

Uddannelsens titel:

Sorg- og krisearbejde i omsorgs- og pæd. område

Til uddannelsen er der udarbejdet to inspirationsmaterialer. Et til det pædagogiske område og et til social- og sundhedsområdet.

Dette er inspirationsmaterialet til social- og sundhedsområdet.

Inspirationsmaterialet er udviklet af:

Inge Hertzum

Århus Social- og Sundhedsskole,

Olof Palmes Alle 35, 8200 Århus N

ihe@sosuaarhus.dk

25 16 38 09

1. Uddannelsens sammenhæng til jobområde (FKB)

Moder-FKB:

2223 Socialpsykiatri og fysisk/psykisk handicap

Endvidere tilknyttet følgende af EPOS FKBere:

2222 Ældrepleje, sygepleje og sundhed i kommunalt regi

2223 Socialpsykiatri og fysisk/psykisk handicap (moder-FKB)

2629 Pædagogisk arbejde med børn og unge

2688 Patientrelateret service på sygehusene

2726 Arbejde på klubområdet og i kulturhuse

Arbejdsfunktioner

Personalet møder i deres arbejdsfunktion mennesker i særlige sårbare perioder. Mennesker, der udsættes for tab. Tab, som medfører sorg, som i nogle tilfælde kan være traumatiseret og udløse akutte reaktioner – tidligere omtalt som krisereaktioner.

Det er vigtigt, at sorgramte bliver mødt på en indfølelse og rummende måde af det personale, der omgiver dem. For også at kunne hjælpe mennesker i komplicerede sorgforløb på bedste vis er det nødvendigt at have viden om de faktorer og psykologiske mekanismer, der gør sig gældende i sorgprocessen og som i nogle tilfælde komplicerer denne. Det er også vigtigt at have viden om hvilke andre faggrupper og tilbud, der kunne tænkes ind i den samlede støtte til sorg- og kriseramte borgere.

Støtte til sorgramte kan ses som en rehabiliterende proces. Rehabilitering beskrives i hvidbogen om rehabiliteringsbegrebet fra 2004 som en målrettet og tidsbestemt samarbejdsproces mellem en borger, pårørende og fagfolk, der baserer sig på borgerens hele livssituation og hvor beslutninger består af en koordineret, sammenhængende og vidensbaseret indsats. Formålet med rehabilitering er at borgeren, som har eller er i risiko for at få betydelige begrænsninger i sin fysiske, psykiske og/eller sociale funktionsevne, opnår et selvstændigt og meningsfuldt liv. Da især ældres tab af ægtefælle øger risikoen

for at få betydelige begrænsninger i den fysiske, psykiske og/eller sociale funktionsevne, er det iflg. PAVI (Palliativt Videnscenter) en god idé at tænke sorgstøtten som en rehabiliterende indsats.

Arbejdsfunktionen indeholder desuden et forebyggende sigte ift. ældre efterladte, som er særlig truet ved tab af ægtefælle. Århus Kommune har fx via forebyggelseskonsulenter et tilbud om samtaler med efterladte ældre borgere i kommunen.

Både ift. det rehabiliterende og forebyggende sigte er der fokus på en tværfaglig og tværsektoriel indsats.

Vi gør opmærksom på, at begreberne omkring sorg og krise er under udvikling. I forskningen bevæger man sig ifm. sorgprocesser i retning væk fra krisebegrebet og taler i stedet om traumatiseret sorg. Endvidere er der ved at blive udviklet en sorgdiagnose, som man skal være opmærksom på ifm. med arbejdet med sorgramte – i dag tales der om kompliceret sorg om de sorgforløb, der af forskellige årsager ikke følger det naturlige og individuelle mønster. I dette inspirationsmateriale anvender vi dog stadig begreberne sorg og krise. Bl.a. fordi det afspejler målformuleringerne for kurset og også fordi begreberne sorg og krise stadig anvendes både i den nyeste litteratur og i dagligdagen på arbejdspladserne.

