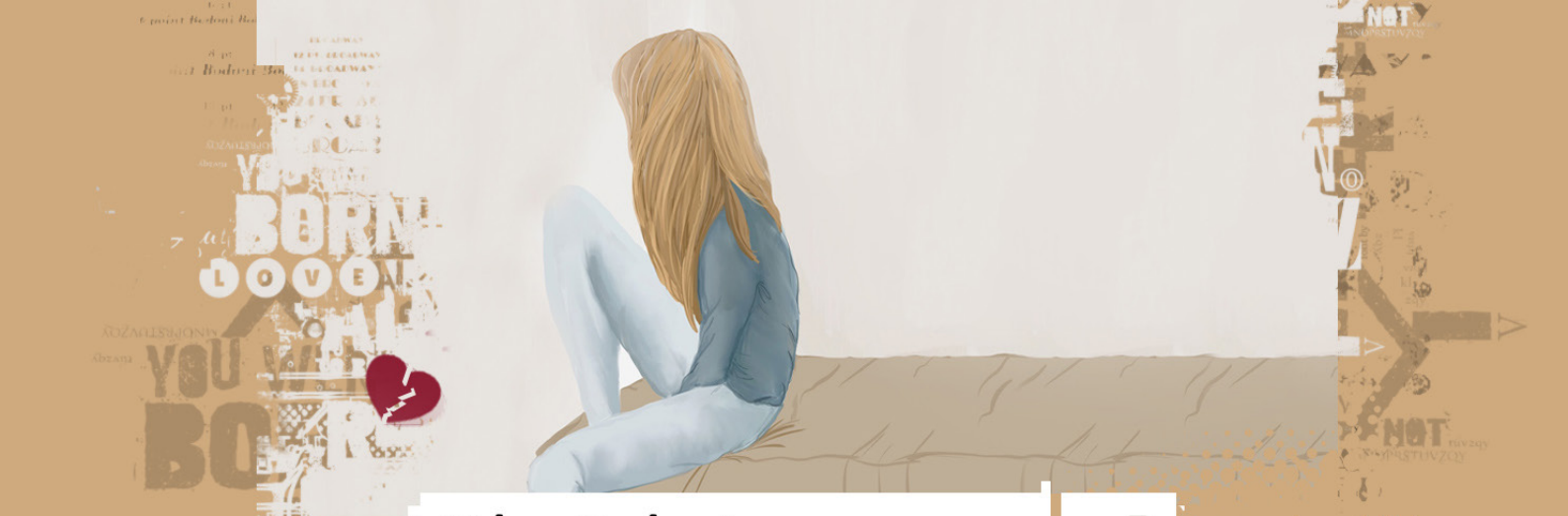




Kirken Underviser

Det aktuelle tidsskrift for kirkens pædagogik og undervisning

Tema: Børn og sorg

1

2019

Omkring 100.000 børn og unge
sønder forældre i Danmark

100.000 børn og unge i Danmark
sønder forældre i Danmark

100.000 børn og unge i Danmark
sønder forældre i Danmark

100.000 børn og unge i Danmark
sønder forældre i Danmark



Af Jonas Dean Weisenberg, sognepræst i Allesø og Næsbyhoved Broby, og Majbrit Billesø Rasmussen, sognepræst i Hammel-Voldby-Lading pastorat

Når et barn mister en forælder, en søskende, kernefamilien eller den almindelige og velkendte hverdag, vil det mærke og påvirke barnet. Det er vigtigt, at der er voksne omkring barnet, der tager sorgen seriøs og hjælper dem i den situation, de står i. Voksne, der lytter og giver rum for sorgen, kan medvirke til, at barnet kommer godt og trygt igennem en svær og anderledes tid.

Sorg er den naturlige reaktion på tab. Sorg kommer vi alle til at mærke på egen krop på tidspunkter i livet. Nogle gange så tidligt i livet, at man stadig kun er et barn, hvor sproget er et andet. Det kan også være på et tidspunkt i livet, hvor barnet stadig er godt i gang med at lære sig selv at kende og pludselig skal forholde sig til et stort tab.

Ofte kobles sorg op på at miste en person, når det er i forbindelse med et dødsfald. Når tabet er endeligt. Men tab kan også sagtens opleves på andre måder. Børn kan opleve tab af kernefamilien ved forældrenes skilsmisse. De kan opleve tab af opmærksomhed og den velkendte hverdag, når alvorlig sygdom rammer en søskende, og fokus dermed flyttes.

I dette nummer af Kirken Underviser kommer vi bredt omkring børn og sorg, ligesom vi også vil give inspiration til, hvordan vi kan tage en naturlig samtale om døden med børn – både før der sker et dødsfald, og når det er sket.

God læselyst!



Ritualers betydning i sorg

Alle mennesker har brug for ritualer, og de fleste af os HAR faktisk ritualer. Ritualerne er vigtige – ikke mindst, når der sker alvorlige ting som dødsfald. Ritualer kan være vidt forskellige fra person til person. De kan være med ord eller ordløse. De kan være et kropssprog. De kan være religiøse eller ikke-religiøse. Men hvad er det, ritualerne kan?

Af Ruth Østergaard Poulsen, sygehuspræst

Ritualer giver os ord der, hvor vi mangler ord og ikke kan udtrykke os!

