

Sorggruppe for børn og unge



"Jo værre det er i øjeblikket - jo bedre bliver det"
(deltager i sorggruppen)

Evaluering 2007

Udgiver:

Institut for Diakoni og Sjælesorg

Kolonivej 19

Kolonien Filadelfia

4293 Dianalund

Tlf. + 45 5827 1255

Email: info@diakoni.dk

Website: www.diakoni.dk

Børnesorggruppens website:

www.bornesorggruppe.dk



Evaluator:

SUELL Team ApS v.

Dorthe Suell

Tremhøjvej 15

Tvingstrup

8700 Horsens

Tlf. + 45 2144 9686

Email: ds@suellteam.dk

Website: www.suellteam.dk

Alle rettigheder forbeholdes. Mekanisk, elektronisk eller anden gengivelse af eller kopiering fra denne evalueringsrapport må kun ske med tydelig kildeangivelse.

Indholdsfortegnelse

<i>Resumé</i> _____	5
<i>Indledning</i> _____	7
Hvad er en sorggruppe for børn og unge? _____	7
<i>Formålet med projekt "Sorggruppe for børn og unge"</i> _____	8
<i>Målgruppe</i> _____	8
<i>Hvorfor er projekt</i> _____	9
<i>"Sorggruppe for børn og unge" relevant?</i> _____	9
Børne- og ungeperspektiv _____	9
Samfundsperspektiv _____	10
Det lokale perspektiv _____	11
<i>Evalueringsmodel</i> _____	12
<i>Dataindsamling</i> _____	13
<i>Teoretisk udgangspunkt</i> _____	14
<i>Ressourcer, organisering og struktur</i> _____	17
<i>Børnenes/de unges problemer, da de startede i sorggruppen</i> _____	17
<i>Børnenes/de unges og forældrenes forventninger</i> _____	20
<i>Resultater</i> _____	21
De første indikationer af sorggruppens betydning _____	21
Uddybning af resultaterne – børnenes/de unges proces og udvikling _____	23
Det første indtryk af sorggruppen _____	23
Øjebliksbillede af børnenes/de unges trivsel _____	24
At sætte ord på _____	25
At blive ked af det _____	25
At være glad _____	25
Forholdet til klassekammeraterne _____	25
Fremtidsplaner? _____	26
Vil børnene/de unge anbefale sorggruppen til andre? _____	26
Forældrenes oplevelse af deres børns/unges resultater - proces og udvikling _____	26
De største problemer i dag _____	27
Gruppedernes vurdering af børnenes/de unges proces og udvikling _____	27

Metodeudvikling	29
Hvad sagde børnene/de unge om metoderne?	29
Hvad havde størst betydning i sorggruppen?	29
Hvad har været det sværeste ved at komme i gruppen?	30
Stemningen i sorggruppen	30
Mellem mødegangene	30
Nye i gruppen og nogle forlader gruppen	30
Tid	31
Hvad var det vigtigste, børnene/de unge lærte i gruppen?	31
Vil børnene/de unge huske det, de har lært?	31
Hvad kunne sorggruppen hjælpe med, som børnene/de unge ikke havde fundet andre steder?	31
Hvor længe har børnene/de unge brug for at komme i gruppen?	31
Hvad vil børnene/de unge savne ved sorggruppen?	32
Struktur	32
Anvendte metoder	36
Sansning	36
Spejling	37
Sprogbrug/sprogteknik	38
Bekræftelse	39
Forståelse	41
Tillid	42
Omsorg	42
Gruppeprocesser	43
Fra livet i sorggruppen	46
Ane	46
Louise	48
Kristine	50
Konklusion	52
Litteraturliste	55
Bilag:	57

Resumé

Institut for Diakoni og Sjælesorg – Dianalund har siden 2003 gennemført projekt "Sorggruppe for børn og unge". I alt har 34 børn og unge deltaget i sorggruppen.

Projektet blev første gang eksternt evalueret i 2005 og igen i 2007 ved SUELL Team ApS.

Projektets formål er at give børn og unge mulighed for at bearbejde tabet af en nærtstående person, således at barnet/den unge kan vende tilbage til hverdagslivet med sorgen som klangbund, men uden at den står i vejen for indlæring, nye relationer og udvikling af det potentiale, som barnet/den unge indeholder.

Succeskriterier er, at børn og unge, der har mistet en mor eller far, en søskende, en ven eller en anden nærtstående:

- Får støtte og tryghed i en svær tid.
- Får hjælp til at håndtere de store følelsesmæssige reaktioner og udfordringer, som et tab afstedkommer.
- På kort sigt at der sker afhjælpning af nedsat koncentrationsevne, nedsat indlæringsevne og ensomhedsfølelse.

På længere sigt at der sker forebyggelse af mulige følgevirkninger af ubearbejdet sorg, der kan optræde i form af angst, depressioner og selvmordstanker.

Projektets målgruppe er børn og unge i alderen 9 – 16 år, som har mistet én, de var nært knyttet til. Alle børn i sorggruppen i 2006 har mistet en forælder. Nogle af børnene har tidligere tab med sig - ofte i form af skilsmisse.

Evalueringen har været målrettet løbende intern læring for projektets gruppeledere og Institut for Diakoni og Sjælesorg samt eksternt formidling til bevillegivere og andre interessenter indenfor det sociale felt.

Evalueringen bygger på 3 børns/unges besvarelser ved interview, 7 børns/unges besvarelse af smileyskemaer, 5 forældres besvarelse ved spørgeskemaundersøgelser, gruppeledernes løbende dagbogsnotater og refleksioner for 3 børn samt interview af gruppelederne.

Der er samtidig foretaget udvikling af en række skemaer for løbende refleksion og erfaringsopsamling.

Den teoretiske forståelsesramme for arbejdet i sorggruppen er primært inspireret af fænomenologisk sansning (Martinsen, K., 2004) og teori om gruppeprocesser (Heap, 2003) samt eksistentiel psykologi og psykoterapi (Davidson-Nielsen, M. & Leick, N., 2001 og Yalom, I. D., 1980). Faglig viden om børns sorgreaktioner har ligeledes været et fundament i projektet.

Projektets resultater ses blandt andet ved børnene/de unges svar på spørgsmålet om, hvorvidt børnene/de unge fandt, at de var de samme børn/unge, som da de startede i gruppen:

”Nej – jeg er ikke den samme. Jeg tænker mere over det. Jeg er begyndt at vise mine følelser. Jeg troede ikke, at folk kunne lide mig, hvis jeg viste mine følelser. Det er nemmere, at snakke med nye mennesker”.

”Jeg er blevet mere sikker på mig selv. Jeg har fået mere af, at det er ok at være mig. Det er blevet nemmere, at fortælle om sig selv”.

”Jeg kan snakke om min forælders død og sygdom og hvordan jeg har det, uden at bryde ud i gråd. Jeg er blevet meget åben og gør det klart med det samme med nye venner, at jeg har mistet min forælder”.

Forældrene fandt, at de største forandringer hos deres børn, som kunne tilskrives børnenes/de unges deltagelse i børnesorggruppen var, at børnene kunne acceptere deres fars eller mors død og leve livet med den afdøde i tankerne uden at det styrede hele hverdagen.

Forældrene sagde:

”Mit barn har formået at føle dyb sorg – at kunne rumme den selv og at kunne dele dem med mig og andre. Jeg har dyb respekt for hende, men håber også snart at hun bliver mere ”sorgfri”.

”Vi kan tale om mor – åbent og ærligt”

”Mit barn er god til at føle efter indeni sig selv og god til at sige fra – blevet meget bedre”.

”Mit barn er fri af ”tåger” og har fået styr på sit følelsesliv”.

”Barnet har fået lukket op for sine følelser”.

Gruppelederne benyttede sig af metoder vedrørende sansning, spejling, sprogbrug/sprogteknik og bekræftelse - herunder forståelse, tillid og omsorg, samt gruppeprocesser.

I sorggruppen er der arbejdet ud fra barnets/den unges aktuelle situation, som den ser ud netop i øjeblikket - i nu'et, hvor den er til drøftelse.

Det kan konkluderes, at projektet har indfriet dets formål, samt har udviklet faglige metoder for sorggrupper for børn og unge.

”Det er, som om Else og Tina er uddannede i det, og de andre børn er små hjælpenisser. Og jeg er nisse for de andre. Man kommer ud af den her pine. Det er rigtigt godt, og jeg har taget mig sammen i skolen”.

Indledning

Hvad er en sorggruppe for børn og unge?

Børnene og de unge siger:

"Det giver en anden følelse i kroppen. Du bliver forstået fuldt ud - mere end du tror. Du skal ikke være bange for at komme. Du skal være klar på det".

"Det er godt. Det har hjulpet mig rigtig meget. Du hører andre sige, at de har de samme følelser og har oplevet det samme. Du føler dig ikke så alene".

"Det er et sted, hvor unge mødes. Alle har prøvet det samme. Vi sidder og snakker, får mad, tegner, læser en bog eller ser film, der handler om emnet".

Institut for Diakoni og Sjælesorg – Dianalund har siden 2003 gennemført projekt "Sorggruppe for børn og unge".

Institut for Diakoni og Sjælesorg tilbyder uddannelse og kurser inden for kirke- ligt, socialt arbejde, samtale og sjælesorg. Endvidere tilbydes sjælesorgssamtaler og supervision til enkeltpersoner, grupper eller hele arbejdsmiljøer.

Instituttet ønsker at inspirere til engagement i mødet med medmennesket og dygtiggørelse til den mellem menneskelige samtale. Her er livssyn og menneskesyn, etik og eksistentielle/åndelige spørgsmål væsentlige elementer. Medarbejderne ved Instituttet indgår i et tværfagligt team bestående af teologer, lærere, diakoner, familieterapeuter og tilknyttede konsulenter. Instituttet er en del af den selvejende institution Kolonien Filadelfia, og driften finansieres af honoreret undervisningsarbejde, fondsmidler og pengegaver.

"At fortvivle er, at man ikke længere kan få øje på nogen som helst mulighed. At trøste er at bringe muligheden til veje" (Kierkegaard).

Projekt "Sorggruppe for børn" har været finansieret af Sygekassernes Helsefond, Lions Club, Dianalund, Frimodt-Heineke Fonden, Jascha-Fonden, PUF, Susi og Peter Robinsohns Fond, Vestsjællands Amt og Tornved Kommune, og fortsætter i år 2007 med støtte fra Socialministeriets PUF-pulje, Jascha-Fonden, Susi og Peter Robinsohns Fond, Y's-Men Næstved, samt indsamlede midler.

Projektet blev første gang eksternt evalueret i 2005¹ vedrørende år 2004 ved SUELL Team. Institut for Diakoni og Sjælesorg har i 2006 ønsket endnu en ekstern evaluering, da projektet finansieres af fonde og puljer, som ønsker dokumentation for projektets indsats. Samtidig ønsker Institut for Diakoni og Sjælesorg gennem evaluering at styrke faglighed og kvalitet i indsatsen samt at få viden om, hvordan børnene og de unge bedst muligt hjælpes. Evalueringsrapportens interessenter er fonde, puljer, forældre, sundhedsplejersker, psykologer, skoler, kommune og andre, der har interesse i børnesorggruppens arbejde.

Formålet med projekt ”Sorggruppe for børn og unge”

Projektets formål er at give børn og unge mulighed for at bearbejde tabet af en nærtstående person, således at barnet/den unge kan vende tilbage til hverdagslivet med sorgen som klangbund, men uden at den står i vejen for indlæring, nye relationer og udvikling af det potentiale, som barnet/den unge indeholder.

Succeskriterier er, at børn og unge, der har mistet en mor eller far, en søskende, en ven eller en anden nærtstående:

- Får støtte og tryghed i en svær tid.
- Får hjælp til at håndtere de store følelsesmæssige reaktioner og udfordringer, som et tab afstedkommer.
- På kort sigt at der sker afhjælpning af nedsat koncentrationsevne, nedsat indlæringsevne og ensomhedsfølelse.

På længere sigt at der sker forebyggelse af mulige følgevirkninger af ubearbejdet sorg, der kan optræde i form af angst, depressioner og selvmordstanke.

Målgruppe

Projektets målgruppe er børn og unge i alderen 9 – 16 år, som har mistet én, de har været nært knyttet til. Alle børn i sorggruppen i 2006 har mistet en forælder. Nogle af børnene har tidligere tab med sig - ofte i form af skilsmisse.

Et visitationskriterium er, at børnene/de unge er kommet igennem chokfasen², da projektet ikke har faglighed til at rumme børn/unge i denne fase.

¹ Evalueringsrapporten kan rekvireres hos Institut for Diakoni og Sjælesorg og kan downloades fra Institutets hjemmeside: www.diakoni.dk.

² Der tales om 4 faser i forbindelse med et sorgforløb: Chokfase, reaktionsfase, bearbejdningsfase og nyorienteringsfase. Kilde: Blandt andet Nielsen, R. og Kaasgaard, M. (2006). *Roseme vokser i dale*. København: Unitas Forlag.

34 børn og unge har deltaget i sorggruppen siden starten i 2003. Det har ikke været muligt at tilbyde alle, der har henvendt sig, at deltage i sorggruppen, da der maksimalt kan være 8 børn og unge i gruppen ad gangen.

Hvorfor er projekt

”Sorggruppe for børn og unge” relevant?

Projekt ”Sorggruppe for børn og unge” er relevant set ud fra et børne- og ungeperspektiv, et samfundssyn og et lokalt perspektiv.

Børne- og ungeperspektiv

Nøgletal³:

- Hvert år dør godt 61.000 mennesker i Danmark.
- Hvert år dør ca. 700 børn i Danmark.
- Hvert år mister 4.100 danske børn deres mor eller far (derudover vides det ikke, hvor mange der mister deres søskende).
- 4% af alle danske børn oplever at miste deres far eller mor i løbet af barndommen.
- Over 350.000 danske børn lever adskilt fra den ene eller begge forældrene – typisk på grund af skilsmisse.

Når børn og unge rammes af dødsfald i familien, oplever mange en række sorgreaktioner, som forstærkes af, at døden er et svært og tabuiseret samtalemne i den danske kultur.

