



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för socialt arbete

Är mamma en ängel nu?

En kvalitativ studie om barn i sorg, deras förståelse av död samt deras uttryck i sorgen i samband med en anknytningspersons död



Adam 9 år

Socionomprogrammet

C-uppsats termin 6 VT-2011

Författare Cecilia Odenstam, Martina Bolsjö

Handledare Annica Johansson

Abstract

Titel: Är mamma en ängel nu? En kvalitativ studie om barn i sorg, deras förståelse av död samt deras uttryck i sorgen i samband med en anknytningspersons död.

Författare: Martina Bolsjö och Cecilia Odenstam

Handledare: Annica Johansson

Nyckelord: Barns sorg, barn och döden, förlust av anknytningsperson, barns sorgereaktioner

Studien är kvalitativ med en deskriptiv och explorativ ansats och utgår från frågeställningar kring barns förståelse av döden och hur deras sorg kommer till uttryck när de har förlorat en anknytningsperson. Tidigare forskning lästes in och lade grunden för förståelsen under intervjuerna. Empirin samlades in genom fyra intervjuer med tre psykologer och en socionom med psykoterapeututbildning. Genomförandet av studien har varit abduktiv med både förbestämda teman, samt nyttillkomna teman uppkomna genom analys av informanternas svar. Syftet med studien är att uppmärksamma hur barn upplever sorg och resonerar kring död i samband med en anknytningspersons död genom att utgå från psykologers/psykoterapeuters erfarenheter av att träffa barn i åldrarna sex till tio år som befinner sig i sorg, samt beskriva hur barnens sorgereaktion kommer till uttryck, detta för att ge vuxna och professionella en större förståelse för barns behov i sorg. Teorierna som används i studien är Piagets utvecklingspsykologi, Bowlbys anknytningsteori, Ainsworths klassifikation av anknytningsbeteende och Fyhrrs sorgeteori. Resultatet och analysen visar på hur barnets förståelse av döden påverkas av dess kognitiva utveckling samt att deras sorgereaktioner kan variera beroende på ålder, kön och omständigheter i barnets inre och yttre värld. Resultatet och analysen visar också på att vuxna behöver tala om döden med barn på ett sätt som de förstår så att förståelsen blir konkret och inte fylld med fantasier. Diskussionen tar upp att barnet behöver få sörja på sina egna villkor där vuxna tar emot deras sorg för att barnet ska kunna ta sig igenom sorgen och kunna gå vidare. I diskussionen anser vi också att barn behöver sörja när sorgen uppstår så att de inte får problem senare i livet på grund av obearbetade känslor och att ansvaret för detta ligger hos vuxna.

Martina Bolsjö och Cecilia Odenstam Göteborg 2011-04-20

Förord

Ett varmt tack till alla som gjorde denna studie möjlig.

Ett stort tack till våra informanter som ställde upp med intervjuer, er medverkan och era erfarenheter gjorde vår uppsats intressant.

Tack till våra familjer!

Tack

Henrik och barnen Amanda, Alexander, Adam och Agnes för ert otroliga tålamod när vi behövt ha det tyst runt omkring oss och ert goda humör som gjort det lite roligare i vardagen.

Ett extra tack till Adam, 9 år, som illustrerade bilden på framsidan.

Tack

Johan för att du bidragit med idéer, stått ut med ensamma kvällar samt muntrat upp efter långa dagars skrivande.

Tack Annica Johansson, vår handledare, för kloka kommentarer och snabba svar.

Tack Mikael Kurkiala för att du tog dig tid att ge oss värdefulla synpunkter på innehåll och struktur.

Sist men inte minst tackar vi varandra för gott samarbete, många goda skratt och givande diskussioner som förgyllt långa arbetsdagar och kvällar.

Innehållsförteckning

1 Inledning	7
2 Syfte	7
2.1 Frågeställningar	8
2.2 Avgränsningar	8
2.3 Definition av ord relevanta för studien	8
3 Bakgrund	9
4 Tidigare forskning	11
4.1 Inledande diskussion kring tidigare forskning	11
4.2 Barns förståelse av döden	11
4.2.1 Barns förståelse av döden vid olika åldrar	12
4.2.2 Var barnet tror att den döda är	14
4.3 Barns sorg	14
4.3.1 Faktorer som kan försvåra barnets sorg	15
4.3.2 Hur barn upplever att vuxna sörjer	17
4.4 Sorgereaktioner vid åldrarna sex till tio	17
4.4.1 Flickor och pojkars olika reaktioner	19
5 Teoretiska perspektiv	20
5.1 Inledande diskussion kring teorier	20
5.2 Piagets utvecklingsteori	20
5.3 Bowlbys anknytningsteori	22
5.4 Ainsworths klassifikation av anknytningsbeteende	22
5.5 Sorgeteori	23
6 Metod	24
6.1 Vetenskaplig utgångspunkt	24
6.2 Förförståelse	24

6.3 Tillvägagångssätt.....	24
6.4 Metodval.....	25
6.5 Val av datainsamlingsmetod.....	25
6.6 Val av teorier.....	26
6.7 Urval.....	26
6.8 Intervjuer.....	28
6.9 Analysmetod.....	28
6.10 Validitet.....	29
6.11 Reliabilitet.....	30
6.12 Generaliserbarhet.....	30
6.13 Etiska reflektioner.....	30
7 Resultat.....	31
7.1 Sammanfattning av resultat.....	31
7.2 Presentation av informanter.....	32
7.3 Redovisning av resultat.....	32
7.3.1 Tema död.....	32
7.3.2 Barns förståelse av döden vid olika åldrar.....	33
7.3.3 Var barnet tror att den döda är.....	33
7.3.4 Tema sorg.....	33
7.3.5 Hur barn upplever att vuxna sörjer.....	34
7.3.6 Tema sorgereaktioner.....	34
7.3.7 Sorgereaktioner vid åldrarna sex till tio.....	35
7.3.8 Faktorer som kan påverka barnets sorg.....	36
7.3.9 Flickor och pojkars olika reaktioner.....	37
8 Analys.....	37
8.1 Redovisning av analys.....	37
8.1.1 Tema död.....	37
8.1.2 Barns förståelse av döden vid olika åldrar.....	39
8.1.3 Var barnet tror att den döda är.....	40
8.1.4 Tema sorg.....	40
8.1.5 Hur barn upplever att vuxna sörjer.....	42

8.1.6 Tema sorgereaktioner	43
8.1.7 Sorgereaktioner vid åldrarna sex till tio	45
8.1.8 Faktorer som kan påverka barnets sorg	46
8.1.9 Flickor och pojkars olika reaktioner	47
8.2 Konklusion.....	48
9 Diskussion	50
9.1 Förslag till vidare forskning.....	51
10 Referenser	52
Bilagor	
1. Intervjuguide.....	55
2. Checklista.....	56
3. Informationsbrev, första utskick	57
4. Informationsbrev, andra utskick	58
5. Informationsbrev till Lotta Polfeldt.....	59
6. Analysguide	60

1 Inledning

En flicka som deltog i Rädda Barnens stödgrupper uttryckte sin sorg och saknad på följande sätt: Hon färglade några cirklar på ett papper med olika färger som symboliserade de känslor hon bar på efter det att hennes pappa dött. Där fanns mycket svart som sorg. Där fanns mycket rött som i ilska. Där fanns även lite gult som var glädje över att livet gick vidare. I mitten av cirklarna hade hon ritat ett litet runt hål. Det var ett kulhål, sa hon. Ett tomrum. Det skulle alltid finnas där (Gyllenswärd 2001 s 8).

Citatet ovan skildrar hur en liten flicka uttrycker sin sorg med hjälp av pennor och papper. Barn uttrycker sin sorg på sitt eget individuella sätt och för att kunna förstå och möta barnet utifrån deras egna villkor i sorgprocessen anser vi att det behövs kunskap som bygger på deras egna uppfattningar och föreställningar kring sorg och död. Med den här utgångspunkten har vi genom vår studie valt att lyfta fram barnets tankar, känslor och reaktioner när det har förlorat en anknytningsperson. Genom hjälp av olika professioners erfarenheter har vi koncentrerat oss på detta sett ur ett barns perspektiv. Vi har båda erfarenhet av att ha arbetat med barn och ungdomar i olika situationer och har då mött barn som av olika anledningar inte haft det lätt i livet. Vi har sett hur barn blivit utelämnade på grund av de vuxnas problem och att barnet självt inte haft någon möjlighet att påverka sin situation. Det är vår uppgift som vuxna och professionella att framhäva barns rätt till sin egen sorg.

2 Syfte

Studien syftar till att uppmärksamma hur barn upplever sorg och resonerar kring död i samband med en anknytningspersons död genom att utgå från psykologers/psykoterapeuters erfarenheter av att träffa barn i åldrarna sex till tio år som befinner sig i sorg, samt beskriva hur barnens sorgereaktion kommer till uttryck för att ge vuxna och professionella¹ en större förståelse för barns behov i sorg.

Med denna studie vill vi öka vår förståelse för barnets tankar kring döden samt deras uttryck i sin sorg för att på så sätt kunna möta barnet där barnet är, mitt i sin sorg. Vi vill kunna samtala med barn om deras svårigheter utifrån barnets egen förståelseram. Målet med studien är att öka och utveckla dessa kunskaper dels för att det ska komma till nytta för barnet i sin sorg men också för att vuxna och professionella ska ta barnets sorg på ett större allvar.

¹ Vi avser de som kommer i kontakt med barn i sitt yrkesliv

2.1 Frågeställningar

- Hur uppfattar barn döden i åldrarna sex till tio år, när de förlorat en anknytningsperson genom dödsfall?
- Hur sörjer barn i åldrarna sex till tio år, när de förlorat en anknytningsperson genom dödsfall?
- Hur ser barns sorgereaktioner ut i åldrarna sex till tio år, när de förlorat en anknytningsperson genom dödsfall?

2.2 Avgränsningar

Åldrar

Studien undersöker barn i åldrarna sex till tio år. Dessa åldrar blir relevanta för studien då barnens kognitiva utveckling kommit till en nivå då tänkandet blivit gradvis mer strukturerat och likt vuxenvärldens. Andersson (1995) menar att barnen vid dessa åldrar börjar nå en insikt om att döden är oåterkallelig (Andersson 1995). Vidare har vi avgränsat studien till att enbart omfatta sex- till tioåringar med en kognitionsnivå normalt för en sex- till tioåring, dvs. barn utan psykisk/neuropsykisk funktionsnedsättning.

Undersökningsområde

Studien fokuserar inte på hur vuxna *bemöter* barn i sorg eller på hur barnen bemöts i sina sorgereaktioner. Studien lyfter istället fram *hur* barn sörjer och hur de uttrycker sig i sin sorg, vilket vi anser blir till hjälp för vuxna och professionella då de bättre kan möta barn i sorg på barns egna villkor.

Anknytningsperson

Anledningen till att studien avgränsades att endast handla om barnets förlust av anknytningsperson genom dödsfall, och inte andras död, var för att anknytningspersonen är en så pass viktig del av sex till tioåringens liv och identitet. Worden (1996) menar att den förlust som ger störst konsekvenser för ett barn är när en förälder dör. För de flesta barn är föräldern deras viktigaste person som hjälper dem genom utvecklingsstadier. Att förlora en förälder genom dödsfall, och de konsekvenser och förändringar det innebär i barnets familj, ändrar hela kärnan i barnets existens (Worden 1996).

Tidsdimension

I studien finns ingen tidsdimension, dvs. den undersöker barns sorg, syn på död samt deras sorgereaktioner utan att ta hänsyn till hur lång tid som gått efter dödsfallet av en förälder.

Beroendevariabler

De beroendevariabler som vi valde att lyfta fram var kön, ålder samt omständigheterna kring dödsfallet.

2.3 Definition av ord relevanta för studien

Barn: I studien avses barn sex till tio år med en kognitiv utveckling normalt för en sex till tioåring, utan psykisk/neuropsykisk funktionsnedsättning.

Kognition: De tankefunktioner som hanterar information och kunskap. Till de kognitiva funktionerna räknas bland andra begreppsbyggnad, resonering och problemlösning. Den kognitiva utvecklingen handlar om en utveckling av de intellektuella funktionerna som tänkande, förståelse och tolkande (www.ne.se)

Sorg: Sorg är en reaktion på en förlust, individens alldeles personliga upplevelse av en förlust (Stening 1999). Sorgen är ingenting som avslutas utan det handlar mer om att den som mist en betydelsefull person omskapar sin relation till denne (Gyllenswärd 2001).

Att sörja: Den process som gör att man slutar förvänta sig att den döda ska komma tillbaka samt frigör energi som varit förknippad med den som är död (Stening 1999).

Sorgearbete: Målet med sorgearbete är att reducera kraften i de band som fanns till den som dött. På så sätt blir den som sörjer mer fri att knyta känslor och förhoppningar till någon annan istället (Gyllenswärd 2001).

Anknytningsperson: Person som vårdar barnet, ger det mat, värme, tröst, uppmuntran och kärlek. Det är den som visar barnet världen och som ger det orden (Foster 1990).

Barnet växer upp med anknytningspersonen som i goda förhållanden ansvarar för att barnet får närhet och trygghet, samt ger den bästa grund för utveckling till mognad, öppenhet och självständighet (Sylvander/Hägglund 1980). Vanligtvis är det föräldrarna som är anknytningspersoner, men det kan också vara en annan vuxen som barnet växer upp med.

Barnets perspektiv: Begreppet barnperspektiv skiljer sig från begreppet barnets perspektiv. Barnperspektiv används när vuxna ska se till barnets bästa t.ex. utifrån barnkonventionen. När barnet får representera sitt eget perspektiv, dvs. när vuxna frågar barnen själva, kallas det istället för barnets perspektiv. I uppsatsen används detta perspektiv.

3 Bakgrund

Under år 2010 handlade 9,4 % (2227 st.) av barns samtal till BRIS om sorg och 8,5 % (2026 st.) om existentiella/livsfrågor. Av de barn som behövde prata om sorg var 83,4 % flickor och 15,4 % pojkar och av dem som behövde prata om existentiella/livsfrågor var 79,7 % flickor och 19,5 % pojkar (BRIS 2011). Av dessa siffror drar vi slutsatserna att många barn i Sverige har ett behov av att prata om dessa frågor och att flickor oftare kontaktar BRIS än pojkar för att prata om sorg och död/liv.

Karlsson (1977) skrev i sin studie att barns upplevelser och reaktioner i samband med sorg och död hamnar i skymundan och påpekar att det finns ett påtagligt behov av mer kunskap om barns upplevelse av sorg och deras sorgereaktioner (Karlsson 1977). Detta är skrivet för trettiofyra år sedan och därför finner vi det anmärkningsvärt att problemet kvarstår. År 2011 kan vi på Rädda Barnens hemsida läsa att tretusen barn i Sverige förlorar en förälder eller ett syskon varje år och trots att det idag finns en medvetenhet och kunskap om barns sorg är det långt ifrån alla barn som får någon hjälp eller något stöd (www.rb.se). I Rädda Barnens rapport (2008) *”Stöd till barn i utsatta situationer – en fråga om bostadsort”* undersöktes kommunernas insatser till barn i sorg och rapporten kom fram till att den grupp som erbjuds minst stöd i grupp är de barn som mist en nära anhörig genom dödsfall. Stödverksamheter i grupp för dessa barn är få, och när de finns är det ofta kyrkan som bedriver dem. Inte ens fem procent av kommunerna erbjuder sådant stöd, och inget landsting har svarat ja på frågan om de erbjuder gruppstöd till barn som förlorat en anhörig. Individuella krissamtal till barn i sorg erbjuds i fjorton (Rädda Barnen 2008) av Sveriges tjugo landsting (www.skl.se), och i knappt hälften av de svarande kommunerna (Rädda Barnen 2008). Mot denna bakgrund menar vi att

kunskap om barns egen förståelse och tankar kring sorg är något som hela tiden behöver aktualiseras.

Att förlora föräldrar under barndomen är något av den största tragedi som kan hända. Föräldrarnas kärlek till barnet omger hela dess värld och det är föräldrarna som fyller barnets behov av närhet, bekräftelse och kärlek. En förlust av en förälder innebär därför också att den trygghet som finns hos barnet raderas för en tid (Foster 1990). Barnets förståelse av sorg relateras till vuxnas sätt att tala om sorg. I den svenska kulturen förmår inte vuxna på ett naturligt sätt prata med barn om sorg och död och många av de frågor som barn ställer till vuxna slätas över eller omskrivs och blir istället otydligt för barn att förstå. Barn är konkreta i sitt tänkande och har inte förmåga att omvandla konkreta betydelser till abstrakta dvs. barnet förstår inte att meningarna: pappa har gått bort och: pappa är död betyder samma sak (Fahrman 1993). Barn klarar av att höra sanningen och de känner av sinnesstämningar från vuxna i samband med ett dödsfall. Om barn inte får veta vad som verkligen har hänt använder de sin egen fantasi till att få en förståelse över händelsen vilket i sin tur kan bli mycket värre eftersom barnet då kan förvränga verkligheten (Stening 1999). Döden är i stort sett något okänt och avlägset som hör hemma på sjukhus, dit barnet många gånger inte får följa med (Sylvander/Hägglund 1980). Vuxna tror ofta att de skyddar barnet genom att inte tala om vad som hänt den döda. Varje uteblivit ord, undflyende blick och lögn förstärker bara den svåra upplevelse och de föreställningar som barnet bär på (Sjöqvist 2005). När vuxna vill skydda barnet från plågsamma upplevelser utgår vuxna från sitt eget vuxenperspektiv och därmed förminskar vuxna barnets inneboende resurser för att på ett fullgott sätt hantera de allra svåraste utmaningarna i livet, dvs. att förlora den viktigaste personen som finns (Stening 1999). Barn har samma behov som vuxna att göra dödsfallet begripligt och verkligt (Dyregrov/Hordvik 1995).

Både svensk och internationell forskning har kommit fram till att barn som förlorat en förälder genom dödsfall i större utsträckning drabbas av allvarliga konsekvenser än barn som inte mist en förälder. I en brittisk artikel beskriver Dowdney (2003) att dessa barn löper större risk att utveckla psykisk ohälsa, än barn som inte förlorat en förälder. I Rapports inlägg ”*Svår förlust kan förkorta livet*” (www.svt.se/110322) visades en nypublicerad studie gjord av Stockholms universitet. Studien kom fram till att barn som mist en förälder genom dödsfall riskerar att dö i förtid jämfört med barn som inte mist en förälder. Dessa studier anser vi visar på vikten av att barns sorg tas på allvar. Mot denna bakgrund och genom vårt intresse för problemområdet samt den tidigare forskning som ligger till grund för vår studie ser vi det som högst angeläget att det ges en ökad förståelse och kunskap kring hur barn tänker, känner och reagerar när de förlorat en betydelsefull person i sitt liv så att de ges möjlighet att med hjälp av ett kunnigt bemötande förstå sin sorg och komma vidare i livet.

4. Tidigare forskning

4.1 Inledande diskussion kring tidigare forskning

Av den tidigare forskning som legat till grund för vår förförståelse var sju av tjugosju böcker/studier internationella och representerar länderna Norge, Storbritannien och USA. Dessa tre länder är återkommande inom forskning som rör barns sorg, vilket visades i våra litteratursökningar. Anledningen till att vi lyfter fram internationell forskning är för att ge studien en fylligare bild då det visar hur ämnet diskuteras utanför Sverige.

Sammanfattningsvis skiljer sig inte innehållet i litteraturen anmärkningsvärt åt mellan länderna utan förstärker uppfattningen om vad forskare kommit fram till när det handlar om barns sorg. En författare som utmärker sig är dock Worden (1996) då han lyfter fram brister han anser finns i befintliga studier om barns sorg. Worden (1996) menar att en brist har att göra med källorna. De flesta studier har använt lärare eller föräldrar som informanter och barnens egna röster kommer sällan till tals. En annan brist som påpekas är att studier sällan görs longitudinellt, vilket Worden (1996) menar vore att föredra, då anpassningen till en sorg tar lång tid. Barns sorgereaktioner hänger inte bara ihop med mognad utan även hur lång tid som gått efter dödsfallet (Worden 1996). I sin studie lyfter Worden (1996) fram betydelsen av religiös tillhörighet i relation till barns sorg vilket även Webb Boyd (2010) gör. Vi anser inte att religionens betydelse varit tillräckligt framträdande i den övrigt undersökta litteraturen.

4.2 Barns förståelse av döden

Barnets funderingar och reaktioner i samband med att någon dör är fortfarande för många vuxna ett obekant område och Hartman (1986) menar att fokus har legat på *hur* barn tänker och *hur* de ger struktur åt sin omvärldsuppfattning men inte så mycket på *vad* det är barn tänker i förhållande till livsfrågor kring liv och död, vilket spelar roll för att få kunskap om barn och deras förutsättningar i förhållandet liv och död (Hartman 1986).

