

BACHELOROPPGAVE

”Barn og ungdom som opplever tap av nære personer. Hvordan kan vi som sosionomer hjelpe dem”?

av

121 Odd Magnar Mosdal

Bachelor i sosialt arbeid
SO 530
Mars 2007



Innhold

1.	Innledning	2
1.1	Begrunnelse for valg av tema	2
1.2	Problemstilling	2
1.3	Avgrensing og definisjoner	2
1.3.1	Sorg	3
1.3.2	Traumatisk krise	3
1.3.3	Posttraumatisk stresslidelse (PTSD)	4
2.	Metodisk tilnærming	4
2.1	Valg av kilder	5
3.	Kjennetegn ved sorg og sorgprosesser	6
3.1	De viktigste kjennetegn på sorg	7
3.2	Sorgens ulike faser	7
3.3	Nyere trender i sorgforskning	8
3.4	Umiddelbare reaksjoner hos ungdom	9
4.	Sorgreaksjoner på uventet tap i forhold til de psykososiale utviklingstrinn	10
4.1	Sorgreaksjoner på tap i forhold til psykososiale utviklingstrinn	11
4.2	Barn forståelse av døden på de ulike alderstrinn	13
4.3	Å miste et søsken	13
4.4	Skolesituasjon for ungdom som opplever tap	14
4.5	Venners opplevelse av død	15
5.	Hvordan hjelpe barn og unge i en sorgprosess	16
5.1	Hvordan kan en sosionom hjelpe barn og ungdom i sorg	16
5.2	Ulike hjelpeordninger fra barnevern og sosialtjeneste	17
5.3	Å kunne gi støtte over lengre tid	19
5.4	Skolen og lærere	20
5.5	Veiledning til sosionomen	22
6.	Avslutning	22

Litteraturliste

1. Innledning

1.1 Begrunnelse for valg av tema

Sett i ly av alle plutselige ulykker med uventet tap av menneskeliv som enkelte familier i Norge utsettes for, ønsker jeg å skrive en oppgave om hvordan slike ulykker kan virke inn på foreldre og unge. Jeg har i mange år som polititjenestemann, møtt mennesker som har opplevd å miste sitt barn plutselig og uventet, og er derfor nysgjerrig på hva litteraturen kan fortelle om hvordan det er å bearbeide slike hendelser. Da en stor del av mitt arbeid i politiet var kontakt med ungdom og foreldre, vil oppgaven ha fokus på hvordan ungdommer bearbeider sorgen etter å ha mistet en nær person. Jeg vil også ta for meg hva et uventet tap gjør med foreldre i forhold til deres evne til omsorg for gjenlevende søsken og hvilken hjelp som kan tilbys mennesker i tiden etterpå.

1.2 Problemstilling

Ut i fra valg av tema har jeg valgt følgende problemstilling:

”Hvilke faktorer virker inn på bearbeidelsen av sorg etter uventet tap hos barn og unge? Hvordan kan vi som sosialarbeidere hjelpe barn og unge i denne sorgprosessen?”

Med denne problemstillingen ønsker jeg å kaste lys over forandringen som skjer hos en familie som mister et barn, og hvordan sorgen kan bearbeides av ungdom og gjenlevende søsken som er i ungdomsalder. Foreldrenes reaksjoner og hvordan dette kan påvirke deres evne til omsorg for gjenlevende søsken, vil jeg belyse som et underpunkt til problemstillingen.

Som framtidig sosionom ønsker jeg med denne problemstillingen å få mer kunnskap, refleksjon og bevissthet for å hjelpe ungdom som opplever uventet tap.

1.3 Avgrensning og definisjoner

I oppgaven tar jeg ikke for meg dødsfall etter langvarig sykdom, men et ungt menneskes dødsfall som skjer plutselig og uventet, uten tid til forberedelse. Når det gjelder foreldrenes reaksjoner gjelder det hva slike dødsfall kan gjøre med omsorgen for andre barn i familien. Jeg har valgt å ta for meg barn i aldersgruppen 10 – 20 år da dette er en periode i livet for unge mennesker som er preget av puberteten og ungdomstid. Min begrunnelse for valg av avgrensning har sitt utgangspunkt i boken om mennesker i krise og utvikling (Cullberg, 1997). Han hevder at puberteten er en alder der individet opplever forskjeller i kropp og sinn, og lett

kan få følelse av å være utenfor. Puberteten kan også ha kjennetegn som en periode av plagsomme konfrontasjoner, ikke bare med venner, men også med søsken og foreldre. Det kan hende at voksne viser manglende respekt for det unge menneske sitt behov for å bli behandlet som eget selvstendig individ (Cullberg, 1997).

1.3.1 Sorg

I sin bok om sorg, Bugge m.fl. (2003) omhandler psykolog Oddbjørn Sandvik hvordan sorg kan forstås. Han hevder at sorg er en reaksjone på betydningsfulle tapsopplevelser. For å kunne bestemme om hva som er betydningsfulle tap er at tapet virker inn på personens grunnleggende livssituasjon. Om tap oppleves som betydningsfullt avhenger om den betydning relasjonen til det tapte hadde i livet før tapet skjedde (Bugge, m.fl. 2003). Sandvik (Bugge m.fl.2003) hevder at sorgen er en helt naturlig reaksjon etter at man har mistet noen som sto en mer eller mindre nær og blir sterkere jo nærmere den døde sto en. Det å miste en nær person kan reise mange spørsmål om mening med tilværelsen. Forestillinger og modeller vi har av oss selv og av verden, blir truet når vi opplever å miste en nær person. Sorgen krever mye psykisk av oss, vanlige tankemåter og handlingsmønstre gir ikke lenger mening, og kan bli vanskelig for å finne begrunnelse for å leve videre (Bugge, m.fl. 2003)

I boken som omhandler sorg hos barn (Dyregrov, 2006) hevdes det at barn fra tiårs alderen har en mer forståelse av den langsiktige betydning av dødsfall, og i denne alderen reflekteres det over det som er rettferdig og urettferdig. Endringer som skjer på det biologiske, psykologiske og sosiale plan kan sammen med dødsfall i ungdomsalder føre til relativt sterke reaksjoner. Forståelsen av døden som universell og uunngåelig vil gjøre den personlig, med behov for å holde denne tanken på avstand (Dyregrov, 2006).

1.3.2 Traumatisk krise

I sin bok om mennesker i krise og utvikling definerer Cullberg (1997) en traumatisk krise som *”individets psykiske situasjon ved at en ytre hendelse er av slik art at personen sin fysiske eksistens, sosiale identitet og trygghet eller grunnleggende livsmuligheter blir truet”*, (Cullberg, 1997, s. 108). Den traumatiske krisen beskrives dels ut fra sjokket som er årsaken til krisen og den personlige erfaring vedkommende individ opplever (Cullberg, 1997). Simonnes (1995) definerer den traumatiske krisen som den harde og en ekstraordinær påkjenning som personen må håndtere og komme seg gjennom.

