

# Å ta avskjed

## Ritualer som hjelper barn gjennom sorg

Tekst: Kristiane M. Hansson

– Dessverre blir barn fremdeles oversett, utestengt eller overlatt til seg selv i en del krisesituasjoner, med fare for uheldige konsekvenser for barnet på sikt, skriver Atle Dyregrov i forordet til boken "Å ta avskjed".

Å delta i ritualer som minnestund og begravelse kan være til stor hjelp for barn i en sorgprosess, men mange voksne er usikre på hvordan de best kan inkludere barn i slike handlinger. Boken fungerer som en praktisk veileder med konkrete eksempler på hvordan nettverket rundt sørgende barn kan utforme ulike rituelle handlinger slik at barna innlemmes på en god og tilpasset måte.

Innledningsvis gir forfatteren en innføring i hvilken funksjon ritualdeltagelse har for sørgende, når vi bruker ritualer og hvilken funksjon ritualer har. En sentral del av boken er formidling av konkrete råd og anbefalinger om hvordan barn kan delta i rituelle handlinger som syning, begravelse og minnestund. Et eget kapittel tar for seg ritualer i førskole og skole, som for eksempel hvordan lærere kan iverksette minnestund på skolen, lystenning eller pynte skolepulten til en død klassekamerat. Avslutningsvis beskrives sorg- og krisereaksjoner hos barn.

Dyregrovs siste bok fremstår som et konkret redskap for alle i relasjon til barn som opp-



Atle Dyregrov, Fagbokforlaget, 2010

lever å miste en nærstående person. Både fagfolk, være seg førskolelærere, prester eller helsepersonell, og barnas familie og andre nærstående vil ha nytte av boken.

### Nett-tips: [www.ungsorg.no](http://www.ungsorg.no)

[ungsg.org.no](http://www.ungsorg.no) er et nytt nettsted for barn/ungdom som har mistet en nær person.

Siden er tilpasset barn og unge i sorg og den inneholder variert informasjon som kan hjelpe barn og unge til å mestre sin situasjon. Blant annet kan man lese om hva andre sørgende barn har sagt og erfart og finne informasjon om sorgreaksjoner og deltagelse i sorggrupper. Nettstedet er driftet av "Sorgsenteret" ved Senter for Krisepsykologi i Bergen.

### Forespørsel om deltagelse i forskningsprosjektet

## "Ritualdeltagelse og sorg hos barn"

Med hjelp fra det danske Egmontfondet startet Senter for Krisepsykologi i Bergen et Sorgsenter i 2009. Midlene blir brukt til å få en bedre forståelse av barn og unge i sorg.

Hvert år opplever barn at mor, far eller søsken dør. I noen tilfeller er det snakk om brå og uventet død, mens det andre ganger er dødsfall preget av kort eller lang tids sykdom. I dag er det mange barn som deltar i ritualer i forbindelse med dødsfall. Slike ritualer kan være syning, begravelse og minnestund, men kan også omfatte andre ritualer som markeringer på skolen, tenning av lys på ulykkesstedet (dersom dødsfallet skyldes en ulykke) og lignende.

I et prosjekt ved Sorgsenteret vil vi se på barns deltagelse i ritualer for å bedre forstå barn og foreldres opplevelse av

barns deltagelse i ritualer ved dødsfall i nær familie.

I forbindelse med dette prosjektet ønsker vi å intervju barn mellom 7 og 12 år som enten har mistet en av sine foreldre eller et av sine søsken for ca. 1 til 3 år siden. Vi ønsker også å intervju barnets mor eller far. Intervjuet vil forgå i nærheten av barnets hjemsted.

I forbindelse med prosjektet ønsker vi også å gjennomføre en spørreundersøkelse rettet mot foreldre som har barn som enten har mistet en av sine foreldre eller et av sine søsken for ca. 1 til 3 år siden.

Undersøkelsen skal gi oss mer kunnskap om barns sorg, og vil være et bidrag for å tilrettelegge for at barn får best mulig støtte den første tiden etter å ha opplevd et dødsfall i nærmeste familie.

Prosjektet er godkjent av Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK). Dersom dere har noen spørsmål angående undersøkelsen og/eller ønsker å være med, kan dere kontakte Gunn Helen Søfting på telefon 55 59 43 74/ 91 91 53 33, eller på e-post: [gunn@krisepsyk.no](mailto:gunn@krisepsyk.no). Vi ber om at de som tar kontakt er over 16 år.