Tankar kring döden sysselsätter många barn men oftast ser vuxna döden som något som inte hör hemma i barnets värld (Johansson/Larsson 1976). Döden är ett ämne som få talar om och när barn tar upp dessa tabubelagda frågor blir det ett problem för de vuxna. Barn vill förstå dödens yttre premisser och få grepp om vad döden innebär. Samtidigt har barn ett förhållningssätt till döden som skapas utifrån omständigheter, ålder och tidigare erfarenheter. Barn vill gärna veta men blir då frågorna belagda med tabu ökar barnets osäkerhet och förvirring kring döden (Hartman 1986). De vuxnas sätt att tränga bort eller kamouflera tankar om döden gör att barnet begränsas i sina möjligheter till kunskap och förståelse av den (Johansson/Larsson 1976). Webb Boyd (2010) menar att varje barn har rätt att få veta alla detaljer kring döden eftersom barns funderingar pågår tills någon ger dem ett svar. Däremot är det av vikt att presentera svaren så att de överensstämmer med barnets mognad och ålder (Webb Boyd 2010).

Barn ska ha möjlighet att acceptera döden som en naturlig del av livet och det är vuxnas och professionellas ansvar att tala om döden på ett sunt och icke skrämmande sätt för att barn ska få en realistisk uppfattning om vad död innebär (Stening 1999). Vuxna överför både medvetet

och omedvetet sin förvärvade rädsla för döden till barnet vilket bygger upp ett onaturligt förhållande till döden redan när barnet är litet (Kübler-Ross 1987). De existentiella frågorna saknar självklara svar och de svar som ges handlar mer om att tycka, tro eller känna och mer sällan om att verkligen veta. Som vuxen är det okej att inte veta men att ändå svara så ärligt som möjligt (Stening 1999). Barn behöver en verklighet som håller ihop och det är viktigt för barn att känna till livets mörka sidor, dvs. död och sorg för att det utsatta barnet ska kunna ha något att identifiera sig med (Bendt 1993).

Ofta blir barnets första erfarenhet av döden ett krisartat tillstånd där de vuxna inte har någon känslomässig ork att besvara alla barnets frågor. Eftersom barn inte kan ha samma erfarenhet som vuxna kring döden medför det att barns föreställningar om dödsbegreppet blir obegriplig i deras tankevärld. Barnets begreppsvärld och föreställningsförmåga är beroende av de vuxnas egna perspektiv i livsåskådningsfrågor (Foster 1990) och hur vuxna svarar på barns frågor kring döden kan vara avgörande för hur de kommer att kunna hantera sitt eget sorgearbete (Stening 1999).

4.2.1 Barns förståelse av döden vid olika åldrar

Barns uppfattning om döden utvecklas i takt med barnets kognitiva mognad, därför kan utvecklingen av dödsbegreppet ske olika snabbt (Dyregrov 2008). Vad som verkar vettigt för en nioåring kan vara obegripligt för en femåring (Jewett Jarratt 1996). I åldrarna fem till tio år utvecklas successivt en förståelse av döden som ett oåterkalleligt tillstånd (BRIS 2007). Före sex till sju års ålder förmår inte barnet ha någon kontinuerlig förståelse av vad liv och dess existens innebär (Dyregrov 2008), döden kan då fortfarande vara personifierad, en konkret varelse med oerhörda krafter (BRIS 2007). Likaså kan barn ha en föreställning om att den som är död kommer att komma tillbaka precis som när någon har varit på en längre resa (Webb Boyd 2010).

Magiskt tänkande

Utifrån ett utvecklingspsykologiskt perspektiv är barn präglade av ett magiskt tänkande, där de ser sig själva som orsak till det mesta som sker (Dyregrov 2008). Barnet bär med sig det magiska tänkandet över i stort sett hela barndomen. Det magiska tänkandet innebär att barnet tillskriver sig själv mycket av det som sker och detta beror på barnets bristande förmåga att se orsakssamband och mening med det som sker i livet (Foster 1990). Barn föreställer sig att deras egna känslor och tankar kan påverka händelseförloppet, t.ex: det är mitt fel att mamma dog eftersom jag önskade att hon skulle dö när jag var arg på henne (Björklund/ Eriksson 2000).

Åldrarna sex till åtta

Vid sexårsåldern finns en uppfattning om hur kroppen fungerar biologiskt och vad som inte fungerar när någon dör. Om barnet inte ges fakta om det som hänt när någon dör skapar barnet själv ett orsakssammanhang, t.ex. dog mamma för att jag gjort något dumt eller ville mamma dö? Barnet fyller i de luckor som finns med sin egen fantasi (BRIS 2007). I Johanssons/Larssons (1976) studie beskrivs hur sex- till åttaåringarna funderar mycket på hur det är att vara död och har svårt att acceptera döden medan tioåringen mer inriktar sig på vad som händer efter döden, på det okända (Johansson/Larsson 1976). Barnets konkreta föreställningar kring döden skiljer sig i den förståndsmässiga uppfattningen och utmärkande

för sex- till åttaåringarna är hur de ofta knyter an till konkreta händelser och enstaka aspekter, t.ex. när ambulansen kommer eller när mamma ligger i graven (Dyregrov/Raundalen 2007). Här tänker barnet i kategorier som bra/dåligt eller alltid/aldrig och de översätter ord till konkreta bilder, vilket kan leda till missförstånd (Jewett Jarratt 1996). Ett barn som hört att morfar gått bort kan få ångest när det får höra att mamma ska gå bort när hon egentligen ska gå på fest (Fahrman 1993). Barn i sju och åtta års ålder kan förstå döden både som en yttre händelse, t.ex. olyckor och som en inre process där kroppen på grund av sjukdom eller hög ålder inte orkar fungera längre (Dyregrov/Raundalen 2007). Även om barnet förstår den inre biologiska processen vid ett dödsfall handlar funderingarna mer om vad som orsakat döden (Johansson/Larsson 1976). Barnet kan vidare ha svårt att förstå resonemang som skiljer den biologiska kroppen från själen dvs. att förstå hur den som är död kan ligga i graven men också samtidigt vara uppe i himlen (Dyregrov/Raundalen 2007).

Åldrarna nio till tio

I nio- till tioårsåldern inträffar ett avgörande steg i den mentala utvecklingen. Barnet har en större förståelse för att vi alla ska dö, insikten finns att när någon dör träffas vi aldrig mer. Begreppet död blir ett reellt hot mot det egna jaget, vilket i sin tur medför existentiell ångest och maktlöshet. Den här insikten skapar rädsla, t.ex. från tankar att det finns spöken i garderoben till ett verkligt dödsfall där barnet förlorar sin mamma eller pappa (BRIS 2007). En del barn har en stor önskan om att dess döda förälder ska komma tillbaka men för en del barn kan det bli en obehaglig tanke beroende på hur dödfallet gått till och om barnet hade möjlighet att få se sin förälder när den dött, t.ex. när en flicka i tioårsåldern är skräckslagen när hennes pappa har dött eftersom hon är rädd att han ska komma tillbaka och se ut som efter olyckan. Den här flickan fick inte möjlighet att se sin pappas kropp när han var död (Gyllenswärd 2001).

Barns tankar, i åldrarna nio till tio, kretsar mycket kring vem som har makt över tillvaron, att alla andra känner likadant som barnet och att det finns rättvisa och mening med allt som händer i världen. Eftersom barn uppfattar världen som rättvis förväntar de sig också att allt ska vara bra så länge de själva är snälla (Foster 1990). Barnet förstår också, med smärta, att människan är utelämnad åt starkare krafter som kan slå till när som helst. Därför kan denna ålder vara extra svår för barnet att möta döden i, när det ser och förstår utan att ha den intellektuella förmågan att hantera den starka upplevelsen. Ett yngre barn kan fantisera om att den döda kommer tillbaka, men ett äldre barn som förstår att döden är oåterkallelig måste hitta andra sätt att stå ut med sorgen (Gyllenswärd 2001). Det grubblar över meningen med det inträffade och hur orättvis världen egentligen är (Dyregrov/Hordvik 2000). I de här åldrarna förstår barnet att en traumatisk händelse kan hända igen vilket bekräftas dagligen via media och TV. De har fått större kontroll över vad de själva kan påverka och inte påverka vilket kan skapa självförelösa i vissa sammanhang. Barnet kan i tanken förändra händelseförloppet och själv fundera på vem som bär skulden till dödsfallet. Det kan reflektera över händelser och sätta ord på sina tankar och känslor. Denna ökade kognitiva mognad skapar möjligheter till en bättre förståelse (Dyregrov 2010) men förståelsen ger även en djupare ångest över allt som kan hända (BRIS 2007). När barnet närmar sig tioårsåldern blir dess föreställning om döden mer abstrakt och döden får en djupare betydelse (Dyregrov

2008). Barnet har nu börjat förstå synonymer till döden, t.ex. avliden eller lämnat jordelivet (Johansson/Larsson 1976) och barnet har förmåga att förstå konsekvenserna av ett dödsfall. Tankar kring rättvisa och orättvisa blir ännu starkare och även förståelsen för vilka förändringar och konsekvenser ett dödsfall ger på det biologiska, psykologiska och sociala planet (Dyregrov 2008). Tioåringens definition av döden är mer på en logisk och biologisk nivå. Barnet känner till att hjärtat har slutat pumpa eller att hjärnan dör och genom insikten att döden är oåterkallelig skapas också dödskräck hos en del barn (Johansson/Larsson 1976).

4.2.2 Var barnet tror att den döda är

Även om det finns en begränsad kunskap om barns förståelse av döden i olika kulturer, visar tidigare forskning att tidpunkten för barns förståelse av döden inte skiljer sig åt i de olika delarna av världen. Däremot finns skillnader i hur barn informeras, involveras och får ta del av olika ritualer kring dödsfallet (Dyregrov 2008). Boyd Webb (2010) lyfter även fram den religiösa trons betydelse för barns förståelse av döden. Det växande barnet socialiseras in i det sociala system som är uppbyggt av samhället men också av den individuella familjen och dess normer, samt trossystem. Då döden är obegriplig för barnet uppstår en förvirring, därför måste barnet använda sig av sin unika logik för att försöka förstå. När barnet har en tro om att den döda tas om hand av någon annan som tidigare dött stillar detta barnets oro, då barnet får en föreställning om att föräldern har det bra nu (Boyd Webb 2010).

4.3 Barns sorg

När en förälder försvinner ur barnets värld, brister också hela grunden för tillvaron. Allt som är invant hos barnet kastas omkull och förutom förlusten av en förälder förlorar barnet även den familj som fanns innan dödsfallet (Andersson 1995). Trots att barnet inte förstår innebörden av döden känner det saknad och sorg (Sylvander/Hägglund 1982). Gyllenswärd (2001) menar att barns sorg är lika intensiv som vuxnas, men att de inte sörjer på samma sätt som vuxna, eftersom de inte kan (Gyllenswärd 2001). Barn har en känslomässigt begränsad kapacitet att vara i sin sorg och behöver därför gå in och ut ur den periodvis (Boyd Webb 2010). En vuxen som sörjer tar ofta en paus från livet, men det kan inte barnet göra. Det fysiska och psykiska livet måste gå vidare och därför måste sorgbearbetningen ske parallellt med de behov som utvecklingen kräver. Barnet behöver närma sig sin sorg på sina egna villkor och när de själva känner sig redo för det (Gyllenswärd 2001).

Barnets sorg tar sig uttryck psykiskt, fysiskt, socialt och existentiellt och ger ångest över det obegripliga som skett. En ensamhet kan uppfylla barnet som ofta känner sig annorlunda och olikt andra barn. Sorgen är en lång och smärtsam process och det är viktigt att barnet ges möjlighet att vara delaktigt i ritualer och ceremonier kring ett dödsfall då det hjälper dem att bearbeta sin sorg och bidrar till att göra det överkliga verkligt. Barns sorgearbete handlar till mesta dels om att göra det som hänt begripligt och konkret (Björklund/Eriksson 2000). När barnet drabbas av sorg kan det stanna i sin utveckling eller gå tillbaka till en tidigare utvecklingsfas. Efter en lyckad sorgprocess kan barnet återgå till den utvecklingsfas som de åldersmässigt befinner sig i (Gyllenswärd 2001).

Barns sorgearbete inkluderar både den känslomässiga och den tankemässiga bearbetningen av det som skett (Dyregrov 1990). Föräldrarnas sätt att sörja blir en förebild för barnet genom deras förmåga att acceptera eller förneka dödsfallet. Huntley (1996) menar att barn är beroende av tre element för att kunna komma igenom sorgen: att förstå, att sörja och att minnas (Huntley 1996). Gyllenswärd (2001) lägger till ytterligare ett element vilken är att lära sig att fortsätta att leva och älska igen (Gyllenswärd 2001).

Att förstå: När barnet vet att den döda inte längre är vid liv och aldrig mer kommer att finnas i deras vardag har barnet förstått att den döda är död. Genom att ge så tydlig information som möjligt om vad som inträffat slipper barnet fylla i eventuella luckor med hjälp av sin fantasi (Huntley 1996).

Att sörja – att känna sorg: Barnet sörjer när det arbetar sig igenom de känslor som ingår i sorgen. För att kunna ge utlopp åt sin sorg kan ritualer vara användbara, det kan handla om begravningssceremonin. Ett vanligt problem för barns möjlighet att kunna sörja är att vuxna oftast står för besluten kring dessa ritualer och ibland glöms barnens behov av att få vara med och ta farväl bort (Huntley 1996).

Att minnas (Huntley 1996) och älska igen (Gyllenswärd 2001): Huntley (1996) menar att det kan vara viktigt för barnet att få minnas den avlidne tillsammans med andra sörjande (Huntley 1996). Gyllenswärd (2001) menar också att barnet behöver minnas för att kunna bearbeta relationen till den avlidne (Gyllenswärd 2001). Tidsbundna händelser kan vara särskilt svåra för barnet t.ex. den avlidnes födelsedag eller årsdagen för dödsfallet. Dessa dagar ger däremot barnet tillfälle att gråta och minnas (Dyregrov/Raundalen 2007). Att återvända till minnen skapar kontinuitet i livet och gör det möjligt att återigen kunna vända sig till livet med glädje och förmåga att ta och ge kärlek (Gyllenswärd 2001).

4.3.1 Faktorer som kan försvåra barnets sorg

Dowdney (2003) beskriver vilka psykologiska reaktioner ett barn kan drabbas av efter en förälders död och framhäver de beroendefaktorer som avgör varför vissa barn är mer sårbara för störningar än andra. Riskfaktorer, som försvårar barnets sorgprocess är huruvida barnet utsatts för svåra situationer tidigare i livet, kanske en tidigare obearbetad sorg. Barn med problematiska bakgrunder visar fler störningar i samband med sorg och har svårare att klara av sorgprocessen (Dowdney 2003). Yttre omständigheter som den allmänna synen på död och sorg i samhället liksom vuxnas förmåga att tala om döden och visa känslor i samband med förluster påverkar barnets sorgearbete (Karlsson 1977). Författarna beskriver flera olika orsaker som försvårar ett barns förmåga att sörja, några av dem presenteras här:

Vuxnas hantering av dödsfallet spelar stor roll för barnets förmåga att sörja. När vuxna döljer sanningen och undanhåller fakta från barnet sätter detta igång fantasier hos barnet (Dyregrov 1990). Om den överlevande föräldern utvecklar psykiska problem måste barnet hantera både förlusten av en förälder och depressionen av den andre, vilket innebär att barnet inte har någon som kan ta hand om det utifrån barnets behov (Dowdney 2003).

Dödsorsak har också effekt på barnets sorg. Det blir svårare att förhålla sig till plötsliga dödsfall, än om det var ett väntat dödsfall efter en tids sjukdom. Vid akuta dödsfall får barnet ingen tid att förbereda sig på döden, utan tryggheten rycks plötsligt bort. Det är lika svårt för vuxna att hantera plötsliga dödsfall och detta påverkar barnet, då vuxna kanske inte orkar se

till barnets behov (Dyregrov 1990). Ett plötsligt dödsfall följs ofta av chock, förvirring och överklighetskänslor, men också ångest, depression och skuldkänslor. Allt som tagits för givet försvinner och världen kollapsar. Chocken kan göra det svårt att bearbeta förlusten. Vid ett plötsligt dödsfall får barnet ingen möjlighet att ta farväl vilket ökar överklighetskänslorna. Ibland kan barnet ha grälat det sista det gjorde med föräldern, innan föräldern dog, vilket komplicerar sorgearbetet med starka skuldkänslor. Vid traumatiska händelser kan barnets fantasi ta sig förfärliga uttryck. Om barnet varit med vid traumat, kan själva upplevelsen bli så intensiv och överväldigande att barnet blir traumatiserat vilket kan leda till ett ångesttillstånd. Ett vanligt symptom är att barnet upplever händelsen om och om igen och minnesbilder tränger sig på utan att barnet kan stoppa dem. Barnet lindrar smärtan och sorgen genom att använda ett undvikandebeteende där det inte talar om eller tänker på sådant som påminner om traumat. När all kraft går åt till att hantera dessa reaktioner blockeras möjligheten att bearbeta sorgen, dessutom kan barnet inte tänka tillbaka på minnen och det goda som fanns före dödsfallet (Gyllenswärd 2001). Vid svåra dödsfall, såsom självmord, händer det att informationen om vad som hänt inte når barnet utan den förvanskas och förminskas. Det medför att barnet stängs ute och får förlita sig på sin egen fantasi för att få ihop en egen förståelse (Dyregrov/Raundalen 2007). När en förälder begår självmord försvåras sorgprocessen då det uppkommer en rad obesvarade frågor om varför mamma eller pappa ville lämna barnet, om det var barnets fel och barnets fantasi tar över för att kunna förstå det som har hänt. Tankar på hur självmordet gick till är skrämmande för barnet och minnesbilden av föräldern försvåras av självmordshandlingen (Gyllenswärd 2001). Sorg relaterat till när en förälder har tagit livet av sig skiljer sig från all annan sorg hos barnet där det har svårare att hitta vägar för att finna en mening med döden. Stigmatisering, skam och skuld uppfyller barns tankar och känslor på ett mer omfattande plan (Boyd Webb 2010).

Relationen till den döda har också betydelse för barnets sorg. Komplicerade relationer gör det svårare för barnet. Exempelvis när föräldrar som vanskött barnet dör, då finns ambivalenta känslor som lättnad och skam med hos barnet (Dyregrov 1990). Barn som haft en sund relation till den avlidne tycks gå in i den svåra situationen med en sorts immunitet (Jewett Jarratt 1996).

Vem av föräldrarna som dör kan inverka på barnets sorg. Dowdney (2003) belyser en skillnad i sorgereaktioner hos barn beroende på om det är mamman eller pappan som dör. När en mamma dör blir förändringarna i omhändertagande rutiner mer omfattande (Dowdney 2003) medan om det är pappan som dör i en familj är det vanligt att familjen får ekonomiska konsekvenser (Worden 1996). I Wordens (1996) studie visades barnets påverkan vara större vid förlust av en mamma än av en pappa och att barnen som förlorat en mamma uppvisade fler beteendestörningar (Worden 1996). Vi vill poängtera att detta kan skifta beroende på sociala och kulturella förhållanden.

Det psykologiska stödet barnet har påverkar dess förmåga att möta det som skett och klara sig igenom en sorgprocess. Har barnets behov varit tillgodosedda och de levt i en familj med gemenskap är de bättre rustade att avgöra vilka möjligheter de har att betrakta det som hänt (Dyregrov 1990). Detta innebär att barn i funktionella familjer har lättare för att sörja, för att de ges möjlighet till det (Worden 1996). Tillgången på en ersättningsperson påverkar barnets sorg då barnet behöver stabilitet kring sina vardagsbehov för att klara sorgearbetet. Barn som

mist en förälder och som tas om hand av den andra föräldern eller någon annan nära vuxen får inte lika svåra konsekvenser som de barn som förlorat sin enda omsorgsperson (Dyregrov 1990).

Barns fantasier och orsaksuppfattningar kan påverka sorgen. Vuxna och barn kan ha olika uppfattningar av hur ett dödsfall gick till och barnets föreställningar kan få negativa konsekvenser. Om ett barn till exempel förknippar dödsfallet med sjukhuset kan barnet vägra att gå till sjukhus fortsättningsvis, av rädsla för att själv dö där (Dyregrov 1990).

Barnets personlighet och tidigare erfarenhet kan påverka sorgearbetet. Grubblande barn kan ständigt älta dödsfallet. Emotionellt labila barn riskerar att få ett svårare sorgearbete medan andra barn har lätt för att tackla motgångar och är starkare. Här kan man prata om en känslomässig mognad. Tidigare erfarenheter kan också påverka. Smärtsamma och obearbetade förluster kan göra barnet mer sårbart inför nya. Om barnet förlorat en avlägsen släkting tidigare kan detta öka barnets förmåga att förstå dödens innebörd (Dyregrov 1990). Barnets känslomässiga reaktioner till separationer/förluster hänger ihop med hur denna förmåga grundlades tidigt i barnets utveckling (Worden 1996).

