

# Sorgpodden løfter fram personlige erfaringer

Å miste et barn kan være så tungt at man ikke orker å snakke om det, sier fagsjef Trine Giving Kalstad i Landsforeningen uventet barnedød (LUB). Et svar på den problemstillingen kommer i form av en ny podkast; Sorgpodden.

TEKST OG FOTO: OLE J. ASKELAND



*UFORMELLE SAMTALER gir god mulighet for gjenkjenning og læring, sier Trine Giving Kalstad.*

Pia og psyken har eksistert i drøye to år. Psykolog Peder Kjøs presenterer en ny podkast fra terapirommet på NRK. Forgjengerne i dette terrenget finnes også. Når LUB lanserer sin podkast-versjon denne våren, er mye av begrunnelsen hvilket rom mediet gir for en god samtale.

– I podkasten kan vi snakke på de sørgendes premisser. Vi er opptatt av å skape nære, personlige samtaler om de vanskelige tingene, dem som gjerne er tabu. Å gi mennesker anledning til å lytte på mer uformelle samtaler skaper mindre avstand og gir god mulighet for gjenkjenning og læring. Det skal være plass for å stille dumme spørsmål, dem vi er redd for. Vårt mål er å drive folkeopplysning, og da er det viktig å bruke ulike kanaler. Det skriftlige er ikke like tilgjengelig for alle, mange orker ikke å lese sier

Giving Kalstad.

I ti episoder skal ulike sider ved sorg omtales. Hva er sorg, hvordan ser den ut, hva gjør den med mennesker, hvordan har man det? Pårørende så vel som fagfolk vil være gjester.

– Alle opplever sorg. For oss er det like viktig å løfte fram kompetansen til dem som sitter med personlige erfaringer av ulike former for tap, som det er å formidle den faglige kompetansen. Det er lettere å skape forståelse for dybden og kompleksiteten i sorg gjennom det personlige, via den subjektive opplevelsen. Så kombinerer vi dette med det faglige, med å sette sorgen i system. Det er måten å jobbe på, sier Giving Kalstad om nysatsingen.