Nogle af de mest almindelige sorgreaktioner hos børn og unge er⁴:

- Angst.
- Stærke minder.
- Søvnforstyrrelser.
- Tristhed, længsel og savn.
- Vrede, og opmærksomhedskrævende adfærd.
- Skyld, selvbefredelse og skam.
- Somatiske symptomer/fysiske gener.
- Regressiv adfærd.
- Social tilbagetrækning.
- Fantasier.
- Personlighedsforandringer.

³ Kilde: http://www.acu.fa.dk/BORN_SORG/fakta/statistik.htm

⁴ Kilde: http://www.acu.fa.dk/BORN_SORG/fakta/statistik.htm

- Fremtidspessimisme.
- Spekulationer over årsag og mening.

Grunde til, at nogle børn og unge ikke vil snakke om deres sorg:

- Det er for smertefuldt.
- De mangler ord og begreber for, hvad de føler.
- De føler skyld og forvirring.
- De er bange for ikke at blive hørt.
- De er bange for at miste kontrollen.
- De behøver mere tid til at opbygge tillid.
- De har ikke behov for at snakke.
- De har snakket nok.
- De har andre fortrolige, som de snakker med.

Børns og unges sorg tager længere tid end voksnes, da barnet/den unge er nødt til at bearbejde dødsfaldet og følelserne omkring det igen og igen gennem hele barndommen for hvert nyt modningstrin, det når i sin udvikling. Derfor anslår man, at selvom "kun" 4.100 børn hvert år mister en forælder, så er det mellem 45.000 og 50.000 børn og unge, som dagligt genlever med tabet af en forælder. Der er offentlige behandlingstilbud til under 1% af dem...⁵

Samfundsperspektiv

Udover det enkelte barns/unges sorg, så er barnets/den unges situation samtidig indlejret i en større samfundsmæssig sammenhæng og regularitet⁶.

Der kan med andre ord anlægges det perspektiv, at barnets/den unges private sorg og individuelle håndtering af sorgprocessen er mere eller mindre underlagt en række vilkår, som sætter rammen for sorgen og "dikterer" den enkeltes måde at forstå sin situation på.

Et af de mest markante vilkår for børn og unge i vor tid er store kulturelle og samfundsmæssige forandringer. Forandringer, der sker med stor hastighed, og som let kan gøre tilværelsen for den enkelte meget uigennemsigtig og uforudsigelig.

Nutiden stiller ofte store krav til det enkelte individ om valg, fravalg og individualitet. Der lægges et pres på den enkelte til selv at tilrettelægge sit liv i et væld af muligheder og relative sandheder. Livet med sådanne forhold gør i forvejen svære vilkår endnu vanskeligere, når man mister.

⁵ Kilde: http://www.acu.fa.dk/BORN_SORG/fakta/statistik.htm

⁶ Kilde: Unge & Sorg. Tredje rapport. Ungegruppen – en terapeutisk gruppe for unge som har mistet forældre. Unge & Sorg og Psykologisk Konsulent Michael Linde København juni 2004.

Hvis man er en nogenlunde stabil og psykisk sund voksen med et rimeligt socialt netværk, kan det lade sig gøre at sørge under sådanne vilkår, fordi der her er tale om et færdigudviklet selv og en grundfæstet følelse af individualitet.

Når barnet midt i en udviklingsfase mister sin far eller mor, kræver det enten en endnu ikke opnået voksen handlekompetence eller varige relationer til stabile nærværende voksne. Børn, der mister forældre, er i en yderst sårbar situation.

At sikre at børn, der rammes af sorg, får mulighed for at bearbejde sorgen, vil således have et såvel samfundsetisk som samfundsøkonomisk perspektiv. Etisk at et samfund tager sig af børn og unge i sorg, og økonomisk, at indsætter som projekt "Sorggruppe for børn og unge" vil have et forebyggende sigte, og dermed spare samfundet for social- og sundhedsmæssige udgifter på sigt.

Det lokale perspektiv

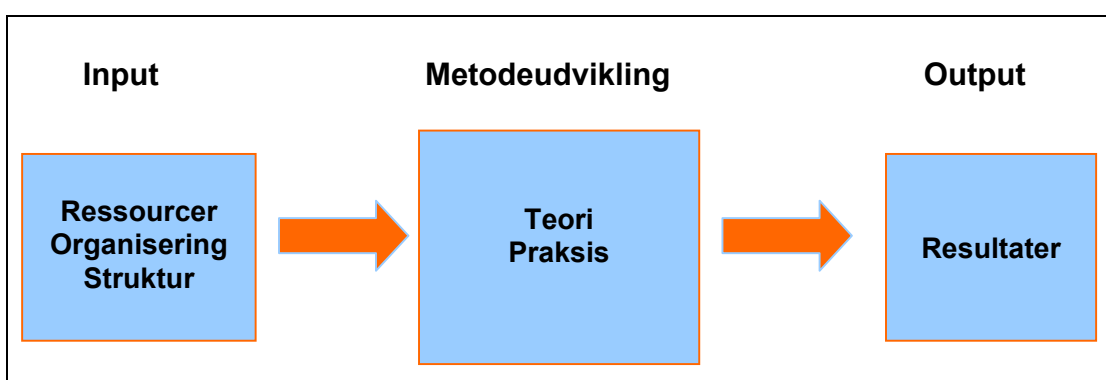
Projekt: Sorggruppe for børn og unge dækker det tidligere Vestsjællands Amt, hvor der ikke eksisterer lignende tilbud.

Evaluering

Evalueringsmodel

Evalueringen har været målrettet løbende intern læring for projektets gruppeledere og Institut for Diakoni og Sjælesorg samt ekstern formidling til bevillingsgivere og andre interessenter indenfor det sociale felt. Evalueringens fokus har været at belyse positivt, det der har betydning og virker i en sorggruppe for børn og unge.

Evalueringen er tilrettelagt og gennemført ud fra følgende model:



Input: Evalueringen har beskrevet, hvilke ressourcer projektet har haft til rådighed samt hvordan projektet har været organiseret og struktureret. Ressourcer omhandler økonomi, faciliteter m.v.

Output: Dernæst er projektets resultater analyseret. Resultaterne "taler for sig selv", således at dokumentationen består af børnenes/de unges, forældrenes og gruppeledernes oplevelser af sorggruppens betydning på baggrund af deres udtalelser og svar i forbindelse med dataindsamling. Resultater skal forstås som projektets betydning for børnene, de unge og deres forældre i forhold til projektets formål, hvilket er belyst ved den proces og udvikling, børnene/de unge har gennemgået. Der har samtidig været fokus på at identificere eventuelle andre resultater.

Input og output er sat i relation til hinanden, således at det er muligt direkte at sammenholde de anvendte ressourcer med projektets resultater – eller sagt på en anden måde: Hvad koster en sorggruppe og hvad får børnene/de unge ud af det?

Metodeudvikling: For at analysere, hvorledes de anvendte ressourcer, organisering og struktur har medført resultaterne, er projektets metodeudvikling dokumenteret og belyst i forhold til relevant teori og praksis. Projektets meto-

deudvikling er evalueret i forhold til anvendelighed til at indfri projektets formål. Der er igennem evalueringen skabt internt refleksion og bevidstgørelse om de anvendte metoder for at kunne udvikle og dokumentere disse samt formidle dem til det sociale felt.

Dataindsamling

Evalueringen har været tilrettelagt med henblik på at indhente et så mangfoldigt datamateriale om sorggruppens betydning, resultater og metoder som muligt.

Der er foretaget udvikling af en række skemaer⁷ for løbende refleksion og erfaringsopsamling. Der blev tilfældigt valgt 3 børn/unge, som gruppelederne arbejdede intenst med i forhold til skemaer for dagbogsnotater og refleksioner. Dette arbejde påbegyndtes marts 2006.

Der er afholdt kvartalsvise møder med gruppelederne og evaluator for drøftelse af projektets resultater og metoder.

November 2006 blev valgt som skæringstidspunkt for den afsluttende evaluering. Der var på dette tidspunkt 8 børn og unge i sorggruppen.

Der har været afholdt retrospektive evalueringssamtaler med 3 tilfældigt udvalgte børn og unge, som var i gruppen på evalueringstidspunktet. For at sikre så valide svar fra børnene som muligt, er der ved interviews blandt andet anvendt en spørgeteknik, hvor børnene ved en række spørgsmål, ud fra en overordnet påstand, er blevet bedt om at specificere alternativer. Børnene har således haft fokus på alternativerne, og risikoen for, at de havde fokus på, hvilket svar der forventedes af dem, er derved begrænset.

Under interviewene blev der anvendt trinskalaer (1-10) i forbindelse med udvalgte spørgsmål blandt andet for at få barnets kvantitative svar på gruppens betydning.

Der er sammenfald mellem et barn, der deltog i interview og som også var udvalgt for arbejdet med skemaet for dagbogsnotater og refleksioner.

7 af de 8 børn og unge i gruppen udfyldte november 2006 et smiley-skema med 2 spørgsmål vedrørende, hvordan barnet havde det indeni (ked af det/glad) og hvor meget barnet snakkede om, hvordan det havde det, ved dets start i gruppen og på evalueringstidspunktet.

⁷ Forsamtalskema, forsamtale referat, skema til dagbogsnotater og refleksioner samt afslutningsskema.

Der blev november 2006 udsendt spørgeskemaer til forældrene til de 8 børn og unge i sorggruppen for at få forældrenes vurdering af sorggruppens betydning. 5 forældre har besvaret skemaerne (svarprocent: 62,5).

Der blev afholdt interview med gruppelederne december 2006 vedrørende gruppeledernes vurdering af børnene/de unges udvikling og proces i sorggruppen.

Evalueringen bygger således på 3 børns/unges besvarelser ved interview, 7 børns/unges besvarelse af smileyskemaer, 5 forældres besvarelse ved spørgeskemaundersøgelser, gruppeledernes løbende dagbogsnotater og refleksioner for 3 børn samt interview af gruppelederne.

De 8 børn/unges alder var mellem, 11 og 17 år. De 5 børn som var udvalgte for interview og gruppeledernes arbejde med dagbogsnotater og refleksioner var henholdsvis 15, 14, 14, 13 og 11 år.

Børnene og de unge har været i sorggruppen mellem 5 og 14 mdr. De 5 børn som var udvalgte for interview og gruppeledernes arbejde med dagbogsnotater og refleksioner har været i gruppen i 14, 13, 10, 10 og 7 mdr.

Teoretisk udgangspunkt

Den teoretiske forståelsesramme for arbejdet i sorggruppen er primært inspireret af fænomenologisk sansning (Martinsen, K., 2004) og teori om gruppeprocesser (Heap, 2003) samt eksistentiel psykologi og psykoterapi (Davidson-Nielsen, M. & Leick, N., 2001 og Yalom, I. D., 1980)⁸. Faglig viden om børns sorgreaktioner har ligeledes været et fundament i projektet.

Kari Martinsen har udviklet en omsorgsteori om det fænomenologiske møde. Blandt andet beskriver Martinsen indgående betydningen af sanser og ord i mødet mellem mennesker. I den fænomenologiske tilgang i Martinsens forståelse er det relationelle, det praktiske og det situationsbestemte det bærende. Ud fra en fænomenologisk tilgang vil socialarbejdere - i projektet gruppelederne - møde brugerne (børnene og de unge) med åbne sanser, engagement og empati (Martinsen, K, 2004). Væsentlige begreber er bekræftelse, tillid og omsorg⁹.

Projektets arbejdsmetoder bygger samtidig på gruppeprocesser. I grupper vil der være mulighed for at arbejde med mellem-menneskelige relationer og interaktioner. I gruppeprocessen vil interaktioner mellem deltagerne føre til

⁸ Der henvises til litteraturlisten for andre teoretiske inspirationskilder.

⁹ Der henvises til masterafhandlingen: "Mødet mellem bruger og socialarbejder i kristent socialt arbejde" (Suell, D., 2006) for en uddybning af teorien om fænomenologisk tilgang i socialt arbejde.

opdagelsen af fællesskab og dermed til en vis grad af gensidig identificering (Heap, 2003).

Gruppeprocessen bygger på den menneskelige erfaring, at: "En delt smerte er en halv smerte" (Isachsen, 2003). I en gruppesammenhæng deles smerte igen og igen og med mange andre, og derved overvindes tab og sorg.

I eksistentiel psykologi arbejder man ud fra tanker om, hvad der skaber frygt, forvirring og konflikter i menneskers følelsesliv. Den eksistentielle tilgang retter opmærksomhed på menneskets ultimative eksistensvilkår og anliggender, på angstskabende faktorer, når tilværelsens tidligere grundlag forandres, og hvordan man kan håndtere de forandringer, der skaber eksistentiel frygt. Det betyder, at døden ses som et naturligt livsvilkår.

Den faglige viden om børns sorgreaktioner¹⁰ tager udgangspunkt i, at børns sorgproces er anderledes end voksnes, fordi de er ordknappe og mindre erfarne i sprogligt at udtrykke deres følelser. De forsøger ofte at tage hensyn til den sørgende forælder og ønsker ikke at ligge til last. Derfor er det almindeligt, at børn får mindre omsorg og støtte i deres nære og sociale netværk, end de reelt har brug for. Deres behov bliver meget let oversete eller fejlfortolkede, fordi børnene i ønsket om at være stærke og samarbejde med dem, som de er afhængige af, skjuler deres følelser og tilsidesætter sig selv. Det kan især ske, hvis de fornemmer, at deres omgivelser ikke ved, hvad de skal stille op.

Børn går ofte ind og ud af sorgen og har en naturlig evne til at fortrænge voldsomme hændelser.

Efterhånden som et barn bliver ældre, vil det forstå sorgen på en ny måde, og derfor vil sorgen også i nogle perioder af barndommen og ungdommen trænge sig på. Børns evne til at bearbejde og forstå tabet og dets betydning følger den biologiske alder, og det samme gør børnenes måde at udtrykke sorgens følelser på.

Når et barn for eksempel mister en forælder som 10 årig, kan sorgen pludselig blusse kraftigt op igen, når barnet er 14 og står overfor at skulle konfirmeres. Her kan savnet blive stort, fordi mor eller far ikke kommer til at opleve denne store dag sammen med barnet.

Andre kan måske ikke forstå, hvorfor barnet opfører sig vredt og destruktivt, og hvis der er gået lang tid siden dødsfaldet, er det ikke sikkert, de forbinder de vrede følelser med sorgen. Børns forståelse vil ændre sig, som tiden går, og de vil se tingene i et nyt perspektiv - hændelserne vil få en ny betydning.