1.3.3 Posttraumatisk stresslidelse (PTSD)

I sin beskrivelse av PTSD nevner Bugge m.fl (2003) at dette er reaksjoner som kjennetegnes ved at den traumatiske hendelsen gjenoppleves i form av påtrengende minner om hendelsen. De påtrengende minnene dukker gjerne opp når det er stille rundt personen, når de skal konsentrere seg om noe eller sove om kvelden. Tilsynelatende helt uten forvarsel kan disse minne om den som er mistet dukke opp (Bugge m.fl.,2003). Dyregrov (1998) hevder det samme i sin bok om barn og traumer og at tap av nære personer, spesielt ved ulykker kan svekke læringskapasiteten. Ikke sjelden viser det seg at elever som mister søsken, sliter med en blanding av både PTSD og kronisk sorg. Denne type belastninger medfører nedsatt konsentrasjon og hukommelse og gjør det vanskeligere å følge med i timen og å lære nye ting. Noen barn kan bruke mye energi på å klare å følge med i skolearbeidet, noe som kan føre til at de blir svært slitne, og kan trenge lang tid på å hente seg inn igjen (Dyregrov, 1998).

2. Metodisk tilnærming

Metode er definert som en systematisk måte å undersøke virkeligheten. For å undersøke denne virkeligheten samles det informasjon som kalles data eller fakta. Data er hentet fra det latinske ordet datum, som betyr det som er gitt, og fakta er hentet fra det latinske ordet factum og har betydningen kjensgjerning eller virkelighet. De innsamlede data kalles empiri som kommer av greske empeiria, som betyr forsøk, prøve, eller det som bygger på sanseerfaring (Halvorsen, 2002).

Jeg har valgt å foreta en litteraturstudie knyttet sammen med egne erfaringer. Når man gjør en litteraturstudie må man være oppmerksom på at det kan være noen problem ved å anvende data som andre har samlet inn. Ved slik primærforskning må man være oppmerksom på tidligere forskning på området, og kunne vurdere analyser, tolkning og konklusjoner opp mot forskerens egne funn (Halvorsen, 2002).

For å løse oppgaven vil ta for meg den teoretiske forklaringen på sorg og ungdom sine sorgreaksjoner. Å se sammenhengen mellom disse teoriene vil gjøre det lettere for hvordan jeg som sosionom kan hjelpe ungdom i sorgprosessen. Jeg har i hovedsak forholdt meg til

faglitteratur hvor forskeren er kjent for sin forskning, og har i det vesentlige benyttet meg av primærkilder, det vil si kunnskap som forskeren selv har produsert.

Videre har jeg også brukt sekundærkilder som er en forenklet form for kunnskapslitteratur. Bruk av slike kilder tilsier at informasjonen har gått gjennom flere ledd. Med det øker sannsynligheten for at innholdet er mindre pålitelig (Halvorsen, 2002).

Validitet står for relevans eller gyldighet og reliabilitet for pålitelighet. (Halvorsen, 2002). For å kunne styrke validiteten i oppgaven min har jeg prøvd å finne nyest mulig litteratur. Bøkene jeg har valgt å benytte ser jeg på som gyldig teori, og kildene viser også pålitelighet, da forfatterne er anerkjente forskere.

2.1 Valg av kilder

I min litteraturstudie har jeg i hovedsak benyttet primærlitteratur av den anerkjente forskeren og klinisk psykolog Atle Dyregrov. Innsamling av data er for det meste hentet fra hans bøker ”Sorg hos barn” og ”Barn og traumer”. Disse bøkene har jeg valgt fordi de blant annet henvender seg mot hjelpere. Han legger vekt på to vesentlige forutsetninger som en hjelper må ha for å kunne hjelpe andre, en personlighet side og en kunnskapsmessig. På personlighetssiden legges det vekt på menneskers egenskap som medmenneskelig, at man har innlevelsesevne og varme. Den andre forutsetningen, den kunnskapsmessige, innbefatter det at man skal kunne vurdere når det trengs mer omfattende hjelp enn den som gis av andre nærstående. Han har gjennom flere år arbeidet med familier som har mistet sitt barn ved sykdom eller ulykke. I den nyere tid legges det vekt på at folk bryr seg mer om hverandres sorg og krise enn før. Dette har vist seg ved tilstrømmingen til den rituelle delen av sorgbearbeidelsen som syninger og begravelser, og blitt fulgt opp av personlig og praktisk støtte i det lange løp. Når det gjelder støtte til barn er skolens betydning nevnt med spesielle oppgaver, både overfor den enkelte elev, dennes klasse, og for hele samfunnet omkring skolen når en katastrofe rammer (Dyregrov, 2006).

Jeg har valgt boken ”Sorg” av Kari Bugge, Hilde Eriksen og Oddbjørn Sandvik fordi forfatterne av boken er anerkjente. Boken anser jeg som nyttig fordi det er en grunnbok om sorg og sorgstøttearbeid primært for helse- og sosialarbeidere. Da boken gir retningslinjer for støttearbeid i ulike faser av sorgforløpet i forhold til ulike aldersgrupper, ser jeg den også

aktuell til problemstillingen jeg har valgt - hvordan jeg som sosionom kan hjelpe barn og unge i sorgprosessen. Kari Bugge er sykepleier og høgskolelektor ved Høgskolen i Oslo. Hun har ledet flere sorggrupper blant ungdom og har i tillegg gjort en egen undersøkelse av ungdom i sorg. Hennes egen erfaring fra sykehusmiljøet er at ungdom ikke blir sett når familien rammes av sorg og død. Samtidig stilles det høye krav til hvordan de unge skal mestre en hverdag i sorg. Oddbjørn Sandvik er psykolog og spesialist i samfunnspsykologi og arbeider med mennesker som har opplevd mange type tap.

”Katastrofepsykologi” (1999) har Atle Dyregrov skrevet på bakgrunn av hendelser som har skaket opp mennesker siste tiår. Boken tar for seg en samlet framstilling av de ulike grupper som rammes og beskriver reaksjoner blant de direkte rammede.

Jeg har valgt boken ”Mennesker i krise og utvikling” (1997) av Johan Cullberg fordi den benevnes som en uunnværlig klassiker i forhold til å hjelpe mennesker som er i kriser. Boken har ikke bare et budskap til fagfolk som har til oppgave å gi medmennesker hjelp og omsorg, men til alle som ønsker å være gode hjelpere.

I behandling av sorg viser jeg til en artikkel i et tidsskrift for norsk psykologforening 2006. Atle Dyregrov presenterer i denne artikkelen nyere forskning på komplisert sorg.

For å gjøre oppgaven mer levende har jeg benyttet egne erfaringer fra over 20 års arbeid i politietaten. I arbeidet møtte jeg mange utfordringer både i konfliktløsning og gjerne som første tjenestemann på et ulykkessted. Som følge av dette var noe av mine oppdrag å være kontaktperson i et kriseteam eller være politiets representant i et kommunalt forebyggende utvalg.

3. Kjennetegn ved sorg og sorgprosesser

I denne delen vil jeg ta for meg noen kjennetegn på sorg, de ulike sorgfasene og vise til nyere trender i sorgforskning. Avslutningsvis i dette kapittel tar jeg for meg ulike sorgreaksjoner hos barn og ungdom.