Når vi ikke ved, hvad vi skal sige, så må vi låne fra ritualerne. Dem finder vi i både Bibelen og salmebogen, i bønner eller i børnesange og remser. På sygehuset mødte jeg en dag en dreng på fem år, der skulle sige farvel til sin døde bedstemor. Det var tydeligt, at han ikke kunne gå fra hende. Der var noget, han ville. Han stillede sig ved hovedgærdet og sagde: »Så er det sidste gang, Bedstemor,« og så trykkede han hende på næsen tre gange med et »Dut, dut, dut«. Det var et ritual, de to havde haft. Tre dut på næsen, når de sagde farvel. Og præcis dét ritual hjælper ham til at gå fra sin bedstemor den sidste gang. Dét kan ritualer – give os ord eller en handling, hvor vi ellers ikke ved, hvad vi skal sige eller gøre.

Ritualer kan bringe orden i kaos

I mit arbejde som sygehuspræst oplever jeg ofte, at især børn græder voldsomt ved et dødsleje. Her kan ritualerne bringe orden i det kaos, de pludselig oplever – måske kun for en stund, men det giver børnene en pause i det triste. Det kan være en salme eller en sang, som barnet kender, der for en stund kan få gråden på pause, så barnet igen trækker vejret dybere. Ritualer bliver her en slags trædesten.

Ritualer bygger bro mellem før og efter/nu

Når der sker noget forfærdeligt, så bliver især børn bange for, om der overhovedet er noget, der holder. Og da kan fx den sang, som vi plejer at synge sammen, og som vi også kan synge nu, være med til at bygge bro til fremtiden. Kim Larsens søn fortæller, at de altid derhjemme har råbt til den, der forlod hjemmet: »Se dig for, og vi ses«. Og i sin sidste afsked til sin far bruger han samme udtryk til ham.

Ritualer kan bygge bro mellem det, vi forstår, og det vi ikke skal forstå

Når vi beder sammen med et barn, kan bønner og ritualer heri hjælpe barnet til ikke at skulle og kunne forstå alt. En bøn kunne fx lyde: »Gud, hjælp os til ikke at

ville forstå det, som vi ikke kan forstå.« Når der sker noget så forfærdeligt, så vil både børn og voksne gerne kunne forstå. Måske som en flugt fra afmagten. Når jeg beder sammen med børn, forbereder vi ofte bønner sammen. Og da jeg engang spurgte en ni-årig pige, hvad vi skulle sige til Gud, sagde hun: »Gud, jeg håber DU forstår det her, - for jeg gør ikke!«

»Men når vi går ind i et ritual, fx det at synge en sang eller salme, så er vi sammen i sorgen, og der opstår et fællesskab i og omkring sorgen.«

Ritualer kan skabe fællesskab i ensomhed

Når vi mister, reagerer vi forskelligt. Hvert barn sidder med sin sorg og sine minder fra relationen, og man kan derfor nemt føle sig alene i sin sorg. Men når vi går ind i et ritual, fx det at synge en sang eller salme, så er vi sammen i sorgen, og der opstår et fællesskab i og omkring sorgen.

For mig at se er der ingen tvivl om ritualers værdi – heller ikke for børn, der er i sorg. Ritualerne er vigtige!

Hvordan støtter vi som kirke ritualernes fremme og brug?

Når vi som kirke har arrangementer for børn, fx babysalmesang, legestue, minikonfirmander m.m., er det vigtigt, at vi har faste ritualer hver gang. Endnu vigtigere er det måske, at kirken støtter forældre i at få lavet ritualer i hjemmet. Man kan arrangere forældreaftner, hvor man udveksler ideer til ritualer etc. Der kan heri ligge en opgave for præsten, når han eller hun holder dåbsamtale forud

for barnedåben. Det kan være ritualer om morgenen, ved aftenstide, ved måltider, eller når vi siger farvel til hinanden.

Og endelig skal vi alle sammen, når vi er sammen med børn i sorg, være kærligt nysgerrige på at finde frem til, hvilke ritualer barnet har haft med den mistede. Jeg havde engang en samtale med en pige på seks år, der havde mistet sin storesøster på otte år. Jeg lagde mærke til, at hun under hele samtalen sad og bøjede sin lillefinger. Og da jeg fortalte hende, hvad jeg så, fortalte hun, at hun og hendes søster altid lavede krog med deres lillefingre, når de skulle fra hinanden. Og det måtte vi naturligvis ind og gøre en sidste gang. Men jeg spurgte hende også, om det kunne hjælpe hende, at en anden i en periode ville kroge lillefinger med hende. Velvidende at det aldrig ville blive det samme. Det blev så broderen, der fik den opgave.

Min erfaring viser tydeligt, at det er ritualer, der bærer barnet, den dag sorgen rammer. Udfordringen for os som mennesker og kirke er, at de skal være opbygget inden.

Skyggebørn



En mindre søskende er indlagt på et hospital langt fra hjemmet. Den ene forælder er medindlagt, og den anden kører hen til hospitalet næsten hver dag efter arbejde. Det er for bøvlet at hente det ældste barn på vejen. Så barnet sidder hjemme efter skole, laver sine lektier og tager telefonen, når folk ringer. Folk spørger til broderen, til mor og far. De siger »Hils og sig, vi tænker på dem«. Pigen siger selv: »Jeg er sådan et skyggebarn!«

Af Jonas Dean Weisenberg. Artiklen er blevet til på baggrund af en samtale med Jes Dige.

Skyggebørn er en organisation, der hjælper børn og unge i sorg. Jes Dige er leder af Skyggebørn og har her forskellige samtalegrupper for børn og unge, der af forskellige årsager er i sorg.