¹⁰ Kilde: www.bornsvilkar.dk

Børn erkender løbende, hvilke muligheder de ikke har og ikke får - de tabte muligheder - som de gang på gang bliver konfronteret med i deres omgivelser, når de ser andre børn og unge i samspil med forældre i en "hel" familie.

Typiske reaktioner opdelt efter alder:

Døden, når man er 5-9 år

Børnene forstår gradvist, at døden er uigenkaldelig. De gør sig mange tanker om, hvordan det er at være død. De blander ofte fantasi og virkelighed sammen og har brug for konkrete svar.

Mange børn i denne alder er plaget af angst og stærke minder, søvnforstyrrelser, fysiske gener, tristhed, savn, vrede, skyld og selvbefejdelser. Mange børn kan være meget opmærksomhedskrævende og kan i perioder have skolevanskeligheder.

Døden, når man er 10-12 år

Børnene har nu en begyndende forståelse for døden og dens langsigtede betydning. Deres evne til at tænke abstrakt udvikles gradvist, og de bliver generelt mere modne.

Deres verden bliver større, og i takt med at deres relationer til andre mennesker, dyr og ting udvikles, får de også flere erfaringer med sorg og savn. De er ofte meget umiddelbare og følelsesfulde i deres udbrud og udtryk.

Døden, når man er 12-13 år

Børnene er ofte i stand til at beherske og fortrænge deres angst - modsat mindre børn. De er meget opmærksomme på, hvordan de voksne forholder sig til døden, samt hvordan de taler om den døde. Fornemmer de, at der er tabu omkring de voksnes håndtering, lukker de af og holder deres tanker og følelser for sig selv. Mange børn i denne alder føler sig meget ensomme og isolerede.

Døden, når man er 14-18 år

De unge teenagere befinder sig i en løsrivelsesfase, som kan vanskeliggøre sorgbearbejdelsen. Den unge er fuldt optaget med at gøre sig klar til voksenlivet og med at finde sin identitet.

De kan have svært ved at udtrykke deres følelser og kan være forvirrede over deres forhold til den, de har mistet. Det er ikke ualmindeligt, at nogle unge nærmest forguder eller idealiserer den, de har mistet.

Andre kan være plaget af stor skyld, hvis forholdet til den døde har været meget konfliktskyldt.

Mange unge har i perioder selvmordstanker i ønsket om at blive genforenet med den døde.

Ressourcer, organisering og struktur

Økonomisk har projektet i 2005 modtaget kr. 97.000 og i 2006 (evalueringsåret) kr. 131.000. Institut for Diakoni og Sjælesorg har finansieret mødefaciliteter, kontorfaciliteter for gruppelederne samt varetaget administration og fundraising.

Projektets to gruppeledere er frivillige. Tina Hvass Pedersen, der er lærer og Else Tofft, der er tidligere hjemmesygeplejerske og psykiatrisk sygeplejerske. Gruppelederne har modtaget supervision ved Pia Christiansen – psykolog. Samarbejdspartnere har været forældrene, sundhedsplejen, sagsbehandlere, bedemænd, lærere, psykologer, Institut for Diakoni og Sjælesorgs medarbejdere, samt pressen.

Institut for Diakoni og Sjælesorg har i 2006 gennemført en børnegruppe for skilsmisseramte børn under ledelse af Lene Kjeldgaard, socialpædagog og familierapeut og Lise Berggren Smidt, lærer og psykoterapeut. Der er løbende sket sparring og erfaringsudveksling mellem de to gruppers medarbejdere og Susanne Hovmand – projektansvarlig – uddannet lærer, psykoterapeut og diakon, souschef ved Institut for Diakoni og Sjælesorg.

Børnene og de unge er kommet i kontakt med sorggruppen gennem henvisninger fra socialrådgivere og sundhedsplejersker, og andre via deres forældre, der gennem pressen har fået kendskab til sorggruppen. Både professionelle og private er bekendte med projektet. I projektets første år blev der sendt præsentationsfoldere¹¹ ud til skoler, biblioteker, praktiserende læger og socialforvaltninger. Projektet er blevet omtalt ved artikler i de lokale vestsjællandske aviser, Roskilde Stiftsblad¹² og Diakonbladet, og der har været et radiointerview i Holbæk Lokalradio.

Sorggruppen har løbende optag. Børnene og de unge har i gennemsnit været i gruppen i 12 mdr.

Børnene/de unge forbliver i gruppen så længe barnet/den unge har behov herfor.

Sorggruppen mødes hver 14. dag. Mødetidspunktet er torsdag eftermiddag fra kl. 15.30 til 17.30.

Børnenes/de unges problemer, da de startede i sorggruppen

Ved forsamlingen fortalte børnene/de unge og deres forælder om, hvem de havde mistet, hvad der var sket, familiære forhold (søskende, forælders)

¹¹ Præsentationsfolder. Bilag 1

¹² Artiklen: Jeg bliver nødt til at se sandheden og virkeligheden i øjnene. Bilag 2

eventuelle samlever m.v.), hvordan det gik derhjemme og i skolen, samt hvad der var årsagen til, at man havde henvendt sig til sorggruppen.

Børnene/de unges problemer blev således fortalt ved forsamtalen samt ved det retrospektive interview, og det følgende bygger på børnene/de unges og forældrenes udtalelser ved forsamtalen, svar ved spørgeskemaundersøgelsen samt gruppeledernes vurderinger og observationer.

Børnene og de unge oplevede at blive meget kede af det og vrede og ikke have nogen steder at rette vreden hen. Nogle af børnene/de unge sagde, at det gik ud over søskende og forælderen. Nogle oplevede at være irritable og ikke kunne rumme så meget.

De følte sig meget ensomme. Der var noget der nagede, og de følte ikke, at der var nogen, som kunne forstå dem, for "ingen havde prøvet det samme som dem". En af børnene/de unge havde dog mødt forståelse hos sin klasse-lærer.

Nogle børn/unge virkede angstprægede.

Det var svært for de fleste børn/unge at fortælle om, hvad de havde oplevet, for "så ville de andre ikke synes om mig". Børnene/de unge følte sig anderledes – følte ikke, at de var som de andre, og det havde de det svært med. De havde svært ved selv at se, hvad der var i vejen. De havde lyst til fjerne fokus fra det, der var sket – de havde ikke lyst til at være i det. Et barn sagde ved forsamtalen: "Jeg har som teenager brug for at skabe mig tosset".

Det var svært, hvis man tidligere havde været den sjove og glade i klassen, og man forsøgte at holde denne facade. Angsten for at blive upopulær og miste venner var stor.

Børnene/de unge kunne have problemer med at være sammen med og lytte til andre.

De børn/unge, der fortalte om deres tab til andre børn/unge, oplevede, at de andre børn/unge hurtigt blev "trætte af historien".

Det var svært ved forældremøder i skolen, når klassekammeraterne snakkede om, at begge deres forældre skulle deltage.

Det var svært, at de andre børn/unge efter skole skulle hjem til begge deres forældre.

For nogle børn/unge kunne det være svært at koncentrere sig i skolen og klare lektierne, da børnene/de unge tænkte på "så mange ting" og følte sig "fyldt op".

Det var svært hjemme at skulle indordne sig i et nyt liv og få nye vaner. Nogle børn følte sig ansvarlige for, at familien fungerede.

Børnene/de unge holdt sorgen tilbage for ikke at gøre forælderen ked af det. Børnene/de unge udtrykte angst i forbindelse med ikke at vide, hvor forælderen, søskende eller andre nærtstående var henne i forskellige hverdagsituationer. Børnene/de unge var bange for at miste igen.

Ved starten af børnenes/de unges forløb havde ét barn ingen at snakke med.

Det var svært for forældrene at se deres børn være triste og føle sig magtesløse.

En forælder havde oplevet sit barn "blive voksen på en uge".

Forældrene oplevede, at deres børn var tyngede af tabet, gik alene med savnet og problemerne, ukoncentrerede – levede i en tågeverden. Forældrene var bekymrede for, om deres børn ville være ensomme i deres sorg og hvordan de ville reagere, når de blev voksne.

Nogle forældre var ligeledes bekymrede over, at deres børn havde andre sorger, der ikke tidligere var bearbejdede.

Gruppelederne konkluderede på baggrund af forsamtalerne, at børnene og de unge havde brug for følgende:

- At få sat ord på følelser.
- Lytte til sorgens udtryk og selv få sat ord på sorgen og savnet.
- Få ord som udtrykker og giver genklang i sorgen.
- Få et frirum til at udtrykke følelser (vrede, græde osv.)
- Møde andre i samme situation.
- Lytte til andre og blive set som de præcist havde det.
- Få vished for at de stadig er værd at elske.
- Blive taget alvorligt.
- Få sat nye ting ind i kendte systemer – komme ud af fastlåsthed.
- Blive fritaget ansvaret for at familien fungerer.

Ved forsamtalerne var børnene/de unge og deres forældre berørte og gav i større eller mindre grad udtryk for deres sorg. Generelt havde børnene/de unge problemer med at tale om og forstå det, der var sket. Nogle var dog gode til at udtrykke følelser og oplevelser.

Forældrene sagde om forsamtalerne (i spørgeskemaundersøgelsen), at de modtog de informationer, de havde brug for, og fremhævede, at der havde været ro og tid nok, samt at de fik en personkontakt til gruppelederne "udover det sædvanlige". Der var blevet spurgt ind til problemerne på en empatisk og tillidsvækkende måde. Ingen forældre havde forslag til forbedringer af forsamtalen.

Børnenes/de unges og forældrenes forventninger

Da børnene og de unge startede i gruppen, udtrykte de og deres forældre en række forventninger til deltagelse i sorggruppen. Dette skete ved forsamlingen med gruppelederne, hvor børnene/de unge og forældrene fortalte om den nærtstående, de havde mistet og hvordan det var sket.

Børnene/de unge havde følgende forventninger til sorggruppen:

"Jeg håber, at der er nogle, der kan forstå mig".

"At få det bedre og snakke om nogle ting. Møde nogle, der kan forstå mine tanker".

"Min forælder sagde, at jeg ville blive rask. Jeg kunne ikke selv se, at jeg havde et behov. Men jeg var ked af det hele tiden".

"Jeg kender én, der har været med i en sorggruppe, og det har han været glad for".

Et barn kunne ikke udtrykke sine forventninger.

Forældrenes forventninger var, at barnet fik hjælp til at bearbejde sorgen, og at gruppelederne kunne hjælpe barnet til at få det bedre.

Forældrene sagde:

"Jeg håber, at mit barn både psykisk og fysisk vil få det bedre. Mit barn har haft en del ondt i maven".

"Jeg håber, at mit barn kan få bearbejdet sorgen, så det kan tale om den og få frigjort de psykiske kræfter til at udvikle sig og få det godt".

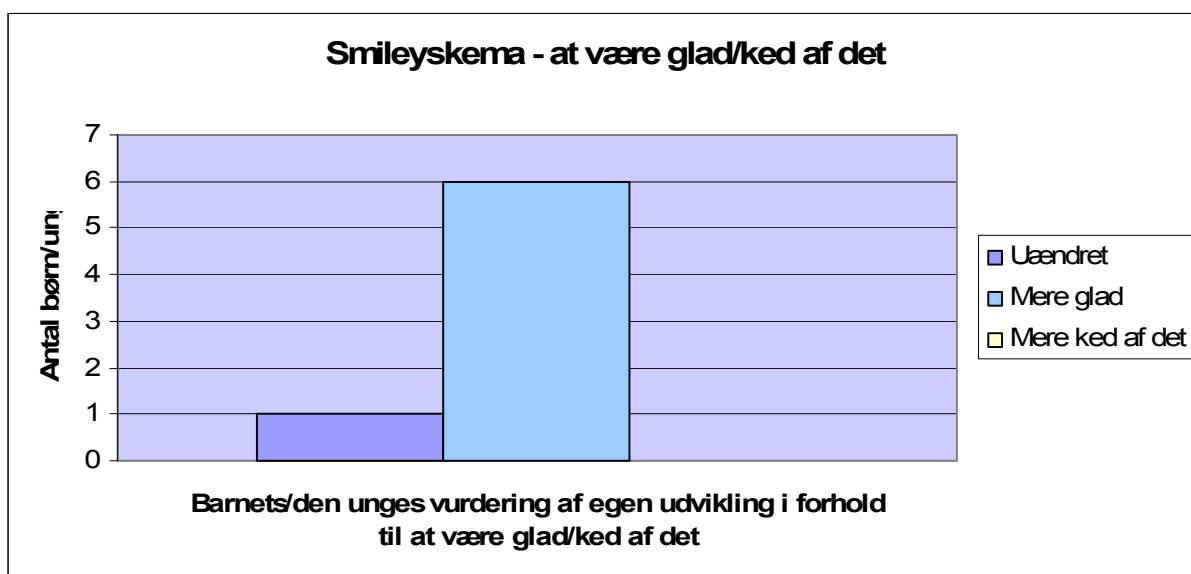
Resultater

De første indikationer af sorggruppens betydning

Projektets formål var, at projektet skulle give børnene/de unge mulighed for at bearbejde tabet af en nærtstående person, således at sorgen ikke ville stå i vejen for indlæring, nye relationer og udvikling af det potentiale, som barnet/den unge indeholder.