Deltagerforudsætninger

Deltagernes faglige forudsætninger forventes at svare til social- og sundhedsuddannelsens trin 1, eller den ældre social- og sundhedshjælperuddannelse.

Herudover kan forudsætningerne afhænge af, hvilke joberfaringer deltagerne kommer med afhængig af deres arbejdsområde.

Relevante uddannelser at kombinere med

42834 Anerkendende kommunikation i omsorgsarbejdet
43436 Hospicemetoder i praksis
44782 Omsorg og etik i arbejdet med alvorligt syge
40138 Implementering af handleplaner ifølge serviceloven
40128 Rehabilitering som arbejdsform

2. Ideer til tilrettelæggelse

Kurset kan afholdes som samlet 5 dages kursus eller afholdes med split som hhv. 3 + 2 dage eller 4 + 1 dag. Ved afholdelse med split anbefales det, at nærmeste leder informeres om den splitopgave deltagerne evt. sendes hjem med. Splitopgaven kan fx være en refleksionsopgave over temaer fra kurset og/eller en opfordring til at få en dialog på arbejdspladsen om temaerne fra kurset. Det er tanken at nærmeste leder kan støtte deltagerens i splitopgaven og dermed støtte deltagerens læring og fremme transfer. Som en hjælp til lederen kan det aftales, at kursusmateriale sendes til denne.

Det anbefales, at deltagerne skriver logbog løbende gennem kurset.

3. Temaer

Temaoversigt

- Tema 1 Sorg- og kriseforståelse
- Tema 2 Fagpersonens betydning og ansvar for borgeren i sorg eller krise
- Tema 3 Fagpersonens kommunikative kompetencer i mødet med sorg- eller kriseramte borgere
- Tema 4 Rørt, ramt og rystet som fagperson
- Tema 5 Arbejdet med handleplaner for ældre i sorg
- Tema 6 Offentlige tilbud om støtte til sorg- eller kriseramte borgere

Tema 1: Sorg- og kriseforståelse

Der arbejdes med sorg- og kriseforståelse for at give deltagerne en forståelse af sorgprocessens individuelle og naturlige forløb. Herudover peges der på, at nogle faktorer og omstændigheder omkring dødsfaldet kan have særlig betydning for sorgprocessen og komplicere denne, hvorfor personalet må have en særlig opmærksomhed rettet herpå.

- Emne 1: Definitioner på sorg og krise
- Emne 2: Sorg- og krise reaktioner
- Emne 3: Dødsfaldets omstændigheder
- Emne 4: Kønsforskelle i sorgarbejdet
- Emne 5: Kompliceret sorg

Metode:

- Film "Til døden os skiller" 1-4 (DR 2008) – vælg én af de fire film.
 - Temaets emner udfoldes af underviseren i forhold til den valgte video. Dette forudsætter, at underviseren har forberedt en analyse af videoen med afsæt i den anbefalede litteratur om sorg og krise.
- Derefter refleksionsøvelse ud fra TPS-metoden som går ud på følgende:
 - **Think:** Individuel refleksion over hvad deltageren er blevet optaget af efter filmen og analysen af denne?
 - **Pair:** Deltagerne deler deres refleksioner med sidemanden eller i mindre grupper.
 - **Share:** Underviseren inviterer til fælles refleksion på klassen. Deltagerne fremlægger for hinanden, hvad de har været optagede af.
 - I denne øvelse er der plads til at deltagerne fortæller egne oplevelser fra deres praksis
- Opsamling: Underviseren afrunder temaet med en kort opsamling på deltageres sorg- og kriseforståelse. Opsamlingen kan fx ske i form af en quiz, hvor deltagerne får mulighed for at afprøve deres viden på området. Underviseren får ligeledes et billede af, hvilke områder der evt. kan/skal repeteres løbende således, at deltagerne får mulighed for at opnå en større sikkerhed i temaet.
- Underviseren introducerer til næste tema ved at stille deltagerne følgende spørgsmål: Hvilken betydning har den professionelle omsorgsperson for borgeren i sorg eller krise i modsætning til fagfolk som fx psykologer, læger og psykiatere?