3.1 De viktigste kjennetegn på sorg.

Dyregrov (2006) nevner at alle mennesker har sin egen måte å sørge på, men det finnes flere likheter enn ulikheter mellom voksne og barns sorg. Savn og lengsel, tanker og følelser som kan sees hos voksne, kan også oppleves hos ungdom som mister en kjær person. Dyregrov (2006) hevder at barn og ungdom sine reaksjoner er i stor grad avhengig av den måte vi voksne kan møte de unge på, og de forutsetninger vi gir dem for å bearbeide sine følelser og reaksjoner. Det lar seg likevel gjøre å peke på noen kjennetegn som går igjen. For aldersgruppen 10 til 20 år viser jeg til hva Dyregrov har nevnt som typiske kjennetegn på sorg (Dyregrov, 2006):

- angst
- sterke minner
- tristhet, lengsel og savn
- sinne og oppmerksomhetskrevende atferd
- behov for nærhet
- skolevansker
- kroppslige plager

3.2 Sorgens ulike faser

I arbeidet med oppgaven har jeg sett at forfatterne nevner de samme reaksjonsfasene mennesker må gå gjennom i sin bearbeidelse av sorg. Da min problemstilling tar utgangspunkt i barn og ungdom velger jeg å bruke Simonnes (1995) sine beskrivelser av sorgens ulike faser. I sin bok om møte med barn i sorg og krise hevder han at barn går gjennom de samme reaksjonsfasene som er vanlige hos voksne, og nevner disse faser som:

1. *Sjokk*, hvor en er forvirret og handlingslammet. Det er en akutt fase og individets psykiske energi er opptatt med å orientere seg i tilværelsen. Det hersker kaos, selv om det ytre sett kan ses ut som om individet er upåvirket. Man mister begrep om tid, og tankevirksomheten er sterkt preget. Denne fasen kan vare fra minutt til timer, og av og til opp til en eller to dager
2. *Reaksjonsfasen*. Denne fasen kan vare fra noen uker til flere måneder og bærer preg av smerte som begivenheten har vært årsak til. Søvnforstyrrelser, dårlig matlyst og kroppslige symptom er vanlige i denne perioden.

3. *Gjennomarbeidsfasen* er benevnelsen som karakteriserer perioden der man prøver å holde smerten borte, og klarer dette i den grad det er mulig i korte eller lengre perioder, og det gis rom for å arbeide og fungere konstruktivt.
4. *Reorienteringsfasen* er fasen hvor personen er mer i stand til å kontrollere eller holde smerten på avstand og er i stand til å ta fatt på nytt.

Cullberg (1997) nevner også at det kommer an på den ytre livssituasjon for hvordan en krise blir løst og bearbeidet. Praktisk hjelp og støtte fra venner og nærstående kan være avgjørende for at en som er rammet av en krise, får en mulighet til å arbeide med alt det en krise vekker. En godt gjennomarbeidet krise er en viktig sjanse for et menneske til å komme fram til økt styrke og modning (Cullberg, 1997).

I sin bok som omhandler mennesker som bli igjen og livet som går videre hevder Ronge (1999) at det er individuelle forskjeller i sorgreaksjoner. Det tales om faste stadier i en sorgprosess, men reaksjonen følger sjelden et fast mønster, kanskje med unntak av den første sjokkreaksjonen. Følelser som dominerer tidlig i prosessen kan vende tilbake senere og ikke alle gjennomgår alle fasene (Ronge, 1999).

3.3 Nyere trender i sorgforskning

En av kontroversene seinere år innen feltet sorgforskning er hvorvidt sorgprosessen forløper i stadier eller ikke. I artikkelen som er hentet fra tidsskriftet for norsk psykologforening påpeker Dyregrov følgende:

- *Mennesker går ikke nødvendigvis igjennom faste faser i sin sorg*
- *Det er ikke nødvendig å gjennomgå en periode med intenst ubehag for å klare seg bra i ettertid,*
- *Gjennomføring av "sorgarbeid" hvor en konfronterer sitt tap, er ikke nødvendig for alle,*
- *Det behøver ikke å være et problem når reaksjoner ikke uttrykkes,*
- *Det er heller ikke slik at alle sørgende vil vende tilbake til tidligere funksjonsnivå i løpet av et år eller to*

(Tidsskrift for norsk psykologforening 2006 – 43, s. 779-786)

Dyregrov henviser i denne artikkel til forskning og studier som viser til at sorgfasene definitivt er forlatt, og nye modeller for sorg har utviklet seg. Å arbeide seg gjennom sorgen

betraktes ikke lenge som kritisk for å komme igjennom den. En tenker seg ikke lenger at et tap må forløses eller at båndene til den døde må brytes. Artikkelen til Dyregrov kan underbygges i hva Sandvik (Bugge m.fl. 2003) nevner i den nye forståelsen av sorg. Forståelsen gir et bilde med mer fokus på sammenhengen tapet og sorgen finner sted i. Den vektlegger nyansene i reaksjoner og uttrykker og mangesidigheten i de psykologiske prosessene. Det blir lagt vekt på hvordan etterlatte mestrer de belastninger og utfordringer tapet har medført. Det er nå knyttet mer interesse til hvordan sorg virker inn på etterlattes sosiale relasjoner, hvordan de gjenoppbygger mening i livene sine, og av hvilke positive konsekvenser etterlatte kan oppleve etter tap og sorg. Sorgen betraktes som personlig og individuell og målet for den enkelte er å finne sin egen måte å sørge på. I sin smerte og fortvilelse og på leit etter svar, er i dag svaret at det ikke finnes bare en riktig vei, men at den enkelte selv må finne veien. Det anses som viktig at den enkelte gjennomlever sin sorg på en personlig måte, fordi studier har vist at bearbeidning av følelser er nyttig for noen, men ikke for alle (Bugge, m.fl., 2003).

3.4 Umiddelbare reaksjoner hos barn og ungdom

I sin bok om sorg hos barn hevder Dyregrov (2006) at det vil være variasjoner på hvordan barn reagerer på nyheten om at noen er død. Barn, som voksne, reagerer ikke på *en* måte. De vanligste umiddelbare reaksjonene vil være:

- sjokk og vantrø
- forferdelse og protest
- apati og lammelse
- fortsettelse av vanlig aktivitet

Dyregrov(2006) hevder at foreldre ofte er forvirret og viser bekymring for barn som ikke viser sin reaksjon med sterke følelser umiddelbart. Han hevder dette er en normal sjokkreaksjon, som også er typisk blant voksne. Steg for steg tar en inn over seg det som har skjedd slik at man følelsesmessig ikke blir overveldet. Dette er en beskyttelsesmekanisme som setter oss i stand til å tåle sterke påkjenninger. Noen barn kan reagere med umiddelbar forferdelse og kan være helt utrøstelige. Andre barn kan bli mer apatiske og følelsesmessig lamslått. Andre kan fortsette nesten som ingenting har hendt som om det skulle være en autopilot som er koblet inn (Dyregrov, 2006).

Dyregrov (2006) hevder det er vanskelig å skille ut sorgreaksjoner som er mer vanlig i forhold til de som er mindre vanlig hos barn. Han har basert sine kliniske inntrykk fra samtaler med

foreldre og barn og brukt uttrykket ”mulig” for å beskrive at de ikke er så vanlige som dem som allerede er omtalt. Han nevner følgende mulige sorgreaksjoner

- sosial tilbaketrekking
- personlighetsforandringer
- grubling over årsak og mening
- vekst og modning

I en mulig sorgreaksjon som sosial tilbaketrekking hevder Dyregrov (2006) at en del barn vil i tiden etter et dødsfall trekke seg tilbake fra kontakten med jevnaldrende og til dels voksne.