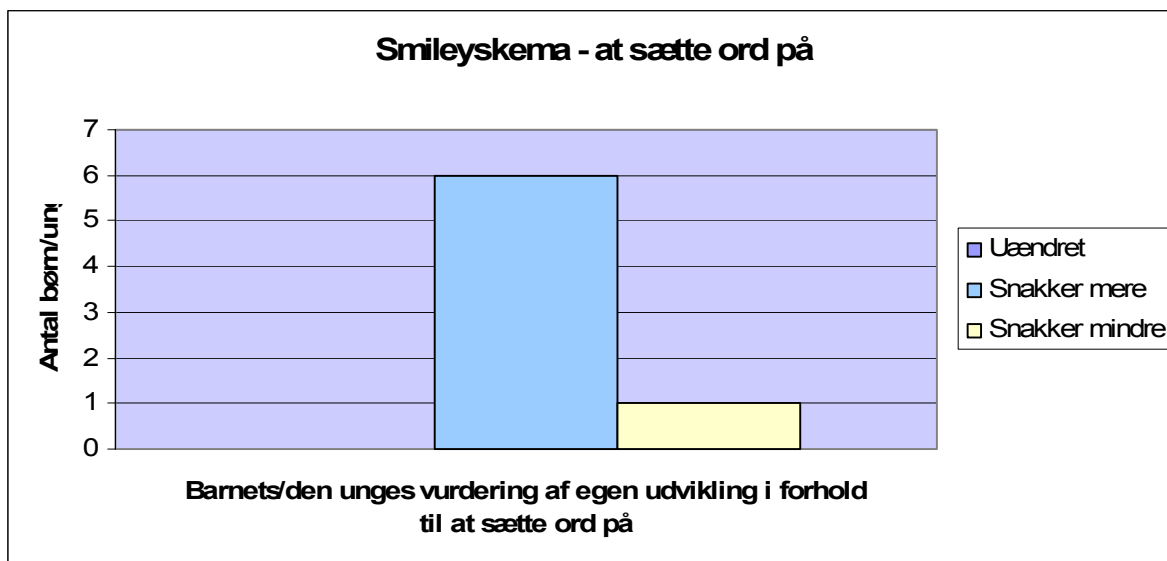
Barnet/den unge skulle i sorggruppen få hjælp til at håndtere de store følelsesmæssige reaktioner og udfordringer, som et tab afstedkommer.

Børnene og de unges besvarelse af smiley-skemaerne på evalueringstidspunktet gav de første indikationer af sorggruppens betydning.



Børnene kunne afkrydse følgende kategorier: Meget ked af det, ked af det, lidt ligeglad, lidt glad og meget glad.

For de børn, der er blevet "mere glad", er 3 gået fra at være "meget ked af det" til at være "meget glad". 2 er gået fra "ked af det" til "lidt glad", og 1 er gået fra "lidt glad" til "meget glad".



Børnene/de unge kunne afkrydse følgende kategorier: Snakker slet ikke, lidt, meget og rigtig meget.

For de 6 børn/unge, som "snakker mere", er 3 gået fra snakker "lidt" til "meget", 2 er gået fra snakker "meget" til "rigtig meget" og 1 fra snakker "lidt" til "rigtig meget".

Det barn/den unge, der snakkede mindre, havde afkrydset "snakker rigtig meget" ved starten og "lidt" på evalueringstidspunktet. Barnet/den unge har dog sat et spørgsmålstejn ved besvarelsen på evalueringstidspunktet. Barnet/den unge er ikke det samme barn, der oplever at have det uændret indeni ved smileyskemaet – at være glad/ked af det.

Sammenfattende: Ud af de 7 børn som har besvaret smileyskemaet er 6 begyndt at snakke mere om, hvordan de har det, og 6 børn er blevet gladere.

Der kan ikke siges noget entydigt i forhold til, hvor længe børnene har været i sorggruppen og deres udvikling.

3 børn har været i gruppen i ca. 1 år, og 2 af dem er gået fra "meget ked af det" til "meget glad", og 1 er uændret.

3 børn er gået fra at snakke "lidt" til "meget". For de 2 børn, der har gået i gruppen i ca. et halvt år, er "springet" lige så stort for 1 barn, som for de børn, der har været i gruppen i et år (når der ses bort fra barnet med besvarelsen "uændret"), mens det andet barns "spring" er knapt så stort. 1 barn er gået fra at snakke "lidt" til "rigtig meget", og 1 barn snakker mindre.

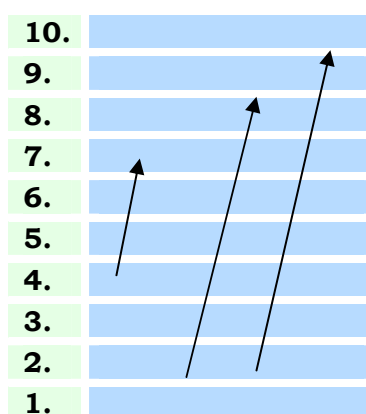
2 børn har været i gruppen få gange, og de er gået fra "ked af det" til "lidt glad" og "lidt glad" til "meget glad" samt begge fra at snakke "meget" til "rigtig meget".

Børnene/de unge oplever således en begyndende udvikling efter få gange i gruppen.

Ved interviewene med 3 børn/unge udfyldte de en trinskala, som underbyggede resultaterne fra smileyskemaerne.

Hvordan havde barnet/den unge det med sig selv, da det startede i gruppen og på evalueringstidspunktet?

Trin 1 på stigen betød, at barnet/den unge var meget ked af det/havde det rigtig svært og trin 10 betød, at barnet/den unge var glad/havde det let.



2 af børnene/de unge oplevede at gå fra at være kede af det og have det svært til at blive glade og have det let. 1 barn/unge oplevede at være knapt så ked af det og have det svært, til at blive gladere og have det lettere.

Uddybning af resultaterne – børnenes/de unges proces og udvikling

Det første indtryk af sorggruppen

Børnenes/de unges første indtryk af gruppen var overraskelse, undren og at "det var mærkeligt". Ét barn havde tidligere været hos psykolog og oplevede en anden følelse i gruppen: "Jeg oplevede straks en fornemmelse af, at de forstod mig".

Børnene/de unge sagde:

"Man skulle vænne sig til at lære nye mennesker at kende – de så søde ud og de var søde".

"Jeg blev rimeligt hurtigt glad".

"Jeg kunne ikke forstå, at der var et barn som kunne snakke frit. Jeg brød mig ikke om at snakke".

"Jeg kan snakke om min forælders død og sygdom og hvordan jeg har det, uden at bryde ud i gråd. Jeg er blevet meget åben og gør det klart med det samme med nye venner, at jeg har mistet min forælder".

Børnenes/de unges resultater blev analyseret på følgende områder:

At sætte ord på

De 3 interviewede børn har alle oplevet, at det er blevet nemmere at fortælle om sig selv og det hændte.

"Det er blevet nemmere. Når man snakker mere om det, så er det nemmere".

"Så ved jeg, hvad det er".

"Det er ligesom med fodbold. Når man træner, bliver man bedre".

Børnene/de unge havde en følelse af, at ingen forstod dem, da de startede i gruppen, og de valgte ofte, når de blev spurgt om, hvordan de havde det, at sige, at de havde det godt.

Ét barn ville i starten ikke sige noget, hvilket det fandt pinligt, og begyndte så at snakke.

At blive ked af det

Børnene/de unge var i tvivl om, hvad de skulle gøre, når de blev kede af det, men fik en række idéer i gruppen og valgte ud fra, hvad de selv syntes hjalp dem bedst.

"Det er rart at sidde alene – eller sammen med nogle".

"Jeg tænker ikke den tanke".

"Tina og Else foreslog, at vi kunne danse til musik. Jeg har ikke fået det gjort, men det er en god idé".

"Vi kan tage billeder frem".

"Se TV sammen med min forælder".

At være glad

Børnene/de unge oplevede, at de i gruppeforløbet blev mere glade.

"Jeg kan se det positive i mange flere ting".

"Det gør mig glad at være sammen med mine veninder. Men ikke til fester endnu. Videoaftener er gode. Før kunne jeg relatere alt til mit tab. Jeg kunne ikke tage at se om død på film. Det kan jeg godt nu".

Forholdet til klassekammeraterne

Børnene/de unge sagde, at deres forhold til deres klassekammerater ændrede sig i positiv retning.

"Jeg kan gå hen og snakke med dem. Hvis jeg ikke troede, jeg kunne lide dem eller de ikke kunne lide mig, så gik jeg ikke hen til dem. Det gør jeg nu".

"Det er blevet meget bedre. Jeg er ikke bange for, at de skal spørge mig. Jeg kan godt klare det nu og det gør mig ikke ondt".

Et barn/ung nævnte, at det i skolen havde svært ved at koncentrere sig, og at det var gået grædende ud af klassen i forbindelse med en diktat om kræft og død. Det ville barnet/den unge ikke gøre i dag.

Fremtidsplaner?

"Jeg vil være læge. Da jeg har mistet, er det rart at hjælpe andre mennesker".

"Jeg vil gerne blive ved med at have det godt. Det betyder alt. At alle mine problemer er kommet til livs".

"Jeg har totalt mange planer. Jeg vil til USA i et år. På gymnasium og være filminstruktør".

Vil børnene/de unge anbefale sorggruppen til andre?

De tre adspurgte børn/unge ville anbefale andre børn/unge at komme i en sorggruppe.

Forældrenes oplevelse af deres børns/unges resultater - proces og udvikling

Forældrene fandt, at de største forandringer hos deres børn, som kunne tilskrives børnenes/de unges deltagelse i børnesorggruppen, var, at børnene kunne acceptere forældrerens død og leve livet med den afdøde i tankerne, uden at det styrede hele hverdagen. Forældrene sagde:

"Mit barn har formået at føle dyb sorg – at kunne rumme den selv og at kunne dele den med mig og andre. Jeg har dyb respekt for hende, men håber også snart, at hun bliver mere "sorgfri".

"Vi kan tale om mor – åbent og ærligt"

"Mit barn er god til at føle efter indeni sig selv og god til at sige fra – blevet meget bedre".

"Mit barn er fri af "tåger" og har fået styr på sit følelsesliv".

"Barnet har fået lukket op for sine følelser".

Én forælder havde i sorggruppeforløbet bemærket, at barnets reaktioner var blevet kraftigere, da "der er blevet lukket op for det hele".

To af forældrene sagde, at deres barn/ung i meget højere grad gav udtryk for deres følelser nu end tidligere. Et barn var begyndt at spørge ind til sin afdøde forælders tanker og væremåde.

To forældre svarede, at der ikke var sket nogle ændring i forhold til, om barnet gav udtryk for sine følelser. Én forælder sagde, at de hele tiden havde været åbne, havde delt sorgen og havde snakket om tingene.

Forældrene sagde:

"Vi ville ikke have været den lille kernefamilie, som vi er, hvis ikke sorggruppen havde været der".

"Jeg forventede intet specifikt af sorggruppen – jeg fik den anbefalet, og sagde ja – det fortryder jeg aldrig" (understregningerne er forældrens).

Én forælder fandt, at barnet stadig havde brug for at deltage i sorggruppen, da barnet ikke var helt afklaret med sine følelser. 3 forældre fandt ikke, at deres børn havde brug for sorggruppen mere.

To forældre havde ønske om, at der også havde været et tilbud til dem, eventuelt samtidigt med at børnene/de unge deltog i sorggruppen (der var tilbud til forældrene om enesamtaler).

Alle forældre ville anbefale andre forældre i samme situation, at deres børn/unge ville deltage i en sorggruppe.

De største problemer i dag

Angsten for at miste igen var stor, da børnene/de unge begyndte i gruppen, og denne angst forsvandt ikke i gruppeforløbet.

Sorgen var kommet på afstand, men angsten for at miste igen var der stadig.

Én forælder var bekymret for barnets psykiske reaktioner – især når det blev voksent. Én forælder sagde, at der var sat en proces i gang, og at tiden måtte arbejde.

Gruppeledernes vurdering af børnenes/de unges proces og udvikling

Børnene og de unge har fået hjælp til at håndtere de følelsesmæssige reaktioner og udfordringer, som et tab afstedkommer. De har fået et større ordforråd og erfaring i at udtrykke følelser. De svære følelser er kommet frem i lyset og er blevet accepteret. De har i højere grad lært at tage hensyn til sig selv og udtrykke deres behov, og tabet og sorgen er blevet/eller er på vej til at blive en naturlig del af deres liv.

I børnene og de unges proces erfarer gruppelederne, at sorgen kunne rumme mange skjulte lag og have forskellige årsager. For eksempel kunne et barn, der ikke havde haft ret megen kontakt med sin forælder, ved dennes død opleve både sorgen over tabet af forælderen og sorgen over tabet af et

drømmebillede af sin forælder. Barnet måtte acceptere, at den forælder, det havde drømt om, aldrig kom til at eksistere.

Andre tanker/problemer kunne optage barnet/den unge, for eksempel "hvor skal jeg være, hvis min anden forælder dør"?

Pubertetsproblemer, psykosomatiske eller fysiske problemer kunne også fylde meget.

Oftentimes var det et detektivarbejde for gruppelederne at finde frem til, hvad der knugede barnet/den unge, da det var nødvendigt at få dette italesat, for at barnet/den unge kunne komme i proces.

Hvordan børnene og de unge begyndte at udvikle sig og komme i proces var meget forskellig. Et stille barn kunne sidde længe og vurdere på det hørte og sætte i gruppen og pludselig sige: "Jeg vil gerne fortælle, hvordan jeg har det og hvorfor jeg græder", og have et sprog til at udtrykke sorgen med. Barnet var meget ustabil i starten af forløbet og led af angstanfald. Barnet er stadig i sorggruppen. Barnets proces er lang og består af mange "små skridt", og udover gruppemøderne, modtager barnet enesamtaler med gruppelederne. Gruppelederne har også samtaler med barnet og dets forælder og nye samlever. Barnet føler sig mødt og set og er glad for at komme i gruppen. Gruppelederne vurderer, at barnet har brug for et forløb på 2-3 år.

For et andet barn/ung har processen fra starten været meget fremadrettet, og barnet/den unge kunne pludselig efter få gange i gruppen fortælle om sin afdøde forælder som en naturlig del af barnets/den unges tilværelse.

Et barn/ung var af den opfattelse, at det var forbudt at tale om eller tænke på sin afdøde forælder. I gruppen fik hun at vide, at det ikke var forbudt, hvilket hun blev glad for at høre, men hun har svært ved at finde ud af, hvordan hun skal udtrykke sig og agere. Barnet/den unge kan virke grådlabil og følelsesmæssig ustabil.

Et barn lider af manglende koncentrationsevne, har meget kaos i sig og har svært ved at udtrykke sig. Barnet kan mærke "klumpen", og gruppelederne spørger ham forsigtigt, om han kan fortælle lidt, mens de holder armene om ham. Han kan sætte lidt ord på, og øjnene løber i vand. Barnet er glad for at komme, og gruppelederne oplever, at det går stille fremad.