- Deltagerne inddeles i grupper og får ca. 30 minutter til i fællesskab at svare på spørgsmålet. Deltagerne sammenfatter deres svar i noteform med henblik på, at de kan fremlægge deres refleksioner for resten af holdet.

Tema 2: Fagpersonens betydning og ansvar for borgeren i sorg eller krise

Formålet med temaet er at få drøftet den sosu-faglige kompetence og den enkelte deltagers ansvar ift. støtten til borgere i sorg- eller krise. En vigtig del er her at få afgrænset den sosu-faglige kompetence ift. andre relevante fagpersoners kompetence og ansvar. Der lægges særlig vægt på betydningen af sosu-fagpersonens nærmeste kendskab til borgeren og på betydningen af de værdier og holdninger, der eksisterer i kulturen på arbejdspladsen på teamniveau ift. sorg- og kriseprocesser.

- Emne 1: Sosu-fagpersonen som borgerens fortrolige
- Emne 2: Sosu-fagpersonens kendskab til borgerens personlighed, livshistorie og typiske reaktioner i belastede situationer
- Emne 3: Sosu-fagpersonens kendskab til kulturen i afdelingen/teamet omkring dødsfald
- Emne 4: Sosu-fagpersonens rolle og ansvar i støtten til borgerens sorg- eller kriseproses set i forhold til andre relevante faggrupper (præster/psykologer/psykiatere/læger)
- Emne 5: Sosu-fagpersonens viden om den praksis institutionen plejer at benytte, når samtaler om tab og sorg skal finde sted – herunder viden om ressourcepersoner i organisationen (fx nøglepersoner, forebyggelseskonsulenter o.lign.)

Metode:

- Temaet indledes med en opsamling på de besvarelser, deltagerne har udarbejdet som afslutning på tema 1 ud fra spørgsmålet: Hvilken betydning har den professionelle omsorgsperson for borgeren i sorg eller krise i modsætning til fagfolk som fx præster, psykologer, læger og psykiatere?
 - Gruppevis fremlægger deltagerne deres besvarelser for hinanden.
 - Underviseren kan undervejs nedskrive vigtige udsagn fra deltageres fremlæggelser som optakt til undervisningen i temaet.
- Underviseren introducerer efter ovenstående opsamling til tema 2 med afsæt i den anbefalede litteratur. Det er væsentligt, at deltagerne får mulighed for at sammenligne deres egne svar med den teoretiske belysning af temaet.
 - Emne 1, Sosu-fagpersonen som borgerens fortrolige: her kan en dialogbaseret form anvendes, hvor deltageres erfaringer med fortrolighed mellem borger og fagperson trækkes frem
 - Emne 2, Sosu-fagpersonens kendskab til borgerens personlighed, livshistorie og typiske reaktioner i belastede situationer: her kan deltagerne sammen i mindre grupper lave en mindmap over en borgers personlighed, livshistorie og typiske reaktioner i pressede situationer. Alle i gruppen behøver ikke at have kendskab til den borger, der laves mindmap over. Det kan være en god hjælp, at udenforstående stiller spørgsmål om borgeren. Formålet med at lave mindmap er ikke nødvendigvis at komme frem til et sandfærdig billede af borgeren. Snarere ønskes, at deltagerne opnår en forståelse for

metoden som brugbar ift. at opnå et udvidet kendskab til borgeren – mindmap kan nogle gange være en øjenåbner ift. kendskabet til borgerne