4.3.2 Hur barn upplever att vuxna sörjer

Vuxna underskattar ofta barns sorg och när en omsorgsperson dött får barnet minst sorgetrymme. Vuxna vill gärna hålla undan sin sorg från barnet, för att skydda det och visa sig starka, vilket förvirrar barnet då det tror sig vara ensamt i sin sorg (Dyregrov/Raundalen 2007). Vanligt är att vuxna, i god tro, kan hålla barn utanför ceremonier som begravingar, men detta förvärrar situationen för barnen och ger upphov till ångest och förvirring (Dyregrov 1990). När vuxna håller undan sin sorg försöker barnet istället att tolka föräldrarnas beteende och de kan tro att den vuxne inte är lika ledsen eller att föräldern redan glömt bort den avlidne (Dyregrov/Raundalen 2007). Däremot vill inte barnet orsaka vuxna smärta och om de inser att de gör det kan de gömma eller förneka sina egna känslor (Jewett Jarratt 1996). Sörjande barn har i intervjuer uttryckt fler sorgereaktioner än vad deras föräldrar vetat om att de haft (Dowdney 2003).

4.4 Sorgereaktioner vid åldrarna sex till tio

Barn i sorg blir inte mindre drabbade än vuxna. Liknande reaktioner som vuxna upplever återfinns hos barn men deras reaktioner skiftar med ålder och mognad. Barnets vardag centreras kring det inträffade, de tänker på den som dött, tänker på hur det var innan och hur det kunde ha varit om inte dödsfallet inträffat. Barn visar dock inte alltid sina känslor som vuxna gör vilket bidragit till att det ibland antas att de inte sörjer (Gyllenswärd 2001). Jewett Jarratt (1996) menar att alla barns sorgprocess har tre stadier: en tidig fas, en akut fas och en fas då sorgen sjunker undan. Den tidiga fasen består av ett antal försvarsmekanismer och den vanligaste är förnekelse. Den akuta fasen är mer intensiv och består av flera stadier som längtan och saknad, ilska, skuld och skam samt förtvivlan. Varje stadium hjälper barnet att återhämta sig från förlusten, acceptera det som hänt och gå vidare med att åter bygga upp sin tillvaro. I fasen då sorgen sjunker undan blir förlusten en del av personen. Upplevelsen av förlusten bemästras så småningom och barnet kan omorganisera sig själv och gå vidare i livet. Efter att ha överlevt det värsta är de redo att komma tillbaka till livet och utvecklas igen

(Jewett Jarratt 1996). Barns sorgreaktioner när en nära person har dött är olika. En del barn visar upp flera olika reaktioner, andra endast någon eller några få. En del reagerar direkt, andra efter en tid (Huntley 1996). Barnet reagerar utifrån sin åldersmässiga förmåga, dvs. hur barnet förstår döden har betydelse för hur barnet reagerar (Worden 1996).

Förnekelse

Döden kommer ofta som en chock och i chocktillstånd är det vanligt att skjuta undan fakta som är för svåra att ta in. Ofta återgår barnet direkt till leken efter ett dödsbesked. Det betyder inte att barnet inte är påverkat, utan att barnet handskas med förlusten och bearbetar den (Huntley 1996). Barnet förnekar att det är sant för att hålla det smärtsamma på avstånd (Dyregrov 2008). I leken är det inte smärtsamt, utan som vanligt. Här kan barnet stanna tills det orkar möta det hemska (Andersson 1995).

Ångest/Oro

Hjälplöshet och övergivenhet är känslor som väcks vid förlust och som kan vara svåra för barnet att hantera (Gyllenswärd 2001). Barnet kan oroa sig för vad som ska hända nu: Kommer mamma också att dö? (Huntley 1996). Ångesten handlar framförallt om att något ska hända den förälder som finns kvar. Ångesten och rädslan kan ta sig olika uttryck, mindre barn blir klängiga och krävande medan större barn kan uttrycka sin ångest på ett annat sätt, t.ex. tänka: Vem ska ta hand om mig om jag blir ensam? (Dyregrov 2008). Barnet kan också vilja ersätta den döda genom att söka någon annans tillgivenhet (Huntley 1996). Det är vanligt att barn som sörjer kan ha svårt för att somna och kan vakna tvärt på natten. Sömnproblemen hänger samman med ångslan och tid att tänka på den man mist (Dyregrov 2008).

Ledsnad, längtan och saknad

Barnet kan gråta mycket och vara otröstligt, men ledsnaden kan också uttryckas genom att barnet isolerar sig och blir mer slutet. Ibland försöker barnet dölja sin sorg och längtan för att inte göra den andre föräldern ledsen genom att skylla på andra saker som gör att det gråter (Dyregrov 2008). Om ett barn förlorat en förälder kan sorgen och saknaden förstärkas när de ser andra människor som är glada och påminns då om något de inte längre har (Dyregrov/Raundalen 2007). Många barn i sorg gråter inte eller låter bli att visa sitt behov av hjälp. Sorgen uttrycks med andra reaktioner och förknippas inte med den tysta gråten som finns inombords. Sorgreaktionens uttryck beror på hur barnet är som person och generellt sett förstärker sorgen personligheten (Stening 1999).

Vrede

Ilskan kan komma ur känslan att vara hjälplös eller att ha förlorat kontrollen. Det är vanligt att barnet vänder sin vrede utåt. Barnet kan få för sig att den döda själv valde att dö och då bli arg för detta, barnet kan också rikta sin vrede mot läkaren eller Gud och ge dem skulden. Barnet kan också ge uttryck för sin ilska genom att vara besvärlig hemma eller i skolan (Huntley 1996).

Självbild

En persons självbild kan ha djupgående konsekvenser på hur personen ser på och interagerar med världen, hur personen samspelar med omgivningen påverkar också hur personen ser på sig själv. När ett barn förlorar en förälder påverkar det barnets världsbild och då även hur barnet ser på sig själv. En skadad självbild ger ofta en låg självkänsla som kan komma till uttryck genom beteendeproblem, oro eller tillbakadragenhet (Worden 1996).

Skuld

Barn kan känna sig ansvariga för föräldrarnas död, särskilt om de hade ett bråk precis innan föräldern dog, som inte klarades upp. Barnet kan då vända vreden inåt och ta på sig skulden för föräldrarnas död. De kan tro att deras tankar, ord eller handlingar har orsakat dödsfallet (Huntley 1996). Skuldkänslor är mycket vanliga och Dyregrov (2010) skriver hur en flicka på sju år kom ihåg att hennes mamma försökte ta livet av sig. Flickan trodde att det var hennes fel, eftersom hon inte hade städlat sitt rum (Dyregrov 2010). Även tankar som jag sörjer inte tillräckligt, kan ge upphov till skuld hos barnet (Gyllenswärd 2001).

Kroppsliga reaktioner

Symptom som huvudvärk, mag- och tarmfunktionsstörningar och muskelsmärter är vanliga symptom hos barn i sorg (Dyregrov 2008). Yngre barn som har begränsningar i sina verbala förmågor, tenderar att få somatiska besvär på grund av sin sorg i högre utsträckning än äldre barn (Worden 1996).

Koncentrationssvårigheter

Sörjande barn kräver större uppmärksamhet och kan visa kognitiva svårigheter, varför vissa barn får det svårare i skolan med koncentrationssvårigheter (Dowdney 2003). Barnet kan ha svårt för att lyssna under längre perioder eller koncentrera sig på läxor eller uppgifter (Huntley 1996). Tankar kring minnen av det som har hänt avbryter andra tankar och ger ökad ångest (Dyregrov 2008).

Depression

Nedstämdhet och depression är vanligt rapporterade symptom bland barn som sörjer sin förälder. Reaktioner i barnens depression kan vara en kombination av sorg, gråt och irritabilitet. Liksom sömnsvårigheter, aptitlöshet och avsaknad av intresse för aktiviteter (Dowdney 2003).

Undertryckta känslor

Vissa barn kan inte sörja direkt efter dödsfallet, eller ens förstå dödens innebörd. Andra barn får inte det stöd det behöver. De barn som inte får sörja kan också förneka döden, och känslor och reaktioner kan utlösas vid en senare tidpunkt (Huntley 1996). Sylvander/Hägglund (1980) beskriver hur en tioårig flicka efter att ha hittat sin mamma död, inte kunde reagera förrän hon fick en svår influensa vilket utlöste en sorgereaktion med medföljande depression, chock och ångest (Sylvander/Hägglund 1980). Att visa andra känslor istället för sorg kan vara ett tecken på att förlusten är för svår att hantera för barnet, men också ett sätt att hålla omgivningen på avstånd (Gyllenswärd 2001).

4.4.1 Flickor och pojkars olika reaktioner

Dowdney (2003) beskriver i sin artikel att de flesta rapporterade svårigheterna återfinns hos pojkar. Sörjande pojkar visar mer aggressiva och utagerande symptom än sörjande flickor. Flickor visar mer inåtvända symptom, som tillbakadragande och depression (Dowdney 2003). Wordens (1996) studie visade även att flickor oftare uppvisade somatiska reaktioner som huvudvärk efter föräldrarnas dödsfall än pojkarna som deltog i studien (Worden 1996). Dyregrov (2008) menar att flickor ofta drabbas hårdare än pojkar när det gäller förmågan att utagera sin sorg medan pojkar drabbas av att de har svårt att sätta ord på sorgen. Bakgrunden till dessa skillnader får sökas på olika områden och förklaringar till pojkars och flickors olika sätt att sörja kan vara skillnader i lek, uppföstran samt social inlärning. Flickor leker mer två

och två och använder oftare sina emotionella sidor. Genom leken får flickor således ett språk som handlar om känslor. Pojkar leker mer i gäng och inordnar sig därmed i gruppen där det enligt reglerna inte är bra att visa sina känslor (Dyregrov 2008). När barnet upplever en förlust tyder därför forskningsresultat på att flickor har lättare att uttrycka sina tankar och känslor genom att gråta, skriva eller prata om det hemska som hänt medan pojkar uttrycker sina reaktioner genom konflikter och beteendestörningar. Fram till idag har de metoder som utarbetats för att hjälpa barn i kris mestadels varit fördelaktigt för flickor, då hjälpen varit inriktad på samtal vilket passar flickor bättre i och med att de lättare uttrycker sina känslor och tankar (Dyregrov 2010). Pojkar och flickor skiljer sig också åt när det gäller stöd från den nära omgivningen. Flickor har i regel en nära vän att anförtro sig åt, något som inte lika många pojkar har. Flickor pratar dessutom oftare om dödsfallet hemma och bearbetar därför sina känslor och reaktioner genom samtal (Dyregrov 1990).

5 Teoretiska perspektiv

5.1 Inledande diskussion kring teorier

Worden (1996) menar att de flesta professionella håller med om att barn sörjer i förhållande till sin förmåga att förstå det slutgiltiga med döden, däremot går åsikterna isär om när barnen har förmågan att inse detta. Psykoanalytikerna Wolfenstein, Bowlby och Furman visar på tre helt skilda teorier om när barn utvecklar förmågan att sörja. Wolfenstein menar att förmågan att sörja först nås under adolescensen² medan Bowlby anser att spädbarn från sex månader upplever sorgreaktioner. Furman däremot menar att barn äger denna förmåga vid tre och ett halvt till fyra års ålder. Worden (1996) skriver att trots skillnader mellan olika analytiska skolor skulle de flesta psykoanalytiker enas kring att barn förmår sörja vid tre till fyra års ålder, då det har skapat en mental representation av anknytningspersonen inom sig (Worden 1996).

Då studien undersöker åldersgrupperna sex till tio år anser vi det inte relevant att beskriva teorier om *när* barn börjar sörja, eftersom de flesta teoretiker enas om att barn kan sörja vid dessa åldrar. Wolfenstein är ett undantag men vi anser denne inte vara aktuell då vi är av åsikten att barns förmåga att sörja utvecklas tidigare än vad Wolfenstein anser, samt då informanternas svar visat på att barn i åldrarna sex till tio år förmår sörja. Däremot kommer vi att utveckla Bowlbys anknytningsteori eftersom studien fokuserar på barns förlust av anknytningsperson.

5.2 Piagets utvecklingsteori

Piaget (1973) menar att barnet skaffar sig kunskap via samverkan mellan inre och yttre förhållanden. Dessa förhållanden kallar han assimilation och ackommodation. Assimilation innebär den process där barnet förenar nya kunskaper med tidigare erfarenheter. Ackommodation innebär att barnet måste förändra sina tidigare erfarenheter genom den nya kunskapen.

² Tonårsperioden (Havnesköld/Risholm Mothander 2006)

Barnet har förmågan att ur sin fantasi hämta ett eget svar på frågor om hur saker och ting förhåller sig. Genom barnets egocentrering³ utgår barnet från helheten i det en vuxen berättar, dvs. barnet tror det förstår allt, vilket hindrar det att skapa sig en förståelse av vad som sägs. Ur en given mening utesluter barnet alla svåra ord, sedan binder barnet samman de ord som är begripliga så att det bildar en helhet, vilket i sin tur ger barnet möjlighet att på eget vis tolka de oförstådda orden. När barnet hör någon tala blir inte det som sägs det viktiga och inte heller att förstå den andres tankegång utan det handlar mer för barnet om att anpassa det sagda med sitt eget sätt att se på saken och med sin egen erfarenhet av att ha hört det förut (Piaget 1973).

Åldrarna sex till åtta

Barnet har ett större behov av att veta att något finns än att förstå hur det kan finnas. T.ex. bryr sig inte barnet om kontakten mellan delarna i en cykels konstruktion utan barnet menar att alla delarna är lika nödvändiga eftersom de finns där. Före sju, åtta års ålder ställer barnet sällan frågor för att få bevis om varför saker ter sig som de gör (Piaget 1973). Ett typiskt drag hos barnet i sex till åtta års ålder är att barnet fortfarande har svårt för att se världen ur en annan synvinkel än den egna (Havnesköld/Risholm Mothander tolkning av Piaget 2006). Piaget (1973) lyfter fram dessa åldrar som särskilt intressanta i relation till förmågan att bli medveten om förhållandet mellan liv och död. Åldrarna är även betydelsefulla eftersom prekausaliteten⁴ och egocentreringen börjar avta. Barnet är för realistiskt för att vara logiskt (Piaget 1973) men kan dock börja förhålla sig till två dimensioner samtidigt dvs. en möjlig och en verklig föreställningsvärld. Barnet kan omarbete föreställningar och logiskt prova dem dvs. prova handlingen i tanken. Barnet är däremot begränsat till konkreta och verkliga problem och kan inte hantera abstrakta dilemman (Havnesköld/Risholm Mothanders tolkning av Piaget 2006). Barnets frågor kring döden visar på hur främmande slumpen är för barnet. Barnet försvarar alla händelser med att det finns en förklaring, dvs. ingenting är tillfälligt eller slumpmässigt. Detta framträder extra tydligt vid svåra situationer i livet. Eftersom barnet inte har någon klar uppfattning om slumpen söker det alltid efter en orsak till slumpmässiga sammanträffanden och det är detta som ligger bakom barnets alla frågor. Barnet har behov av en kausal förklaring. Livet är för barnet en normal företeelse och inget att förvånas över, fram tills det ögonblick då barnet får en medvetenhet om skillnaden mellan liv och död. Barnets nyfikenhet inför döden vaknar just därför att den fordrar en specifik förklaring. Barnet söker efter de kriterier som skiljer liv och död, vilket kommer att medföra att den prekausala förklaringen och sökandet efter motiv ersätts med kausal⁵ förklaring. Varför-frågor tycks härledas ur ett sökande efter motivation, en strävan efter att undersöka den avsikt som ligger bakom handlingar och händelser t.ex: Varför blir den död? eller: När jag är död blir jag också så där liten då? Barnet förutsätter att det finns en skapare, Gud, föräldrar etc. och frågan syftar till att det finns en avsikt med allt. Det levande livet regleras av någons önskningar eller avsikter. Detta ger en förståelse för frågornas betydelse hos barnet i förhållande till död och tillfälligheter. Döden förbryllar barnet för att den är omöjlig att förklara utifrån dess begrepp. Utan de teologiska tankar som barn i sex till sju års ålder ännu inte tillägnat sig, är döden en

³ Egocentrering- begränsad förmåga till empati (Piaget 1973)

⁴ Prekausala - sökandet efter motiv (Piaget 1973)

⁵ Kausal - orsak-verkan (Piaget 1973)

företeelse som blir mystisk. Det är barnets frågor om döden som hjälper barnet att övervinna föreställningen om att allt har ett syfte (Piaget 1973).

Åldrarna nio till tio

I de här åldrarna har barnet det kausala tänkandet och går mot ett logiskt synsätt (Piaget 1973). En av de mest specifika kognitiva uppgifterna för barnet blir att hantera relationer. Barnet förmår se saker från flera perspektiv, vilket gör att de normer och regler som finns i världen mer ses på ett vuxet sätt (Havnesköld/Risholm Mothanders tolkning av Piaget 2006).

5.3 Bowlbys anknytningsteori

John Bowlbys (1994) studier på 1950 talet ledde fram till begreppet ”bindningsbeteende” (som senare kom att kallas anknytningsbeteende, vilket är begreppet som används i texten). Bowlby (1994) utgick från etologiska⁶ teorier och applicerade instinkter att även gälla för människan. Anknytningsbeteendet använder personen för att skapa och bevara närhet till en annan individ, som är bättre rustad att klara världen. Anknytningsbeteendet är mest utmärkande i de situationer då personen kräver omsorg och tröst, som vid rädsla, utmattning eller sjukdom. Vetskapen om att en anknytningsperson finns tillgänglig ger en känsla av trygghet och har en skyddsfunktion, då individen i fara kan nå en trygg punkt som är villig att skydda. Detta beteende är tydligast i den tidiga barndomen. Anknytningsteorin gav en ny förståelse för separationsångesten, då den kunde förklaras med etologiska faktorer. Att förlora en anknytningsperson innebär en ökad risk för smärta eller fara och en ångestreaktion vid hot om förlust av en vårdande person handlar om människans överlevnadsinstinkt. När barnet förlorar sin anknytningsperson försvinner också det trygga skydd att söka vid fara. Vid en faktisk förlust träder sorgen in (Bowlby 1994).

5.4 Ainsworths klassifikation av anknytningsbeteende

Havnesköld/Risholm Mothander (2006) beskriver Ainsworths klassificering av olika anknytningsmönster. Forskningen har med hjälp av dessa mönster kunnat beskriva barns olika sätt att hantera olika stressfyllda situationer. Barnets beteende grundas på inre erfarenheter och den inre arbetsmodell som byggts upp under de första åren tillsammans med förälder/anknytningsobjekt. Anknytningsrelationen är specifik och kvaliteten kan variera i förhållandet mellan barnet och anknytningspersonen. Inledningsvis definierade Ainsworth tre klassifikationsgrupper, det trygga B- mönstret, det otryggt undvikande A-mönstret, samt det otryggt ambivalenta C-mönstret. Barn i kategorin B- mönstret har funnit balans mellan närhet och avstånd och vet hur de ska utnyttja den trygga basen, dvs. anknytningspersonen. När barnet upplever svårigheter aktiveras anknytningssystemet och det söker då närhet. När barnet åter blir känslomässigt stabilt lämnar det sin bas för vidare utforskning av världen. Barnet vet att anknytningspersonen finns till hands. Barnet med A-mönstret bär på en kognitiv strategi där det tänker bort känslorna därför att den inre arbetsmodellen istället är präglad av erfarenheter där anknytningspersonen inte är tillgänglig. Barnets strategi är att det måste klara sig själv på egen hand eftersom det inte finns någon trygg bas. Barnet med C- mönstret har en erfarenhet av att anknytningspersonen är tillgänglig men eftersom bemötandet är

⁶ Etologi - läran om djurens beteende (www.ne.se)

oförutsägbart mot barnet vet inte barnet hur anknytningspersonen kommer att svara när det behöver närhet. Eftersom barnet inte vet vad som kommer att hända utvecklas de inre arbetsmodellerna mot ett beteende där känslorna styr över kognitionen, vilket hindrar barnet från att använda sin kompetens. Barnet uppfattas som vilset, klängigt och ger uttryck för en osäkerhet kring om det verkligen finns en anknytningsperson som kommer att finnas kvar om det lämnar mammas famn. Alla dessa barn har dock en strategi och det är bättre att ett barn har en dålig strategi än ingen alls. Senare tog andra forskare fram ett fjärde anknytningsmönster, D-mönstret. Detta mönster innebär att barnet uppvisar ett desorganiserat anknytningsbeteende. Barnets inre erfarenhet av anknytningspersonen innebär inte trygghet utan fara och osäkerhet, vilket förvirrar barnet. Om anknytningspersonen skrämmer barnet kan det inte välja mellan en närmande eller undvikande reaktion utan stelnar mellan flykt och angrepp. Forskning visar att barn med psykiskt sjuka eller missbrukande föräldrar löper en förhöjd risk att hamna i detta beteendemönster. Problemet med denna strategi hos barn är att de inte får utrymme att träna sina egna känslor eller sin möjlighet att utveckla ett känslopråk för att reglera sina egna behov utan lägger fokus på att läsa in föräldrarnas behov (Havnesköld/Risholm Mothander 2006).