Et barn/ung har været i gruppen 5 gange. Han er meget ensom, er selvbebrejdende, føler sig svigtet af sin familie, og oplever, at han må tage initiativ til socialt samvær i familien - som ikke bliver til noget. Han er vred på sin forælder. Gruppelederne er bekymrede for, om han er på vej til en depression. Han er meget glad for at være i gruppen - siger at det er hans helle. Han kan godt se, at mange af hans tanker er "skøre", men tankerne er svære at slippe af med. Han ønsker ikke at tale om vreden mod sin forælder. Gruppelederne har udover deltagelse i sorggruppen tilbudt enesamtaler, hvilket han har taget imod.

I forbindelse med en ung i gruppen, der alt for tidligt har "voksenvaner" (blandt andet alkohol, seksuelle forhold, taler om voksnes problemer m.v.) har gruppelederne ved enesamtaler fortalt hende, hvordan reglerne for adfærd er i gruppen, og gruppelederne har givet den unge et sæt regler og rammer for livsførelse for et ungt menneske. Gruppelederne vurderede, at den unge i høj grad havde brug for rammer. Den unge lyttede og tog gruppeledernes ord til sig. Gruppelederne var inde i overvejelser om, hvorvidt den unge skulle forblive i gruppen, men efter samtaler med den unge, og da den unge havde været i andre grupper uden succes, ønskede gruppelederne ikke at sende den unge af sted igen til endnu en gruppe. Den unge har efter samtaler med gruppelederne ændret adfærd i gruppen. Hun er blevet en helt anden pige, positiv og ikke forstyrrende. Gruppelederne vil tilbyde forælderen samtaler.

Gruppelederne kan stå magtesløse over for komplekse sociale problemer i børnene/de unges hjem. Gruppelederne kan tilbyde samtaler til forældrene, men uden der tages imod tilbudet. I sådanne situationer er sorggruppen børnenes/de unges frirum. Processen vil ofte være længere end hos børn/unge i familier uden sociale problemer, og der kan være tilbagefald i børnene/de unges proces.

Gruppelederne vurderer, at børnene/de unge kan forlade sorggruppen, når de kan fortælle om deres afdøde forældre som en naturlig del af deres liv, når de kan tænke fremad og når de kan glæde sig over livet.

Metodeudvikling

Hvad sagde børnene/de unge om metoderne?

Børnene/de unge gav en række bud på, hvad (hvilke metoder) der havde haft betydning for deres proces og udvikling i sorggruppen.

Hvad havde størst betydning i sorggruppen?

"De andres forståelse. Det, de andre siger. Her ved jeg, at de forstår det".

"Der er mange ting. Når jeg snakker om noget af det, der er tæt på og noget som jeg har været ked af, så er det godt. Jo værre det er i øjeblikket - jo bedre bliver det".

"Det var så hyggeligt i julen. Det var mørkt udenfor og vi spiste kager og risengrød. Vi snakkede om, hvordan vi holdt jul uden forældrene, og hvordan den sidste jul havde været. Vi snakkede om julekalenderen".

"Der var et barn/en ung, der fortalte om, hvordan klumpen i halsen forsvandt".

Hvad har været det sværeste ved at komme i gruppen?

"Jeg var bange for at fortælle om, hvad der var sket".

"At snakke om følelser – men igen, det var det bedste".

"Jeg gad ikke komme herover. Jeg ville ikke blive mindet om, at jeg havde mistet. Men her er godt og lækkert".

Stemningen i sorggruppen

Stemningen var lidt trist og sørgelig, fordi der blev snakket om at miste. Dog kom stemningen an på emnet. Børnene/de unge sagde om stemningen: "Den er rimelig positiv". "Uhyggelig og behagelig".

Det var sjældent, at børnene/de unge gik fra gruppen og var kede af det.

Børnene/de unge har også grint af hinanden og sjove historier samt set sjove film. "Så er det ikke så sørgeligt".

Mellem mødegangene

Børnene/de unge brugte tiden mellem mødegangene til at tænke over, hvad der var blevet sagt i gruppen, enten af gruppelederne, de andre børn eller dem selv.

Børnene/de unge blev ved runden spurgt af gruppelederne om, hvad de havde tænkt på, for som et barn sagde: "Det kunne være, Else også havde tænkt over det samme".

Børnene/de unge kunne savne gruppen mellem møderne. Ét barn havde været fraværende og havde fundet, at der var gået for lang tid, siden det havde været i gruppen, og der var blevet arrangeret et møde med Tina.

Nye i gruppen og nogle forlader gruppen

Børnene/de unge fandt, at det var underligt, og at gruppen blev "forskellig", når der kom nye i gruppen. Så skulle de igen sidde og gennemleve, hvad de selv havde oplevet. Dog fandt de, at det var rart at høre det nye barns historie, at der kom noget nyt, som de kunne bruge, og at de selv blev bedre til at sætte ord på deres egen historie, når den skulle gentages.

De kunne føle med det nye barn, der måske for første gang skulle fortælle om det, der var sket (selv om det måske var flere år siden), og de oplevede, at de selv var kommet videre i deres forløb. De mente også, at det nye barn ville blive hjulpet ved at snakke med de "gamle" børn/unge, fordi det nye barn ville kunne fornemme, at det var muligt at komme videre.

Når et barn/ung forlod gruppen, var det trist, og man manglede barnet/den unge de næste mødegange – især hvis det var et barn/ung man havde snakket meget med.

Når et barn/ung forlod gruppen reflekterede børnene/de unge over, om de selv var klar til at forlade gruppen.

Tid

Børnene/de unge oplevede, at der ved runden "siden sidst" næsten altid var tid til at komme til orde. Hvis et barn/ung fandt, at der ikke havde været tid nok, kunne man ringe til gruppelederne (hvilket sjældent skete). Det kunne også være godt ikke at være på.

Hvad var det vigtigste, børnene/de unge lærte i gruppen?

"At man skal lytte til andre og ikke være bange for at give udtryk for, hvordan man har det".

"At det er ok at være ked af det og være sig selv".

Vil børnene/de unge huske det, de har lært?

"Jeg vil altid huske det".

"Ja – jeg vil kunne huske det".

"Ja – og jeg får bogen¹³ med hjem".

Hvad kunne sorggruppen hjælpe med, som børnene/de unge ikke havde fundet andre steder?

"Forståelse – den direkte, og trygheden".

"At der er andre på ens egen alder, der har oplevet det samme. Det sker ikke ved en psykolog, som sidder overfor én".

"Det er, som om Else og Tina er uddannede i det, og de andre børn er små hjælpenisser. Og jeg er nisse for de andre. Man kommer ud af den her pine. Det er rigtigt godt, og jeg har taget mig sammen i skolen".

Hvor længe har børnene/de unge brug for at komme i gruppen?

"Det ved jeg ikke. Der sker noget nyt hele tiden".

"Det fornemmer jeg, når jeg er klar til det – det er en stor fordel, at jeg kan blive, til jeg er klar".

"Det er min egen beslutning sammen med min forælder. Det er godt, at jeg ikke jages ud".

¹³ Høgsted, R. (2006). *Til minde om - en mindebog til børn og unge, der har mistet*. København: Aschehoug.

Hvad vil børnene/de unge savne ved sorggruppen?

"Forståelsen"

"De andre. At være 100 % åben om problemerne".

"Det sociale, når vi er sammen og at alle ved, hvordan vi har det og føler".

Struktur

Sorggruppens struktur har været bygget op med:

Struktur/indhold	Metodeovervejelser
Uformel velkomst	Børnene/de unge siger hej til hinanden og gruppelederne, og farvel til forældrene. Gruppelederne vurderer umiddelbart, hvordan børnene/de unge har det.
Alle ankommer – døren lukkes	Der skabes ro og tryghed. Ved at gøre børnene/de unge trygge, bliver det muligt for dem at knytte sig til gruppelederne og blive fortrolige.
Spisning	"Stille sulten". Observere tryghedsniveau. Støtte samværet børnene imellem. Støtte koncentrationen.
Lystænding	For at mindes de døde.
Goddag til eventuelt nye børn/unge	Alle fortæller, hvorfor de er i gruppen.
"Siden sidst" - runde med opfølgning fra sidste møde	Børnene/de unge kommer "til stede", fortæller om oplevelser siden sidst, og hvad de har tænkt over fra sidste gruppemøde.

<p>Temaer</p> <p>Der snakkes om et bestemt tema, ses film, læses bøger, høres musik osv.</p>	<p>Gennem temaer er formålet, at børnene/de unge får ord på det svære i sorgen og genkender egne ord og følelser. Der arbejdes konkret med enkelte temaer ud fra specifikke eksempler. Herigennem får børnene og de unge mulighed for at lære, hvordan de fremover kan mestre vanskelige situationer.</p> <p>Musik, bøger og film kan appellere til sanser og følelser. Når børnene/de unge for eksempel lytter til et stykke musik, som de har hørt sammen med forælderen, tænker de på, hvad de gjorde sammen med forælderen, tænker over, at sådan bliver det ikke igen og kan give sig lov til at mærke og være i denne følelse. Sorgens følelser bliver derved identificeret og børnene/de unge kan forholde sig til dem.</p>
--	--

Temaer kan være:

<p>- Netværk</p>	<p>For at være opmærksom på, om alle børn/unge har nogle at tale med og gøre opmærksom på, hvem der kan bruges og ikke. Opfordre børnene/de unge til at bruge deres netværk.</p>
<p>- Skyld</p>	<p>Sætte ansvar i perspektiv.</p>
<p>- Vrede</p>	<p>Børnene/de unge skal tillade sig selv at være åbenlyst vrede og ikke vende vreden indad, hvilket kan medføre skyld.</p> <p>Det er væsentligt at få den rigtige "adresse" på vreden.</p>

<p>- Minder</p>	<p>Ved at mindes kan børnene/de unge begynde at se fremad. De skal erkende og leve med, at far eller mor ikke er der fysisk, men minderne er der. Børnene/de unges bringes til at mindes ved spørgsmål som: Hvad tænker du din far og mor ville ønske for dig – gerne vil for dig? Hvad ville de sige eller gøre? Hvad kan du bruge af dette? Minderne kan gøre børnene/de unge stærke, og få dem til at sige "goddag til livet" igen.</p>
<p>- Mindedage/dødsdag, højtider og ferier</p>	<p>Børnene/de unge forberedes mentalt til at klare disse dage blandt andet ved at udtrykke drømme og ønsker.</p>
<p>- Klumpen i maven/halsen</p>	<p>Give klumpen form, tanker og ord. Klumpen er identisk med sorgen. Den kan have forskellige former: Rund, kantet, slebet osv. Ordene kan være varme eller kolde. Når børnene/de unge kan sætte ord på klumpen, så bliver sorgen mindre svær at bære.</p>
<p>- Skrive breve/tegne</p>	<p>Udtrykke og være i tanker og følelser, vrede samt for at mindes. Nogle børn/unge er gode til at tegne: For eksempel tegnede et barn sin mor med englevinger og sig selv sjiptende, da de havde gjort dette sammen.</p>
<p>Farvel til børn/unge, der eventuelt træder ud af gruppen</p>	<p>Gruppenlederne giver børnene/de unge "ord med på vejen" – og fortæller kort, hvad de har lagt mærke til, hvilken udvikling de har set hos barnet/den unge, for eksempel hvordan barnet/den unge var kommet krybende ind i starten og nu er kommet glad hver gang, roser barnet/den unge for</p>

	eksempel for de ord, barnet/den unge har brugt, at de har været glade for at have barnet/den unge i gruppen osv. Der skrives eller tegnes et farvelbrev til gruppen.
Afsluttende runde	For at høre, hvordan børnene/de unge har haft det ved mødet og sikre, at de er klar til at tage hjem.

Andre forhold:

Udeblivelse/afbud	Gruppelederne tog telefonisk kontakt til barnet/den unge ved udeblivelse eller afbud (hvilket var aftalt ved forsamlingen), for at høre om årsagen og om der var eventuelle problemer.
Pauser	Der har været en pause ca. midt i gruppemøde, således at børnene/de unge har haft mulighed for at snakke alene med hinanden, gå en tur udenfor, snakke i mobiltelefon osv.

Under sorggruppemødet observerede gruppelederne løbende børnenes/de unges tryghedsniveau for at vurdere, hvilke spørgsmål de kunne stille, hvor dybt spørgsmålene kunne gå, hvilke emner, de kunne tage op m.v. For at beskytte barnet var gruppelederne meget bevidste om, hvad de kunne sige og tage op i forhold til barnets/den unges proces.

Gruppelederne havde kendskab til forskellige forsvarsmekanismer¹⁴, og hvordan de kom til udtryk. Børnene/de unge kunne være i så meget kaos, at de ikke kunne vise, hvem de var, og anvendte i stedet for forskellige forsvarsmekanismer. Gruppelederne var blandt andet opmærksomme på:

- Kropsholdning.
- Ansigtstudtryk.
- Gråd/tristhed.
- "Makeup maske" (nogle unge dækkede deres ansigter med tung makeup for at distancere sig).
- Fjollerier (nogle børn/unge beskyttede sig selv ved at abstrahere fra sorgens følelser gennem en fjollet adfærd - fortalte vittigheder, lavede sjov osv.).
- Om barnet/den unge beholdt hue/jakke på under mødet.
- Om barnet/den unge var tavs/snakkende.

Anvendte metoder

Gruppelederne benyttede sig af metoder vedrørende sansning, spejling, sprogbrug/sprogteknik og bekræftelse - herunder forståelse, tillid og omsorg, samt gruppeprocesser.

I sorggruppen er der arbejdet ud fra barnets/den unges aktuelle situation, som den ser ud netop i øjeblikket - i nu'et, hvor den er til drøftelse.

Tryghed har været et grundlæggende element som betingelse for, at børnene/de unge turde gå ind i en personlig udviklingsproces i forbindelse med deres sorg. Når trygheden var til stede, kunne gruppelederne arbejde med børnenes/de unges behov for at udtrykke stærke følelser. At skabe og bevare tryghed har ligget som et fundamentalt metodearbejde for gruppelederne i hele forløbet, og er blevet udtrykt gennem de særlige metoder: Sansning, spejling, sprogbrug/sprogteknik og bekræftelse, samt gruppeproces.

Børnene/de unge sagde om tryghed, at de følte sig trygge i gruppen, når døren blev lukket. De havde været usikre i starten, men det gik hurtigt over.