Denne type tilbaketrekking kan ha sammenheng med liten forståelse i vennekretsen. I sin sårbarhet overfor kommentarer som lett vekker vonde følelser, garderer barn og ungdom seg mot dette ved å trekke seg unna omgivelsene (Dyregrov, 2006). En venn som har opplevd et dødsfall vet man ofte ikke hvordan dette skal takles. En slik situasjon ”løses” ofte ved å unngå kontakt. Personlighetsforandringer behøver ikke være dramatiske, men kan vise seg ved at man blir mer stille og tilbaketrukne, mer vaksomme og redde. Vekst og modning i tiden etter dødsfallet er vanlig. Økt evne til å vise medfølelse og omtanke for andre, å forstå foreldrene bedre og være stolte av å kunne hjelpe til kan oftest være et resultat av en mulig sorgreaksjon (Dyregrov, 2006)

4. Sorgreaksjoner på uventet tap i forhold de psykososiale utviklingstrinn

I denne delen vil jeg ta for meg hva litteraturen sier om hva som psykososialt skjer i barns utvikling i fra 10 til 20 års alderen, og se dette sammen med kunnskapen om sorg og sorgprosess når det er reaksjon på plutselige tap som har utløst en krisesituasjon. Som sosisonom kan jeg ha kunnskap om dette, og gi råd om hvilke hjelpeordninger som finnes i samfunnet for å kunne hjelpe den unge. Tilbud om hjelp gjennom samtale, foreldre kan trenge råd og veiledning om ungdom sine reaksjoner. Nettverket kan trenge råd og støtte for hva den unge trenger av støtte. Skolen kan ha behov for at jeg kan fortelle hva et barn/en ungdom trenger i den forskjellige aldersgruppe. Men først tar jeg for meg sorgreaksjoner på tap og hva de fører til i forhold de psykososiale utviklingstrinn.

4.1 Sorgreaksjoner på tap i forhold til psykososiale utviklingstrinn

Bugge m.fl. (2003) viser til at barns sorgreaksjoner kan være forskjellig avhengig av alder, personlighet og temperament. Hun hevder det vil være viktig å ha barnas normale sorgreaksjon som et utgangspunkt, og at reaksjonsformer kan forsterkes i sorgen. Det som tidligere har vært vanlig kranling mellom søsken, kan forsterkes til oftere konflikter vist med sinne, slag og spark. Andre barn kan endre atferd med å være stille, trekke seg tilbake og bare være sammen med voksne (Bugge m.fl. 2003).

I sin bok om mennesker i krise og utvikling hevder Cullberg (1997) at en tiåring er psykososialt midt i sin viktigste periode. Samtidig som det er en periode som det bygges gode relasjoner til venner, skal man også være oppmerksom på denne relasjon lett kan ødelegges og få følger for barnets selvfølelse. I denne alderen vil skolen være den institusjon som danner rammen for god trening i å kunne arbeide systematisk og målrettet. I sin bok om sorg hevder Bugge m.fl. (2003) at barn i denne alderen begynner å forstå døden, men har liten kapasitet til å mestre store tap. I denne alderen bruker barn fornektning som forsvarsmekanisme og kan oppføre seg som ingenting har hendt, og gråter bare når de er alene.

Cullberg (1997) nevner at årene fra 10 til 13 år er viktig for å bli akseptert av andre. Årene fremmer det sosiale selvbildet, altså opplevelsen av ens evne til å ha et forhold til kamerater og andre (Cullberg, 1997). Bugge m. fl.(2003) hevder at barn i denne alderen får fram følelser av hjelpeløshet ved tap av en nær person. Ytre sett kan det virke som om barnet mestrer tapet. En mer akseptabel følelse i denne alderen er å vise at en er sint og irritabel. Sammen med en økende grad av kranling er dette måter som kommer til uttrykk for å takle sorgen (Bugge, m.fl. 2003). Hun hevder at barn i denne alderen kan oppleve ulike problemer og reaksjoner i forbindelse med tap, og nevner tristhet og gråt, uro og redsel, utagerende atferd, redd for selv å bli syk som de mest vanlige. I tillegg kommer også konsentrasjonsproblemer og reduserte skoleprestasjoner, endret selvbilde og økt modning (Bugge, m.fl. 2003).

Tenåringsalderen (13-19 år) er de årene der individet gjennomgår store kroppslige forandringer, og det er vanlig å inndele denne perioden i tre avsnitt; førpuberteten, puberteten og ungdomstiden (Cullberg, 1997). Han definerer førpuberteten som en tid da individet tar

spranget inn i kjønnsmodenhet og voksne liv. Perioden preges av at guttene tilhører gjenger og holder jentene på avstand.

Cullberg (1997) definerer puberteten som periode hvor kroppsutviklingen foregår i ujevn takt og individet føler seg hjelpeløs. Plagsomme konfrontasjoner, ikke bare med venner, men også med søsken. Foreldrenes manglende respekt for at den unge har behov for å bli behandlet som et selvstendig individ er også kjennetegn for perioden (Cullberg, 1997). Han hevder videre at alderen kan bære preg av trass, og at ungdom hevder sine interesser. I noen familier kan det oppstå plagsomme kampsituasjoner som kan føre til en langvarig stillingskrig (Cullberg, 1997). Det å være et selvstendig fritt menneske er et behov som skal veies opp mot behovet for å være et lite barn, og pendlingen mellom disse ytterpunktene kan gi seg utslag i aggressiv angrep og krangel med foreldrene (Cullberg, 1997).

Ungdomstiden er en periode hvor det unge menneske fremdeles preges av den påvirkning og opplevelser en hadde i pubertetsperioden (Cullberg, 1997). Det viktigste i denne periode er å utvikle sin identitet og det søkes gjerne etter forbilder som skal etterlignes. Forbildene har sin oppgave å være identifiseringsobjekt fordi foreldrene gjerne ikke holder mål eller kan fylle behovet for den unge. Cullberg (1997) nevner at forbildene gjerne kan være en lærer, idrettsleder eller en politisk leder. Denne identifisering er erfaringsmessig forbigående og må nærmest regnes som symptomer på at det indre trykket midlertidig kan være vanskelig i en rask utviklingsfase. Det er ikke uvanlig at ungdom opplever isolasjon, avvisning og følelse av mindreværd i denne perioden, som videre kan føre til at ungdom blir deprimert (Cullberg, 1997).

Bugge m.fl.(2003) hevder at mange ungdommer som opplever sorg ser at foreldrene strever og har liten kapasitet til å ivareta dem i en sorgsituasjon. I stedet for å motta hjelp selv går de heller inn i hjelperollen i forhold til foreldrene. Ungdom og foreldre kan lett misforstå hverandres sorg. Ungdom opprettholder sin normale fasade og sørger alene, men foreldrene kan tro at de ikke sørger. Ungdom kan tro at foreldre er svært sårbare og tåler lite fordi de voksne er mer konstant i sorgen (Bugge m.fl. 2003).

I boken sin om sorg hos barn hevder Dyregrov (2006) at å hjelpe og gi støtte til ungdom som opplever uventet tap handler om å være menneskelig. Han hevder dette må være en personlig forutsetning, at man har innlevelsessevne og kan vise varme. Samtidig må man ha avstand til

det som har hendt. Det er tross alt ikke sosialarbeideren som har mistet en av sine. I tillegg må man ha kunnskap om barn på forskjellige alderstrinn, deres begreper og sorgmønstre. I denne kunnskapsdelen innbefatter det krav til den profesjonelle å kunne vurdere når ungdom trenger mer omfattende hjelp enn den som er gitt, og kan henvises til videre faglig behandling (Dyregrov, 2006).

4.2 Barns forståelse av døden på de ulike alderstrinn

Barn forståelse av døden utvikles parallelt med dets tankemessige modning gjennom barndommen. I sin bok om sorg hos barn hevder Dyregrov (2006) at barn fra ti års alderen er i stand til å forstå mer av dødsfalls langsiktige betydning. Forfatteren viser også til nyere forskning at barn langt ned i førskolealder har evne til å vise sterk medfølelse. Ikke få foreldre opplever også at barn lukker seg helt med sin sorg, og er lite villig til å samtale om det som har skjedd (Dyregrov 2006).