5.5 Sorgeteori

Fyhr (1999) menar att sorg kommer efter alla typer av förluster men i denna studie fokuseras enbart på sorg som är relaterat till förlust av en person genom dödsfall. Fyhr (1999) ser sorgen som en naturlig läkningsprocess där processen har sin egen gång och definierar sorgen genom tre punkter (1) Förlusten ger ett psykiskt sår (2) Sorgens uppgift är att bearbeta förlusten och läka såret (3) Läkningsprocessen kallas sorgearbete.

Sorgeprocessen har både individuella och allmänna drag dvs. själva sorgen blir unik medan sorgearbetet kommer att ha vissa givna mönster. För att förstå vad som händer inom en människa som upplevt svår förlust behövs förståelse för de sammanhang som påverkar sorgearbetet. Dessa kallas det inre sammanhanget och det yttre sammanhanget. Det inre sammanhanget omfattar allt det vi bär med oss, dvs. vår historia, erfarenheter, händelser och situationer vi varit med om och allt vi känt och tänkt, det innehåller också vårt arv från biologiska och psykologiska resurser, dvs. vår förmåga att hantera olika situationer. Det yttre sammanhanget innehåller allt som finns utanför vår egen person, dvs. familj, vänner, alla människor som vi möter och alla platser, kända som okända som vi besökt. I sorgearbetet är det mellan de här två sammanhangen en människa rör sig. Sorgen blir ett slags undantagstillstånd där de vanliga villkoren inte räknas längre. Både det inre och yttre sammanhanget innehåller mer eller mindre av känslan trygghet. Sorg och trygghet hör oupplösligt ihop, eftersom tryggheten raderas av sorgprocessen. Den behöver därför kompenseras med en stabil omgivning och ett tryggt sammanhang.

Två faktorer som kan fördröja sorgprocessen är känslan av smärtsam besvikelse, samt det omöjliga i att släppa taget om den som är förlorad. Den trygghet som lagras från tidig barndom har stor betydelse för hur den drabbade hanterar sitt sorgearbete. Den trygghet och otrygghet som grundlades under barndomen väcks till liv under sorgen i vuxenlivet. Därför

kan förluster i vuxenlivet väcka tidigare obearbetade förluster till liv och de känslor som var förknippade med den tidigare förlusten aktualiseras på nytt. Psyket tar alla chanser till läkning och därför kan oläkta sår plötsligt välla fram vid en ny sorg. Sorgen kan också ses som en anpassningsprocess, dvs. att det efter en förlust sker en anpassning till ett liv utan den som har dött. Sorgprocessens uppgift är att omorganisera psyket och ge en verklighetsförankrad föreställning om framtidsdrömmar. Denna föreställning grundas på en verklighet där den förlorade inte finns längre. Gamla drömmar måste ge plats åt nya och det är detta som är sorgprocessens kärna, dvs. när någon har förlorat en betydelsefull person stämmer inte grundförutsättningarna för tillvaron längre. För att livet trots allt ska fungera vidare måste den inre bilden av livsinnehållet förändras. Ett avslutat sorgearbete resulterar i känslomässig frihet från den förlorade. Verkligheten ses som den är i nulägen och inte som i drömmen. Hopp och drömmar om framtiden vilar på realistiska föreställningar (Fyhr 1999).

6 Metod

6.1 Vetenskaplig utgångspunkt

Studien har ett fenomenologiskt - hermeneutiskt vetenskapsteoretiskt perspektiv. Fördelar med en hermeneutisk- fenomenologisk position är att intervjupersonens egna berättelser ligger till grund för en mer djupgående tolkning av det osagda (Larsson i Larsson/Lilja/Mannheimer (red)(2005). Det fenomenologiska tillvägagångssättet valdes för att kunna fokusera på intervjupersonernas erfarenheter och deras exakta beskrivningar. Det hermeneutiska tillvägagångssättet valdes för att kunna tolka det uttalade i texten för att nå en djupare förståelse av meningen (en förtydligande beskrivning av det hermeneutiska tillvägagångssättet återfinns i 6.9).

6.2 Förförståelse

Det kan anses viktigt att ange vilken förförståelse som ligger till grund för studien innan analysen presenteras, då läsaren får en inblick i hur forskaren påverkat och format resultatet (Kvale/Brinkmann 2010). Som socionomstudenter präglas vi av de teorier och den forskning som råder inom socialt arbete inriktat mot barn. Dessa är bland andra utvecklingspsykologi och anknytningsteori. Dessutom har våra valbara kurser inriktats på barn och deras levnadsvillkor och vi är medvetna om att detta kan ha påverkat vår utformning av frågeställningar.

6.3 Tillvägagångssätt

Kvale/Brinkmann (2010) menar att innan forskaren genomför studien bör frågorna *vad* och *varför* ställas innan forskaren bestämmer *hur* studien ska undersökas (Kvale/Brinkmann 2010). Frågan *vad* var lätt att besvara då vi redan under termin tre på socionomutbildningen bestämde oss för en inriktning mot barn. Vår uppfattning är att socionomutbildningen, när det gäller barn, fokuserat på barn i relation till missbruk, våld och övergrepp, institutionsvård samt dysfunktionella anknytningsmönster. Vad vi saknat har varit en bild av

normalfungerande⁷ barn, utan en befintlig kontakt med socialtjänsten, men med behov av stöd. När vi sökte på tidigare uppsatser och avhandlingar i databasen GUPEA och Libris, handlade merparten av uppsatserna och avhandlingarna om *bemötandet* när barn befinner sig i sorg. Vi ansåg att det saknades studier som lyfte fram förståelsen för *hur barn tänker och känner* i sin sorg. För att besvara *varför* vi ville undersöka barns sorgprocess satte vi oss var för sig och skrev fritt alla tankar som kom. Dessa texter sammanfogades till en inledning och blev den röda tråd som guidat oss genom hela studien. När vi svarat på *vad* och *varför* bestämdes *hur* studien skulle genomföras, vilket blev med intervjuer och litteraturstudier eftersom vi valt att arbeta fenomenologiskt/hermeneutiskt.

6.4 Metodval

Studien är kvalitativ då en kvantitativ studie inte kunnat uppnå en djupare förståelse för barnets upplevelsevärld. Syftet var inte att söka ett stort antal informanter utan att djupare fokusera på ett fåtal informanters erfarenheter. Studien innehåller en deskriptiv och en explorativ ansats. Kvale/Brinkmann (2010) anser att det deskriptiva innebär att i intervjun finna nyanserade beskrivningar av olika aspekter i informantens livsvärld. Det explorativa innebär att undersöka och utforska ett fenomen i syfte att hitta nya infallsvinklar och ny information (Kvale/Brinkmann 2010). Studiens deskriptiva del består av informanternas olika beskrivningar av barns sorgereaktioner och hur de kan komma till uttryck medan den explorativa delen undersöker barns förståelse av död och sorg. Vi har arbetat abduktivt då vi deduktivt utformat syfte och intervjuguide med teman genom vår förförståelse och induktivt då vi låtit informanterna tala öppet under respektive tema samt att vi i analysen låtit nya teman växa fram ur det transkriberade materialet.

6.5 Val av datainsamlingsmetod

För att skaffa oss en förförståelse av problemområdet sökte vi litteratur på Centralbiblioteket i Göteborg där vi sökte i olika databaser på ämnesord. Databaserna som användes var Gunda, Libris, PsycInfo, SwePub samt Google Scholar. De sökord som användes var: sorg, barn, anknytningsperson, förlust, barns sorg, barns sorgbearbetning, barns sorgereaktioner, bereavement, bereave, death, grief, child, grief of parent, bereaved children. Den litteratur som ligger till grund för uppsatsen fann vi via dessa databaser. Vi avsatte två veckor för inläsning av nämnd litteratur, sammanlagt tjugosju böcker, artiklar, rapporter och studier. Figur ett visar vilken typ av litteratur, antal, mellan vilka år litteraturen är skriven samt vilka länder de kommer ifrån.

⁷ Med normalfungerande barn menar vi barn som inte har någon annan problematik än den som de behöver stöd för i sin sorg

Figur 1

	Antal	År	Land
Böcker	21	1976-2011	Sverige, Norge, USA
Artiklar	2	2003-2011	Sverige, Storbritannien
Rapporter	3	2000-2011	Sverige
Studier	1	1977	Sverige
Totalt	27		

Internationell forskning har vi översatt från engelska till svenska med hjälp av Nationalencyklopedins engelskalexikon. I den mån det varit möjligt har primärkällor använts, men då litteratur varit svåråtkomlig har vi ansett att sekundärkällor utgjort ett fullgott alternativ.

6.6 Val av teorier

Teorier om barns sorgprocess presenteras i kapitlet Tidigare forskning. I teorikapitlet presenteras Piagets utvecklingsteori, Bowlbys anknytningsteori, Ainsworths klassifikation av anknytningsmönster samt Fyhirs sorgeteori. Teorierna har valts deduktivt utifrån studiens syfte och mål. Piagets utvecklingsteori anses relevant då den ger en förståelse för hur barns kognitionsförmåga utvecklas under skolåldern. Bowlbys anknytningsteori beskriver de beteenden ett barn använder för att skapa och bevara närhet till en annan individ för att själv överleva. Ainsworths klassifikation av de olika anknytningsmönstren speglar de olika inre erfarenheter och beteenden ett barn får beroende på hur anknytningsrelationen har varit och säger mycket om hur barnet hanterar förluster. Sorgeteorin redogör för varför en människa sörjer samt hur de gemensamma och de mer individuella dragen i sorgen kan se ut. Både utvecklingsteorin och anknytningsteorin ses som relevanta för att förstå de faktorer som påverkar barns förmåga att kunna sörja. Sorgeteorin redogör för vad som händer med en människa när denne befinner sig i sorg, och ska ses som ett komplement till den teori som förklarar barns sorgprocess.

6.7 Urval

Med vår studie ville vi fånga barnets perspektiv och utan varken tidsmässiga eller etiska möjligheter att intervjua barn om ett så pass komplicerat problemområde, som när ett barn mister en anknytningsperson genom dödsfall, ansåg vi att barnpsykologer bäst lämpade sig att beskriva barnets perspektiv. Då studiens åldersgrupp var sex till tio tänkte vi att de som möter dessa barn när de förlorat en anknytningsperson var skolpsykologer och psykologer inom BUP⁸. Ur en socionomstudents perspektiv kan det verka märkligt att psykologer valdes som informanter, då vi själva kommer att verka som examinerade socionomer i mötet med barn i sorg. Under studiens gång insåg vi denna felaktiga föreställning angående socionomers roll i mötet med dessa barn, där en socionom mycket väl kan vara viktig för att hjälpa ett barn i sorg. När vi utökade sökningen av informanter att även omfatta organisationer och lärare från Göteborgs universitet, Psykologiska institutionen och Institutionen för socialt arbete, insåg vi

⁸ Barn- och ungdomspsykiatri

att även socionomer med kunskap om samtal med barn kunde vara relevanta informanter för studien.

Då vi är två författare delade vi upp arbetet med att söka informanter. En av oss letade upp skolpsykologer och den andre sökte upp psykologer inom BUP. För att finna informanter har vi använt både snöbollsurval och bekvämlighetsurval. Bekvämlighetsurval har använts då vi sökt informanter geografiskt nära och snöbollsurval då vi blivit tipsade om informanter genom redan kontaktade informanter och vänner. Informanterna fick själva bestämma tid och plats för intervju. Tre informanter valde att bli intervjuade på sin arbetsplats, vilket innebar en resa till Stockholm. Den fjärde informanten valde att bli intervjuad på en offentlig plats. Vi avsatte en timma för intervjun. Studien innehåller intervjumaterial från fyra informanter och vi ansåg att dessa fyra intervjuer räckte för att få svar på vad vi ville undersöka då vi upplevde en mättnadskänsla när inget nytt tillkom, precis som Kvale/Brinkmann (2010) menar när de beskriver hur antalet informanter avgörs genom att forskaren nått en mättnadspunkt där nytt material inte tillför ny kunskap (Kvale/Brinkmann 2010).

Skolpsykologer

Skolpsykologer har valts via Göteborgs stads hemsida, utifrån de skolor där en skolpsykolog fanns presenterad. Endast kommunala skolor kontaktades. Vi e-postade samtliga rektorer och bad dem vidarebefordra vårt informationsbrev till skolpsykologen, då dennes e-postadress inte fanns tillgänglig offentligt. De skolpsykologer som hade en offentlig e-postadress kontaktades direkt.

BUP

Alla BUP-enheter inom Göteborgsregionen, område 1, Drottning Silvias Barnsjukhus kontaktades, så även BUP i Kungälv och Halmstad. E-post skickades till enhetscheferna samt verksamhetschefssekreterarna på respektive enhet, dessa ombads att vidarebefordra e-posten till psykologerna. Vi gick personligen till BUP Kungshöjd och lämnade informationsbrev till verksamhetsorganisatören för att denne vidare skulle diskutera med psykologerna. Kungshöjd valdes för att det låg nära.

BUM⁹

Vi valde att kontakta BUM Kungshöjd genom att personligen gå dit med informationsbrev och be receptionisten vidarebefordra dem till verksamhetschefen. Kungshöjd valdes för att det låg närmast.

Privata

Genom en tidigare kontaktad informant hänvisades vi vidare till en privat psykolog.

Organisationer (BRIS, Rädda Barnen, Röda Korset)

Här valdes organisationer för oss kända att vara verksamma med barn. E-post skickades till ordförande på västregionernas kontor, vilka ombads sända dem vidare till organisationernas psykologer. Rädda Barnen i väst hänvisade oss vidare till Lotta Polfeldt i Stockholm som beskrevs som en känd person i arbetet med barn i sorg.

⁹ Barn- och ungdomspsykoanalytikernas mottagning

Göteborgs universitet

Vi sökte informanter på Psykologiska institutionen och Institutionen för socialt arbete och fick namn på lärare rekommenderade av vänner och handledare. För studien söktes även relevanta personer på institutionernas hemsida.

Figur två visar var vi sökt informanter samt antalet och hur informanterna svarat på medverkan. Figuren visar också att endast fyra av trettiofem informanter valde att delta i studien och att femton inte svarade alls. Anledningen till den låga deltagarsiffran och svarsfrekvensen tror vi beror på att de tillfrågade inte ansåg sig ha tid, då detta var anledningen vi fick av de som tackade nej till att delta. Detta finner vi anmärkningsvärt då vi anser att det är betydelsefullt för forskningsfronten att professionella bidrar med sin kunskap.

Figur 2

Tillfrågade	Antal	Ja	Nej	Ej svar
BUP/BUM + privata	11	2	0	9
Organisationer	3	2	0	1
Skolpsykologer	13	0	9	4
Göteborgs universitet	8	0	7	1
Totalt	35	4	16	15

6.8 Intervjuer

När man vill veta mer om människors livsvärldar och upplevelser passar intervjuer bra (Larsson i Larsson/Lilja/Mannheimers (red)(2010). I studien lämpade sig intervjuer bäst eftersom vi ville åt kunskap baserad på klinisk erfarenhet av barn i sorg. Denna ville vi nå genom ett dynamiskt möte mellan oss och informanten istället för att endast söka kunskap i litteraturen utan möjlighet att ställa följdfrågor. I studien användes en halvstrukturerad livsvärldsintervju och Kvale/Brinkmann (2010) beskriver att den varken är ett slutet frågeformulär eller ett öppet samtal. Den innehåller en intervjuguide med fokus på bestämda teman med förslag till följdfrågor. Den inspelade empirin skrivs oftast ut för att ge underlag till analysen (Kvale/Brinkmann 2010). I bilaga ett och två visas hur intervjuguiden konstruerades med tre övergripande teman, samt checklista. Intervjun genomfördes som ett öppet samtal och styrdes av en checklista. Intervjun bandades och transkriberades innan nästa intervju genomfördes. Under intervjuerna uppmärksammades informanternas antydning om den religiösa trons betydelse för barn i sorg. Denna fråga hade vi kunnat utveckla för att få en bredare förståelse och vi får se det som en kritik mot oss själva att vi inte fokuserade på detta under utformandet av intervjufrågor.

6.9 Analysmetod

De inspelade intervjuerna transkriberades ordagrant av oss själva, däremot valdes stycken bort som inte ansågs vara relevanta för studien. Efter transkribering har de informanter som haft önskemål om att få läsa igenom den transkriberade texten fått möjlighet att redigera texten innan analys. Analys av texten gjordes av oss var för sig. När vi fått grepp om textens helhet identifierades de mest kärnfulla enheterna så som våra intervjupersoner beskrivit dem.

Genom att vidare lyfta ur och anteckna centrala teman, samt koncentrera dem till mindre delar fick vi en bra överblick över det för studien mest relevanta i intervjumaterialet. Den analysmetod som använts grundas på Kvale/Brinkmanns (2010) beskrivning av meningskoncentreringsmetoden där långa uttalanden har kortats ner till en kärnfull mening. Kvale/Brinkmann (2010) beskriver analysen i fem steg: (1) texten läses i sin helhet (2) naturliga meningsenheter fastställs (3) teman formuleras efter meningsenheterna (4) meningsenheterna granskas mot studiens syfte (5) relevanta teman knyts ihop i ett resultat (Kvale/Brinkmann 2010). Vi har utgått från dessa fem steg i analysen, hur vi gått till väga beskrivs i bilaga sex. I steg fyra, när meningsenheterna granskats mot studiens syfte, har en hermeneutisk meningstolkning använts. Kvale/Brinkmann (2010) menar att den hermeneutiska meningstolkningen innebär att analysen rör sig mellan helheten och delarna. Ur helheten tolkas delar, som i sin tur tolkas mot helheten, detta ger en djupare förståelse av innehållet och vidgar textens mening. Tolkningarna ska vara goda, dvs. utan logiska motsägelser. Den hermeneutiska meningstolkningen förutsätter att tolkaren har en förförståelse av ämnet. Denna förförståelse innebär också att tolkaren är med och styr meningen dvs. formuleringen av en fråga påverkar svaret (Kvale/Brinkmann 2010). Studiens resultat presenteras utifrån studiens tre teman: död, sorg och sorgereaktioner. Under varje tema presenteras informanternas utsagor under nya teman uppkomna ur empirin. I analysen har citat lyfts fram under respektive nytillkommet tema, citaten har analyserats med hjälp av tidigare forskning och teorier.

6.10 Validitet

När en studie har hög validitet har den undersökt det som varit avsikten att undersöka (Elofsson i Larsson/Lilja/Mannheimers (red)(2010). Eftersom intervjuguiden utformades efter syfte och frågeställningar anses studien ha validitet. Innan intervjuerna genomfördes med informanterna, gjordes fyra pilotintervjuer med vänner. Vännerna fick reagera på frågorna och på så vis undersöktes hur frågorna fungerade mot studiens syfte. Våra pilotinformanter ansåg att frågorna var för breda varför frågorna omarbetades så att de tydligare efterfrågade informantens specifika erfarenhet av att möta barn i sorg. Då vi är två som genomför studien har det funnits möjlighet att på varsitt håll granska både litteratur och empiri. För litteraturdelen har det inneburit att vi funnit en gemensam utgångspunkt då båda utan påverkan av varandra fokuserat på samma delar av ämnet barn i sorg. Dessutom har litteraturdelen och intervjumaterialet tagit upp liknande fenomen inom studiens teman. Larsson i Larsson/Lilja/Mannheimers (red)(2010) skriver att genom att förhålla sig kritisk till tolkningar och upptäckter ges studien validitet. Däremot kan studiens validitet ifrågasättas om två kvalitativa forskare tolkar samma material på två olika sätt (Larsson i Larsson/Lilja/Mannheimers (red)(2010). I analysarbetet lästes empirin av oss var för sig och då samma delar plockades ut ur texten ökades studiens validitet eftersom vi då prövade varandras tolkningar. Däremot kan likheterna i tolkningarna av analysen bero på att vi transkriberade alla intervjuer tillsammans. Larsson i Larsson/Lilja/Mannheimer (red)(2005) menar att genom att analysera dynamiska komplexa mänskliga handlingar ur fler perspektiv och med olika teorier ökar validiteten i forskningsresultatet (Larsson i Larsson/Lilja/Mannheimer (red)(2005). I studien används två vetenskapsteoretiska

utgångspunkter samt fyra teorier, detta bidrar till en bredare bild av uppsatsämnet vilket ger studien validitet.

6.11 Reliabilitet

För att mäta reliabiliteten i kvalitativa studier undersöks resultatens stabilitet, dvs. att resultatet inte störs av variationer såsom plats, tid och forskare. Konsistensen i svaren mäts, vilket innebär att forskaren ställer liknande frågor och undersöker skillnader i svaren (Larsson i Larsson/Lilja/Mannheimers (red)(2010). I vår studie har samma frågor ställts till samtliga informanter och följdfrågor har ställts när svaren varit oklara. Då svaren varit liknande anser vi att konsistensen i svaren är tillförlitlig. Det är dock svårt att avgöra om vår förståelse i ämnet påverkat de följdfrågor vi ställt, vilket i så fall kan ha stört informanternas svar.