Et skyggebarn

Når et barn i en familie rammes af alvorlig sygdom, bliver sygdommen og dens følger hurtigt familiens omdrejningspunkt. Fokus flyttes fra at være på familielivet med faste hverdagsaktiviteter til undersøgelser, samtaler, behandlinger, isolation og logistik i forbindelse med den syge. Søskende i familien bliver dermed skyggebørn, og børnene lever en tilværelse, hvor de forventes at forstå. For lillebror er

jo syg. Og selvfølgelig forstår de situationen, men det betyder ikke, at de ikke tillader sig at ønske et normalt liv. Men det sættes der ikke ord på, for så bliver vi alt for kede af det, siger Jes Dige.

»Søskende i familien bliver dermed skyggebørn, og børnene lever en tilværelse, hvor de forventes at forstå. For lillebror er jo syg.«

Sammen om sorg

Samtalegrupperne i Skyggebørn er på omkring 20 personer, og i grupperne er der både børn og unge, der har en syg søskende eller forælder, og børn og unge som har mistet. Det vigtige i gruppen er ikke dens sammensætning, men at der tales åbent og om, hvad det giver den enkelte at være med. For det barn, der mister imens han/hun er i et forløb, giver det en styrke, at de kan fortsætte i samme gruppe. Jes Dige kommer med et eksempel på en dreng, der har mistet sin bror og ikke vil i skole. Han vil ikke andet end hen i sin gruppe, for der forstår de ham og hans situation.

Den gode gruppedynamik på tværs af sygdom og tab skyldes relationen. Når vi kommer ind på livet af hinanden og betyder noget for hinanden, så er der også noget at holde fast i, når det er svært. De spejler sig. Bliver ulykkelige ved hinandens historie. Bliver berørte. De genkalder noget ved de andres historier. Det er også tydeligt, fortæller han, at de børn, der mister, men som også er med i gruppen gennem sygdomsforløbet, vokser mest i forløbet. De får gjort nogle af de ting, som de andre fortæller, de savnede, og det gør det lettere at leve videre bagefter. Får sagt de elsker dem og får sagt farvel.

For Jes Dige er det tydeligt, at den enkelte, ved at være med i en samtalegruppe i Skyggebørn, får hjælp til at folde deres historie ud: Hvad der er sket, hvem det er sket for, hvornår det er sket, hvordan det er sket, og hvad det betyder for den enkelte.

»Der er ikke travlt. Der er ikke noget, der skal nås på otte, ti eller 12 gange. Børnene går der typisk i fire år. Der er tid nok.«

I samtalen med Jes Dige hæftede jeg mig ved tiden i gruppen. Der er ikke travlt. Der er ikke noget, der skal nås på otte, ti eller 12 gange. Børnene går der typisk i fire år. Der er tid nok. Det giver rum for, at der kan være perioder, hvor børnene ikke har lyst til at byde ind og andre gange har meget på hjerte. For Jes Dige er det vigtigt, at vi lader børnene invitere ind til, hvad samtalen skal handle om.

De voksnes rolle

Som voksen er det vigtigt, at vi tør bryde tavsheden. At vi tør spørge ind til og tale med børnene, men ikke forventer en øjeblikkelig forløsning. En oprigtig interesse i den ændrede hverdag, børne-

ne lever i, er det centrale. Og her må vi vende tilbage og være insisterende og sige højt, hvad man tænker. »Jeg ved det her er svært at tale om og forstår godt det kan være svært for dig at forklare mig, men jeg bliver nødt til det, for det er den eneste måde, jeg kan finde ud af det på. Jeg bliver nødt til en gang imellem at komme og spørge dig, hvordan du har det.«

Sorg forandrer

Jes nævner også, at vi, der er på sidelinjen, skal være meget opmærksomme på de store forandringer i barnets personlighed og værdigrundlag, som et dødsfald i den nærmeste familie skaber.

Der er nogle ting, der ikke længere betyder noget, og så er der andre ting, der betyder meget mere. Det kan være nye værdier – både for voksne såvel som for børn.

Børnene kan også få et ændret værdigrundlag eller et ændret perspektiv på deres liv. De bliver mere modne, og der sker mange personlighedsforandringer.

Ofte oplever mange af børnene også, at et givent vilkår forstærkes. Det, man kender som en løsning på de udfordringer, de står i, forstærkes. Er man meget udadvendt, forstærkes det. Er man den, der normalt trækker sig, så er det dét, der forstærkes. Så er man måske mere på sit værelse.

De forandringer, der sker i den alder, har konsekvenser resten af livet, mener Jes Dige. Man modnes på kort tid. Får nogle forpligtelser i hjemmet, som jævnaldrende ikke kender til. Skyggebarnet må pludselig klare sig selv.

De voksnes ansvar

Afslutningsvis pointerer Jes Dige skyggebarnets savn over ikke at have mor og far tæt på og ikke at være tæt på den syge søskende eller forælder. Det må barnet aldrig tage på sig, men i stedet tale med dem om, hvorfor det ikke var muligt. At det måske skyldes, at de ikke har fået hjælp til at træffe de bedste beslutninger eller være til stede i det. Det må aldrig overlades til barnet selv at finde den rette vej i den svære tid. Det er vi voksnes ansvar. Vi skal som voksne lære at tage ansvar for børnene og hjælpe dem til at gøre noget, de kan holde ud at leve med.