Allerede fra ti års alderen har barn evne til å kunne reflektere over skjebnen og det som kan virke urettferdig (Dyregrov, 2006). I tillegg til de endringer som skjer på det biologiske, psykologiske og sosial plan kan dødsfall i ungdomsalderen føre til relativt sterke reaksjoner da forståelsen av døden som universell og uunngåelig også vil bety at den er personlig (Dyregrov, 2006).

4.3 Å miste et søsken

Det er slik at barn reaksjoner etter søskens død stort sett vil være de samme som etter foreldres død, men varigheten og de langsiktige konsekvenser vil være mindre (Dyregrov, 2006). Han hevder videre at tap av barn er en av de mest ekstreme påkjenninger som mennesker kan stilles overfor, og vil for de fleste være vanskelig å komme over og forsone seg med. Cullberg (1997) hevder at når en person man står nær, dør, så kan sorgen oppleves som en fysisk smerte, som om en del av ens eget liv ble amputert. Dyregrov (2006) hevder foreldrene blir preget av manglende energi og klarer ikke å ta seg av sin øvrige barn tilstrekkelig. Belastningen for foreldrene når et barn dør vil oftest være langt større og langvarig enn for gjenlevende søsken (Dyregrov, 2006).

I sin bok om sorg hos barn hevder Dyregrov (2006) at et barns dødsfall påvirker i stor grad det følelsesmessige klima i hjemmet, og gjenlevende søsken opplever tap av foreldrenes omsorg og oppmerksomhet. Barna blir vitne til sterke reaksjoner hos foreldrene og kan bli

sentrum for foreldrenes engstelse for at også de skal dø. Dårlig samvittighet og mangel på grensesetting kan få uheldige konsekvenser i ungdomsalderen (Dyregrov, 2006). I sin bearbeidelse av sorg henviser Dyregrov (2006) foreldre til å benytte sorggrupper eller faglig oppfølging. I boken møte med barn i sorg og krise, hevder Simoness (1995) at det er viktig for foreldre som har mistet barn, å ha noen å snakke med. Dette underbygges også av Dyregrov (2006) at kanskje den viktigste hjelpen foreldre kan gi sine barn er at de tar skikkelig vare på seg selv når de konfronteres med det som har skjedd. På denne måten vil de ikke hindre barna i deres sorgarbeid (Dyregrov, 2006).

Foreldre bekymrer seg oftest overfor søskens ”manglende sorg” og viktigst for de voksne da vil være å ikke stille urealistiske og urimelige krav til både omfang og måte som barn skal sørge på (Dyregrov, 2006).

Det hender at når skolebarn dør vil gjenlevende søsken ofte bli utsatt for mange spørsmål fra den døde vennekrets, med den følge av at dette oppleves så plagsomt at de nekter å gå på skolen. Dyregrov (2006) hevder at opplevelsen av at unge mennesker dør så blir andre ungdommer utfordret på antagelser på hvordan verden er. Det er noe som rokker ved deres trygghet, mening med tilværelsen og deres opplevelse av rettferdighet. Barns oppfatning av andre barns død oppleves urettferdig – det er gamle og syke som skal dø, ikke dem som har livet foran seg. Opplevelsen dreier seg om at døden skjer i feil ende av livet (Dyregrov, 2006).

Denne bakgrunn gjør det forståelig at søsken ofte må utvikle nye antagelser om verden, og at det trygge fundamentet i tilværelsen må gis ny grunn. Det som da vil være vesentlig for voksne i nettverket eller skolen, er deres evne til å lytte, delta og gi støtte for at barn og ungdom skal utvikle et nytt fundament å stå på (Dyregrov, 2006).

4.4 Skolesituasjon for en ungdom som opplever tap.

Det som kjennetegner barn i sorg er at de opplever til dels store konsentrasjonsproblemer uten at dette knyttes sammen med tapet (Dyregrov, 2006). På et tidspunkt der sammenhengen mellom konsentrasjonsproblemene og dødsfallet er ikke lenger så åpenbar, hevder Dyregrov (2006) at lærere ikke sjelden kan gi elevene ekstraoppgaver eller irettesettelser som vanskeliggjør problemene til elevene. Det er selvfølgelig ikke ond vilje som ligger bak en slik holdning fra læreren, men heller en manglende kjennskap til barns sorgreaksjoner (Dyregrov, 2006).

I boken om sorg (Bugge m.fl. 2003) hevder hun at sorgreaksjoner som kommer til uttrykk lett forveksles med latskap og blir mistolket av lærere. Det er vanlig at konsentrasjonsproblemer utvikler seg over tid og disse reaksjonene begynner ofte når andre tror sorgen er over. Problemer med å huske fører også til glemsel av lekser og huske det som er lest. Savn og tanker kommer gjerne om kvelden og kan forstyrre nattesøvn med det resultat av at ungdommen kommer uopplagt på skolen neste dag (Bugge m.fl. 2003). Skolen er svært sentral i ungdoms liv, men ungdom i sorg opplever gjerne skolen som et ork som igjen kan føre til dårlige karakterer. Bugge m.fl. (2003) hevder at en undersøkelse fra 1996/97 viser at elever i sorg merkbart gikk ned i karakterer i årene etter tapet. Å glemme ting og komme for sent til timene var noe som ble hyppig rapportert i undersøkelsen.

4.5 Venners opplevelse av død

Ropstad og Tønnesen (1998) hevder at ungdomsperioden preges av sårbarhet i forhold til tap av et familiemedlem og nære venner, fordi de er i en fase med stor emosjonell labilitet. Perioden innebærer ofte et anstrengt forhold til foreldrene fordi de strever med å løsrive seg fra dem. Kommunikasjonsvansker med foreldrene oppstår gjerne i forhold til sorgarbeidet hvis det er venner som dør. De unge vil derfor ha problemer med å gråte i samvær med foreldrene. I stedet viser de sinne, eller de strever med å vise sine følelser. De unge er selv usikre på sin egen grad av selvstendighet og kan føle seg mer ensomme en yngre barn. Opplevelsen av å være "lite forstått" fra før, kan forsterkes i tapet av nær person. *"Ingen forstår eller kan sette seg inn i hvordan jeg har det. Derfor gidder jeg heller ikke snakke med noen om det"* (Ropstad, m.fl. 1998 s.23).

I denne sammenheng kan ungdom være mer sårbar for den minste avvising i miljøet, fordi de også er usikre på sin egen rolle og selvstendighet (Ropstad, m.fl. 1998)

I sin bok om sorg hos barn viser Dyregrov (2006) til at det er svært liten forskning på hva et dødsfall innebærer når en nær venn eller kjæreste dør. Dyregrov sine erfaringer og mange års arbeid i feltet har vist at voksne har oversett og undervurdert den innvirkning venners død har på et barn/ungdom (Dyregrov, 2006). Samtlige sorgreaksjoner som er beskrevet ovenfor kan også gjenfinnes etter venners død. Denne type sorg anerkjennes ikke fra de voksne og medfører at ungdom sjelden får anledning til å snakke om det som har skjedd. Dette kan komme av at foreldre til barn som har en venn som dør uventet, har problemer å ta dette inn over seg fordi det er et noe som også kan hende deres eget barn. Barn har behov for å snakke om sin venns død og helt opp til den senere tid har det vært snakket lite om dødsfall i

vennekretsen. For unge mennesker har følelser vært et tema som ikke har vært lett å vise i gjengen og derfor hatt lett for å bli en ensom sorg (Dyregrov, 2006).