6.12 Generaliserbarhet

Då kvalitativa studier har relativt få informanter och oftast med ett icke slumpmässigt urval är möjligheten att generalisera resultaten begränsad (Larsson i Larsson/ Lilja/Mannheimers (red)(2010). Däremot vill vi lyfta fram att de tjugosju böcker och studier som använts i studien överensstämmer med utsagorna från de fyra informanterna, och då vågar vi påstå att studien ger en viss generaliserbarhet.

6.13 Etiska reflektioner

På Vetenskapsrådet finns en expertgrupp för etik som behandlar övergripande etiska frågor inom vetenskapligt arbete. Det ska finnas ett informationskrav, ett samtyckekrav, ett konfidentialitetskrav, samt ett nyttjandekrav som ska ligga till grund i forskningsprocessen. **Informationskravet** innebär att forskaren ska ge informanten information om vad som gäller för medverkan i studien, dvs. att det är frivilligt att delta och att det finns möjlighet att avbryta närhelst under studiens gång (www.vr.se). I vår studie upplystes informanterna om detta i informationsbrevet, samt påmindes innan intervjun genomfördes.

Samtyckeskravet innebär att samtycke att delta i studien ska finnas från informanten (www.vr.se). Vetenskapsrådet menar att barn upp till 15 år behöver föräldrars samtycke medan Giota i Larsson/Lilja/Mannheimer (red)(2010) skriver att föräldrars samtycke behövs för barn under 18 år (Giota i Larsson/Lilja/Mannheimer (red)(2010). Helst hade vi föredragit att intervjua barn för att komma barnets eget perspektiv så nära som möjligt. Då studien undersöker barn mellan sex och tio år hade samtycke från föräldrar varit nödvändigt, dessutom skriver Kvale/Brinkmann (2010) att när det gäller barn och sjukvård finns det en skyldighet att presentera intervjuprojektet inför en etikprövningsnämnd (Kvale/Brinkmann 2010) vilket hade inneburit en mer omfattande process att söka informanter. En annan aspekt som Kvale/Brinkmann (2010) påpekar är att forskaren bör ha en noga planerad beredskap för att ta hand om barn som blir ledsna eller upprörda i anslutning till intervjun, under den eller efteråt (Kvale/Brinkmann 2010). Kunskap om samtalsmetodik i relation till mognad och ålder hos barnet har en central betydelse för att kunna genomföra en bra studie (Giota i Larsson/Lilja/Mannheimer (red)(2010). Med hänvisning till Wordens (1996) kritik angående att studier om barns sorg har brister i källor, då barn sällan får ge sitt eget perspektiv kring sin sorg, är vi medvetna om att även denna studie omfattas av andra källor än barnen själva. Då

vår uppsats var tidsmässigt begränsad till åtta veckor ansågs det inte finnas en möjlighet att genomföra detta på grund av att uppsatsämnet kan vara svårt att hantera känslomässigt för barnen. Det hade varit otänkbart att lämna barnen med upprörda känslor utan att ansvara för en uppföljning.

Konfidentialitetskravet innebär att informanten ska ha möjlighet att vara anonym i studien, samt att all information om informanten ska behandlas på ett sådant sätt att inte utomstående ska kunna identifiera informanten (www.vr.se). I studien tillfrågades informanterna om de önskade vara anonyma. Två av de tillfrågade valde att vara anonyma, dessa gavs ett fingerat namn, medan övriga två valde att delta med autentiska namn. Innan publicering gavs samtliga informanter möjlighet att redigera sina personuppgifter, samt låta dem redigera transkriberad text innan den blev underlag för uppsatsen.

Nyttjandekravet innebär att empirin inte får användas eller lånas ut för icke-vetenskapliga syften (www.vr.se). Inspelat material har förvarats oåtkomligt för andra.

7 Resultat

7.1 Sammanfattning av resultat

Barnets tankar efter ett dödsfall av en nära anhörig handlar om att försöka förstå. En motstridighet i barnets uppfattning av döden handlar dels om det konkreta med döden, att den inte går över, dels om att det blir överkligt för barnet att aldrig mer får träffa sin förälder. Förlusten av en anknytningsperson är otänkbart och en kris i barnets identitetsupplevelse uppstår. Det är svårare för barn att förstå döden när det finns brister i omsorgen. Barnets förståelse av döden beror på den kognitiva utvecklingen barnet uppnått, ju yngre barnet är desto svårare att föreställa sig ett alternativ till livet och ju äldre desto lättare att förstå att något kan vara för evigt. Även samhällets syn på barns relation till döden påverkar barnets förståelse av den. Samtliga informanter menar att barnen tror att föräldern kommer någon annanstans efter dödsfallet. Barns sorgeprocess handlar om att de ska ta in att det som är otänkbart har hänt. Sorgen kanske inte syns på utsidan och barnet kan vilja leka och göra som vanligt, de tar in sorgen i små portioner. Barn märker att vuxna sörjer genom att de vuxna betar sig annorlunda. Barn vill inte vara till belastning för vuxna och kan därför hålla inne med sin sorg. Två av informanterna talar om en naturlig och en onaturlig sorgeprocess. Den naturliga processen är när den sorg som träder in efter en nära anhörigs dödsfall bearbetas. Den onaturliga sorgeprocessen kan handla om att barn har fastnat i sin sorg och då behöver hjälp för att komma igenom den. Samtliga informanter menar att yngre barns reaktioner är mer omedelbara medan äldre barn kan maskera sina känslor. Omständigheter kring dödsfallet har betydelse för hur barnet kan hantera förlusten. I den naturliga sorgen har flickor lättare för att gråta och tala om det inträffade medan pojkar blir mer handlingsinriktade och biter ihop. I den onaturliga sorgen blir pojkar mer utagerande och flickor inåtvända.

7.2 Presentation av informanter

Maria

Maria har erfarenhet av att ha arbetat på BUP i ett och ett halvt år, varav ett år i PTP-tjänst¹⁰. BUP tar emot barn mellan noll till arton år men Maria träffar oftast barn mellan fem till arton år. Namnet Maria är fingerat då informanten önskade vara anonym.

Lotta

Lotta Polfeldt är socionom och leg. psykoterapeut och har arbetat sedan 1994 på Rädda Barnen. Sedan ett par år arbetar hon även som privatpraktiserande psykoterapeut med fokus på sorg.

Karin

Karin Johansson är utbildad psykolog och har arbetat på BRIS sedan 1998. Hon har arbetat sju år med rekrytering, handledning och utbildning inom stödverksamheten och idag är hon utredare på BRIS.

Jörgen

Jörgen har arbetat som psykolog sedan 1987. Först med skolbarnhem sedan på BUP. Nu arbetar Jörgen bl.a. på en privat mottagning där han träffar barn. Namnet Jörgen är fingerat då informanten önskade vara anonym.

7.3 Redovisning av resultat

7.3.1 Tema Död

Barnet försöker förstå

Enligt Karin handlar barnets tankar om att försöka förstå, barnet söker förklaringar genom frågor som: Vart kommer man? eller: Varför hände det? Jörgen upplever att barnen uttrycker två motstridiga sidor i sin uppfattning av döden. Dels handlar det om det konkreta med döden, att den inte går över, å andra sidan blir det överkligt för barnet, något som inte får vara sant. Lotta berättar att barn behöver konkret information för att kunna förstå döden t.ex. behöver barnet få höra hur sjukdomar fungerar och varför någon inte kan överleva.

Skrämmande upplevelse

Maria menar att de tankar och känslor barnet upplever efter föräldrarnas dödsfall är nya för barnet och blir därför skrämmande. I barnets uppskrämda tillstånd är det viktigt att den överlevande föräldern finns kvar hos barnet och pratar om döden.

Latensbarnets utveckling

Jörgen anser att sex- till tioåringens utveckling handlar mycket om att ta in fakta, lära sig saker och öka sin jagstyrka. Gäller döden inte dem själva kan de prata ganska förståndigt om det, men kommer det nära känner de sig hotade och går tillbaka i utvecklingen, ofta till magiskt tänkande.

Magiskt tänkande

Karin menar att barn är egocentriska och lägger skulden på sig själva för allt möjligt de inte har gjort, Maria tycker att detta blir extra tydligt vid plötsliga dödsfall.

¹⁰ PTP tjänst - det första tjänsteåret som en psykolog gör efter psykologexamen för att få sin legitimation

Samhällets inställning

Jörgen menar att vi i Sverige har lite kontakt med döden och att våra gamla ofta dör på sjukhus dit barnen sällan får följa med. Jörgen anser att det inte är skadligt för barnen att följa med för att de bara tar in så mycket som de orkar.

7.3.2 Barns förståelse av döden vid olika åldrar

Yngre barn

Karin menar att det yngre barnet har svårt att förstå att något kan vara för evigt och Lotta anser att det är svårt för det yngre barnet att föreställa sig ett alternativ till livet och lättare att tänka att föräldern ska komma tillbaka en dag. Både Lotta och Jörgen menar att det yngre barnet ofta får ett brott i utvecklingen när en förälder dör. Det är för tidigt för dem, de blir barnsligare och förnekar vad som hänt. Jörgen påpekar även att barnet i sorg kan tappa sina kognitiva funktioner och uppfattas som annorlunda än tidigare.

Äldre barn

Lotta menar att de äldre barnen fortfarande kan tro att föräldern kan komma tillbaka, men att det hjälper barnet att förstå döden om de får förklaringar. Exempelvis om barnet får se bergväggen som pappa körde in i, förstår det lättare att han inte kunde ha överlevt. Jörgen menar att ju äldre barnet är desto bättre förmåga har det att kunna tänka, acceptera och förstå hur saker hänger ihop, dvs. vad döden innebär. Maria säger att nioåringen har många existentiella funderingar och ju äldre barnet blir desto mer förstår det att det själv kommer att dö en dag. Karin poängterar att tioåringen börjar att förstå det oåterkalleliga med döden.

7.3.3 Var barnet tror att den döda är

Nangijala

Samtliga informanter menar att barnen tror att föräldern kommer någon annanstans, men de benämner platsen olika. Karin och Jörgen använder Nangijala, Maria talar om himlen och Lotta om en annan plats. Jörgen och Karin nämner Astrid Lindgrens betydelse för barns förståelse av vad som händer efter döden. Karin menar att det är en tröst för barnet att veta att föräldern inte är ensam utan att någon tar emot föräldern i himlen. Maria berättar att barnen funderar mycket på om de kommer att få träffa föräldern igen.

Förnekelse försvårar

Jörgen lyfter fram att ju mer barnet vill förneka det som hänt ju svårare blir det att placera den döda föräldern någon annanstans. Om barnet erkänner att föräldern finns i himlen går det inte längre att hålla förlusten ifrån sig.

7.3.4 Tema Sorg

Anknytning

Jörgen menar att barn i sex till tio års ålder är sina föräldrars barn i sin identitetsupplevelse, de är ingen i sig själv ännu. Därför blir förlusten av en anknytningsperson otänkbar och en kris i barnets identitetsupplevelse. Barnets förmåga att sörja påverkas av hur anknytningsrelationen har sett ut till den förälder som dött.

Barns sorg

Karin beskriver barnets sorgprocess som en process där barnets inre värld måste möbleras om för att motsvara den förändrade yttre världen där den döda föräldern inte finns längre.

Lotta och Maria beskriver hur barnet hanterar sorgen utifrån dess förmåga relaterat till personlighet, ålder och mognad. Jörgen menar att barns sorgprocess handlar om att ta in att det som är otänkbart har hänt. Barnet blir en person som är någon som har förlorat någon som är viktigast i världen. Mogna barn kan sörja, vara ledsna och minnas, bearbeta och komma ur sorgen, medan andra barn inte har den förmågan utan blir barnsligare och låtsas om att det inte har hänt. Sorgen kanske inte syns på utsidan och barnet kan vilja leka och göra som vanligt. Karin berättar att barnen behöver ta in sorgen i små portioner och få ha skojigt och leka emellanåt.

Vuxnas förståelse av barns sorg

Jörgen menar att vuxna lätt kan tro att barn inte sörjer när de inte visar sig ledsna, och de kan känna sig provocerade av det. Maria lyfter fram att det är viktigt att vuxna accepterar barnets sätt att bearbeta förlusten och tillåter barnet att få vara glad och leka emellanåt, annars kan barnet lätt få dåligt samvete. Lotta tror att det kan finnas en omedveten vilja hos vuxna att inte tro på att barnen är lika ledsna som dem och därför tänker bort det. Vuxna tycker ofta att det är svårt att prata med barnen om sorgen, men Lotta menar att vuxna måste våga fråga och Jörgen berättar att barnet måste ha någon som tar emot sorgen, för att barnet ska kunna visa den. Maria poängterar att det är viktigt för barnet att hålla fast vid ritualer under det första året, som att besöka kyrkogården eller att titta på fotografier av den döda föräldern. Det hjälper barnet att minnas föräldern och bearbeta sorgen.

7.3.5 Hur barn upplever att vuxna sörjer

Den vuxna är annorlunda

Karin menar att barnet märker att den vuxne är annorlunda och inte längre är samma person som innan dödsfallet. Den överlevande föräldern orkar inte ge barnet samma omsorg. Då de vuxna inte gråter kan barnet oroa sig för att den vuxna inte sörjer och här anser Jörgen att barn är väldigt konkreta i sin uppfattning av vuxnas sorg, gråter man är man ledsen, gråter man inte är man inte ledsen. Maria tycker att det är viktigt att den överlevande föräldern talar om sin sorg med barnet.

Vill inte vara en belastning

Jörgen anser också att barn vill hålla sin sorg inne för att inte vara en belastning för den överlevande föräldern. Lotta berättar om en tjejgrupp där tjejerna säger att det är plågsamt att se sin förälder ledsen men att det är svårt att trösta någon som är äldre. Tjejerna menade att vuxna borde trösta vuxna.

7.3.6 Tema sorgereaktioner

Sorgeprocessen

Jörgen och Maria förklarar att som psykolog träffar de i regel inte barn i en naturlig sorgprocess, utan att de kommer i kontakt med barnet när det anses att barnet behöver hjälp, t.ex. när det inte fungerar för barnet i skolan. Jörgen brukar säga nej till barn i en naturlig sorgprocess och menar att barnet ska stå ut istället, och att det är friskt att vara ledsen när någon har dött, att man inte ska försöka ta bort det. Karin understryker också att det första sorgeåret är tyngst, för då upplevs allt för första gången utan den personen som alltid varit med innan, t.ex. vid födelsedagar eller högtider. Under sorgereaktioner berättar Maria hur barnet kan göra snabba kast mellan ilska, sorg och gråt och att det handlar om en rädsla över

att bli lämnad, att inte någon tar hand om barnet längre. Jörgen lyfter även fram sorgereaktioner som förnekelse, besvikelse, skuld samt oförmåga att visa sina känslor.

Oro

Samtliga informanter menar att när barnet har förlorat en förälder finns ängslan att också förlora den andra föräldern. Lotta talar om att barnen ofta har svårt att sova och blir ledsna på kvällen och menar också att alla dödsfall sänker barnets självförtroende.

Ambivalenta känslor

Karin menar att barnen kan få motstridiga känslor, barnet har svårt att förstå att det kan känna ilska, sorg och lätnad på samma gång.

Svårt att acceptera

Jörgen beskriver hur svårt det är för barnet att acceptera att det i resten av sitt liv kommer att vara utan t.ex. sin mamma.

Barns depression

Jörgen möter många barn i depression och förklarar skillnaden mellan barns och vuxnas depression. Barn visar sin depression genom att t.ex. vara oroliga, livliga, utagerande. Barnet är egentligen ledset innerst inne men håller det borta genom att vara bråkiga och väcker känslor hos andra för att slippa ha dem själv.

Skuld

Karin menar att när det är komplicerat kring föräldrarnas död blir det svårare för barnet att hantera förlusten, t.ex. om barnet och föräldern bråkade det sista de gjorde innan föräldern dog skapar detta skuldkänslor hos barnet. Jörgen tar upp ett exempel som handlar om en pojke som hinner tänka elaka tankar om sin pappa innan pappan dör. Pappan som var döende i cancer var bitter och besvärlig i livets slutskede. När pappan dött fick pojken oerhörda skuldkänslor.

7.3.7 Sorgereaktioner vid åldrarna sex till tio

Yngre barn

Lotta menar att yngre barns reaktioner är omedelbara, tydliga och att de inte maskerar sina känslor. Barnen kan bli klängiga, få ont i magen eller få dålig eller stor matlust, sömnsvårigheter och vill sova i föräldrarnas säng samt har lätt för att visa känslor som gråt, ilska, ledsenhet och saknad. Barnet kan bli stökigare på dagis eller hemma. Karin berättar att det yngre barnet går mer ut ur sorgen och glömmer bort den ibland än vad det äldre barnet gör. Jörgen berättar att yngre barn upplever smärta i självbilden och kan undra vem man är om inte mamma eller pappa finns längre.

Äldre barn

Lotta menar att tioåringen mer håller sina känslor inombords. De äldre barnens strategier kan vara att tänka på något roligt eller att leka. De vill att allt ska vara som vanligt och att kompisar ska vara som vanligt. Äldre barn kan censurera sina känslor och t.ex. visa glädje istället för ilska eller ängslan istället för rädsla. Det kan verka som att de äldre barnen inte är särskilt ledsna och att vuxna därför kan behöva leta efter beteendeförändringar hos barnet för att hitta deras sorgespråk. Dessa förändringar kan visas som att barnet går in mycket för något, som att sitta ofta vid datorn eller att sporta överdrivet mycket. Karin understryker att det äldre barnet har en mer realistisk syn och kan vara i sorgen längre perioder, men kan tänka bort den ibland. Maria beskriver att äldre barn har lättare för att prata om det som hänt.

7.3.8 Faktorer som kan påverka barnets sorg

Sjukdom

Karin menar att när en förälder är sjuk startar sorgprocessen redan innan föräldern dör och barnet hinner förbereda sig, men det blir ändå en chock när föräldern dör eftersom barnet in i det sista har hopp om att det ska vända. Lotta tycker att de finaste exemplen är de då barnen kunnat vara med på hospice och fått information om föräldrarnas sjukdom. Jörgen poängterar att tid är fördel då det finns möjlighet att tala om det som ska hända. Kloka föräldrar som ska dö finns tillgängliga psykologiskt för barnen som kan acceptera det svåra lite efter hand.

Plötslig död

Maria menar att plötsliga dödsfall är svåra att hantera för barnet, reaktionerna blir tydligare och det blir svårare att ta in att föräldern inte finns längre, barnet tar hjälp av sina fantasier. Karin berättar hur plötsliga dödsfall gör döden mer obegriplig. Barnet ställer sig frågor om varför det hände och i sökandet av svar hittar barnet förklaringar som handlar om att de själva bär skuld till föräldrarnas död. Jörgen lyfter fram att vid plötsliga dödsfall bejakas förnekelsesidan och barnet tror inte riktigt på att föräldern är död, utan att han eller hon kommer hem en vacker dag. Lotta beskriver plötsliga dödsfall som en försvårande faktor då det inte har funnits tid att ta farväl.

Själv mord

Karin tar upp två omständigheter som kan finnas kring självmord. Det ena är när föräldern har varit deprimerad under en längre tid och barnet inte har fått sin känslomässiga omsorg tillgodosedd, då är barnet sämre rustat att möta sorgen efter den förlorade föräldern. Den deprimerade föräldern kan ha uttryckt att det är barnets fel att föräldern inte orkar leva längre, vilket ökar skuld hos barnet. En annan omständighet är då föräldern plötsligt tar livet av sig vilket väcker skuld och tankar om vad barnet hade kunnat göra för att förhindra och barnet vill vända tillbaka och göra om. Lotta menar att barnet ställer sig många frågor i samband med att en förälder tagit sitt liv och kan bli arg på föräldern. Barnet kan undra varför föräldern valde döden framför ett liv med barnet. Det blir viktigt att hjälpa barnet att skilja personen från handlingen genom att ge information om hur depression och psykisk sjukdom förändrar en människa.

Mamma eller pappa

Karin lyfter fram att kvinnor och män sörjer på olika sätt och att detta utgör en skillnad för barnet om det är mamma eller pappa som dör. Generellt sett drabbas barn som har förlorat en mamma värre då pappan som är kvar oftast har sämre förmåga att ge barnet stöd i barnets känslor. Jörgen menar att det är mer speciellt för barnet när mamman dör, eftersom modern har burit barnet i sin kropp.

Den överlevande föräldrarnas förmåga

Karin och Jörgen förklarar hur den överlevande föräldrarnas sorg påverkar vilken kraft denne har att möta barnets behov. Jörgen menar att ju sämre anknytningsrelation barnet har desto större risk för att barnet går tillbaka i utvecklingen. Barnet i sorg blir otryggt och den naturliga reaktionen på otrygghet är att gå tillbaka och söka den trygghet som barnet finner i tidigare utvecklingsstadium t.ex. kan barnet vilja sova i mammas säng igen.