Sansning

Gruppelederne havde udviklet en særlig sansende tilgang i mødet med børnene/de unge. Tilgangen var karakteriseret ved et ønske om at se barnet/den unge i sin individualitet og et ønske om at få en tæt kontakt. Det var barnet/den unge, der mødte ind med sin sorg, og gruppelederne skabte tryghed og tillid ved at give udtryk for, at de så og anerkendte barnet/den unge "som det var". Gruppelederne havde udviklet en evne til at gå ind i eller tage del i barnets/den unges øjeblikkelige følelsesmæssige situation. Gruppelederne troede på det, de sansede, og genkendte i sig selv smerten af tab. Gruppelederne blev berørte af børnenes/de unges lidelse, og denne berørthed og bekymring, som de lod sig mærke med og udtrykte, fik den betydning, at børnene/de unge følte sig forståede og værdsatte i deres følelsesmæssige situation.

Hensigten med sansning er at "bytte position" (Martinsen, K., 2006), dvs. at gruppelederne forestillede sig, hvordan det ville være at være i børnenes/de unges situation, og fantaserede sig til, hvordan barnet/den unge ville ønske, at hjælpen blev givet. Sansningen handlede om at få kontakt til klangbunden i den andens sind (Hjelm, C., 2005), ved at se på barnet/de unge med et åbent tillidsfuldt sind.

At "bytte position" handler om empati. Gruppelederne brugte følelser og erfaringer, og empatien hvilede på emotionelle genkendelser og overensstemmelser, som gruppelederne gav såvel kropsligt som sprogligt udtryk for i forhold til, hvordan de forstod børnene/de unge. Gennem empati fik gruppelederne en forståelse for børnene/de unges følelsesmæssige situation, som

muliggjorde, at fælles erfaringer kunne udvikles som grundlag for børnene/de unges personlige udvikling.

Gruppelederne tog udgangspunkt i og forholdt sig til børnenes/de unges selvforståelse.

Ved at se på børnene/de unge uden at ville noget bestemt kunne gruppelederne blive opmærksomme på at se hver enkelt barns/unges følelsesmæssige lidelse og muligheder (Martinsen, K., 2004). Gruppelederne var åbne og reflekterende i forhold til de sanseindtryk, de modtog.

At blive set gjorde ikke børnene/de unge fri af sorgen, men hjalp dem til at holde ud at være i sorgen og samtidig udvikle sig.

Om det at "blive sanset" af gruppeledere, sagde børnene/de unge, at de kunne mærke, at alle var sig selv og var i gruppe for at få hjælp, og derfor var man nødt til at være ærlig – "ellers hjælper det ikke". Ét barn/ung sagde: "De kan se det på mig, hvis jeg ikke er det". Ét barn havde problemer med at åbne op, men erkendte, at det kunne det lige så godt, da der ellers ville gå lang tid, før det blev hjulpet.

Spejling

Spejling er efterligning af kropslige reaktioner og foregår nonverbalt i form af bevægelser, gestik, mimik, måden man sidder på osv., og kan bekræfte forståelse, fællesskab og samhørighed. Spejlingen fungerede som en måde at "holde om" barnet/den unge på og vise sin omsorg, så barnet/den unge kunne få mulighed for og turde risikere at udtrykke sig. Spejlinger er tidsforskudte og kan gentages øjeblikket efter, at den har fundet sted. Gruppelederne levede sig ind i børnenes/de unges følelser ved at fungere som spejl, hvor børnene/de unge kunne se egne følelser reflekteret (Hjelm, C., 2005). Dette skete ved, at gruppelederne tilnærmelsesvis forsøgte at udvise samme kropssprog som hos børnene/de unge. Spejlingen forgik på mikroniveau og handlede om at opfange selv små signaler i børnene/de unges kropssprog og spejle disse.

Ny forskning viser, at spejling kan forklares neurobiologisk ved hjælp af et system af spejlneuroner (Bauer, J., 2006). Når mennesker er sammen, sker det ofte, at de kommer i de samme stemninger og situationer, som andre befinder sig i, og at de også viser det gennem forskellige former for kropssprog. Det sker oftest ved, at mennesker ubevidst imiterer eller reproducerer de adfærdformer, der passer til en bestemt følelse. Mennesker viser en ubevidst tendens til spontant at imitere holdningen og bevægelser hos de samtalepartnere, de sidder overfor.

Samtidig kan mennesker intuitivt forstå andre menneskers følelser og forventede handlinger, der rækker ud over et begivenhedsforløb. Det er systemet af

spejlneuroner, der arbejder uafhængigt af analytisk forstand, som sætter mennesker i stand til intuitivt at drage de rigtige slutninger af andre menneskers kropsbevægelser.

Sprogbrug/sprogteknik

Gruppelederne har arbejdet ud fra følgende tre spørgsmål, som løbende har været gentaget i samtalen med børnene/de unge - både i forhold til dødsfaldet og begravelsen og i forhold til børnenes/de unges proces og udvikling fra møde til møde i sorggruppen:

- Hvad er der sket?
- Hvad er vanskeligt?
- Hvad betyder det nu, og hvad kommer det til at betyde for din fremtid?

Samtidigt med, at der blev talt om, hvad der var sket og hvad der var vanskeligt, blev der talt om, hvad børnene og de unge havde brug for i forsøget på at bearbejde og leve med det hændte.

Samtaleprocessen kan udtrykkes i følgende tre sætninger: Jeg ser dig. Jeg hører dig. Jeg svarer dig (Nielsen, R. og Kaasgaard, M., 2006).

Under sorggruppemødet udtrykte gruppelederne de indtryk, børnene/de unge gav, således at børnene/de unge genkendte sig selv og oplevede sig forstået. Gruppelederne lyttede til, hvad børnene/de unge havde at sige, svarede på dette med nye spørgsmål, så både gruppelederne og børnene/de unge bedre kunne forstå det, der blev talt om. Det handler om at bruge sproget spørgende, åbent og undrende (Martinsen, K., 2006).

Holdningen i sproget ligger i den tone, man kommunikerer med hinanden på (Martinsens, K., 2006). Ord bruges med forskellig tone, og ordene bærer en stemning. Der er en intim forbindelse mellem tone og mening. Et stemmeleje, et suk osv. kan for eksempel udtrykke meget mening (parasprogligt niveau - non-verbale lydelementer). Gruppelederne medtog bevidst tonens betydning som et led i at sikre, at børnene/de unge forstod det, gruppelederne sagde (verbalt og nonverbalt), og omvendt havde gruppelederne fokus på børnene/de unges tone og stemmeleje for at være sikre på at forstå dem. Dette skete ved gang på gang at spørge ind til, om børnene/de unge følte sig forståede og havde forstået gruppeledernes mening.

Når det parasproglige niveau medtænkes, får det den betydning, at hvad der sker gruppedeltagerne- og lederne imellem tydeliggøres, muligheden for at intet forbliver usagt øges og risikoen for fejlfortolkninger minimeres.

Sprogbruget i sorggruppen har været en treleddet relation (Skjervheim i Martinsen, K., 2006). En treleddet relation består, foruden gruppelederne og barnet/den unge, også af en bevidsthed om det, de to parter er fælles om. Det

kan være et problem, et spørgsmål, en opgave osv. – i gruppen følelserne af sorg og tab. I den treleddede relation engagerer gruppelederne sig i børnenes/de unges vurderinger og meninger omkring det fælles. Når begge parter lader sig engagere i de temaer og spørgsmål, som tages op, er det en måde, hvorpå gensidig tillid kan komme til udtryk.

I sorggruppen har gruppelederne benyttet sig af indirekte meddelelser (Kierkegaard i Martinsen, K., 2006), der blev formuleret som "forestil dig", "lad os antage", "prøv at tænke dig" osv. På den måde kunne børnene/de unge få mulighed for at forholde sig til en tænkt situation, som alligevel var genkendelig og fællesmenneskelig med gruppelederne. Børnene og de unge fik ligeledes mulighed for at se nye vinkler på sin situation.

Det, der blev snakket mest om, handlede om børnenes sorg og tab, men der blev også snakket om skole og fritid generelt.

I forhold til sorg var det børnenes/de unges opfattelse, at det mest handlede om, hvordan det gik med hver enkelt, og om man var ked af.

Børnene/de unge sagde om gruppeledernes spørgsmål:

"De ved, hvad jeg kan svare på og giver mig tid til at tænke".

"Pauserne er ikke pinlige – der er tid til at formulere svarerne".

"Det hjælper jo".

"Spørgsmålene var ubehagelige i starten. Jeg ville ikke ud med det. Nu ved jeg, at de kun spørger indenfor det område, som jeg lægger ud med. Det giver tryghed, at jeg kan sige, hvad vi skal snakke om".

Hvis der er spørgsmål, som børnene/de unge ikke har kunnet svare på, har gruppelederne omformuleret spørgsmålene, så børnene/de unge har kunnet svare.

Børnene/de unge fandt, at de sjældent sad inde med noget, som de gerne ville have sagt. Hvis de gjorde, benyttede de pausen til at snakke med gruppelederne.

Skriftlighed var også en del af kommunikationen. To af de interviewede børn/unge fandt det dejligt at skrive breve til den, de havde mistet, da det var godt at komme ud med følelserne på skrift. Ét barn/ung fandt, at opfordringen til at skrive brev var for tidlig, da barnet/den unge ikke var klar til at sætte ord på eller læse brevet højt.

Bekræftelse

Gruppelederne har set bekræftelse som forudsætning for, at børnene/de unge kom ind i en personlig udviklingsproces. At bekræfte og forstå børnene/de unge, som de mennesker de er og i den situation, som de stod i.

”At bekræfte ind i et møde med et andet menneske er en forpligtelse til at bekræfte dette menneskes eksistens. At bekræfte handler om at være vidne til en andens liv, at give plads for det, som den anden giver del i og at give respons på, hvad der er oplevet”, og ”Når jeg bliver mødt, så går jeg selv” (Hjelm, C., 2005).

I hvor høj grad børnene/de unge har følt sig bekræftede dels af gruppelederne og dels af de andre børn/unge i gruppen blev der givet en indikation på ved besvarelse af to trinskala-spørgsmål.

Hvor meget tror du, at Else og Tina holder af dig?

Trin 1 på stigen betyder, at de slet ikke holder af dig og trin 10 betyder, at de holder rigtig meget af dig.

10.			
9.	x	x	x
8.			
7.			
6.			
5.			
4.			
3.			
2.			
1.			

Hvor meget tror du, at de andre i gruppen holder af dig?

Trin 1 på stigen betyder, at de andre slet ikke holder af dig og trin 10 betyder, at de holder rigtig meget af dig.

10.			
9.	x		
8.		x	
7.			
6.			x
5.			
4.			
3.			
2.			
1.			

Gruppelederne har opnået at give børnene/de unge en følelse af at være holdt af.

Børnene/de unge sagde uddybede om deres forhold til hinanden, at de havde haft det godt med hinanden og havde haft tillid til hinanden. Én sagde: "Der er altid nogle, man bedre kan lide end andre".

Børnene/de unge syntes ikke, de havde fået venner i gruppen. De ville ikke udelukke, at det ville ske senere. Én sagde: "Det ville virke forkert. Men jeg er meget knyttet til gruppen".

Ingen af børnene/de unge havde oplevet uvenskab i gruppen.

I sorggruppen har bekræftelse taget udgangspunkt i begreberne forståelse, tillid og omsorg.

Forståelse

Forståelse er et element i bekræftelse, og om børnene/de unge følte sig forstået af gruppelederne gav følgende trinskala en indikation af.

Forstår Else og Tina, hvordan du har det?

Trin 1 på stigen betyder, at de slet ikke forstår dig og trin 10 betyder, at de forstår dig fuldstændigt.

10.	x		
9.			x
8.			
7.		x	
6.			
5.			
4.			
3.			
2.			
1.			

2 børn følte sig forstået, mens et barn ikke følte sig helt forstået.

Børnene/de unge sagde følgende vedrørende gruppeledernes forståelse af dem:

"Man kan se i Elses øjne, at hun forstår".

"De kan se på mig, når der er ord jeg ikke forstår".

"Det er måden de spørger på igen og igen, så jeg forstår og de forstår".

Når det enkelte barn/unge møder bekræftelse og forståelse for det hændte og sine problemer, er den umiddelbare følelse lettelse for tyngende følelser. Lettelsen forstærkes, når børnene og de unge oplever, at det rent faktisk er muligt at tale åbent om det svære og derved bryde de tabuer, som er til stede i mange familier, i skolen osv. Gennem drøftelse af problemerne kan der tilføres nye perspektiver, der kan opløse de ubehagelige og fortvivlende følelser, som barnet/den unge rummer. Gruppeledernes respons førte som oftest til, at barnet/den unge kom til at forstå årsagen til problemerne bedre, hvilket igen åbnede mulighed at komme videre i processen.

Tillid

Under normale omstændigheder ville børnene/de unge møde andre med tillid. Men da de har oplevet stor sorg og tab, vil de tage forbehold for at udvise tillid. Ifølge Asplund (Asplund, J., 1987 i Bech-Jørgensen, B., 2003) kan mennesker ikke lade være at respondere, når andre henvender sig. Hvad den ene person gør, er et gensvar på, hvad den anden lige har gjort. Det giver anledning til endnu et gensvar osv. Det er i denne vekselvirkning – at tillid blev skabt mellem gruppeledernes og børnenes/de unges svar og gensvar. Tillidsspørgsmålet ligger i enhver interaktion, og børnene/de unge blev gentagende og vedholdende sat i situationer, hvor de blev "tvunget" til at tage imod tillid fra gruppelederne.

I begyndelsen vil tilliden være præget af forbeholdenhed, og gruppelederne måtte vise sig værdige til at modtage børnene/de unges spinkle tillid, som forudsætning for, at de begyndte at vove sig frem og give udtryk for deres problemer.

Når gruppelederne har arbejdet bevidst og reflekteret med tillid, så er børnene/de unges usikkerhed på sig selv og andre blevet reduceret. Gruppelederne har hele tiden koncentreret sig om at udvikle og opretholde gensidig tillid, ved at handle meningsfuldt, anerkendende og respektfuldt i relationen.

Omsorg

Forståelse for barnets/den unges situation er en forudsætning for at kunne handle omsorgsfuldt.