Fakta: Se med, når DR2 i slutningen af marts 2019 sender fire dokumentarprogrammer om Skyggebørn



Mageløse Marie

I Egtved bor Marie. Hun er syv år, går i første klasse og elsker at lege vinkegemme med sine venner henne i skolen. Hun ligner en helt almindelig pige, men faktisk er hendes liv alt andet end almindeligt. Hun er nemlig et skygebarn – et barn, der lever i skyggen af sin lillebrors sygdom. I konstant alarmberedskab, fordi hun ikke ved, hvor og hvornår sygdommen igen kaster familien ud i stormvejr og river mor og far væk. Jeg besøgte Marie i hendes hjem i Egtved for at tale lidt med hende om, hvordan det er at være storesøster til Johan, hendes meget alvorligt syge lillebror.

Af Hanne Høgild, teologisk medarbejder i Konfirmandcenteret

Egtved bor Marie. Hun er syv år, går i første klasse og elsker at lege vinkegemme med sine venner henne i skolen. Hun ligner en helt almindelig pige, men faktisk er hendes liv alt andet end almindeligt. Hun er nemlig et skygebarn – et barn, der lever i skyggen af sin lillebrors sygdom. I konstant alarmberedskab, fordi hun ikke ved, hvor og hvornår sygdommen igen kaster familien ud i stormvejr og river mor og far væk. Jeg besøgte Marie i hendes hjem i Egtved for at tale lidt med hende om, hvordan det er at være storesøster til Johan, hendes meget alvorligt syge lillebror.

Vi sidder ved bordet i stuen, Marie, hendes mor Signe og jeg. I et værelse nede ad gangen kan vi indimellem høre Johan og far Morten. De to er trukket lidt væk, så vi andre kan få lidt ro og tid til at snakke. I dag skal det nemlig handle om Marie – Mageløse Marie, som hendes mor kalder hende. Det er ikke så tit, det er hende, der er i fokus. Sådan er det nemlig for børn, der, som Marie, lever et liv i skyggen af en syg søskende.

»Nogle gange har Johan det ikke så godt,« fortæller Marie med alvor i stemmen. »Så løber mor og far rundt, og så prøver jeg at sidde stille med min iPad, eller også går jeg ned på mit værelse.« Hun reflekterer meget voksent i forhold til hendes alder over, når situationer spidser til i hjemmet, fordi Johan bliver akut dårlig, og hendes forældre må reagere hurtigt og naturligvis kan blive grebet af panik. Marie fortæller, at hun bliver ked af det, bange og bekymret, »og så bliver jeg stille indeni,« forklarer hun. Det er sådan, det bl.a. er at være et skyggebarn. De kan også udvikle en strategi, der gør, at de selv kryber ind i skyggen, hvor de ikke laver postyr, når der nu er så meget andet, mor og far skal tage sig af.

Nogle gange kommer jeg til at savne dem

»Når Johan skal på sygehuset, skal jeg over til min farmor og farfar,« siger Marie. Det kan næsten ikke være anderledes, når ens forældre pludselig eller planlagt skal indlægges med Johan. Han er født med en meget alvorlig og sjælden sygdom med meget ringe behandlingsmuligheder på nuværende tidspunkt. »Men nogle gange kommer jeg til at savne dem, når jeg er hos min farmor og farfar,« fortsætter Marie, og hun fortæller om en gang, hvor mor og far skulle med Johan ned til nogle specialister i Berlin for at finde ud af, om de evt. kunne gøre noget for ham. Marie synes, det var rigtig svært, at de skulle afsted uden hende, og hun blev meget bekymret for, om Johan blev mere syg, imens de var væk. »Men min mor siger, at næste gang de skal derned, så skal jeg med, og så får jeg fri fra skole.« Adskillelsen er svær både for Marie og for resten af familien. Det føles helt forkert, at man ikke skal være sammen, og forældrenes følelse af at være spændt ud mellem deres to børn er til at tage at føle på. Marie husker tilbage på en gang, hvor hun sammen med den ene forælder fik lov at blive en ekstra nat på patienthotellet under en af Johans mange indlæggelser. »Det var rigtig rart,« siger hun, »og man får rigtig god morgenmad.«

»Adskillelsen er svær både for Marie og for resten af familien. Det føles helt forkert, at man ikke skal være sammen ...«

Jeg er allermest bange for, at Johan skal på sygehuset

Vi snakker lidt om, hvad det er, Marie er allermest bange for i alt det her, der handler om Johans sygdom. »Jeg er allermest bange for, at Johan skal på sygehuset,« siger hun, »for så skal jeg jo hen til min farmor og farfar, og så kan jeg ikke være sammen med dem.« Frygt, angstelse og bekymring fylder alt for meget i Maries lille liv. Der er meget, hun i en alt for tidlig alder forholder sig til. Der er også en tydelig alvor tegnet i hendes ansigt. Hun er fuldstændig klar over, at situationen er meget kritisk og ustabil, og de har også talt om døden, for Marie har indimellem fortalt sine forældre, at hun er

bange for, at Johan dør. Derfor har de lavet en aftale om, at hvis det nogensinde kommer dertil, at det ser ud til, at Johan ikke overlever, så fortæller hendes forældre hende det, så det ikke bliver en forskrækkelse. »Hvis han dør, så skal vi da selvfølgelig sige farvel til ham,« siger Marie, »og så kunne han godt blive begravet ude i vores have.«

Jeg spørger Marie om, hvad hendes største ønske er, og selvom det er 1. december i morgen, og julen er lige om hjørnet, er det alligevel et helt andet ønske, hun har, end noget der kan pakkes ind og lægges under træet. »Jeg ville ønske, at Johan ikke var blevet født med den sygdom,« siger hun ude at tøve.

Marie var tre et halvt, da Johan blev født, så hun husker godt noget fra tiden før, hun fik en syg lillebror. »Det var måske lidt sjovere før,« siger hun. »Dengang kunne jeg lege med min mor og far helt for mig selv.« Hun har en vidunderlig ærlighed, som der heldigvis er dejlig meget plads til i familien.