7.3.9 Flickor och pojkars olika reaktioner

Lotta menar att ju yngre barnen är desto mer lika varandra, en sexårig pojke och en sexårig flicka är rätt så lika i sina sorgereaktioner. Hos äldre barn kan vissa skillnader finnas. Karin lyfter fram att det finns både individuella och generella skillnader mellan kön.

Flickor

Lotta berättar att flickor gråter och pratar mer. Karin menar att flickor generellt sätt har lättare för att tala om känslor och tankar samt uttrycka sig i skriftlig form. Jörgen anser att flickor är mer inåtvända, spända och svårare att komma åt. De kan säga rätt saker men vågar inte känna efter.

Pojkar

Lotta upplever att pojkar är mer handlingsinriktade och oftare biter ihop och inte vill gråta. Pojkar tycker inte heller att det är lika roligt att sitta i grupp och prata. Karin menar att det är mer tillåtet för flickor att gråta än vad det är för pojkar och lyfter fram betydelsen av att det är färre pappor som gråter vilket i sin tur påverkar pojkarnas förmåga att gråta. Gråten hjälper sorgen på rätt väg och hjälper spänningar i kroppen att lossna, de barn som inte kan gråta måste få hjälp att uttrycka sin sorg på andra sätt. Maria tillägger att pojkar oftare reagerar genom ilska och Jörgen anser att pojkar är mer utagerande och mer deprimerade. Pojkar är mer i rörelse för att slippa känna efter i kroppen.

8 Analys

8.1 Redovisning av analys

8.1.1 Tema Död

Barnet försöker förstå

Karin: "När barnet talar om döden handlar det väldigt mycket om att försöka förstå"

Barnet behöver en begriplig verklighet och frågar för att det vill förstå. Ett barn i sorg behöver känna till döden för att kunna identifiera sig med de känslor som uppstår i samband med den (Bendt 1993). Barn behöver få kunskap om döden eftersom deras funderingar pågår tills de får ett svar (Webb Boyd 2010). Här blir det viktigt att vuxna svarar utifrån barnets förståelse, eftersom barnet skapar sig en uppfattning av döden genom vuxnas förklaringar (Stening 1999). Piaget (1973) menar att barnets alla frågor i samband med nya situationer beror på att ingenting är slumpmässigt för barn och att de därför söker förklaringar till alla händelser. Barnet har behov av en kausal förklaring och detta utmärker sig extra tydligt vid svåra situationer i livet (Piaget 1973).

Jörgen: "Det är både den här sidan av att om man dör så begravs man och det är ingenting med det punkt slut, samtidigt så har det hänt som inte får hända"

Vi anser att Jörgens citat förstärker Jewett Jarratts (1996) beskrivning av barns konkreta tänkande när författaren beskriver att barnet tänker i kategorier som alltid/aldrig och de översätter ord med konkreta bilder (Jewett Jarratt 1996). Barnet har den konkreta förståelsen av vad döden innebär men saknar förmågan att förstå dess konsekvenser (Gyllenswärd 2001).

Skrämmande upplevelse

Maria: ”Många av tankarna och känslorna som kommer efter ett dödfall har inte barnet varit med om, så det är väldigt skrämmande det som barnet känner”

Vi finner Marias citat betydelsefullt när det gäller barns första möte med döden och lyfter fram att det blir en helt ny erfarenhet som barnet aldrig kommit i kontakt med innan. I relation till Anderssons (1995) beskrivning av att barnet inte bara förlorar en förälder utan också familjen så som den var innan dödsfallet (Andersson 1995) menar vi att det också blir svårt för barnet att förhålla sig till den nya familjesituationen där omgivningen kanske inte är lika närvarande längre. Inget är som vanligt och det blir förfärligt i barnets värld.

Latensbarnets utveckling

Jörgen: ”Just den åldern är en period där man har ett djup inom sig, men mycket av utvecklingen går ut på att ta in fakta, lära sig saker och öka sin jagstyrka”

Åldrarna sex till åtta är de åldrar som Piaget (1973) lyfter fram som särskilt intressanta i relation till förmågan att bli medveten om förhållandet mellan liv och död. I dessa åldrar börjar även prekausaliteten och egocentreringen avta (Piaget 1973). Barnet kan nu förhålla sig både till en möjlig och en verklig föreställningsvärld och kan kognitivt omarbete föreställningar och jämföra dem i sitt inre (Havnesköld/Risholm Mothander tolkning av Piaget 2006).

Magiskt tänkande

Karin: ”Det sätter igång väldigt mycket fantasier, det sätter igång väldigt mycket tankar om ifall barnet kunde ha gjort någonting själv, ifall det är barnets fel”

Barnets bristande förmåga att se sammanhang i livet gör att det tillskriver sig självt mycket av det som händer, detta är det magiska tänkandet (Foster 1990). Genom sina egna tankar och känslor kan barnet tro att det bär orsaken till att föräldern dog (Björklund/Eriksson 2000).

Samhällets inställning

Jörgen: ”Vi har ju väldigt lite kontakt med döden idag överhuvudtaget. Våra gamla ligger oftast och dör på sjukhus där man vill spara små barn från sådana upplevelser. Jag tycker i stort sett att barn i alla nivåer ska vara med i de här processerna. Det blir inte skadligt för dem för de tar bara in så mycket som de orkar med”

Hur barnet informeras om och får ta del av ritualer kring döden beror på vilken kultur barnet uppfostras i (Dyregrov 2008). Vuxna i Sverige ser ofta döden som något som inte hör hemma i barnets värld (Johansson/Larsson 1976). När barn vill tala om döden blir det ett problem för vuxna som belägger frågorna med tabu vilket ökar barnets förvirring kring döden (Hartman 1896). Som vuxen behöver man inte veta svaret men ändå svara så ärligt som möjligt (Stening 1999). Däremot är det viktigt att vuxna svarar barnen så att svaret stämmer med barnets mognad och ålder (Webb Boyd 2010). Vi vill lyfta fram vikten av att barn får höra sanningen kring dödsfallet och att det inte ska finnas en lucka mellan att pappa åkte in till sjukhuset och sen fanns han plötsligt inte längre. Rent utvecklingspsykologiskt tar barnet bara in så mycket som det klarar av, därför är det heller inte farligt för barnet att få veta sanningen. Vuxna behöver inte omskriva svåra händelser för att skydda barnet, då barnet förmodligen tar mer skada av att inte få veta vad som hänt. Det är värre för barnet att skapa sin egen föreställning om dödsfallet.

8.1.2 Barns förståelse av döden vid olika åldrar

Yngre barn

Lotta: "Ju yngre barnet är, desto svårare är det för barnet att föreställa sig ett alternativ till livet. Vi lever och vi är, och jag tror att man som sexåring kan tänka att: ja men när hon blir levande igen ... kanske är hon inte död på riktigt"

Barnets förståelse påverkas av barnets ålder och utvecklingsnivå (Huntley 1996). En sjuåring kan fantisera om att den döda kommer tillbaka (Gyllenswärd 2001).

Jörgen: "Medan sexåringen ... det är för tidigt och händer det någonting sådant så gör det ett brott i utvecklingen. De tenderar att bli barnsligare då och på det sättet förneka det som händer, de lever på lite som vanligt"

När barnet är med om en förlust kan det stanna upp i sin utveckling eller återvända till en tidigare utvecklingsfas, efter en lyckad sorgprocess kan barnet återgå till det utvecklingsfas som de åldersmässigt befinner sig i (Gyllenswärd 2001).

Äldre barn

Karin: "En tioåring har ju lättare att förstå det här med att det inte finns någon återvändo utan att det bara är, nu är det så här"

Jörgen: "Ju äldre man är desto större tillgång till kognition, vilket är en fördel för att göra ett bra sorgearbete, desto bättre är man på att tänka och acceptera och förstå hur saker och ting hänger ihop"

Vid tioårsålder blir barnets föreställning kring döden mer abstrakt och barnet kan förstå konsekvenserna av ett dödsfall (Dyregrov 2008). Barnet förstår att vi alla ska dö och insikten finns att när någon dör träffas vi aldrig mer (BRIS 2007). Definitionen av döden blir på en mer logisk och biologisk nivå. Barnet känner till att hjärtat har slutat pumpa eller att hjärnan dör. Barnet har också förståelse för synonymer till döden, t.ex. avliden eller gått bort (Johansson/Larsson 1976). Denna ökade kognitiva mognad skapar möjligheter till en bättre förståelse (Dyregrov 2010) men förståelsen ger även en djupare ångest över allt som kan hända (BRIS 2007). För att tydliggöra hur barnens förståelse av döden kan skifta mellan de aktuella åldrarna lyfter vi fram ett citat från Lotta:

Lotta: "Den här flickan var tio år när hon gick i grupp hos oss ... Hennes mamma dog när flickan var sex år... Och då frågade vi: Men hur tänkte du när du var sex år när mamma dog? Då visste jag att vi skulle ses. Som sexåring var det självklart att vi skulle träffas igen... som tioåring sa flickan: jag undrar så här, kommer jag och mamma att ses igen? Eller ligger hon bara där i jorden och tittar på maskarna? ... Om man skulle resonera vidare med henne så skulle hon se att det här håller inte, det här är en logisk kullerbytta men att hon ändå har den föreställningen som tioåring att mamma ligger i jorden och tittar på maskarna fyra år efter sin död, märk väl, så tänker jag att som sexåring så var hon ju övertygad om att de skulle ses"

Vi anser att citatet belyser att det yngre barnet inte har förmåga att förstå att döden är oåterkallelig liksom det äldre barnet inte längre kan tro på att den döda kommer tillbaka.

8.1.3 Var barnet tror att den döda är

Nangijala

Jörgen: "Astrid Lindgren har hjälpt till mycket när hon har tänkt sig att vi behöver någon plats att fundera över vart mamma är och att hon finns fortfarande. Föräldrar eller omgivningen hjälper nog till mycket med att ge någon sorts mer eller mindre rimlig beskrivning av att mamma kommer till ro nu. Eftersom himlen är så abstrakt, det är som att titta upp: är det i molnen? det kan det ju inte vara, det blir så svårfångat. Ju yngre barnet är så behöver det något Nangijala att tänka sig"

Maria: "De flesta tror på en himmel och funderar på om de får träffa pappa någon gång igen"

Barns förståelse av döden hänger även ihop med barnets religiösa tro. Det växande barnet socialiseras in av samhället, den individuella familjen och dess normer, samt rådande trossystem. Då döden är obegriplig för barnet måste barnet använda sin unika logik för att försöka förstå. När barnet har en tro om att den döda tas om hand av någon annan och att föräldern har det bra nu stillar detta barnet oro (Boyd Webb 2010). Vi anser att informanternas svar visar på hur religiös tro kan hjälpa barnet att hantera förlusten när de kan föreställa sig att mamma eller pappa istället finns hos någon som tar hand om denne.

Förnekelse försvårar

Jörgen: "Det som är problemet med det är att, ju mer man vill förneka att det har hänt, ju svårare blir det att placera föräldern någon annanstans, för det är på vägen att det ska bli sant. Det är ett sätt att hålla det ifrån sig också"

Barnet förnekar att det är sant för att hålla det smärtsamma på avstånd (Dyregrov 2008). Här kan vi dra en parallell till Bowlbys (1994) tankar om att människans anknytningsbeteende handlar om en överlevnadsinstinkt. Vår egen bild av detta är att när barnet håller smärtan på avstånd handlar det om en överlevnadsstrategi som blir nödvändig för att klara av det vanliga livet. Men vi menar också att det kan handla om ett kognitivt försvar, för att barnets hjärna har svårt att förstå att något är oåterkalleligt och behöver förneka för att kunna fortsätta utvecklas.

8.1.4 Tema Sorg

Anknytning

Jörgen: "... anknytningspersonen är en del av mig själv och det försvårar sorgearbetet. Barn är per definition sina föräldrars barn i sin identitetsupplevelse, de är ju ingen i sig själva ... då är det för otänkbart att det inte finns någon som tar hand om mig längre ... Barn som är sedda för den de är och ett subjekt i mamma och pappas ögon och anknytningsmässigt trygga personer, kan och orkar starta sin sorgperiod ... ju sämre anknytningsrelation man har desto mer otrygg blir man, och den naturliga reaktionen på otrygghet är att gå tillbaka och söka den trygghet som finns. Det är barns sätt att påkalla omgivningens uppmärksamhet ... att jag behöver tas om hand mer..."

Anknytningsbeteendet är det beteende en person använder för att skapa och bevara närhet till en annan individ. Anknytningsbeteendet är mest utmärkande i de situationer då personen kräver omsorg och tröst. Att förlora en anknytningsperson innebär en ökad risk för smärta eller fara och en ångestreaktion vid hot om förlust. När barnet förlorar sin anknytningsperson försvinner också det trygga skydd att söka vid fara (Bowlby 1994). Utifrån Ainsworths fyra

olika anknytningsmönster byggs barnets inre erfarenheter upp de första åren tillsammans med en anknytningsperson. Barnet med en trygg anknytning har funnit en balans mellan närhet och avstånd och vet att anknytningspersonen finns tillgänglig. När barnet upplever svårigheter aktiveras anknytningssystemet. Barn med otrygg anknytning kan inte lita på att anknytningspersonen finns tillgänglig, utan måste hitta andra strategier (Havnesköld/Risholm Mothander tolkning av Ainsworth 2006).

Barns sorg

Karin: "Sorgen handlar om att hitta rätt i det nya livet och att i barnets inre värld så finns en representation av allt som finns i den yttre världen, det betyder att barnets identitet väldigt mycket är en spegling av den värld de lever i. Alla anknytningspersoner blir en del av barnet, så barnet är sin livssituation och sin omvärld. Och när det är viktiga saker som ändrar sig i den yttre världen, då är det en väldigt smärtsam inre process att möblera om, att anpassa den inre världen till den yttre som plötsligt ser helt annorlunda ut ... och det är det som är själva sorgprocessen, att möblera om i den inre världen ..."

I sorgearbetet rör sig en människa mellan ett inre och ett yttre sammanhang. Det inre sammanhanget omfattar allt det vi bär med oss, dvs. vår historia, erfarenheter och situationer vi varit med om samt arv från biologiska och psykologiska resurser. Det yttre sammanhanget innehåller allt som finns utanför vår egen person, dvs. familj, vänner, alla människor som vi möter och alla platser, som vi besökt. Sorgen blir ett slags "undantagstillstånd" där de vanliga villkoren inte räknas längre. Båda sammanhangen innehåller mer eller mindre känslan trygghet. Sorg och trygghet hör ihop, eftersom tryggheten raderas av sorgprocessen. Den behöver därför kompenseras med en stabil omgivning och ett tryggt sammanhang. I sorgen sker en anpassning till ett liv utan den som har dött. Sorgprocessens uppgift är att ombilda psyket och ge en verklighetsförankrad bild av framtiden, där den förlorade inte finns längre. Gamla drömmar måste ge plats åt nya och det är detta som är sorgprocessens kärna, dvs. när någon har förlorat en betydelsefull person stämmer inte grundförutsättningarna för tillvaron längre. För att livet trots allt ska fortsätta att fungera måste den inre bilden av livsinnehållet möbleras om. Ett avslutat sorgearbete resulterar i att verkligheten ses som den är i nulägen och inte som i drömmen (Fyhr 1999).

Karin: "Barn går ju väldigt mycket in och ut i sorgen. När det har hänt så är de inte i sorgen hela tiden, och det är också viktigt att tänka på att barn ska kunna ha skojigt och kunna leka. Att andra rutiner ska gå på som vanligt ... men det betyder inte att man inte sörjer"

Lotta: "... som en kille i nioårsåldern sa: ... Jag är jätteledsen hela tiden, men jag är glad också..."

Barnet behöver gå in och ut ur sorgen periodvis då det har en känslomässigt begränsad kapacitet att vara i sin sorg (Boyd Webb 2010). Till skillnad från en vuxen kan barnet inte ta en paus från livet när det sörjer utan det fysiska och psykiska livet måste gå vidare och sorgbearbetningen måste ske parallellt med de behov som utvecklingen kräver. Barnet behöver närma sig sin sorg på sina egna villkor och när de själva känner sig redo för det (Gyllensvärd 2001). Vi vill lyfta fram informanternas beskrivningar av hur betydelsefullt det är att barnet får fortsätta med sina vardagliga rutiner, som att fortsätta gå till skolan och träffa

sina kamrater, även då en anknytningsperson har dött. Barnet behöver ta pauser från sorgen för att kunna gå vidare, både med sin egen utveckling och med livet för övrigt.

Vuxnas förståelse av barns sorg

Lotta: "Alla känslor som barn har är samma känslor som vi vuxna har, hur barn uttrycker och förstår sina känslor, det är där den stora skillnaden mellan barn och vuxna ligger"

I sorg blir inte barn mindre drabbade än vuxna. Vuxna och barn har liknande reaktioner, men barnens reaktioner skiftar med ålder och mognad. Barnen fokuserar på det inträffade, de tänker på föräldern som dött, tänker på hur livet var innan och hur det kunde ha varit om inte dödsfallet inträffat. Barn visar dock inte alltid sina känslor som vuxna gör vilket ibland tolkas som att de inte sörjer (Gyllenswärd 2001).

Jörgen: "Barnet saknar den här känslan som ibland är väldigt provocerande på omgivningen, som om det inte brydde sig"

Barnet fortsätter ofta leken direkt efter ett dödsbesked. Det betyder inte att barnet inte är påverkat, utan att barnet hanterar förlusten och bearbetar den (Huntley 1996). Barnet förnekar att det är sant för att hålla det smärtsamma på avstånd (Dyregrov 2008). I leken är det som vanligt. Här kan barnet stanna tills det orkar möta det svåra (Andersson 1995).

Maria: "Viktigt att barnet tillåts att leka för att bearbeta sin sorg"

Vi anser att Maria lyfter upp en viktig aspekt av att vuxna måste acceptera att barnet sörjer genom att gå in och ut ur sorgen. När vuxna provoceras av barns sätt att hantera förlusten kan de vuxna ge barnet samvetsksamhet, t.ex. om den vuxne förmedlar till barnet att det är oförsäkamt att skratta och leka när mamma har dött, kan barnet tänka att det borde gråta när det egentligen handlar om en process barnet inte kan styra över.

Lotta: "Många gånger så säger folk så här: vad ska vi säga till barnen? Då är det så här, fråga barnen själva: hur tänker du? Då får man höra hur mycket som helst ofta"

Jörgen: "Är man barn så måste man ha någon som tar emot det"

Med Lottas och Jörgens citat vill vi lyfta fram betydelsen av vuxnas förmåga att på ett adekvat sätt kunna ta emot barnets tankar och känslor som kommer i samband med en förlust av en förälder samt vågar finnas till hands för att möta barnet där det är.

8.1.5 Hur barn upplever att vuxna sörjer

Den vuxna är annorlunda

Karin: "De märker i form av att den vuxne inte ger dem samma omsorg därför att de inte orkar. Man kanske inte reser på semesterresor, jularna blir inte som vanligt... den som är kvar är inte som den var förut, kanske inte lika glad, inte lika närvarande"

Hur vuxna hanterar dödsfallet har betydelse för barnets förmåga att sörja. När någon dör är det också svårt för vuxna och de kanske inte orkar se till barnets behov. När vuxna döljer sanningen och undanhåller fakta från barnet använder barnet sina fantasier för att förstå, vilket blir värre många gånger (Dyregrov 1990).

Karin: "de kan tro att papporna inte sörjer när de inte gråter och barnet kan oro sig och undra varför pappa inte är ledsen när jag är det"

Vuxna kan hålla undan sin sorg för att visa sig starka för barnet och då försöker barnet istället att tolka föräldrarnas beteende. De kan tro att den vuxne inte är lika ledsen eller redan glömt bort den avlidne. Detta kan medföra att barnet upplever att det är ensamt i sin sorg (Dyregrov/Raundalen 2007).

Vill inte vara en belastning

Jörgen: "Om en anknytningsperson har dött blir barnet oerhört rädd om den förälder som är kvar och det är en anledning till att barn försöker förneka sorgen, man vill inte vara en belastning"

Lotta: "Det blir läskigt för barnen när mamma eller pappa är jätteledsna. Det var en tioåring som sa: jag tycker det är jobbigt när mamma gråter därför när hon gråter så tänker jag att jag ska trösta henne och jag vet inte hur jag ska trösta henne för jag är bara tio år"

Om barnet inser att det orsakar vuxna smärta kan det gömma eller förneka sina känslor (Jewett Jarratt 1996). I intervjustudier har sörjande barn uttryckt fler sorgereaktioner än vad deras föräldrar känt till att de haft (Dowdney 2003). Här uppmärksammar vi att Dowdneys (2003) upptäckt att barn berättar om fler sorgereaktioner när deras föräldrar inte är närvarande är intressant i bemärkelsen att det förtydligar att barnen döljer sina känslor för att inte vara en belastning för omgivningen. Vi menar att när den överlevande föräldern är ledsen tyngs barnet av två hjälplösa tillstånd, dels att inte kunna trösta sin förälder men också att behöva hålla inne med sin egen sorg för att inte få föräldern att bli mer ledsen än vad denne redan är, t.ex. i en situation där mamman inte är ledsen vågar barnet inte visa sina sorgsna känslor av rädsla att mamman ska börja gråta.