- Emne 3, Sosu-fagpersonens kendskab til kulturen i afdelingen omkring dødsfald: her kan man ved hjælp af spørgsmål til deltagerne om fx den generelle holdning hos personalet om sorgprocessen, om særlig opmærksomhed omkring efterladte, om særlige opgaver omkring efterladte etc. starte en dialog om betydningen af kulturen på arbejdspladsen ift. arbejdet med borgere i sorg- eller krise.
- Emne 4 og 5, Sosu-fagpersonens rolle og ansvar i støtten til borgerens sorg- eller kriseprocess set i forhold til andre relevante faggrupper (præster/psykologer/psykiatere/læger), samt Sosu-fagpersonens viden om den praksis institutionen plejer at benytte, når samtaler om tab og sorg skal finde sted:
Formålet med emnet er at skabe klarhed hos deltagerne om, hvilke andre fagpersoner, der kan træde til i støtten omkring sorg- og kriseramte borgere. Og at det kan være nødvendigt at overveje i hvilke situationer, det kan være nødvendigt at trække disse andre kompetencer ind i arbejdet – og hvordan dette kan gøres. Især ifm kompliceret sorg er det vigtigt at have opmærksomhed på, om andre fagpersoner skal trækkes ind.
 - i. Der kan arbejdes med casemateriale, hvor forskellige sorgforløb er beskrevet. Deltagerne kan ved at besvare spørgsmål til casene finde frem til, hvor de mener, det er dem som sosu-fagpersoner, der kan hjælpe og hvor de mener, andre fagpersoner skal træde til.

Tema 3: Fagpersonens kommunikative kompetencer i mødet med det sorg- eller kriseramte borgere

Formålet med temaet er at udvikle deltageres kommunikative kompetencer ift. mødet med mennesker i sorg og krise. Fokus er både på forståelse for kommunikationens betydning og på træning af kommunikative redskaber.

- Emne 1: Sorg som en relationel udfordring
- Emne 2: Formidling af svære budskaber til pårørende om nært forestående dødsfald
- Emne 2: Samtaler om tab og sorg
- Emne 3: Hvordan kan borgeren hjælpes til at udtrykke sin sorg
- Emne 4: Professionel kommunikation:
 - Aktiv lytning og gensvar
 - Empatisk kommunikation

Metode:

- Efter en kort introduktion til temaet kan deltagerne gruppevis udarbejde en mindmap over temaet "Den gode kommunikation i mødet med sorg- eller kriseramte". I arbejdet med mindmappen lægges der op til, at deltagerne snakker med hinanden om oplevelser, de har haft, eller tanker de gør sig over, hvor de kan være udfordret i mødet med sorg- eller kriseramte borgere
- Hvis der arbejdes i samme grupper, kan der tages afsæt i den mindmap, der tidligere blev lavet over borgerens personlighed, livshistorie og typiske reaktioner i belastede situationer (se tema 2, emne 2)

- Grupperne fremlægger deres mindmap for hinanden og får dermed i fællesskabet mulighed for at reflektere over kommunikationen i det professionelle arbejde med borgere i sorg- eller krise.
- Med særlig fokus på professionel kommunikation uddyber underviseren efter ovenstående opsamling dagens tema med afsæt i den anbefalede litteratur samt evt. én af filmene fra "Til døden os skiller" 1-4 (DR 2008) – vælg fx "En sorggruppe".
- Det er væsentligt, at deltagerne får mulighed for at sammenligne deres egne svar med den teoretiske belysning af temaet.
- Deltagerne slutter dagen af med praksisøvelser i empatisk kommunikation og aktiv lytning. Det kan fx ske i form af rolle- eller dilemmaspil, hvor der tages afsæt i nogle af de dilemmaer og udfordringer personalet kan stå i i mødet med sorg- eller kriseramte borgere.
- Se eksempel på case i afsnit 4: Opgaver og undervisningsmateriale. Casen kan bruges til træning i samtale og aktiv lytning.
- Se også eksempel på øvelse i gensvar i afsnit 4

Tema 4: Rørt, ramt og rystet som fagperson

En vigtig del af sosu-fagpersonens kompetencer handler om evnen til at rumme borgerens sorg uden at identificere sig med eller lade sig oversvømme af den. Det kan kræve, at man arbejder med sig selv for at opnå et godt kendskab til egne reaktioner ifm. med tabsoplevelser – et godt selvkendskab, herunder viden om, at man kan have blinde pletter, som risikerer at hæmme kompetencen. I det arbejde kan den kollegiale støtte, fx i form af kollegial supervision være hjælpsom og fagligt udviklende.