De voksne

Når man er et skyggebarn, er det rigtig vigtigt, at der også er andre voksne, der taler med en om, hvordan man har det og ikke kun spørger til, hvordan det går med Johan. Marie fortæller om, at hun har en lærer i skolen, der er god til at snakke med hende om, hvordan hun har det. »Nogle gange, hvis Johan er på sygehuset i rigtig lang tid, og jeg begynder at græde, så trøster hun mig, og så snakker vi lidt om det,« fortæller Marie. »Det kan jeg godt lide.« Hun fortæller også om en anden lærer, som nogle gange kommer og spørger, hvordan hun har det. »Hun kender mig, fordi jeg havde hende i 0. klasse.« Der er også andre børn i Maries klasse, der er kede af det, så de har også i fællesskab snakket om og fortalt hinanden, hvad de er kede af og bange for.

At være forældre til et skyggebarn

Maries mor, Signe, fortæller lidt om, hvordan det er for hende, at Marie er midt i alt det her sygdom, der fylder så meget i familien. »At vi har Marie er helt klart med til, at der er nogle ting, vi er nødt til at gøre hver dag,« siger hun. »Vi er jo nødt til at sørge for, at hendes hverdag er ordentlig. Hun er medvirkende til at vi også har en nogenlunde normal hverdag midt i det hele, og det hjælper faktisk lidt« siger hun. »Og så gør det os selvfølgelig rigtig kede af det, og vi synes, det er rigtig svært, at Johan fylder så meget og tager så meget af vores opmærksomhed. Vi vil også bare gerne have, at Marie har det godt og ville ønske, at hun kunne få al den opmærksomhed, hun har brug for.« Signe fortæller også, at i Maries skoletid har hun kun haft én enkelt legeaftale hjemme hos dem. Pga. infektionsfare er det alt for risikabelt at have besøg af andre børn i hjemmet. Så det er også et afsavn, Marie må leve med.

For Signe og Morten er det vigtigt, at alle de følelser, der kan opstå hos Marie i forbindelse med Johans sygdom, er legitime. Det er ikke forkert hverken at være ked af det, bange, vred eller noget andet. De anerkender fuldt ud, at det på alle mulige måder er svært at være Johans storesøster.

Signe fortæller, at der ikke er nogle tilbud om hjælp til Marie i nærheden af, hvor de bor. Man skal være ni år for at være med i en samtalegruppe i deres region, og desværre er det ikke realistisk at køre fra deres hjem i Sydjylland til Nordjylland for at være med i en gruppe hos Skyggebørn.

Vi kan høre Johan græde og klage over smerter. Marie bliver tydeligt distraheret, øjnene flakker, og hun får sværere ved at holde fokus. Hun har sin opmærksomhed et andet sted. Sådan er det også at være skyggebarn.

Faktaboks:

På bloggen www.enmorsliv.dk fortæller Signe om sit liv som mor til Superseje Supermand og Mangeløse Marie, aka Johan og Marie. Også på Instagram kan man følge hendes tanker i ord og billeder under profilen [enmorsliv](https://www.instagram.com/enmorsliv).



I dag oplever mange børn, at mor og far bliver skilt. Når det sker, skal barnet lære at agere i en ny hverdag – og ikke mindst i en ny verden. Sognepræst Ane Stoltze Katborg har i samarbejde med skolen i hendes sogn oprettet samtalegrupper for skilsmissebørn, hvor børnene kan mødes og være sammen med andre børn, der er i samme situation som dem selv.

Af Ane Stoltze Katborg, sognepræst i Sulsted sogn

Topfoto: John-Mark Smith, Unsplash

For cirka seks år siden blev jeg stoppet af en lærer på Vestbjerg Skole – jeg havde lige fulgt mit dengang 12-årige skilsmissebarn i skole. Læreren spurgte mig, om jeg ville være med til at starte skilsmissegrupper op i samarbejde med skolen. Uden at jeg overhovedet fik tænkt mig om, var mit svar: JA.

Jeg er selv skilsmissebarn. Mine forældre blev skilt, da jeg var fem år gammel, og denne oplevelse har på godt og ondt være skelsættende i både mit barndomsliv, mit ungdomsliv og mit voksenliv. Jeg har altid tænkt, at jeg ikke selv skulle genskabe dette i mit eget barns liv, men jeg blev desværre selv skilt, da min søn var 1 ½ år gammel.

Det fortrolige rum

I mit arbejde som præst har jeg nu i seks år været med til at lave samtalegrupper for skilsmissebørn i samarbejde med Vestbjerg Skole. De sidste år har samarbejdet været med lærer Nicolaj Færch.

Vi er optaget af at give børnene et fortroligt rum, hvor de kan være med det, der fylder. Vi mødes i Vestbjerg kirkecenter cirka hveranden uge, og forløbet strækker sig over 16-20 uger. Hver gang begynder vi i en rundkreds på gulvet, hvor vi sidder i sækkestole eller på madrasser, og vi tænder et lys for dem, der er til stede.

Når vi har tændt lysene, skal alle børnene trække et eller flere smileykort ud fra et spørgsmål, som Nicolaj eller jeg stiller. Det kunne fx være: Hvad har du tænkt om at skulle i samtalegruppe? Børnene bruger smileykortet til at svare. Derefter tager vi hul på dagens emne, som kan være alt lige fra dagen, de flytter mellem mor og far, at far og mor får nye kærester, eller hvordan det føles, når far eller mor flytter langt væk.