5. Hvordan hjelpe barn og unge i en sorgprosess

I denne delen vil jeg ta for meg sosionomen sin rolle i hjelp til ungdom i bearbeidelse av sorg. Som jeg har beskrevet om psykososiale utviklingstrinn hos ungdom, reagerer de forskjellig i sin sorgbearbeidelse. Dette vil være utgangspunktet for hvordan sosionomen kan nærme seg som en god hjelper i prosessen.

5.1 Hvordan kan en sosionom hjelpe barn og ungdom i sorg

Når en sosionom skal møte unge mennesker i sorg er noe av det viktigste arbeidet å støtte opp om familiens mestring av situasjonen (Bugge, m.fl. 2003). Bugge m.fl. (2003) hevder at mennesker er forskjellige i sin måte å takle sorgen på. Hvordan vi reagerer, er avhengig av mange forhold. Først og fremst hvordan livet er blitt forandret ved at man sørger over den som er mistet og man prøver å tilpasse livet til den nye situasjonen. Hvordan er vi som mennesker? Noen er mer optimistiske, andre er mer følsomme og andre igjen har slitt med tidligere opplevelser i livet. Er det vanlig å snakke om følelser hjemme, eller skal du alltid være sterk og vise at du tåler mye. Hva som er vanlig i vår familie og blant våre venner betyr mye. De som ikke har opplevd sorg selv, eller som ikke fikk lov å sørge da de mistet noen, vet ofte ikke hvor lang tid sorg kan ta. Derfor ser man at de fleste får mest støtte tidlig i sorgen, men sorgen tar ofte mye lenger tid en mange tror (Bugge, m.fl.2003)

Barn og ungdom er en del av familien og det er i denne sammenheng sorgen utspiller seg og skal mestres. I tillegg kommer skolen og vennekretsen. For å kunne yte hjelp bør sosionomen være oppmerksom på at hvordan foreldrene mestrer situasjonen vil ha stor betydning for barna, og i hvilken grad barna blir tatt med i fellesskapet er også avgjørende (Bugge, m.fl.2003). Foreldrenes omsorgsevne blir gjerne redusert hos familier i sorg, og med dette øker barn og ungdoms omsorgsbehov. I slike sammenhenger kan en sosionom hjelpe til og stimulere familien til å snakke sammen, da erfaringer har vist at et familiemedlem oppfatning av situasjonen ofte er ulik (Bugge, m.fl.2003) Ut ifra de psykososiale utviklingstrinn som beskrevet bør informasjonen gis ut fra alder og forståelse, og den må være klar og tydelig (Bugge m.fl.2003).

For sosionomen vil det derfor være nyttig å kjenne til familieforhold, og inkludere alle i familien (Bugge, m.fl.2003). Da det følelsesmessige klima i hjemmet har blitt forandret vil det kunne være nyttig for sosionomen å snakke med familien samlet. Ronge (1998) hevder at foreldre på denne måten kan styrkes, og ved at de blir kjent med at sorgprosessene som beskrevet, er normale i sin bearbeidelse.

Min egen erfaring er hentet fra små lokalsamfunn hvor familieforhold kan være lett oversiktlige. På bakgrunn av dette er det likevel ingen selvfølge at sosionomen kommer tidlige i kontakt med familien. En sosionom kan ha forskjellige posisjoner i lokalsamfunnet, avhengig av hvor vedkommende jobber. Å være aktiv med å kunne tilby sine tjenester kan derfor være nødvendig. En sosionom ansatt i det lokale barnevernet kan tilby å bli medlem i det lokale kriseteam. Gjennom dette kan sosionomen hjelpe barn og ungdom ved å snakke med lærer og medelever, kanskje også delta på foreldremøter. På denne måten kan foreldrene til de andre i klassen få viktig informasjon, og unødvendig spørsmål fra andre medelever kan hindres. En sosionom kan ellers tilby ulike former for praktisk hjelp i familien. Venner kan vise sin vennlighet og oppmerksomhet med å praktisk hjelp i hjemmet (Ronge, 1998). Ronge (1998) hevder også at sørgende trenger noen å drøfte fremtiden med, og støttende personer i omgivelsene kan her bidra til å gi den sørgende et ekstra puff i en periode da det kan være lett å gi opp.

På bakgrunn av dette er også min erfaring fra politietaten i et lite lokalsamfunn. Samtale med de pårørende i nær tid etterpå var godt i en vanskelig tid. At man var der og tok del i sorgen og kunne lytte. Dette var selvfølgelig personavhengig, men engasjementet fra politiet var noe som ble satt pris på. Undersøkelse viser også til dette (Bugge, m.fl. 2003). Foreldre forteller at *måten* hjelpen eller støtten er blitt formidlet, har hatt større betydning enn selve innholdet. Pårørende har vist til personlig engasjement og innlevelse, uttrykt ved at hjelperne har tatt seg tid og vist fleksibilitet, nærhet og varme (Bugge, m.fl.2003):

5.2 Ulike hjelpeordninger fra barnevern og sosialtjeneste

Nødvendig hjelp under ulykker eller andre akutte situasjoner er hjemlet i lov om sosiale tjenester (Sos.tj.l § 3-6,2.ledd). Som ansatt på et sosialkontor kan en sosionom være med å tilby ulike hjelpeordninger. Dette kan være seg hjelp om avlastning i hjemmet for noen, mens økonomisk bistand kan være avgjørende for andre. (Bugge, m.fl.2003)

Barns utviklingstrinn og deres bearbeidelse i sorgen ut i fra alder er beskrevet ovenfor. For å kunne hjelpe foreldrene til forstå barna sine og hvilke behov de har, vil deltagelse i sorggruppe kunne være til hjelp. En sosionom kan bruke sin kunnskap om hvordan familien mestrer sin situasjon ved å møte dem på en god måte, og deltagelse i en sorggruppe vil kunne være et hjelpetiltak som kan bety noe. På sikt kan slik deltagelse hjelpe til med å bedre foreldrenes evne til omsorg for barna.

I Norge finnes det etter hvert en rekke sorggrupper for voksne, men for barn bare sporadisk, fortrinnsvis for barn som har mistet søsken (Dyregrov, 2006). Han hevder at dette er et godt supplement til støtte fra familie og nettverk og eventuelt faglig oppfølging. Foruten at gruppene tjener til normalisering av egne reaksjoner er de også viktig i forhold til utvikling av fellesskap, hjelp til å sortere tanker og følelser. I tillegg kan de forberede etterlatte på reaksjoner og vanskeligheter de går i møte (Dyregrov, 2006). For å ta vare på barna er det beste råd en kan gi foreldre at de selv for anledning til å bearbeide det som har hendt. Det er ikke til å komme forbi at barn blir rammet av lite oppmerksomhet fra sine foreldre som har lite overskudd i sin egen bearbeidelse. I denne bearbeidelse hevder Dyregrov (2006) at foreldre kan nytte sorggrupper eller søke faglig oppfølging ved å henvende seg til helsestasjon, sykehus eller legesenter.

På denne bakgrunn av teori stemmer dette også med egne erfaringer med sorggrupper. For noen år siden ble jeg gjennom politietaten kjent med en familie som så behovet av deltagelse i slik sorggruppe. Det var den gang ett prøveprosjekt, men følelsen av tilhørighet hjalp dem gjennom den verste sorgen. Og var til god hjelp for å komme seg videre.