- Emne 1: Sekundær traumatisering som henholdsvis en risiko- og udviklingsfaktor for fagpersonen
- Emne 2: Kollegial støtte

Metode:

- Temaets begrebsverden foldes ud af underviseren
- Underviseren kan vælge at tage afsæt i en case om emnet og deltagerens egne oplevelser i arbejdet med sorg- eller kriseramte.
- Der kan også udarbejdes spørgsmål til deltagerne omkring forholdet til egen død (se eksempel i afsnittet opgaver og undervisningsmaterialer)

Tema 5: Arbejdet med handleplaner for ældre i sorg

Fra flere sider lægges der op til, at man i arbejdet med støtte til efterladte ældre udarbejder handleplaner, således at den bedste støtte tilbydes og således at kompliceret sorg, dødsfald og selvmord blandt ældre efterladte kan forebygges.

- Emne 1: Intro til begrebet handleplan – herunder besvares spørgsmålet hvorfor en handleplan er relevant.
- Emne 2: Hvad skal en handleplan indeholde?
- Emne 3: Hvordan udarbejdes en handleplan?
- Emne 4: Hvem har ansvaret for at den udarbejdes?

Metode:

- Underviseren kan introducere til temaet med afsæt i del 2 i bogen "Når to bliver til én", som er en inspiration til udarbejdelse af handleplaner for ældre i sorg.
- Deltagerne kan undersøge, om der findes en handleplan for ældre i sorg på deres arbejdsplads. Såfremt nogle af deltagerne er ledige, kan de samarbejde med deltagere, der er tilknyttet en arbejdsplads.
- Deltagerne fremlægger for hinanden i grupper, hvilken handleplan for ældre i sorg der evt. er udarbejdet på deres arbejdsplads. Hvis ingen har sådanne handleplaner, kan der i grupperne arbejdes med idéer til handleplaner for ældre i sorg, som vil kunne implementeres på deltagerens arbejdspladser
- Formålet er, at deltagerne inspirerer hinanden til henholdsvis at udarbejde eller forbedre en eksisterende handleplan for ældre i sorg.

Tema 6: Offentlige og private tilbud om støtte til sorg- eller kriseramte borgere

En del af støtten til efterladte kan være at informere om støttetilbud – offentlige som private. Et arbejde på kurset, hvor den enkelte konkret kan afsøge, hvilke støttemuligheder der er, synes derfor oplagt.

- Emne 1: Hvilke tilbud findes der?
- Emne 2: Hvordan visiteres borgeren videre til relevant hjælp?

Metode:

- Deltagerne introduceres til relevante offentlige og private tilbud fx sorggrupper – se sorgstøtteguiden på PAVI's hjemmeside
- Der skal være særlig opmærksomhed på, hvorvidt de eksisterende tilbud omfatter den gruppe borgere, deltagerne har som målgruppe
- Der kan arbejdes med udvikling af idéer til særlige tilbud til de svageste ældre.