8.1.6 Tema sorgereaktioner

Sorgeprocessen

Maria: "Just den här naturliga sorgebearbetningen, de möter inte vi psykologer så ofta ... Oftast hamnar de här barnen på BUP för att det inte fungerar i skolan och då ser man att det här beror på så mycket annat, det här rör sig inte om ADHD utan det är en sorgereaktion ... Starka utbrott som barnet inte kan hantera och de vet inte hur de ska uttrycka sig. Det blir ohållbart både i familjen men även för barnet själv"

Jörgen: "I en varm familj så är man ledsen ihop och gråter. Barnen stänger av någon dag och så kommer de tillbaka, sorgereaktionerna kommer och går lite mer, de tar det lite i doser"

Dessa citat visar hur en naturlig och en onaturlig sorgprocess kan fungera. Dyregrov (2008) menar att barnets personlighet och tidigare erfarenhet kan påverka sorgearbetet. Barn som grubblar mycket kan ha svårt för att släppa det som har hänt. Vissa barn är starkare och kan hantera motgångar bättre medan andra barn som är känslomässigt instabila riskerar att få ett svårare sorgearbete. Barnets tidigare erfarenheter som smärtsamma och obearbetade förluster kan göra barnet mer sårbart inför nya. Om barnet varit med om att någon annan mer avlägsen släkting dött kan detta öka barnets förmåga att förstå dödens betydelse (Dyregrov 1990). Barnets känslomässiga reaktioner till separationer och förluster har samband med hur denna förmåga grundades tidigt i barnets utveckling (Worden 1996). För att belysa hur viktigt det är att sorgen bearbetas när den uppstår lyfter vi här in Fyhr (1999) som beskriver att obearbetade förluster i barndomen kan väckas till liv i vuxenlivet och de känslor som var förknippade med den tidigare förlusten aktualiseras på nytt (Fyhr 1999).

Oro

Maria: "Oron över att förlora en förälder till finns med under lång tid ... Om pappan är borta så blir barnet väldigt fäst i mamman"

Känslor som väcks vid förlust och som är svåra att hantera för barnet är hjälplöshet och övergivenhet (Gyllenswärd 2001). Barnet kan oroa sig för vad som ska hända nu: Kommer mamma också att dö? (Huntley 1996). Ångesten handlar framförallt om att något ska hända den förälder som finns kvar och kan ta olika uttryck, mindre barn blir klängiga och krävande medan större barn kan uttrycka sin ångest på ett annat sätt, t.ex. tänka: Vem ska ta hand om mig om jag blir ensam? (Dyregrov 2008).

Lotta: "Föräldrar kan märka att det tar jättelång tid för barnet att somna och då vet jag vid det här laget att det är då alla tankarna kommer. Sömnsvårigheter är väldigt vanligt, barn efter barn berättar att det är så"

Barn som sörjer kan ha svårt för att somna och kan vakna tvärt på natten. Sömnproblemen hänger samman med ångslan och tid att tänka på den man mist (Dyregrov 2008).

Ambivalenta känslor

Karin: "Jag känner ju både ilska och sorg och lättnad och skuldkänslor hela baletten på en gång ... Alla de här känslorna tillsammans kan bilda ett slags kaos ... vi hjälper barnen att inse att det faktiskt rör sig om inte antingen eller utan både och"

Relationen till den döda har också betydelse för barnets sorg. Komplicerade relationer gör det svårare för barnet och ger ambivalenta känslor som lättnad och skam (Dyregrov 1990). Barn som haft en sund relation till den avlidne tycks gå in i den svåra situationen med ett sorts skydd (Jewett Jarratt 1996).

Svårt att acceptera

Jörgen: "Det är så smärtsamt att ta in att jag hela resten av mitt liv inte kommer att ha någon mamma"

Den förlust som ger störst konsekvenser för ett barns liv och identitet är när en förälder dör. När ett barn förlorar en förälder påverkar det barnets världsbild och hur barnet ser på sig själv. En skadad självbild ger ofta en låg självkänsla som kan komma till uttryck genom beteendeproblem, oro eller tillbakadragenhet (Worden 1996).

Barns depression

Jörgen: "Depression hos sex- till tioåringar är ju inte att de är deprimerade som vuxna utan att de är oroliga, utagerande, livliga. De är egentligen ledsna innerst inne men håller det borta genom att vara störliga och bråkiga och väcker en massa känslor hos andra för att slippa ha det själv. Det är så depression tar sig uttryck hos barn"

Depression hos barn kan komma till uttryck genom en kombination av sorg, gråt och irritabilitet. Liksom sömnsvårigheter, aptitlöshet och avsaknad av intresse för aktiviteter (Dowdney 2003).

Skuld

Jörgen: "Jag hade en tioårig pojke som hade förlorat sin pappa i cancer och mot slutet blev han elak och bitter och hade ångest för döden så pojken blev illa utsatt av sin döende pappa. Medan pappan levde hann pojken tänka: Dö snart gubbjävel så att jag slipper det här, och då hände ju det förstås till slut. Sen fick han en sådan enorm skuldkänsla. Han förnekade det känslomässigt men han visste att det hade hänt och han blev helt inestängd och oförmögen till någon affekt. Så han behövde hjälp med att få fram känslorna så att han blev arg först"

innan han kunde vara ledsen. Och då kom det att han hade önskat det och han blev liksom skyldig till pappas död på något sätt. Han var så arg för att pappan hade svikit honom och varit så elak mot slutet. Så jag fick en arg pojke och lämnade ifrån mig en jätteledsen pojke” Om barnet och föräldern bråkade det sista de gjorde innan föräldern dog kan barnet vända vreden inåt och ta på sig skulden för föräldrarnas död. De kan tro att deras tankar, ord eller handlingar har orsakat dödsfallet (Huntley 1996). Vi anser att det vore barnet till hjälp om det fick information om sjukdomsförloppet och hur sjukdomen kan förändra personligheten hos den som varit en självklar förebild innan. Den överlevande föräldern samt vuxna i barnets närhet behöver inse att barnet lägger skuld på sig själv och ta sig tid att ge barnet konkret information t.ex: pappas hjärta var sönder, doktorn kunde inte laga det, det var inte doktors fel och det var inte ditt fel.

8.1.7 Sorgreaktioner vid åldrarna sex till tio

Yngre barn

Lotta: ”Generellt skulle jag säga att sexåringarna fortfarande visar mycket av de här öppna reaktionerna, de gråter och man ser på dem mycket tydligare. De har inte förmågan att maskera sina känslor ... klängighet, ont i magen, problem med att äta jättemycket eller inte ha någon matlust, sömnsvårigheter, vilja sova i mammas säng”

Här vill vi relatera till yngre barns konkreta tänkande, som Dyregrov/Raundalen (2007) beskriver, i relation till deras spontana känslomässiga handlingar. Vi menar att eftersom de yngre barnen inte har den kognitiva förmågan att hålla inne med sin sorg eller gömma undan sina känslor, sker deras reaktioner spontant.

Äldre barn

Lotta: ”Allt eftersom barnet blir äldre så behåller de sina känslor mycket mer för sig själva ... Reaktionerna är ofta att man inte ser så mycket på dem men då får man kika efter sådana saker som att t.ex. spela mer dator, det är ett sorgespråk”

Vi menar att äldre barn maskerar sina känslor för att de har en större medvetenhet om den existentiella tillvaron vilket gör det mer smärtsamt att möta sorgen. Gyllenswärd (2001) lyfter fram att äldre barn ser och förstår det komplexa utan att ha den intellektuella förmågan att hantera den starka upplevelsen. En sjuåring kan fantisera om att den döda kommer tillbaka, men nioåringen som förstår att döden är oåterkallelig måste hitta andra sätt att stå ut med sorgen (Gyllenswärd 2001). Att visa andra känslor istället för sorg kan vara ett tecken på att förlusten är för svår att hantera för barnet, men också ett sätt att hålla omgivningen på avstånd (Gyllenswärd 2001). Sorgen uttrycks med andra reaktioner och förknippas inte med den tysta gråten som finns inombords (Stening 1999). Men det är inte alla äldre barn som maskerar sina känslor och för att gestalta detta lyfter vi fram Karins citat som förklarar hur äldre barns sätt att sörja kan se ut:

Karin: ”... tioåringen ser mer realistiskt på det och är mer i det hela tiden, konstant även om tioåringen också har perioder ibland när de tänker bort det”

Liknande reaktioner som vuxna upplever återfinns hos barn men deras reaktioner skiftar med ålder och mognad (Gyllenswärd 2001). Nio- till tioåringen kan se saker från flera perspektiv, vilket gör att de normer och regler som finns i världen ses mer på ett vuxet sätt (Havnesköld/Risholm Mothander tolkning av Piaget 2006).

8.1.8 Faktorer som kan påverka barnets sorg

Sjukdom

Lotta: "Mamman hade förberett genom att tala in sagor ... mamman sa: nu är det bråttom, jag vill tala in sagorna och ge honom allting som jag inte kan ge honom sen. Hon var helt otrolig den mamman för att förbereda pojken på ett liv utan henne... sen är det inte så att sorgen inte finns bara för att de vet... om man frågar barn när hospice har varit inblandade: när förstod du att mamma skulle dö? – Precis när hon dog".

När en förälder dött efter en längre tids sjukdom får barnet möjlighet att förbereda sig på döden men det gör det inte lättare när föräldern väl dör (Dyregrov 1990).

Plötslig död

Jörgen: "När det sker så här på en sekund, om man inte är i närheten och det bara inte finns längre så bejakar det förnekelsesidan, de kommer hem en vacker dag"

Plötsliga dödsfall följs ofta av chock, förvirring och överklighetskänslor. Allt som tagits för givet försvinner. Chocken kan göra det svårt att bearbeta förlusten och barnet får ingen möjlighet att ta farväl vilket ökar överklighetskänslorna (Gyllenswärd 2001). Det blir svårare för barnet att hantera plötsliga dödsfall, eftersom tryggheten hastigt rycks bort och barnets fantasier om hur anknytningspersonen har dött ökar. Om ett barn tillexempel förknippar dödsfallet med sjukhuset för att föräldern dog där kan barnet få ett motstånd mot sjukhus, av rädsla för att själv dö där (Dyregrov 1990). Även när barnet inte har sett den döda föräldern efter olyckan kan fantasier skapa obehagliga föreställningar om hur den döda såg ut efter dödsfallet (Gyllenswärd 2001). Här betonar vi att plötsliga dödsfall blir en försvårande faktor i barnets sorg där barnet kan få skrämmande sinnesintryck beroende på hur föräldern dog, samt om barnet hade möjlighet att se föräldern efter döden.

Själv mord

Lotta: "Är jag en människa som inte är tillräckligt viktig så att inte ens min pappa vill vara pappa till mig utan han föredrar att vara död?"

När en förälder begår självmord försvåras sorgprocessen då en rad obesvarade frågor uppkommer som om det var barnets fel och barnets fantasi tar över för att skapa förståelse kring händelsen. Tankar på hur självmordet gick till är skrämmande för barnet och minnesbilden av föräldern försvåras av självmordshandlingen (Gyllenswärd 2001). Sorg relaterat till när en förälder har tagit livet av sig gör det svårare att finna en mening med döden. Stigmatisering, skam och skuld uppfyller barns tankar och känslor (Boyd Webb 2010).

Mamma eller pappa

Karin: "Män och kvinnor har olika sätt att hantera sin sorg och generellt sätt olika förmåga att ge barnet stöd i barnets känslor ... därför blir det skillnad för barnet om det är pappa eller mamma som är kvar"

Det finns en skillnad i sorgreaktioner hos barn beroende på om det är mamman eller pappan som dör. När en mamma dör blir förändringarna i omhändertagande rutiner mer omfattande (Dowdney 2003). Om pappan dör är det vanligt att familjen får ekonomiska konsekvenser (Worden 1996). Genom studien har vi fått en bild av att föräldrarnas sätt att sörja blir en förebild för hur barnet sörjer. Vi menar att när pappor inte gråter visar de indirekt att deras söner inte heller ska gråta. Liksom att mammor generellt sätt har lättare för att tala om känslor

vilket kan ha betydelse för barnets förmåga att uttrycka sina känslor. En pappa som inte visar sina känslor blockerar förmodligen barnets möjlighet att komma med sina känslor till honom.

Den överlevande föräldrarnas förmåga

Jörgen: "Men en välburen tioåring som förlorar någon från en god icke ambivalent relation, har nog en ganska god förmåga att sörja, eller börja sitt sorgearbete... Jag träffar ibland barn till missbrukare som är farligt ute själva, de har en ständig känsla av att förlora och att ha på grund av omsorgsbrist. Dessa barn har en större tendens att förneka och inte vilja prata om döden och agerar i stället för att hålla sig igång för att slippa tänka på det"

Detta innebär att barn i fungerande familjer har lättare för att sörja, för att de ges möjlighet till det (Worden 1996). Komplicerade relationer gör det svårare för barnet att hantera förlusten, t.ex. om föräldern som dör har vanskött barnet, då uppstår både känslor av lättnad och skam vilket gör barnet osäkert (Dyregrov 1990). Utifrån Ainsworths otrygga anknytningsmönster förklaras hur barn i utsatta miljöer med ett C-mönster bemöts oförutsägbart och då vet inte barnet hur anknytningspersonen kommer att svara när det behöver närhet. De inre arbetsmodellerna utvecklas mot ett beteende där känslorna styr över kognitionen. Barnet ger uttryck för en osäkerhet kring om det verkligen finns en anknytningsperson som kommer att finnas kvar. Barn i ett D-mönster utvecklar en inre erfarenhet som inte innebär trygghet utan fara och osäkerhet, vilket förvirrar barnet. Om anknytningspersonen skrämmer barnet kan det inte välja mellan en närmande eller undvikande reaktion utan stelnar mellan flykt och angrepp. Barn med missbrukande föräldrar löper en förhöjd risk att hamna i detta beteendemönster. Problemet med denna strategi hos barn är att de inte får utrymme att träna sina egna känslor eller möjlighet att utveckla ett känslospråk för att reglera sina egna behov utan lägger fokus på att läsa av föräldrarnas behov (Havnesköld/Risholm Mothander 2006).

8.1.9 Flickor och pojkars olika reaktioner

Flickor

Jörgen: "Flickorna är mer inåtvända, de är svårare att komma åt för att de säger rätt saker, men vågar inte känna efter riktigt. Samtidigt mognar flickor och har en större tillgång till det och de kan vara ledsna och kan tillåta sig att bli lite barnsligare ibland och sörja mer än vad pojkar kan"

Karin: "Vi på BRIS har betydligt fler flickor än pojkar som kontaktar oss. Generellt sett är det lättare för flickor att tala om känslor och tankar än vad det är för pojkar. Det är också mer tillåtet för flickor att gråta"

Flickor visar mer inåtvända symptom, som tillbakadragenhet (Dowdney 2003) och drabbas oftare hårdare än pojkar när det gäller förmågan att utagera sin sorg, däremot har flickor större tillgång till att uttrycka sin sorg genom sina emotionella förmågor. Flickor leker mer två och två och använder oftare sina känslomässiga sidor. Genom leken får flickor ett språk som handlar om känslor (Dyregrov 2008). Flickor har lättare att uttrycka sina tankar och känslor genom att gråta, skriva eller prata om det hemska som hänt (Dyregrov 2010).

Pojkar

Jörgen: "... medan pojkar oftast är lite mera utagerande, lite mer deprimerade. Pojkar är mera i rörelse och igång för att slippa känna efter i kroppen "

Lotta: "... pojkar är mer handlingsinriktade än flickor och de tycker inte att det är så kul att bara sitta och snacka "

Sörjande pojkar visar mer aggressiva och utagerande symptom än sörjande flickor (Dowdney 2003). Pojkar drabbas av att de har svårt att sätta ord på sorgen, vilket kan bero på att de leker mer i gäng och inordnar sig därmed till gruppen där det enligt reglerna inte är bra att visa sina känslor (Dyregrov 2008). Pojkar uttrycker ofta sina reaktioner genom konflikter och beteendestörningar (Dyregrov 2010). I informanternas svar märkte vi en skillnad i flickor och pojkars sorgereaktioner beroende på omständigheterna kring barnet. Jörgen och Maria som oftast träffar barn i den onaturliga sorgereaktionen benämnde annorlunda reaktioner jämfört med de Karin och Lotta benämnde. I den naturliga sorgprocessen har flickor lättare för att få ut sina känslor genom t.ex. gråt, prat eller skrift medan flickorna i den onaturliga sorgen hämmas och håller tillbaka sina reaktioner. För pojkarna blir det tvärtom då de har svårare att visa sina känslor i den naturliga sorgprocessen och blir mer utagerande i den onaturliga, vilket gör att de har lättare att få ut vad de känner.

8.2 Konklusion

Död

Genom analysen har vi funnit att det finns en motstridighet i barnets uppfattning av döden, dels handlar det om det konkreta med döden, att den inte går över, dels om att det blir överkligt för barnet att aldrig mer får träffa sin förälder. För barnet handlar det om den kognitiva mognaden för att kunna förstå att någon inte finns mer, när det för vuxna istället handlar om försvarsmekanismer när den vuxna vägrar tro på att den döda är död. Vidare har vi i analysen kommit fram till att när barnet möter döden för första gången har det inget att förhålla sig till och har därför svårt att föreställa sig ett alternativ till livet. Därför är det viktigt att när vuxna talar om döden med barn behöver de vara konkreta och säga sanningen för att barnet inte ska skapa sig fantasier. Barnet tar bara in så mycket som det klarar av att ta in och det blir mycket värre om det får förklaringar med omskrivningar som det inte förstår t.ex. om pappa har dött och barnet får höra från omgivningen att pappa har gått bort förvirrar det barnet när mamma efter en vecka säger att hon ska gå bort när hon egentligen menar att hon ska gå på en fest. I analysen lyfts även betydelsen av det magiska tänkandet fram, vilket förstärks vid en förlust och barnet har lätt för att lägga skulden för föräldrarnas död på sig själv. Den kognitiva utvecklingens betydelse av barnets förståelse av döden visar sig genom att det yngre barnet har svårare för att förstå att det aldrig ska få träffa föräldern igen och kan tänka: när blir pappa levande igen? Medan det äldre barnet har lättare för att förstå att det inte finns någon återvändo och i takt med den kognitiva mognaden ökar också den existentiella medvetenheten. Det yngre barnet hjälps av att höra att mamma eller pappa tas emot av någon efter döden och att det finns någon som tar hand om föräldern. Barnets religiösa tro kan hjälpa barnet att placera den döda någon annanstans, men vad som kan försvåra detta är att barnet vill förneka det inträffade, eftersom det annars blir verkligt att mamma eller pappa för alltid är borta.

Sorg

I temat om sorg har analysen visat på att när barnet mister en anknytningsperson så mister det också en del av sin egen identitet vilket påverkar barnets självbild. Barnet måste möblera om i sitt inre för att anpassa sig till den nya yttre verkligheten. Eftersom barnet utvecklas fysiskt och psykiskt kan det inte vara i sorgen hela tiden utan behöver ta pauser från den för att kunna utvecklas i leken där de behöver få ha det som vanligt. När vuxna har svårt för att acceptera att barn går in och ut ur sorgen och istället tror att de inte sörjer när de skrattar och leker kan detta skapa samvetsqual hos barnet som lägger än mer skuld på sig själv för att det inte sörjer som det borde. I analysen har vi även kommit fram till att barnet kan uppleva det både bra och jobbigt när den överlevande föräldern talar om och visar sina känslor för barnet. När en förälder har dött, påverkas även den andre föräldern och ingenting blir längre som förut. Barnet upplever både att det är ensamt i sin sorg när vuxna döljer sina känslor för barnet men också att det är svårt att se föräldern ledsen och jobbigt när föräldern inte orkar vara sitt barns förälder pga. förlusten. Barn ska inte behöva trösta vuxna utan måste själva få utrymme att reagera i sin sorg. Analysen har också visat att sorg ska ses som en naturlig reaktion vid en förlust. Att bearbeta sorg blir lättare vid trygga förhållanden men om barnet har brister i omsorgen och ett otryggt anknytningsmönster kan sorgen kompliceras och utvecklas till en onaturlig sorgprocess. En onaturlig sorgprocess kan även utvecklas vid komplicerade omständigheter kring dödsfallet, t.ex. vid plötsliga dödsfall.

