk flere tilbakemeldinger senere om at det hadde vært en av de mest lærerike av alle undervisningsdagene i løpet av hele året! Fagansvarlig på helsesøsterstudiet har lovet at jeg kan få komme tilbake og undervise om barn og sorg også for neste studentkull. Kanskje kan jeg få innpass på jordmorstudiet og sykepleierutdanningen også?

Brenner for forebygging

Denne type arbeid er noe jeg brenner sterkt for og har lyst til å jobbe videre med. Både med bakgrunn i min personlige erfaring og som helsesøster, ser jeg et enormt behov for forebyggende arbeid. Jeg ønsker å arbeide som operativ helsesøster, men jeg ønsker også å starte et firma på si, der fokuset skal være å jobbe opp mot grupper og individer som er tett på barn og unge i det daglige. Sjansen for at disse kommer i kontakt med noen som opplever en eller annen form for sorg, er stor. Jeg er overbevist om at forebyggende sorgarbeid kan få uante positive konsekvenser for individet og samfunnet vi lever i.

Vil du lære å formidle din historie?

Vi vurderer å tilby nytt kurs i fortellerteknikk for 10 LUB-medlemmer 14.-16. januar i Oslo.

Kursleder vil fortsatt være Sara Birgitte Øfsti og estimert kursavgift er kr 1500,-.

Kost og losji ordnes av den enkelte. Påmelding så snart som mulig og senest innen 1. november på post@lub.no.

Les mer om kurset *Fortell meg hvordan det var!* i Oss foreldre imellom nr. 4/2009 eller på www.lub.no.

Når barnet dør – en brosjyre for helsestasjonen

Heftet formidler etterlatte foreldres tanker og behov etter å ha mistet barn, og henvender seg til helsestasjonen og helsesøstre og jordmødre i primærhelsetjenesten. Her kan man lese om myter om sorg og sorgprosessen, og få forslag til hvordan helsestasjonen kan følge opp familien ved et barns død. Heftet er gratis, kun porto belastes. Det kan bestilles på www.lub.no / 22 54 52 00.



Slik vil babyen ha det:

- ♥ La babyen sove på ryggen
- ♥ La barnet sove i egen seng på foreldrenes soverom eller sørg for forsvarlig samsoving
- ♥ Unngå røyking i svangerskapet og i barnets nærmiljø
- ♥ Unngå for varmt og tett sove miljø
- ♥ La ikke babyen få hodet tildekket når den sover
- ♥ La gjerne babyen bruk smokk når det legges for å sove
Vent med å gi smokk til amming er vel etablert
- ♥ Amming er bra for barnets helse