Samtalegruppen kan være det sted, hvor barnet kan være med sig selv og det, der er, uden at barnet skal tage hensyn til, om en af forældrene bliver kede af det. Vi vil gerne give børnene mulighed for at snakke om det, der er svært og alt det andet sammen med andre, der er i samme situation som dem – derfor bruger vi metaforen, at de er i samme båd.

På en flipover tegner vi en ø og giver den et navn – skilsmisseøen eller samtaleøen. Øen har forskellige havne, som også navngives. Havn 1 hedder: Vidnesbyrd, Havn 2: Mit liv og Havn 3: Følelser. Gennem hele forløbet sejler vi sammen rundt om denne ø og besøger de havne, som vi ved, at skilsmissebørn bliver tvunget til at forholde sig til i deres liv.

»... børnene lærer noget om, hvordan det er for andre at være skilsmissebarn og derigennem lærer noget om sig selv.«

Lærer noget om sig selv

Samtalegrupperne er ikke et terapeutisk rum – det er nærmere en arbejdsgruppe, hvor børnene lærer noget om, hvordan det er for andre at være skilsmissebarn og derigennem lærer noget om sig selv. Vi arbejder en hel del med vidnesbyrd, hvor de får lov til at fortælle om skilsmissem, hvad de kan huske fra da de fik at vide, at mor og far skal skilles, hvordan deres hjem så ud før, og hvordan det ser ud nu, og hvor de bor – mest hos mor, mest hos far eller lige meget hvert sted.

Børnene bliver gennem samtalegrupperne opmærksomme på, at der er et liv før og efter skilsmissem, og begge dele er en del af deres historie og deres livsfortælling. Selvom mor og far ikke længere lever deres liv sammen, er det stadig børnenes verden, at deres mor og far engang var sammen.

Vores erfaring med tabet og savnet er, at det bliver lettere at bære, når børnene finder ud af, at de ikke er alene med det – altså i mødet med de andre finder de ud af, at det ikke kun er dem, der savner, at det ikke kun er dem, der synes, at det er svært at bo to steder, og at det ikke kun er dem, der synes, at mor og far ikke altid er gode til det der med at være skilt.

For børnene er der tit det på spil, at de ikke har nogen at snakke med om det, da børnene altid vil forsøge at passe på deres forældre enten ved at skåne dem, eller fordi de ved, at de kan skabe konflikter mellem mor og far, hvis de fortæller om deres inderste tanker og følelser. Vores tanke er, at vi skal

klæde dem godt på til at kunne tage ansvar i eget liv. Det er deres livsvilkår at være skilsmissebørn, og det kan vi ikke ændre for dem, men vi kan følge dem på vejen i deres liv og deres vilkår.

»Det er deres livsvilkår at være skilsmissebørn, og det kan vi ikke ændre for dem, men vi kan følge dem på vejen i deres liv og deres vilkår.«

Overvejer du selv at tilbyde samtalegruppe for skilsmissebørn?

Til præster, der overvejer at starte samtalegrupper for skilsmissebørn, vil jeg sige: Spring ud i det! Man kan næsten ikke sige noget forkert – og hvis man gør, fortæller børnene det. De vil altid fortælle den voksne, hvis det ikke er sådan, det føles eller er hjemme hos dem. Som voksen er det vores ansvar at skabe rummet og rammerne, men det er børnene, der har retten til at fortælle om deres liv og deres opfattelse af, hvad skilsmissen har betydet for dem.



Gennem 3 år, har børnene fra Bandholm Børnehus flere gange om året besøgt Svanevig Hospice. Børnene bringer energi og livsglæde ind i huset og sætter gang i patienternes minder.

Af Mette Engell Friis, frivilligkoordinator og kommunikations-medarbejder på Svanevig Hospice, og Pia Rasmussen, leder af Bandholm Børnehus

»Hoved, skulder, mave, mås, mave, mås ...« , synger 16 små stemmer. Nogle stykker fniser og må holde sig for munden, når de skal synge mås.

Niels Lund Hansen smiler med. Han er patient på Svanevig Hospice, som har besøg af de 16 små sangere fra Bandholm Børnehus, og både børnenes energi og deres sange glæder ham. »Man kan da kun blive i godt humør af sådan nogle små størrelser,« siger han, mens øjnene følger danselegen. Ideen med besøgene handler blandt andet om, at døden er en naturlig del af livet. Det er ikke en afslutning, som skal skjules for børn, siger Pia Rasmussen, leder af Bandholm Børnehus.

Livsglæden får et nøk

Når børnene kommer på besøg, er det Ruth Bierre, frivillig på hospice og tidligere pædagog, der står for det.

Børnene kommer med deres umiddelbarhed og glæde, og den forplanter sig lynhurtigt til hele huset. Og det er så vigtigt, for et hospice skal ikke være et trist sted. »Det skal være et sted med energi og glæde, og det får lige et ekstra nøk, når børnene kommer,« siger Ruth Bierre.
»Her må gerne være lidt bulder og ballade.«

»Jeg synes, det er fantastisk. Det kan ikke være bedre. Og man kan blive helt rørt over sådan en flok der. De er simpelthen så søde«.

Citat: Rosa Pedersen, 80 år, patient.

Et strejf af dagligdag

Og en smule bulder og brag er der.

Selvom de små i starten af deres besøg prøver at bevæge sig lidt stille og forsigtigt, så tager energien hurtigt over.

Et barn sagde engang til en patient:

»Du er gammel!«

»Ja, det er jeg,« svarede patienten.