Sorgereaktioner

I analysen har vi kommit fram till att barnets kognitiva mognad påverkar hur sorgereaktionerna yttrar sig, yngre barn är mer konkreta i sina reaktioner medan äldre barn kan maskera dem. Yngre barn reagerar öppet pga. sitt konkreta tänkande medan äldre barn kan dölja sina reaktioner pga. att de förstår den komplexa existentiella tillvaron. Analysen har visat att beroende på hur dödsfallet har gått till har barnet lättare eller svårare för att acceptera att föräldern är död. När föräldern dött plötsligt blir det överkligt och svårt att acceptera för barnet och det kommer upp mycket frågor som ofta handlar om att barnet bär skuld till det inträffade t.ex. kan barnet tro att mamma dog för att de bråkade det sista de gjorde innan dödsfallet. Analysen har också visat att depression hos barn skiljer sig från vuxnas depression. Depression hos barn visar sig genom att barnet blir mer utagerande och får svårt för att koncentrera sig. Gällande flickors och pojkars skillnader i sorgereaktioner har vi i analysen kommit fram till att flickor och pojkar generellt sätt uppvisar olika reaktioner där flickorna har fördel av att vara i en naturlig sorgprocess eftersom de har förmågan att sätta ord på sina känslor och tala om sorgen, medan pojkar har fördel i en onaturlig sorgprocess eftersom de kan agera ut inlåsta känslor lättare än flickor, som gärna sluter sig. En obearbetad förlust i barndomen kan komma tillbaka i vuxenlivet varför det är av stor vikt att sorgen bearbetas när den uppstår.

9 Diskussion

Denna studie gjordes för att vi ville öka vår kunskap om hur barn tänker om död och hur de reagerar i sin sorg, för att med denna kunskap kunna möta barnen på deras villkor. Genom litteratur om ämnet och informanternas berättelser har vi fått en bredare bild om barnets tankar, känslor och reaktioner när det förlorat en anknytningsperson. I materialet framkom hur viktigt det är att vuxna vågar samtala med barn om döden då barnets egen föreställning om döden är oklar. Det är via de vuxnas kloka, ärliga svar som barnet får en möjlighet att själv göra döden begriplig i sin värld. Men det handlar inte bara om att tala om döden med barnet, det handlar också om *hur* vuxna talar om döden med barnet. Det måste ske på barnets kognitiva nivå. Ett barn kan inte ha samma förkunskap och förståelse för livets frågor som en vuxen, eftersom barnet dels inte har lika stor erfarenhet av livet, men också för att barnets hjärna inte utvecklats att förstå livets gång, liksom barnets självbild ännu inte blivit självständig. När en kris uppstår påverkar det därför barnet på ett mer omfattande sätt än det gör för en vuxen. När en förälder dör, försvinner också den mentala representationen av föräldern inom barnet, därför är det inte bara en förälder som dör utan också en förebild som försvinner. Hur döden förstås av barnet har betydelse för hur dess sorg uttrycks vid en smärtsam förlust. Ges barnet adekvat information om dödsfallet ökar det förmågan hos barnet att sörja eftersom energin då inte går åt till frågetecken kring vad som egentligen hände. I studien framkom också att barn skiljer sig från vuxnas sätt att sörja och att vuxna kan ha svårt att förstå barnets behov av att gå ut ur sorgen ibland. Detta måste barnet få göra utan att vuxna tar illa upp. Barnets sorgespråk tar sig olika uttryck och har sin egen takt i förhållande till barnets kognitiva mognad, dess inre och yttre erfarenheter, om det är en flicka eller pojke, samt hur dödsfallet gick till. Barnet är beroende av vuxna för att kunna hantera den sorg de upplever och därför anser vi att utan vuxnas kunskap och förståelse ges inte barnet möjlighet att sörja på sina egna villkor. Vi menar att det inte är barns ansvar att ge sig själva utrymme att sörja, utan att det är vuxnas ansvar att ge dem detta utrymme. För att kunna ge barnet ett sorgetrymme behöver vuxna acceptera barnets sorgprocess för att på så sätt kunna ta emot barnets sorg när den uppstår och hjälpa barnet att förstå innebörden av förlusten, liksom hjälpa barnet att ta sig igenom sorgen, så att inte sorgprocessen avstannar utan bearbetas naturligt.

Enligt BRIS (2008) är det många barn¹¹ som söker sig till dem för att tala om sorg och existentiella frågor och detta förstärker vår förvåning över Rädda Barnens (2008) beskrivning av att det är få barn i sorg som får hjälp och stöd efter att de förlorat en förälder. Vi vågar därför påstå att det finns samhällsliga brister i synen på barns behov när de befinner sig i sorg. En tänkbar anledning till detta kan vara att sorg ses som en naturlig del av livet, vilket även våra informanter indikerat, och att det därför inte blir aktuellt med stödinsatser förrän det uppstår problem, i form av en onaturlig sorgprocess, och att barnet då aktualiseras hos BUP. Här menar vi att döden inte blir en naturlig del av barnets liv eftersom vuxna sällan talar om döden med barnet och att barnet i samband med dödsfallet ofta utestängs från det som har med döden och dess innebörd att göra. Vi anser att fler barn skulle behöva mötas även i den

¹¹ Se stycket om BRIS i kapitlet Bakgrund

naturliga sorgeprocessen, för att på så sätt förebygga eventuell ohälsa senare i livet. En tänkbar åtgärd till detta skulle kunna vara att kommuner fick bidrag till att utforma stödgrupper för barn i sorg. Dessa stödgrupper skulle kunna hållas av antingen en organisation eller en skola, som barn i kommunen skulle kunna söka till när de befinner sig i sorg.

Inledningsvis beskrevs Dowdneys (2003) artikel gällande att barn som förlorat en förälder genom dödsfall riskerar att utveckla psykisk ohälsa senare i livet samt Rapports inlägg (www.svt.se 110322) gällande att barn som förlorat en förälder riskerar att dö i förtid. Vi anser att dessa rapporter visar på en relation mellan hur barn förmår sörja efter en svår förlust och hur deras hälsa/ohälsa utvecklas i framtiden. Vidare anser vi att rapporterna också skildrar hur viktigt det är att ta barns sorg på större allvar. Vi hävdar att om vuxna ökar sitt engagemang och sin kunskap om hur barn tänker och reagerar när de varit med om en svår förlust kan vuxna också möta barn i sorg på barnets villkor. Vi påstår att detta skulle generera att fler barn skulle få en mer begriplig sorgeprocess samt att färre barn skulle lida senare i livet.

9.1 Förslag till vidare forskning

Under studiens gång har det uppstått olika uppslag som skulle vara intressanta för framtida studier. Ett av förslagen är att undersöka religionens betydelse för barn i sorg och hur den religiösa inriktningen kan påverka barnets förståelse av döden och deras sorgeprocess. Ett annat förslag till vidare forskning är att ta reda på hur det kommer sig att kyrkan står för en stor del av det omhändertagande som handlar om barn i sorg. Vad kan göras för att fler aktörer ska engagera sig i barns sorg och de behov som uppkommer i samband med att de mist en närstående?

10 Referenser

Andersson, Nils (1995): *Att möta små barns sorg. En bok för förskolan*. Rädda barnen, Stockholm

Bendt, Ingela (1993): *Mörker och ljus. Små barns livsfrågor är också vuxnas*. Sveriges Utbildningsradio AB och Verbum Förlag AB, Stockholm

Björklund, Lars/Eriksson, Bernt (2000): *Barnet i mötet med livets mörka sidor*. Verbum Förlag AB, Stockholm

Bowlby, John (1994): *En trygg bas. Kliniska tillämpningar av bindningsteorin*. Natur och Kultur, Falkenberg

BRIS (2007): *Barn och unga i sorg och trauma. Om stödgrupper efter flodvågen*. Gothia Förlag, Stockholm

BRIS-rapporten 2011. Barnens rätt i samhället: tabellbilagan. Bris, Stockholm

Dowdney, Linda (2003): Annotation: Childhood bereavement Following Parental Death. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, Volume 41, Issue 7 p 819-830. Cambridge University Press; Great Britain

Dyregrov, Atle/Hordvik, Elin (1995): *Barns sorg. Några råd till familjer och vänner*. Rädda barnen, Stockholm

Dyregrov, Atle (1990): *Barn i sorg*. Studentlitteratur AB, Lund

Dyregrov, Atle (2010): *Barn och trauma*. Studentlitteratur AB, Lund

Dyregrov, Atle (2008): *Sorg hos barn. En handledning för vuxna*. Studentlitteratur AB, Lund

Dyregrov, Atle/Raundalen, Magne (2007): *Sorg och omsorg*. Studentlitteratur AB, Lund

Fahrman, Monica (1993): *Barn i kris*. Studentlitteratur AB, Lund

Foster, Sis (1990): *Barn, död och sorg. Om barn i sörjande familjer*. Norstedts Förlag AB, Stockholm

Fyhr, Gurli (1999): *Hur man möter människor i sorg*. Natur och Kultur, Stockholm

Gyllenswärd, Göran (2001): *Stöd för barn i sorg*. Rädda barnen, Stockholm

- Hartman, Sven G (1986): *Barns tankar om livet*. Natur och kultur, Stockholm
- Havnesköld/Risholm Mothander (2006): *Utvecklingspsykologi. Psykodynamisk teori i nya perspektiv*. Liber AB, Stockholm
- Huntley, Theresa (1996): *Du, barnet och sorgen*. Bokförlaget Libris, Örebro
- Jewett Jarratt, Claudia (1994): *Barn som sörjer. Att hjälpa barn att klara av separationer och förluster*. Slussens bokförlag, Göteborg
- Johansson, Birgitta/Larsson, Gun-Britt (1976): *Barns tankar om döden*. Natur och kultur, Stockholm
- Karlsson, Elsa (1977): *Barn och sorg. En studie kring sorgearbete under barndomen*. Natur och Kultur, Stockholm
- Kübler-Ross, Elisabeth (1987): *Om barn och döden*. Natur och kultur, Stockholm
- Kvale, Steinar/Brinkmann, Svend (2010): *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur AB, Lund
- Larsson/Lilja/Mannheimer (red) (2010): *Forskningsmetoder i socialt arbete*. Studentlitteratur AB, Lund
- Nationalencyklopedin, www.ne.se
- Piaget, Jean (1973): *Språk och tanke hos barnet*. Delachaux et Niestlé, Neushâtel
- Rapports sändning 110322 *Svår förlust kan förkorta livet*, www.svt.se hänvisar till Rostila, Mikael/Saarela Jan M (2011): Time Does Not Heal All Wounds: Mortality Following the Death of a Parent ur *Journal of Marriage and Family* Volume 73, Issue 1, pages 236–249, February 2011: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1741-3737.2010.00801.x/abstract>
- Rädda Barnen (2011): www.rb.se
<http://www.rb.se/vartarbete/isverige/barnisorg/Pages/default.aspx>
- Rädda Barnen (2008): *Stöd till barn i utsatta situationer – en fråga om bostadsort. En kartläggning av krisstöd och gruppstöd i kommuner och landsting*. Art nr: 10248. Rädda Barnen, Stockholm
- Sjöqvist, Suzanne (2005): *Du är hos mig ändå. Ungdomar och barn om att mista en förälder*. Wahlström & Widstrand, Stockholm

Sveriges Kommuner och Landsting, www.skl.se: http://www.skl.se/kommuner_och_landsting

Stening, Lii (1999): *Det brinner i mina ögon. Samtal och tankar kring barns sorg och saknad*. Ekelunds Förlag AB, Solna

Sylvander, Inga/Hägglund, Gertrud (1980): *Barn och separationer*. Utbildningsproduktion AB, Malmö

Vetenskapsrådet: *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning* Vetenskapsrådet, Stockholm: www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf

Webb Boyd, Nancy (2010): *Helping bereaved children. A handbook for practitioners*. The Guilford Press, New York

Worden, J. William (1996): *Children and grief: When a parent dies*. The Guilford Press, New York

Bilaga 1

Intervjuguide

Introduktion

I vår studie vill vi fånga barns upplevelse av sorg och syn på döden. Vi vill också undersöka barns sorgereaktioner. Genom en intervju med dig hoppas vi kunna fånga barnets perspektiv, då det inte finns tid eller ur etisk synvinkel göra en intervju direkt med barn.

När vi ställer frågor till dig uppskattar vi om du svarar ur barnets perspektiv. Vi är intresserade av dina erfarenheter av i dina samtal ha hört hur barnen uttrycker sina tankar och känslor verbalt kring sorg och döden när de mist en anknytningsperson.

I studien har du möjlighet att vara anonym. Vi ger dig ett fingerat namn och avkodar din identitet. Vill du vara anonym? Du har möjlighet att närsomhelst ångra din medverkan, den är helt frivillig.

Vi är intresserade av barn i åldern 6-10 år, utan psykiska eller neuropsykiska funktionsnedsättningar, dvs. att deras kognitionsnivå är normal för en 6-10 åring.

Allmänt

Hur länge har du arbetet med barn?

Kommer du ihåg första mötet med barn som upplevt sorg och i vilket sammanhang?

Intervjun

Är det okey att vi spelar in intervjun? Du får gärna avbryta oss om det är något du undrar. Inspelningen underlättar vårt arbete med analysen senare.

Tema 1 Sorg

- hur uppfattar du att barn, i åldrarna 6-10 år, uttrycker sig i sorg?

Tema 2 Död

- hur uppfattar du att barn tänker och pratar om döden, i åldrarna 6-10 år?

Tema 3 Sorgereaktioner

- Av dina erfarenheter, hur kan sorgereaktioner se ut hos barn i 6-10 års ålder?

Avslutning

Är det något mer du vill säga som vi glömt fråga?

Får vi kontakta dig efter intervjun om vi behöver förtydliganden?

Vill du läsa igenom texten som vi väljer att använda innan publicering?

Är det i så fall ok att återkopplingen sker relativt snabbt, då vi har kort om tid på oss innan uppsatsen ska lämnas in?

Bilaga 2

Checklista

Sorg

- Vad tror du sorgen gör med barnet? Hur kommer den till uttryck?
- Hur tror du barnet upplever att vuxna sörjer?

Död

- Möter du åldersmässiga skillnader i hur barn 6-10 år tänker och pratar om döden?? I så fall vilka? Likheter?
- Könsmässiga skillnader?
- Vad är din erfarenhet av vart barnet tror att den döda är?

Sorgereaktioner

- Möter du åldersmässiga skillnader i barns, 6-10 år, sorgereaktioner?
I så fall vilka? Vilka likheter?
- Omständigheternas betydelse: förberedelse inför förlusten eller vid plötslig död
- Könsmässiga skillnader?

Bilaga 3

Informantbrev, första utskick

Hej

Våra namn är Martina Bolsjö och Cecilia Odenstam. Vi skriver under våren C-uppsats inom ramen för vår socionomutbildning vid institutionen för socialt arbete, Göteborg.

Syftet med studien är att undersöka barns förståelse och tankar när det upplevt en förlust av anknytningsperson samt undersöka barns sorgereaktioner.

Detta önskar vi undersöka genom att genomföra intervjuer med barnpsykologer som har klinisk erfarenhet av barn och sorg/förluster, eftersom vi då förhoppningsvis kommer så nära barnets eget perspektiv som möjligt utan att göra studien med barn som intervjupersoner.

Vår önskan är att få möjlighet att genomföra en enskild intervju med dig. Vi har hittat dig genom Göteborgs stads hemsida.

I vår studie söker vi barnpsykologer med erfarenhet av att möta barn 6-10 år i sorg, med en kognitionsnivå normalt för en 6-10 åring (ej psykiskt/neuropsykiskt funktionshinder). Det vore önskvärt med en längre klinisk erfarenhet av barn.

Vår förhoppning är att genomföra **intervjun under vecka 11-13** (14/3-1/4) och vi skulle vara tacksamma om du har möjlighet att avsätta cirka 1 timme, intervjun kommer att ta ca 30-45 min. För att söka underlätta genomförandet av intervjun kan den förläggas på din arbetsplats och du får själv gärna komma med förslag på plats och tid.

Vid intervjuerna kommer bandupptagning att användas. Alla uppgifter om deltagarna i undersökningen kommer att ges största möjliga konfidentialitet och din medverkan kommer inte att kunna identifieras. Den som så önskar kommer att ges möjlighet att läsa igenom sammanställningen av intervjun innan publicering.

Vill du vara oss till hjälp vill vi gärna ringa dig. Vänligen meddela ditt telefonnummer och en lämplig tid att ringa på till xx och xx

Med vänliga hälsningar

Cecilia Odenstam och Martina Bolsjö

Bilaga 4

Informantbrev, andra utskick

(efter första utskicket redigerades brevet till ett mer koncentrerat innehåll och vissa informanter fick denna förkortade version istället, vi tog bort vårt önskemål om en längre tids erfarenhet då vi fick få svar)

Hej

Våra namn är Martina Bolsjö och Cecilia Odenstam. Vi skriver under våren C-uppsats inom ramen för vår socionomutbildning vid institutionen för socialt arbete, Göteborg.

Syftet med studien är att undersöka barns förståelse och tankar när det upplevt en förlust av anknytningsperson samt undersöka barns sorgreaktioner. Vår önskan är att få möjlighet att genomföra en enskild intervju med dig.

I vår studie söker vi barnpsykologer med erfarenhet av att möta barn 6-10 år i sorg, med en kognitionsnivå normalt för en 6-10 åring (ej psykiskt/neuropsykiskt funktionshinder).

Vår förhoppning är att genomföra **intervjun under vecka 11-13** (14/3-1/4) och vi skulle vara tacksamma om du har möjlighet att avsätta cirka 1 timme, intervjun kommer att ta ca 30-45 min. För att söka underlätta genomförandet av intervjun kan den förläggas på din arbetsplats och du får själv gärna komma med förslag på plats och tid.

Alla uppgifter om deltagarna i undersökningen kommer att ges största möjliga konfidentialitet och din medverkan kommer inte att kunna identifieras. Den som så önskar kommer att ges möjlighet att läsa igenom sammanställningen av intervjun innan publicering.

Vill du vara oss till hjälp vill vi gärna ringa dig. Vänligen meddela ditt telefonnummer och en lämplig tid att ringa på till xx och xx

Med vänliga hälsningar

Cecilia Odenstam och Martina Bolsjö

Bilaga 5

Informationsbrev till Lotta Polfeldt

(Lotta fick ett eget informationsbrev då vi i brevet hänvisade till personen som rekommenderat henne)

Hej

Våra namn är Martina Bolsjö och Cecilia Odenstam. Vi skriver under våren C-uppsats inom ramen för vår socionomutbildning vid institutionen för socialt arbete, Göteborg.

Syftet med studien är att undersöka barns förståelse och tankar när det upplevt en förlust av anknytningsperson samt undersöka barns sorgreaktioner.

Detta önskar vi undersöka genom att genomföra intervjuer med barnpsykologer som har erfarenhet av att möta barn i sorg. I vår studie söker vi barnpsykologer med erfarenhet av att möta barn 6-10 år i sorg, med en kognitionsnivå normalt för en 6-10 åring (ej psykiskt/neuropsykiskt funktionshinder). Det vore önskvärt med en längre erfarenhet.

Genom XX, Rädda Barnen väst, har vi blivit tipsade om dig.

Vår förhoppning är att genomföra **intervjun under vecka 11-13** (14/3-1/4) och vi skulle vara tacksamma om du har möjlighet att avsätta cirka 1 timme, intervjun kommer att ta ca 30-45 min. För att söka underlätta genomförandet av intervjun kan den förläggas på din arbetsplats och du får själv gärna komma med förslag på plats och tid.

Då vi genom XX och Rädda Barnens hemsida förstått att du är en av de mest välkända i Sverige när det gäller barns sorg, betyder det mycket för oss om du har möjlighet att medverka i vår studie. Finns det ingen möjlighet för intervju, uppskattar vi eventuella tips och hänvisningar till tidigare forskning, litteratur eller annat du anser att vi skulle vara hjälpta av.

Vill du vara oss till hjälp vill vi gärna ringa dig. Vänligen meddela ditt telefonnummer och en lämplig tid att ringa på till xx och xx

Med vänliga hälsningar

Cecilia Odenstam och Martina Bolsjö

Bilaga 6

Analysguide

- 1** Läst transkriberad intervju på utskrivna blad
- 2** Strukit under nyckelord i texten
- 3** Arbetat i word-dokumentet i datorn där texten delats in i stycken efter vad de handlat om
- 4** Nyckelord i varje stycke har fetmarkerats
- 5** Varje stycke har fått en huvudrubrik baserat på innehållet i stycket
- 6** Varje stycke har sedan koncentreras till en kärnfull handling
- 6** Styckena har flyttats mellan teman och sammanfogats efter innehåll, t.ex. från tema sorg till tema död, om informanten talat mellan de olika temana
- 7** Temana har jämförts med de understrukna styckena (steg 2) i den utskrivna texten som lästes inledningsvis (steg 1)
- 8** Samtliga informanternas teman har klistrats in i ett dokument under studiens tre teman, dessa har färgkodats efter informant
- 9** De olika informanternas teman har ställts mot varandra och slutligen har huvudteman för helheten utformats
- 10** Våra analysresultat har jämförts och sammanfogats i ett resultat som sedan indelats efter de ur empirin nytillkomna temana
- 11** Vidare har citat lyfts ut ur empirin som fått representera varje nytillkommet tema. Citaten har vi sedan tolkat i en analys