Omsorg handler om at være til stede, og det indebærer at acceptere barnets/den unges selvopfattelse og verdensopfattelse. At være til stede indebærer også at afstå fra at få barnet/den unge til at tænke og føle anderledes end det gør i forvejen.

For at bekræfte børnene/de unge, skal omsorgen - udover tillid – udtrykkes, og dette kan gøres ved at udvise anerkendelse. Anerkendelse handler om at vise interesse for barnets/den unges oplevelser og erfaringer, som noget der er værd at tage del i og blive kendt med.

Gruppelederne anerkendte børnenes/de unges selvopfattelse som betingelse for, at de kunne værdsætte dem selv for derved at skabe fundament for personlig udvikling. Dette er grundbetingelsen for, at socialt arbejde kan føre til menneskelig opblomstring (Høilund, P. og Juul, S., 2005).

Omsorg var også praktiske handlinger – for eksempel at tilbyde spisning, medtage hjemmebagte boller, lave risengrød til jul osv.

Gruppelederne var meget opmærksomme på, at imødekomme børnene/de unges ønsker. For eksempel gav et barn/ung udtryk for, at der ikke var rosiner i hans mormors boller. Næste gang, gruppelederne havde hjemmebagte boller med, var der ikke rosiner i, hvilket afstedkom stor tilfredshed hos barnet (tillidsopbyggende).

Omsorgen og trygheden i gruppen betød, at børnene/de unge kunne græde i gruppen for "der var ingen grund til at lade være". Gruppelederne sagde: "Græd bare ud", og kunne for eksempel stryge et barn over armen. Børnene/de unge oplevede, at der var plads til at græde og at det hjalp. "Klumpen i halsen kommer ikke mere" var et barns konklusion på at have grædt i gruppen.

Gruppeprocesser

Betydningen af at tilhøre en gruppe, hvor alle har den samme baggrund, er af stor betydning for selvopfattelse og generobring af tilliden til "verden, som et godt sted at være".

Tab og sorg, der næsten ikke er til at bære alene, kan mennesker åbne op for, få mod til at opleve og begynde at overvinde, når de oplever andres kærlighed, medfølelse og styrke omkring sig (Heap, K., 2003). Sorg og tab virker mindre truende og nemmere at overvinde, når den deles med andre. Grundtanken med gruppeproces er at børnene/de unge både kan hjælpe sig selv og hinanden ved at dele følelser og oplysninger med hinanden, ved at udveksle idéer, forslag og løsninger og ved at udvikle personlige forhold indbyrdes. Endvidere en dybtgående forståelse for og identifikation med hinandens livssituation.

Gruppeprocesserne har givet børnene/de unge mulighed for at tale med andre børn/unge i samme situation, at kunne spejle sig i andre, og opleve ægte forståelse for sorgens følelser. Gruppen har givet børnene samhørighedsfølelse, mulighed for at lytte til de andre og bruge det hørte til egen bearbejdning af sorg.

Ved at lytte til hinandens historier og små og store problemer fik børnene/de unge mulighed for at lære af hinandens erfaringer, samtidig med at de fik en oplevelse af ikke at stå alene i en svær tid.

For at sikre, at børnene/de unge får mest ud af, at være i gruppen, og at gruppen er velfungerende, reflekterede gruppelederne kontinuerligt over gruppeprocessen ud fra følgende spørgsmål (Heap, K., 2003):

- Hvad betyder gruppen for dette barn og barnet for gruppen?
- Hvad giver barnet gruppen og hvad giver den det?
- Lytter gruppen til barnet og barnet til den?
- Registrerer gruppen som helhed, hvad jeg siger som gruppeleder til dette barn, og hvad kan det betyde for dem?
- Er der nogle måder, hvorpå jeg kan bidrage til at formidle hjælp, styrke eller ressourcer til gruppeprocessen og til de enkelte børn/unge?

I grupper vil der altid foregå et samspil. Dette samspil vil føre til opdagelsen af fællesskab og dermed til en grad af gensidig identifikation. Den "vi-følelse", der blev resultatet, var kilden til børnene/de unges mulighed for at give hinanden støtte, til at lette genkendelse af såvel skjulte følelser som af styrke til at afhjælpe følelsen af isolation og ensomhed samt mulighed for en mere vellykket selvopfattelse og selvpræsentation gennem den kollektive styrke.

Gruppeprocessen var med til at videreudvikle børnene/de unges identitetsfølelse og selvstændighed ved at gruppen var klangbund for deres fortsatte udvikling i retning af at leve med sorgen. I gruppen fik barnet/den unge følelsen af at tilhøre en gruppe af jævnbyrdige. Dette er medvirkende til at ophæve følelsen af at være anderledes. Dog følte børnene/de unge sig anderledes i forhold til deres klassekammerater.

Børnene/de unge sagde om gensidig identificering i gruppeprocessen:

"Jeg bliver rørt, når de andre fortæller deres historie. Jeg bliver ked af det på deres vegne, fordi jeg ved, hvordan det er".

"Det gør ondt - det kan jeg genkende".

"Det viser, at det ikke kun er mig. Det er både rædselsfuldt og dejligt. Det er befriende, at høre om, at de andre har haft det lige som mig. Der er nogle der har det dårligere end mig".

Børnene/de unge oplevede ikke, at der var forskel på deres sorg, men at der var forskellige måder at tackle sorgen på.

Børnene/de unge har både lyttet og sagt noget til hinanden. Et barn sagde: "I de to første måneder sagde jeg ikke så meget. Jeg svarede kun når jeg blev spurgt. Nu må jeg holde mig tilbage".

Børnene/de unge har haft en oplevelse af, at de andre børn har kunnet bruge det, de har sagt, og at de selv er blevet hjulpet. Børnene/de unge sagde:

"Det var den måde, der blev sat ord på – det hjalp mig".

"Jeg blev klar over, at det er okay at være ked af det".

Som et udtryk for børnenes/de unges og forældrenes oplevelse af de anvendte metoder i gruppen besvarede de følgende spørgsmål således:

Hvad har gruppelederne gjort som hjælp børnene?

Børnene/de unge svarede:

"De har fået mig til at føle mig tryk. Det er den måde de snakker til en på. De snakker ind til det man har det svært ved. De lytter meget. De giver udtryk for, at de forstår. Der er noget ved deres øjne".

"De snakker om det rigtige".

"De spørger og de snakker og de er rigtig søde. De er der ved siden af en".

Børnene/de unge sagde om gruppelederne, at de var:

- Gode til at lytte.
- Gode at snakke med.
- Gode til at stille spørgsmål, der fik én til at tænke over tingene.
- Gode til komme med relevante emner.
- Klar over, hvad man havde brug for.
- Meget seriøse.
- Gode til at komme ind under huden – de gravede for meget.
- Uhyggeligt gode - helt hypnose.
- Gode til at spørge og man svarer og de spørger længere ind.
- Gode til at give tid – de hev ikke tingene ud af én.
- Roste meget. De sagde tit: "Det var godt forklaret og gode ord du bruger". Så føler man, at det går godt.
- Psykologagtige på den positive måde.
- Rigtigt rare og meget forstående.
- Kærlige.
- Rigtigt søde og optimistiske.
- Interesserede i at forstå én.
- Mormor-krammeagtig.
- Gode til at skabe tryghed.
- Gode til at bage kage.
- Meget, meget dejlige og rolige.

Forældrene sagde om gruppelederne:

"De har et fantastisk menneskesyn".

"De respekterede min vurdering af, at det var mange sorger på en gang".

"Det var godt med en snak med mit barn, mig og en gruppeleder i forløbet".

Fra livet i sorggruppen

Her præsenteres på baggrund af gruppeledernes dagbogsnotater og refleksioner 3 korte beskrivelser fra livet i sorggruppen, der viser børnene/de unges proces og de anvendte metoders betydning. Børnenes/de unges navne er opdigtede.

Ane

1. gruppemøde

Proces:

Ved Anes 1. gruppemøde var hun aktiv lyttende og interesseret, og deltog lidt i gruppesamtalen. Hun skrev få ord om temaet "minder".

Hun spiste ikke af traktementet

Ane udtrykte, at det havde været spændende at deltage, og ville gerne komme næste gang.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne accepterede og påskønnede hendes stille væren. De andre børn var imødekommende og temaet havde været relevant for Ane.

2. gruppemøde

Ved 2. møde, så gruppen filmen "Når livet går sin gang".

Proces:

Anes følelsesmæssig reaktion var, at hun græd, og fortalte, at hun så sin forælder den morgen da hun døde. Hun kunne ikke "få luft" mens hun fortalte. Det var første gang, der var en reaktion.

Metode og refleksioner:

En gruppeleder holdt om hendes skuldrer og talte med hende. Den anden gruppeleder "så" hende og talte også med hende.

Gruppelederne lyttede og respekterede hendes følelser.

Samværet med de andre børn/unge og deres reaktion havde betydning for Anes proces. Det betød noget, at børnene/de unge kunne græde sammen.

3. gruppemøde

Temaet ved Anes 3. møde var filmen: Løvernes konge.

Proces:

Ane var berørt af filmen (havde også i skolen haft tema om døden samme dag). Hun kunne ikke sætte ord på, hvad hun blev berørt over. Men havde det okay med at se filmen.

Metode og refleksioner:

Ane havde glæde af fællesskabet med de andre børn/unge og få fælles oplevelser.

4. gruppemøde

Ved det 4. møde var teamet: Begravelse. Gruppen så filmen "Tro, håb og Batman" og snakkede efterfølgende om gruppemedlemmernes oplevelse af begravelse ud fra filmen.

Proces:

Ane fortalte, at hun huskede meget fra sin forælders begravelse. Kistens farve, alle blomsterne, hvordan hun sad i kirken og hvor ked af det hun havde været. Hun huskede også hvordan vejret var, fordi hendes forælder så godt kunne lidt tordenvejr, og det begyndte netop at tordne da begravelsen begyndte.

Ane blev ked af det, da hun fortalte gruppen om sine oplevelser i kirken, men havde det godt med at fortælle det.

Ane fik sat rigtig mange ord på de oplevelser, hun har haft omkring sin forælders begravelse.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne lyttede til Anes historie. Stillede uddybende spørgsmål, hvor hun fik sat flere ord på sine oplevelser. Gruppelederne gentog Anes sætninger med flere uddybende/beskrivende ord af oplevelsen (følelserne).

De andre børn/unge var lyttende.

5. gruppemøde

Ane udeblev.

6. gruppemøde

Gruppemøde skulle afsluttes med sommerafslutning med forældrene. Gruppen havde fælles forberedelse af maden og fællesspisning.

Proces:

Ane deltog i forberedelsen, men uden særlig stor interesse.

Ane fortalte, at hun skulle spille musik (forening), ellers skulle hun ikke noget i ferien.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne opfordrede Ane til at deltage i bordpyntning, men det ønskede hun ikke. Hun sad meget alene. En gruppeleder satte sig over og talte med Ane om, hvad hun skulle i ferien.

7. gruppemøde

Temaet var bogen: "Til minde om", samt at snakke sommerferie, modtagelse af et nyt barn og spil.

Proces:

Ane var glad, da hun kom i dag. Hun smilede til de andre gruppemedlemmer. Det havde været en okay sommerferie og sjovt, men det var ved at blive ensformig. Hun vil hellere begynde at spille fodbold, for der er mange af hendes veninder, men hun skal have sin forælders accept.

Ane kunne fortælle detaljeret omkring sin forælders dødsdag. Hun sagde: "Jeg kan godt fortælle det nu". Hun udtrykte også, at det var dejligt at kunne dette.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne gav respons på det hun fortalte, og snakkede om, hvor god hun var blevet til at fortælle sin historie.

Der var kommet en ny i gruppen, så der var en god anledning for Ane til at fortælle sin historie.

Louise**1. gruppemøde**Proces:

Louise var meget interesseret og lyttende til det, der blev sagt. Hun ønskede ikke at fortælle om sin forælders død og skrev ikke noget ned til temaet.

Louise spiste af traktementet og virkede "glad".

Hun udtrykte at det havde været spændende at deltage.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne respekterede hendes adfærd og talte med hende. De andre børn/unge var naturlige og søde ved hende.

Det havde betydning for Louise, bare at være med på hendes egne betingelser og samværet med de andre samt at kunne lytte/lære af de andre.

Det undrede gruppelederne, at hun ikke ønskede at fortælle om sin forælders død. Gruppelederne gav udtryk for var helt OK, ikke at ville fortælle om det.

2. gruppemøde

Temaet var filmen: "Når livet går sin gang".

Proces:

Louise så filmen med interesse, men ytrede sig ikke om den, eller blev følelsesmæssigt påvirket. Hun var påvirket af, at de andre græd.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne "så" hende og spurgte hvad hun tænkte ----

Det var tydeligt, at fællesskabet med de andre i gruppen var godt for hende. Hun var meget stille, men levede med i det, der skete i gruppen.

3. gruppemøde

Temaet var filmen: Løvernes konge.

Proces:

Louise fortæller ikke ret meget ud fra egne oplevelse. Hun er fortsat lyttende, når de andre fortæller/snakker.

Metode og refleksioner:

Det kan være svært at lære hende at kende som person, da hun ikke ytrer sig.

Gruppelederne reflekterede over om det var på grund af utryghed? Eller manglende ord/sprog?

4. gruppemøde

Ved Louises 4. møde var temaet: Begravelse. Gruppen så filmen "Tro, håb og Batman", og snakkede efterfølgende om gruppemedlemmernes oplevelse af begravelse ud fra filmen.

Proces:

Louise fortalte, at hun ikke huskede ret meget fra sin forælders begravelse. Hun fortalte, at det var en hvid kiste, der var blomster på. Hun kastede en rød rose ned i graven – hendes forælder kunne så godt lide røde roser.

Hun spiste og drak i dag, hvilket gruppelederne tog som udtryk for, at hun var tryk i gruppen.

Louise udtrykte sig om filmen. Hun havde ikke sagt ret meget i gruppen før nu.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne lyttede til Louises historie og stillede uddybende spørgsmål. Gruppelederne gentog Louises sætninger med flere uddybende/beskrivende ord af oplevelsen (følelserne) samt påskønnede at hun gav udtryk for sine tanker.

De andre børn/unge lyttede.