Kursusafslutning

Deltageren arbejder i grupper med en case. Deltagerne skal gennem en analyse af casen bringe den viden, de har tilegnet sig undervejs i anvendelse. Casen skal indeholde en praksisbeskrivelse samt spørgsmål, der skal besvares således, at deltagerne kan demonstrere at de:

- Har forstået den grundlæggende teori om sorg og krise
- Har et tilfredsstillende kendskab til egne og andres kompetencer og hvorledes disse kompetencer i et tværfagligt samarbejde kan bidrage til en professionel håndtering af arbejdet med sorg- eller kriseramte borgere
- Se eksempel på case i afsnit 4: Opgaver og undervisningsmaterialer. Denne case kan også anvendes som case til træning i samtale og aktiv lytning (se tema 3: Fagpersonens kommunikative kompetencer i mødet med det sorg- eller kriseramte borgere)

4. Opgaver og undervisningsmaterialer

Øvelser til tema 3 – Fagpersonens kommunikative kompetencer i mødet med sorg- eller kriseramte borgere:

Øvelse i gensvar:

- Deltagerne er sammen i tre personers grupper.
- Hver gruppe får udleveret en række kort. På hvert kort står et udsagn fra en sorgramt borger.
- På skift skal én af deltagerne i gruppen forsøge at leve sig ind de følelser, der ligger i udsagnet på et kort og så fremsige udsagnet med den følelsesmæssige betoning.
- En anden af deltagerne fra gruppen skal så komme med et gensvar, men den tredje i gruppen er observatør.
- Den der kom med udsagnet fra kortet skal hele tiden lægge mærke til hvordan gensvaret påvirker – oplever man sig fx imødekommet på det følelsesmæssige, hvad er det næste man har lyst til at sige osv.
- Når alle i gruppen har prøvet gensvar et par gange reflekteres der over de forskellige gensvarsmodeller – hvis de er valgt som en del af det teoretiske baggrundsmateriale. Hvis man ikke har valgt at arbejde med gensvarsmodellerne kan deltagerne reflektere på baggrund af anden valgt kommunikationsteori.

Eksempler på kort til øvelsen i gensvar:

Som sosu-medarbejder er du ude hos en borger, der er ramt af livstruende sygdom. Han plejer sædvanligvis at holde sin sorg på afstand med humor. Mens du er ved at hjælpe ham, siger han pludseligt meget vredt:

**”Hold kæft, hvor er det hele noget lort...
Jeg gider s’gu snart ikke være med mere!”**

Hvad svarer du?

Du kommer i et hjem, hvor manden passer sin kræftsyge kone. Han virker trist en dag og siger til dig, med en noget stille stemme:

”Jeg ville næsten ønske, hun ikke var her mere – det er så tungt det hele”

Hvad svarer du?

Du kommer hos en borger i ældrebolig, der har mistet sin mand for ca. ½ år siden. Hun virker fortvivlet og siger:

”Det er ved at være for meget, jeg kan slet ikke finde ud af det mere. Jeg skal både tage mig af det ene og det andet. Så er der breve fra forsikringselskabet og fra banken og så kommer der regninger, der skal betales. Og børnene forventer også, at jeg har tid til det ene og det andet. Jeg ved snart ikke hvordan det skal gå alt sammen”

Hvad svarer du hende?

Du kommer i et hjem, hvor manden er død for ca. 3 måneder siden. En siger hun:

”Min veninde har inviteret mig i teatret til en forestilling, der skulle være så sjov... men jeg ved ikke rigtigt...”

Hvad svarer du?

Øvelse i aktiv lytning:

- Deltagerne er sammen i små grupper.
- Øvelsen går ud på at få en person til at åbne sig ift. en følelsesmæssig belastet situation
- Samtalen foregår på baggrund af en case – se nedenfor
- Der er tre positioner i øvelsen: Én skal være den professionelle og åbne samtalen og hjælpe borgeren i casen videre i samtalen. Én skal være borgeren. De øvrige er observatører / reflekterende team
- Gruppen sætter sig ind i casen, og planlægger samtalen
- De deltagere, der skal være borgeren samles og snakker om den rolle – der er særlig viden om borgeren i casen, som kun de, der skal spille denne rolle får
- Gruppen forholder sig til den aktive kommunikations metoder som en del af forberedelsen. Se fx model over aktiv lytning inspireret af Eide og Eide 207 i ”Kommunikation for sundhedsprofessionelle”, 2014, s. 88
- Det kan være en god idé at instruere deltagerne om at stoppe op undervejs i øvelsen og reflektere sammen over den samtale de afprøver
- Rollerne kan skiftes løbende, så flere får afprøvet den aktive lytning
- Øvelsen afsluttes med en fælles refleksion på klassen
- Det kan være en god idé at være opmærksom på, at deltagerne ikke bruger for meget af tiden på forberedelse af samtalen. Det er vigtigt, at de bruger tid på øvelse og refleksion