»Du er også syg.«

»Ja, det er jeg.«

»Skal du så snart dø?«

»Det ved jeg ikke, man ved jo aldrig, hvornår man skal dø,« svarede patienten, og så fik de sig en lille snak om det. Det var helt tydeligt, at de begge to fik noget at tænke over, men det foregik så fint og helt utvunget, fortæller Ruth Bierre.

– Jeg er sikker på, at både patienterne og børnene får noget ud af at mødes. Patienterne oplever rigtig mange dejavuer både fra deres egen barndom og måske fra deres børn og børnebørns. Det bringer et strejf af dagligdag ind i deres hospiceliv.

En vigtig del af besøget er også, at børnene altid har noget udsmykning med til hospice. Tanken er derigennem at skabe stemning for patienter og pårørende.

På tur af mindernes allé

Hospicechef Birgitte Bülow er helt enig med Ruth Bierre: »At lade hospicepatienter og små børn møde hinanden er et på alle måder godt match. Hver gang børnene har været her, kan man mærke, at der kommer en anden energi ind i huset. Man kan ikke undgå at blive smittet af børnenes glæde og sang, og der er noget helt grundlæggende rigtigt ved at tilføre den livsenergi til hospice,« siger hun.

– Det er naturligvis fuldstændig op til den enkelte, om vedkommende har lyst til at være med. Det foregår altid i vores fællestue, og patienterne får besked i god tid, så de har mulighed for selv at træffe valget.

Børnene forberedes altid inden turen går til hospice. Pædagogerne taler med dem om, at selvom man er syg, er det vigtigt at opleve glæde, og at det er det, vi giver til de syge på hospice.

Men besøgene kan stadig godt afføde spørgsmål fra børnene, men det er kun fint. De skal endelig spørge, så vi kan afmystificere det, de ser. Og det er bestemt ikke mit indtryk, at det gør dem skræmte med en patient i en seng. Det er nok snarere lidt spændende, smiler hun.

Efter hvert besøg tales der med børnene om deres oplevelser og der forsøges at svare på deres spørgsmål - hvad sker der, når man er død? Hvor kommer man hen, når man er død?

Med døden følger også sorgen, det at være ked af det, at miste nogle, at savne og her er det igen godt, at børnene har et konkret sted at forholde sig til, således at de kan se op mod himlen, det sted de døde er.

Nogle kan have mistet en bedsteforælder, et kæledyr og andre en elsket bamse, men de husker følelsen ved at miste, og det er den, vi taler om, når vi taler om døden med børnene. Samtalerne er på børnenes præmisser og så konkret som mulig.

Vi håber, at børnene får det med sig fra barndommen, så det bliver lettere i voksenlivet at tale om døden og sige farvel, afslutter Pia.

»Jeg sidder jo og tænker på min egen barndom, når jeg hører de sange der. Jeg kan godt huske, at jeg selv har sunget dem. For mange, mange år siden. Det er dejligt at genopleve. Og også lidt vemodigt«.

Citat: Niels Lund Hansen, 72 år, patient.

Den glade uro

I opholdsstuen er børnene ved at være færdige med deres lille sangprogram.

»Jeg gik mig over sø og land« er sidste nummer.

Rosa Pedersen på 80 år sidder og synger med.

Det er en af de gode, gamle børnesange, og hun nyder at synge sammen med de små stemmer.

Da sangen er slut, sætter børnene sig ned i en rundkreds, og deres madpakker bliver delt rundt. Hospice sørger for saftvand og en kage til dessert.

Rosa Pedersen ler hjerteligt over børnenes højlydte snak om mad og de små rumper, som næsten ikke kan sidde stille mere.

Ruth Bierre nikker.

– Det er helt klart, at patienterne fornøjer sig over børnenes uro. Den smitter. Og den kalder på minder. De fleste kan selv huske, hvor svært det var at holde sig i ro som barn, og det får smilet frem, siger hun. Pia Rasmussen fortæller ligeså, at også børnene har stor glæde af besøget. Børnene oplever, hvordan deres sang giver glæde hos patienterne.

Pia fra Børnehuset påpeger, at de voksne til at begynde med var bekymret for, hvordan børnene ville takle det at besøge et hus, hvor patienterne er meget syge, hvilke spørgsmål og reaktioner ville der komme, men også at det ikke skulle forhindre os i at besøge hospice.

Bekymringen blev dog hurtigt bragt til skamme, for børnene handlede ud fra deres umiddelbare logik.

Om et par måneder kommer børnene igen på besøg på Svanevig. Til den tid vil det være andre patienter, der får glæde af dem.

Begge patienter er siden afgået ved døden. Der er givet tilladelse til at bruge deres citater.



I et samarbejde mellem skole og kirke har vi forsøgt at gøre det til en naturlig del af hverdagen at kunne tale om døden. Gennem samtale, et besøg på kirkegården og et lille kunstnerisk arbejde, hvor ord og følelser bearbejdes gennem håndens virke.

Af Kathrine Gørup Christiansen, sognepræst ved Ubberud og Ravnebjerg kirker

Se mor, en kistebil!

På en fordybelsesdag, hvor indskolingen har kristendom på skemaet, hedder overskriften: Kirkens folk. En graver, organist, bedemand og præst er inviteret på besøg for at fortælle om deres arbejde.

Helt konkret bliver det for eleverne allerede, når de kommer til skolen og ser rustvognen holde parkeret udenfor. Bedemanden har en kiste, urner og billeder med af blomster og gravsten. Eleverne får lov til at kigge, røre og spørge på livet løs. Og nysgerrigheden er stor.