5. gruppemøde

Louise udeblev fra mødet.

6. gruppemøde

Der var fælles sommerafslutning med forældre ved slutningen af mødet. Gruppen lavede mad sammen og snakkede og hyggede.

Proces:

Louise var meget stille og var ikke rigtig sammen med de andre i gruppen.

Hun fortalte, at hun ikke skulle noget i ferien, men bare være hjemme. Hun kunne heller ikke deltage i den idræt hun plejede, da den havde lukket i ferien.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne undrede sig over, hvad der var årsagen til, at hun holdt sig for sig selv. Louise var positiv overfor kontakt med voksne, og snakker/fortæller. Da hun sad alene og spiste sin mad, tog gruppelederne kontakt til hende – det var positivt.

Kristine

1. gruppemøde

Ved Kristines 1. møde var temaet film, og Løvernes konge blev vist.

Proces:

Kristine fortalte, at det var "underligt" at være sammen med nogen der forstod det. Det var både dejligt og skræmmende – uvant.

Kristine genkendte temaet skyld i filmen. Bagefter snakkede gruppen om filmen, og hun gav udtryk for, at hun selv følte skyld.

Kristine havde en okay oplevelse og ville gerne komme igen næste gang.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne iagttog, at Kristine var meget voksen og talte et voksent sprog.

Børnene/de unge lyttede til hinanden og havde flere fælles oplevelser.

Samværet med de andre børn, havde stor betydning.

2. gruppemøde

Kristine meldte afbud.

3. gruppemøde

Ved Kristines 3. møde var temaet: Klumpen.

Proces:

Kristine fortalte at hun hurtigt blev sur og vred på de forkerte (dem der hjemme). Kristine tager sig meget af andre, der har det svært, og glemmer derved sig selv. Hun har indsigt i sin adfærd, men er ikke i stand til at handle på sin situation.

Hun er ked af, at hun altid finder veninder, hun ikke kan stole på. Hun bliver sur og vred på dem, men får ikke sagt det til dem. Bearbejder det for sig selv et par dage og føler så, det er væk.

Alt dette betyder at der ikke er "plads til" Kristine.

Metode og refleksioner:

Gruppelederne reflekterede over, at Kristine tilsyneladende ikke har erkendt, at hun har mistet en forælder. Hun har ikke fundet sin identitet som Kristine uden sin ene forælder.

Under "siden sidst"-runden, blev der spurgt ind til hendes klump. Gruppelederne spurgte om hun kunne skrive et brev til den mistede forælder. Det mente hun ikke, hun kunne lige nu.

Temaet "klumpen" var aktuel for hendes situation. Hun mødte det i sammenhæng med andre, der også havde det sådan.

4. og 5. gruppemøde

Kristine meldte afbud og startede igen.

Gruppelederne sagde om afbudene, at børnene/de unge generelt havde få afbud, men at de nogle gange havde brug for længere pauser mellem møderne – brug for at træde tilbage. Nogle børn/unge var forhindrede på grund af deltagelse i fritidsaktiviteter (se også afsnittet: Struktur vedr. udeblivelse/afbud – side 35).

Konklusion

Projektets formål var at give børn og unge mulighed for at bearbejde tabet af en nærtstående person, således at barnet/den unge kunne vende tilbage til hverdagslivet med sorgen som klangbund, men uden at den ville stå i vejen for indlæring, nye relationer og udvikling af det potentiale, som barnet/den unge indeholder.

Succeskriterier var, at børn og unge, der havde mistet en mor eller far:

- Fik støtte og tryghed i en svær tid.
- Fik hjælp til at håndtere de store følelsesmæssige reaktioner og udfordringer, som et tab afstedkommer.
- På kort sigt at der skete afhjælpning af nedsat koncentrationsevne, nedsat indlæringsevne og ensomhedsfølelse.

På længere sigt at der sker forebyggelse af mulige følgevirkninger af ubearbejdet sorg, der kan optræde i form af angst, depressioner og selvmordstanker.

Sorggruppen for børn og unge har haft den betydning, at børnene/de unge er kommet ind i en proces og udvikling, hvor den uidentificerbare sorg er blevet defineret. Det har betydet, at det blev muligt at snakke om sorgen, og få den sat ind i en sammenhæng, som barnet/den unge kan leve med.

Børnene/de unge vurderede resultater, udvikling og proces i sorggruppen mere positivt end gruppelederne. Børnene/de unge gav udtryk for, at sorggruppen i høj grad havde hjulpet dem. Forældrene var ligeledes meget positive overfor deres børns/unges udvikling i gruppen. Gruppeledernes fokus var børnene/de unges ofte mange komplekse problemstillinger, og hvorledes de fagligt kunne bringe børnene/de unge i en positiv proces og udvikling. Gruppelederne var optagede af at finde frem til sorgens forskellige lag og årsager, og arbejde individuelt med hver enkelt barns/ungs proces og udvikling, som kunne være meget forskellig.

Det, der virker i en sorggruppe for børn og unge er gruppeprocessen, hvor der sker gensidig identifikation af sorgens følelser og reaktioner børnene/de unge imellem. Gruppeprocessen havde stor betydning, når børnene kunne genkende følelser, reaktioner og situationer hos hinanden.

Gruppeprocessen skal initieres af gruppeledere, som det er sket i projektet, ved hjælp af de anvendte metoder – sansning, spejling samt et særligt sprogbrug og en sprogteknik.

Gruppelederne har brugt deres egne, personlige og faglige erfaringer i gruppen og har været åbne, ærlige og fuldt engagerede. Tryghed, tillid, omsorg og bekræftelse var en forudsætning for udviklingsprocessen. Gruppelederne arbejdede hele tiden med at observere børnenes/de unges reaktioner på det,

der blev talt om, og lod det være op til det enkelte barn/unge at mærke, om det gruppelederne observerede, var rigtigt. Den dialog, der derved fremkom, dannede grundlag for, at den enkelte kunne nå en større klarhed omkring det, som havde været svært og ubevidst.

Børnene/de unges befandt sig i et udviklingstrin, hvor deres opmærksomhed på, hvad de voksne sagde og gjorde, havde stor betydning. Gruppelederne var bevidste om dette, og gik i detaljer i ord og handling, for at imødekomme børnene/de unge.

Børnene/de unge nævner, at angsten for at miste igen, er et af de problemer, som de stadig har. Utryghed præger i mindre grad deres verden – men er der stadig. Det er spørgsmålet, om denne angst og utryghed nogensinde forsvinder helt. Børnene/de unge vil altid være særligt sårbare, men have en forståelse for, at tab og sorg er en naturlig del af livet. De kan i deres barn – og ungdom have brug for en ekstraordinær indsats – for eksempel tilbudet om at deltage i en sorggruppe efter behov. Også set i lyset af samfundsperspektivet, hvor kravet om individuelle valg og fravalg samt selv at tilrettelægge sit liv, kan virke uoverskueligt for børn og unge, der har mistet en forælder.

Børnene/de unge nævnte anderledeshed som en følge af deres tab. Psykologisk set er de anderledes. Deres liv var bygget op af kendte brikker, der faldt fra hinanden, og de befandt sig pludselig på fremmed/ukendt land, hvor de oplevede sig som anderledes. Deres tilværelse bliver aldrig som før, og de skal samle brikerne på en ny måde. Når brikerne er samlet igen, og det hændte bliver en del af deres personlighed, så vil de opleve at kende sig selv igen og ikke føle sig så anderledes.

Forældrene efterlyste, at der udover tilbudet om samtaler, også havde været et decideret tilbud til dem vedrørende sorgbearbejdning. Børnene/de unge kommer i udvikling, og kan have brug for forældrenes forståelse og indsigt, hvorfor et mere helhedsorienteret familietilbud kunne være formålstjenligt.

Projektet fik flere henvendelser end man kunne optage i sorggruppen, hvilket viser, at behovet for pladser i en sorggruppe for børn og unge ikke er dækket i det tidligere Vestsjællands Amt.

Alle børn/unge i evalueringen havde mistet en forælder. Projektets målgruppe er børn/unge, der har mistet en nærtstående. Det kan ikke konkluderes, om resultaterne og metoderne havde været anderledes, såfremt børnene/de unge havde lidt tab af andre nærtstående end en forælder.

Selv om evalueringen tilfældigt har udvalgt børnene/de unge, og evalueringen er positiv for disse børn/unge, kan det ikke udelukkes, at andre børn/unge, som har deltaget i sorggruppen, ikke på samme måde har profiteret af gruppen. At dokumentere sorggruppens samlede betydning vil kræve en mere

omfattende evaluering end herværende. Hensigten med evalueringen var at belyse, hvad der har betydning og virker.

Evalueringens fokus har været på børnene/de unges personlige udvikling og mindre på forhold som koncentrationsevne og indlæringsevne. For de børn/unge, der har haft koncentrations- og indlæringsvanskeligheder, har sorggruppen betydet, at disse vanskeligheder er udbedret.

Evalueringen har vist sorggruppens arbejde og betydning set fra børnene/de unges, forældrenes og gruppeledernes side. Det kunne have været interessant, at have set sorggruppens betydning for børnene/de unge fra andre fagpersoners vinkel, for eksempel lærere og socialrådgivere.

Spørgsmålet om, hvorvidt børnenes/de unges resultater fastholdes på længere sigt kan evalueringen ikke vurdere. Det vil kræve, at der gennemføres en evaluering efter for eksempel 2 år. Det kunne ligeledes være interessant at følge børnene/de unge over en årrække for at se, om de mulige følgevirkninger af ubearbejdet sorg (depressioner, selvmordstanker m.v.), er reduceret.

Den anvendte teori har nuanceret, uddybet og forklaret praksis. Særligt Kari Martinsens omsorgsteori om det fænomenologiske møde med betydningen af sansning og ord, og Ken Heaps teori om gruppeprocesser har været med til at udvikle fagligheden i praksis.

Genklang og klangbund er begreber, der er brugt af gruppelederne og Institut for Diakoni og Sjælesorg. Ved at spejle sorgens følelser i andre mennesker, vækkes genklang som fundament for gensidig identifikation i gruppeprocessen. Sorgen bliver en naturlig følelse, som indgår i den klangbund af følelser, som mennesket besidder, og som hverdagslivet mødes med.

Økonomisk set er sorggruppen for børn og unge drevet for indkomne midler – kr. 131.000 i 2006, samt en betydelig frivillig indsats.

Det kan konkluderes, at projektet har indfriet dets formål, samt har udviklet faglige metoder for sorggrupper for børn og unge for et forholdsvis beskedent økonomisk ressourceforbrug. De deltagende børn og unge har fået mulighed for at bearbejde tabet af en nærtstående person, og at kunne vende tilbage til hverdagslivet med sorgen som klangbund.

Børnene og de unge har fået støtte og tryghed i en svær tid samt hjælp til at håndtere de følelsesmæssige reaktioner og udfordringer, som et tab afstedkommer.

”Det er som om Else og Tina er uddannede i det, og de andre børn er små hjælpenisser. Og jeg er nisse for de andre. Man kommer ud af den her pine. Det er rigtigt godt, og jeg har taget mig sammen i skolen”.

Litteraturliste

- Bauer, J. (2006). *Hvorfor jeg føler det du føler*. København: Borgens Forlag.
- Bech-Jørgensen, B. (2003). Det ligeværdige møde. *Værdier i socialpolitikken – Essaysamling*. København: Socialministeriet, Socialpolitisk-Juridisk Center.
- Hjelm, C. (2006). Danske Diakonidage 2005. Dianalund: Noter til konferenceoplæg.
- Davidsen-Nielsen, M. og Leick, N. (2004). *Den nødvendige smerte*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Heap, K. (2003). *Gruppemetode indenfor social- og sundhedsområdet*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Isachsen, K. (2003). *Lad følelser få sprog*. København: Unitas.
- Martinsen, K. (2006). *Samtale, skønnen og evidensen*. København: Gads Forlag.
- Martinsen, K. (2004). *Øjet og kaldet*. København: Munksgaard Danmark.
- Nielsen, R. og Kaasgaard, M. (2006). *Roserne vokser i dale*. København: Unitas Forlag.
- Yalom, I. D. (1980) *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.
12. Jørgensen, C. R. (2002). *Psykologien i senmoderniteten*. København: Hans Reitzels Forlag.
- Øvrig litteratur:
- Bredsdorff, B. (1993). *Krageungen*. København: Høst & Søn.
- Björklund, L. og Eriksson, B. (2004). *Barnet i mødet med livets mørke sider*. København: Unitas.
- Fyhr, G. (2002). *Den "forbudte" sorg*. København: Komiteen for Sundhedsoplysning.
- Bøge, P. (1996). *Om sorg. Når nogen man elsker dør*. Et undervisningsmateriale til 6.-7.-8. klasse. Cases: Lene Stærbo; afsnittet "Det vedrører os alle": Jes Dige. Redaktion: Birgitte Andersen. København: Kræftens Bekæmpelse.

Dyregrov, A. (1995). *At tage afsked - ritualer der hjælper barnet gennem sorgen*. København: Hans Reitzels Forlag.

Dyregrov, A. (2004). *Sorg hos børn - en håndbog for voksne*. København: Dansk psykologisk Forlag.

Fyhr, G. (2000). *Sorgens rum*. København: Gyldendal Uddannelse.

Høgsted, R. (2006). *Til minde om - en mindebog til børn og unge, der har mistet*. København: Aschehoug.

Karpatschof, B. (2002). *Når sorgens fugle flyver bort*. Egmont Fondens Årsskrift 2002.

Lindgren, A. (1973). *Brødrene Løvehjerte*. København: Gyldendal.

Nissen, J.F. (1998). *Den usynlige elefant – Alkohol, afhængighed, alternativer*. København: Fremad.

Poulsen, R. (2003). *Sammen om sorg*. København: Kræftens Bekæmpelse.

Turner, M. (2001). *At tale med børn og unge om døden og om at dø*. København: Dansk Psykologisk Forlag.

Rølmer, S. og Olesen, P. (2000). *Børn om mors og fars død*. Vejle: Kroghs Forlag A/S.

Schwartz Hansen, A. (1989). *Når sorgen bliver synlig*. København: Hans Reitzels Forlag.

Bilag:

Præsentationsfolder

Artikel: Jeg bliver nødt til at se sandheden og virkeligheden i øjnene.