Case til øvelse i aktiv lytning

Else Pedersen er for et par måneder flyttet i ældrebolig. Hun får praktisk hjælp til rengøring og tøjvask. Desuden får hun hjælp til at komme i bad. Hun er en del plaget af slidgigt, men er ellers velfungerende. Else bruger rollator, når hun skal rundt. Else er 73 år. Hun er en nydelig og velklædt kvinde.

Else boede før i et almindeligt parcelhus sammen med sin mand (Søren), indtil han døde pludseligt for ca. et år siden. Søren var 76 år, da han døde. Efter en tid i boligen alene besluttede hun sig for at få en mindre bolig – også for at komme lidt væk fra alle de ting, der hele tiden mindede hende om den afdøde mand. Men også for at forsøge at komme videre i livet, som hun siger. Else er ind imellem meget trist og savner livet med Søren. Men hun snakker også om, at livet jo skal gå videre.

Else og Søren nåede at være gift i 51 år. Else har været hjemme og passet børnene og ”alt det derhjemme”, som hun siger. Søren havde en mindre tømrervirksomhed, som den ældste søn (Peter) overtog, da faderen valgte at gå på pension som 67 årig. Sammen fik de tre børn. Den ene – en datter (Rie) døde i et trafikuheld, da hun var 22. Tilbage er to sønner på hhv. 47 (Peter) og 45 (Jesper). Jesper arbejder med noget edb, som Else siger. Han sidder i en ledende stilling.

Sønnen Peter har som nævnt overtaget tømrervirksomheden. Peters kone (Lone) er sygeplejerske på deltid. Hun hjælper ind imellem manden med at holde styr på noget administration i virksomheden. De har to piger på 22 og 18 år. Oda har ikke helt styr på hvad de laver – den store er vist i gang med noget uddannelse og den anden går vist i gymnasiet.

Sønnen Jesper sidder som nævnt i en ledende stilling i en edb afdeling. Jesper er gift med Trine. Sammen har de to børn, en dreng og en pige på hhv. 20 og 17 år. Trine er pædagog og arbejder fuld tid i en børnehave. De to børn går begge i skole – på teknisk skole, men Else kan ikke helt finde ud af, hvad det er for noget uddannelse, de er i gang med. Det er ikke noget hun kender.

Else og Søren har tilbragt meget tid sammen i deres sommerhus. De har haft det i mange år og der er gode minder derfra med hele familien samlet – helt fra børnene var små og også mange dage med de voksne børn og børnebørnene. Else har stadig sommerhuset og børnene bruger det ind imellem. Selv er det ved at være et par år siden, hun har været der.

Else og Søren har ikke rejst meget – der var ikke så meget tid og de var glade for at være i sommerhuset. Det var dejligt at være tæt på naturen.

En dag hvor du er på besøg hos Else for at hjælpe hende med rengøring og tøjvask kan du se, hun er ked af det. Hun er meget stille. Du vælger at spørge, om hun har lyst til, at I snakker lidt. Det vil Else gerne. I aftaler, at rengøringen godt kan vente og bare vaskemaskinen bliver sat i gang, kan der nok komme en forbi senere og tørre det.

Oplysninger til rollen som Else:

Else er plaget af tanker om, at hun ikke nåede at få sagt farvel til Søren, fordi han døde så pludseligt.