På den annen side kan en kontakt med en sosionom være viktige fortrolige i sorgen. Ungdom kan ikke beskyttes for vonde følelser, men de kan få hjelp til å uttrykke seg. Små barn kan fortelle om sine tegninger og på denne gi sin informasjon (Bugge m.fl.2003). Større barn kan hjelpes til å fortelle om sine opplevelser eller skrive dagbok. Dette kan hjelpe dem å få forståelse for egne reaksjoner. Man skal likevel vise respekt for at barn og ungdom ønsker kontroll over sin egen situasjon, og kanskje ikke liker at de blir stilt for mange spørsmål (Bugge, m.fl.2003).

Som det fremgår av dokumentert litteratur finnes det altså ikke mange sorggrupper for barn, men som sosionom skal man likevel støtte seg til at det anbefales å utvikle slike (Dyregrov,

2006). I samtale med barn og ungdom kan sosionomen bare anbefale dette og vise til at det vil være nyttig for barn som har vært involvert i dramatiske hendelser. Som med grupper for voksne skal man være på vakt for at medlemmer bygger opp en ny identitet rundt sorgen. Det forutsettes at man knytter til seg barnefaglig ekspertise ved slik etablering (Dyregrov, 2006).

5.3 Å kunne gi støtte over lengre tid

En sosionom som har fått tillitt til unge mennesker som har opplevd uventet tap, kan være viktig i den personlige utvikling for barnet ved å være tilgjengelig på fritiden og aktiviteter i lag. Med sin kunnskap om sorgprosesser hos ungdom vil en sosionom kunne være betydningsfull fagperson utenom hjelpen som gis fra venner og familie. En sorg kan sees i sammenheng med utvikling i alder (Bugge, m.fl. 2003). Sorgen kan være bearbeidet i forhold til alder på barnet da tapet skjedde, men modning og nye utviklingsoppgaver kan gjøre at savnet forsterkes i senere alder. En faglig støtte mener jeg kan være fra en sosionom ansatt ved for eksempel sosialkontor eller familiekontor.

Mange unge mennesker opplever det er lettere å kunne snakke om tapet i møte med venner som har opplevd tap selv, med venner som kjente den døde godt, eller med en kjæreste (Bugge, m.fl.2003). I en undersøkelse beskriver ungdommer det å få noen å snakke med som forstår, som et vendepunkt for deres egen sorg. Mange opplever en enorm lettelse å få snakke om følelser i lag med andre som har opplevd det samme, og opplever håp for framtiden (Bugge, m.fl.2003)

Dyregrov (2006) hevder også at barns forsøk på å mestre det som har skjedd er avhengig av deres alder og modenhet. Likevel er de vanligste reaksjonene nokså like uansett alder. Frykt og fantasi i forhold til det som har skjedd øker med alderen. Barna vil være påvirket av alder og modenhetsnivå i forhold til sosialt press, psykiske konflikter eller familien sine reaksjoner.

Barn og ungdom opplever ofte at omgivelsene er usikre på hvordan de skal oppføre seg i forholdet til tapet (Bugge, m.fl.2003). Hva kan så nettverket gjøre? Med tillatelse fra foreldrene, eventuelt fra den unge selv kan en sosionom i barnevernet gi informasjon om hvilke hjelp som ønskes fra nettverket. I nettverket kan man ofte ha en følelse av at man ikke vet hva man skal si, men det er bra å være åpen for å kunne si at man føler seg litt hjelpeløs. Mange kan bli engstelige for å ”rippe opp” i sorgen (Bugge, m.fl.2003). I mine få samtaler

med mennesker som har opplevd sorg forteller etterlatte om sorgen som alltid er der hver bidige dag og mente det ikke går an å rippe opp i et sår som er åpent. Bare å gi en klem, eller være sammen i stillhet var godt. Det er ikke alltid ord er nødvendig.

Ungdom har erfart at de selv må ta opp tema hvis andre i nettverket vil snakke om det, og på denne måten gi forsikring på at det er OK at de snakker om tapet (Bugge, m.fl. 2003). For en sosionom vil det kunne være viktig å gi informasjon om at familien ønsker åpenhet om tapet, og slik jeg ser det vil slik informasjon også være lettere for den unge som kanskje trenger at noen i nettverket å snakke med.

5.4 Skolen og lærere

Skolen er en viktig arena for barn og ungdom fordi de oppholder seg der store deler av dagen. Hvordan kan skolen og lærere forholde seg til barn og ungdom i sorg? Kan en sosionom kan bidra med sin kompetanse ved personlig oppmøte på skolen hos skolens ledelse. Dette er gjerne ivaretatt i beredskapsplaner som er utarbeidet ved skolen. Før en sosionom kan representere familien er det en forutsetning at det er gitt tillatelse fra foreldrene eller barnet/den unge selv. Slikt samtykke er gjerne underskrevet fra begge parter og et viktig dokument som vil gjøre det lettere å involvere seg for en sosionom.

Bugge m.fl.(2003) hevder at de fleste skoler har utviklet rutiner for akutt støtte i forbindelse med dødsfall, og nevner at skolen ikke må glemme barn og ungdoms situasjon. Det vil også være bra at læreren er bevisst på at sorg er en lang prosess som kommer og går. Hun hevder tidlig involvering med skolen som viktig. Informasjon om når eleven kommer på skolen igjen, deltagelse i begravelse, og hvordan elevene i klassen på forskjellige måter kan bidra med støtte. Dette hevder også Dyregrov (2006) i sin bok om sorg hos barn. Lærerne er en viktig ressurs og har en viktig betydning for ivaretagelse av barn og ungdoms behov. Læreren kjenner eleven, har tillitt, og har kunnskap om involveringspedagogikk og om ulike uttrykksformer som kan benyttes i forbindelse med dødsfallet (Dyregrov, 2006)

En sosionom har gjerne tett kontakt med familien, og i den forbindelse kan man avklare hva som kan fortelles til skoleklassen, jfr. samtykke som nevnt over. Bugge m.fl. (2003) hevder barn og ungdom kan være veldig opptatt av hvordan dødsfallet skjedde, og derfor vil det være viktig at riktig informasjon blir gitt. På bakgrunn av dette kan jeg også vise til eksempel fra politiet. Som polititjenestemann var jeg et par ganger i en skoleklasse og informerte om tragiske hendelser der elever på skolen var involvert. Detaljert informasjon om hendelsen,

opplevde jeg som viktig å gi til skoleklassen, og disse erfaringene kan jeg ta med meg i arbeidet som sosionom.

I tillegg til informasjon i klassen kan det også være viktig at foreldregruppen til skoleklassen blir informert (Bugge, m.fl.2003). Foreldregruppen kan følge opp spørsmål som vil komme fra deres egne barn, fordi mange ungdommer opplever at klassekamerater ikke vet hva det skal si, eller hvordan de skal oppføre seg. Dette kan illustreres med følgende eksempel:

”Da jeg kom (på skolen), var det mange som var veldig overrasket. Veldig snille mot meg liksom. Det var liksom sånn når jeg kom i klassen, at, se der er han. Jeg kan jo skjønne den reaksjonen. Det var noen som med en gang ikke turte å si hei. (Gutt 14 år)” (Bugge, m.fl.2003)

I mange kommuner nyttes kompetansen en sosionom innehar som miljøterapeut i skolen. Skolen sin oppgave å gi støtte kan være mangfoldig. Slik jeg ser det vil en miljøterapeut kunne være den som er støttende når eleven har behov for det. I forhold til alder på barnet er det ulike hjelpebehov. Bugge, m.fl. (2003) nevner barn i småskolealder som viser aggressiv atferd i klasserommet. Å møte barn som viser denne type atferd kan være mer oppmerksomhet i form av tilrettelegging av voksenkontakt, en rolle som kan bekles av miljøterapeuten. Læreren kan med dette konsentrere seg om undervisning, men i samarbeid med miljøterapeuten finne ut av hva som passer best for eleven som trenger hjelp. Noen ganger kan eleven få lov å fingre med noe, eller i andre sammenhenger bli plassert i nærheten av sin lærer.