Else håber han vidste, hvor meget hun holdt af ham og hvor glad hun var for deres liv sammen – ”men det er jo ikke altid, man får sagt det til hinanden i hverdagen”

Else kan ind imellem blive bange, fordi hun synes, hun både kan høre ham pusle rundt og hun hører, han trækker vejret inde i soveværelset, når hun er ved at falde i søvn. Hun kan også tage sig selv i at tænke "Det skal jeg huske at fortælle Søren, når han kommer hjem, men jeg ved jo godt han ikke kommer mere... så hvorfor tænker jeg så sådan... det er da skørt..."

"Jeg er også begyndt at tænke på Rie igen... det er ellers lang tid siden... Hun døde jo for mange år siden og det var Søren og jeg jo kommet os over..."

Om dødsfaldet

Søren var død i løbet af natten – Else troede først bare han sov. Hun fik et chok, da hun opdagede det. Turde ikke røre ved Søren. Ringede til børnene, som kom i løbet af et par timer. De tog sig af det hele. Politiet kom. Lægen kom. Senere var det bedemanden, der tog over. Begge sønner blev hos Else. Dagen efter tog hun med Peter hjem og var der indtil begravelsen. "Jeg var bange for at være i huset uden Søren". "Jeg græd ikke så meget i starten... det er blevet værre siden".

Om begravelsen

"Det var en fin begravelse. Der kom mange mennesker. Bagefter mødtes vi på kroen og fik lidt at spise og øl og vin. Der var også kaffe og kage – mange blev længe og det var rart". "Det var svært at komme tilbage til huset... der var så underligt tomt..."

I tiden efter begravelsen

"Jesper og Peter skiftedes til at bo hos mig i de første to uger... men de har jo også deres..." "Vi fik snakket en masse om deres far..." "Selv om det var godt, de var der, var det også svært, fordi de jo også havde brug for, at jeg var stærk og kunne hjælpe dem... det var jo deres far, der var død..." "Jeg kunne også mærke at jeg savnede ham rigtigt meget"

Dagligdagen

Tiden går mest med at sidde alene "Jeg kan godt føle mig lidt ensom... Det er rart, når I kommer..."

Indimellem kommer Elses gode veninde gennem mange år på besøg. "Hun vil gerne have mig med ud... Men det er som om jeg ikke orker det..."

Eksempel på spørgsmål til tema 4 til deltageres arbejde omkring forholdet til egen død

Deltagerne sidder i mindre grupper og snakker med hinanden om spørgsmålene:

Eksempler på spørgsmål til deltagerne om egen død

- Gør du dig tanker om din egen død?
- Snakker du med andre om din egen død?
- Har du taget stilling til / snakket med nogen om, hvordan du gerne vil leve din sidste tid?
- Har du tænkt over at lave testamente?
- Er der noget, du tænker, det kan være vigtigt for dine efterladte at vide – og ved de det?

5. Litteraturliste mv.

- Atle Dyregrov (2009): "Krisepsykologi i praksis", kap. 2: "At give dødsbudskaber – rammer og fremgangsmåde". Dansk Psykologisk Forlag
- Bent Falk (2012): "At være der hvor du er – opmærksomhed, grænser og kontakt i den hjælpende samtale". Nyt Nordisk Forlag Arnold Busk
- Kim Jørgensen (2014): "Kommunikation for sundhedsprofessionelle". 3. udgave. Gads Forlag
- Mai-Britt Guldin (2014): "Tab og sorg – en grundbog for professionelle". Hans Reitzels Forlag
- Palliativt Videncenter: "Når to bliver til én – omsorg for ældre efterladte". Kan downloades på: <http://www.pavi.dk/sorgstoetteforside.aspx>
- Susanne Bang (2004): "Rørt, ramt og rystet – supervision og den sårede hjælper". Hans Reitzels Forlag