Ifølge Bugge m.fl.(2003) forteller ungdom om perioder de kan begynne å gråte på skolen. Dette er gjerne i sammenheng med at de sitter mye stille og tankene begynner å vandre. Flere ønsker da gjerne å ha noen å snakke med. Å gå ut av klassen og være sammen med en som kan lytte og gi dem støtte vil være naturlig. Denne oppgaven kan så vel som en helsesøster og sosiallærer være en oppgave for en miljøterapeut i skolen.

På bakgrunn av dette ser jeg viktigheten av en sosionom fra barneverntjenesten eller sosialtjenesten kan ha en viktig rolle i samarbeid med hjemmet og skolen. Dette underbygges av både Bugge m.fl.(2003) og Dyregrov (2006). Det har vist seg i undersøkelser som er utført at lærere observerer endringer i atferd og karakterer hos ungdom som har mistet et familiemedlem (Dyregrov, 2006). Lærerne er usikre på hvordan de skal forholde seg til

endringene, som er rapportert til å være konsentrasjonsproblemer, nedsatt hukommelse og reduserte karakterer. Problemene barn og unge har på skolen blir oppfattet som personlige som de i størst mulig grad må løse selv (Bugge, m.fl.2003). For å kunne hjelpe elevene i skolen, vil en sosionom ansatt som miljøterapeut være en faglig støttespiller og hjelpe til med spesielt tilrettelagt undervisning.

5.5 Veiledning til sosionomen

Som en hjelper vil jeg kort også nevne viktigheten av veiledning. Mine opplevelser fra politietaten i forhold til ulykker der ungdom var involvert, var å bruke kunnskap ut i fra erfaring. Min rolle var formidler og gi informasjon, av og til være støttende til de etterlatte. Ingen form for opplæring, men min erfaring var at min ”tause kunnskap” kom til sin rett i kontakt med de involverte. Som sosionom skal jeg være den profesjonelle som ofte er i kontakt med pårørende og etterlatte. I sin bok om sorg hevder Bugge m.fl.(2003) at kontinuerlig veiledning er viktig for opprettholde engasjement og profesjonalitet. Veiledning er viktig for å forbli gode hjelpere, å få snakke om opplevelser en har hatt med pårørende, lufte egne tanker og følelser, og kanskje få støtte til å holde seg i bakgrunnen i en periode (Bugge, m.fl.2003).

6. Avslutning

I denne oppgaven har jeg tatt for meg hvilke faktorer som virker inn på bearbeidelsen av sorg etter uventet tap hos barn og unge, og hvordan vi som sosionomer kan hjelpe barn og unge i denne sorgprosessen.

I innledningen av oppgaven har jeg tatt for meg begreper og definisjoner for å kunne tydeliggjøre oppgavens innhold. Jeg valgte å ta utgangspunkt i aldergruppen 10 til 20 år og fant med dette ut at barn og unge sin forståelse av dødsfall kan utvikles parallelt med den tankemessige modningsprosess. Sorgens ulike faser kan være de samme hos barn som hos voksne og det kan finnes flere likheter enn ulikheter mellom voksne og barn sin sorg. Savn og lengsel, tanker og følelser hos voksne, kan også oppleves hos ungdom. Det kan likevel være individuelle forskjeller i reaksjoner i krise og sorg. Reaksjonene følger sjelden et fast mønster, kanskje med unntak av sjokkfasen. Følelser som er dominante tidlig i prosessen kan

vende tilbake senere. Mulige sorgreaksjoner hos ungdom nevnes til å være sosial tilbaketrekking, personlighetsforandringer, grubling over årsak og mening, vekst og modning.

Foreldre kan være preget av manglende energi og klarer ikke å ta inn over seg øvrige barn sine behov, men kan heller bekymre seg mer over at de ikke sørger nok over den døde. En hjelp til bearbeiding av sorgen kan for foreldre være deltagelse i sorggrupper. Ved å kunne ta vare å seg selv på denne måten, vil de også gi den beste hjelpen til gjenlevende søsken. For foreldre til barn som har en nær venn som er død er det viktig å være oppmerksom på at deres barn gjerne har de samme sorgreaksjoner som den som mister søsken. Venners sorg anerkjennes ikke på samme måte og kan ha sammenheng med at det finnes lite forskning på hva et dødsfall innebærer når en nær venn eller kjæreste dør.

For en sosionom kan det være viktig å støtte opp om familiens mestring av situasjonen. Tidlig involvering kan være nyttig for en familie som har opplevd uventet tap. Informasjon om stadier i en sorgprosess, etablering av sorggrupper, være en god lytter, nevnes som viktige. På den annen side kan også en sosionom i henhold til lovverket gi råd om økonomisk bistand og avlastning i hjemmet.

Tidlig involvering for en sosionom kan også være viktig overfor skolen, da dette er en arena hvor omgivelsene også kan ha nytte av hvordan de skal møte mennesker i sorg. Venner, foreldre til venner får her kjennskap til nødvendig informasjon som er viktig. Skolen kan ivareta barn og ungdom gjennom beredskapsplaner for akutte hendelser. For barn og ungdom i sorg meldes det om atferdsending og redusering av karakterer, og problemer barn og unge har kan bli oppfattet som personlige som de må klare å løse selv.

Viktigheten av en miljøterapeut i skolen kan bidra til at skolehverdagen blir overkommelig for barn og ungdom i sorg.

LITTERATURLISTE

- Bugge, K.E., Eriksen, H., Sandvik, O., (2003): *Sorg*, Bergen, Fagbokforlaget
- Cullberg, J.(1997): *"Mennesker i krise og utvikling"*, Aschehoug forlag
- Dyregrov, A.(2006): *"Sorg hos barn"*, Bergen, Sigma forlag
- Dyregrov, A.(1999): *"Katastrofepsykologi"*, Bergen: Faktabokforlaget
- Dyregrov, A.(1998): *"Barn og traumer"*, Bergen: Sigma forlag
- Halvorsen, K.(2002): *"Forskningsmetode for helse- og sosialfag"*, Oslo: Cappelen Akademisk forlag
- Ronge, K.(1998): *"Vi som blir igjen"*, Oslo: Grøndahl og Dreyer forlag
- Ropstad, H., Tønnessen, L.K.(1998): *"Elever i vanskelig livssituasjon"*, Høgskoleforlaget
- Simonnes, A., (1995): *"Møte med barn i sorg og krise"*, Det Norske Samlaget

Internett:

Sosialtjenesteloven, <http://www.lovdata.no/all/nl-19911213-081.html>, besøkt 1.3.08 kl.1305

Tidsskrifter:

Dyregrov, A.(2006) *"Komplisert sorg: teori og behandling"*, Norsk psykologforening 2006, nr. 43