Men der er også følelsesudbrud. Med det samme, eller når alle indtryk er sunket ind, og eleven er hjemme i trygge omgivelser. Måske først når der nogle dage senere samles op i skolen. Derfor holder vi altid en opfølgende dag i konfirmandstuen. Så vi netop ikke holder det svære ud i strakt arm, langt fra livet, men konfronterer det sammen med kammerater og voksne: læreren og præsten. Tanker og bekymringer kan blive store og fylde meget i både hoved og mave.

Jeg blev så ked af det

Jeg har gennem flere år haft et godt samarbejde med skolen og lærerne i indskolingen, så børnene ved efterhånden, hvem jeg er. De er trygge ved at komme i kirkerummet. Har set mig både i præstekjole og almindeligt tøj. Jeg er derfor både Kathrine og præsten! Og det kommer mig til gavn på denne dag, hvor vi samles i konfirmandstuen og skal tage hul på en samtale om døden.

Lærerens og min opgave er at opsætte rammer indenfor hvilke, børnene kan ytre sig ligefremt og ærligt. Nogle børn fortæller frit og frejdigt - andre lytter. Vi hører om de andres oplevelser af tab, og børn har ingen problemer med at sidestille tabet af et elsket kæledyr med tabet af en betydningsfuld mormor. Jeg gør mig altid umage med ikke at forklejne børns følelser. De skal lande i dem og komme til udtryk. Det udtryk definerer jeg ikke. Generelt er børn gode til at sætte ord på det at dø, det at miste, det at sørge.

»Børns grunderfaring skal mødes naturligt i hverdagen. Ikke alle børn har prøvet at miste – men alle børn ved hvor gennemgribende døden er.«

Hvad sker der efter døden?

Når man byder ind til en samtale med børn, skal man være klædt på til at blive bombarderet med spørgsmål. Man kan ikke altid have fyldestgørende og afsluttende svar klar i ærmet. Det kan man ikke have om døden. Der skal være plads til at høre deres udlægninger af, hvad der sker, når vi dør. Også selvom det ikke altid harmonerer med kristendommens ord om opstandelse.

Vi kommer altid til at snakke ret indgående om forskellen mellem at blive begravet og bisat. Og så er vi hurtigt i gang med at lytte til alle de børn, der har lyst til at fortælle om en begravelse, de har været med til og oplevet på nært hold.

Vi kommer også altid til at tale om himlen og om, hvad det mon er for et sted? Stjernerne indgår ofte i børns billedsprog for, hvad der sker efter døden. Morfar er blevet til en lysende stjerne. Igen: børn kan rumme alles udlægninger.

Der er forskel på børn. Heldigvis

Nogle taler, andre lytter hellere. Der er plads til begge dele. Vi tilrettelægger timerne med både samtale, et lille kunstnerisk projekt, hygge med saft og æbler og til sidst en gåtur på kirkegården. Dermed forsøger vi at komme rundt om de forskellige måder, børn indlærer, bearbejder og forholder sig til et sådant emne som døden og det at miste.

Med farverige tusser tegner vi på et lille glas, som børnene kan tage med hjem og tænde et fyrfadsllys i om aftenen sammen med deres forældre. På glasset tegner de symboler og andet, de kommer til at tænke på, når de tænker på den døde. Har barnet ikke mistet, må de tænke på en levende vigtig person i deres liv.

Uanset hvad kommer der store følelser ud i de simple tegninger – og ikke mindst går snakken rundt om bordet. »Min morfar, han havde en fed traktor. Min oldemor bagte de bedste småkager.

Min far er sjov at spille fodbold sammen med.« I det hele taget fylder alt det, vi er taknemmelige for, glade for, meget i samtalen denne dag.

På kirkegården

Når vi runder dagen af på kirkegården, bliver vi en del af historien. Børnene oplever, hvordan mange har levet før dem. Vi taler om gravstederne og symbolerne. Men det bliver også tydeligt, at døden kan være ganske urimelig. Vi kan nemmere acceptere, at et gammelt menneske dør, men når der ikke er mange år mellem stjernen og korset på gravstenen, så kan døden synes helt igennem urimelig og uretfærdig. For os alle. Det er meget følelsesladet, når man står med en gruppe børn i ni-årsalderen, der har livet foran sig. Så opholder vi os i vreden for en stund og prøver i fællesskab at finde taknemmeligheden over livet frem igen. Dette er i grunden opsummeringen af mit ønske for dagen: At vi lader både glæde og sorg komme til udtryk og oplever, at det ikke er farligt at tale om. For alle kan genkende sig i grunderfaringen. Barn som voksen.

Sorgsalme med børn



Når børn mister, er det vigtigt, at vi som kirke tilbyder dem nogle ritualer og billeder, som taler ind i sorgen. Børnesalmen og sorgsalmen »Jeg så en due lande« er netop en billedlig fortælling om at få hjælp i sorgen.

Af Martin L. Hornstrup, organist ved Gellerup Kirke, og Iben Krogsdal, forfatter og salmedigter

Børns sorg skal ikke negligeres

Voksne lider af og til under den misforståelse, at børns følelsesliv er mere simpelt end voksnes. Det er ganske enkelt ikke rigtigt. Børn har et fuldt ud lige så mangefacetteret og komplekst følelsesliv som voksne, de har bare mindre sprog til at udtrykke sig i. Måske kan man tale om en forskel i, at børn er mere fleksible i deres følelsesliv – der er kortere vej fra gråd til latter – hvor voksnes følelser er mere langsommelige. Men styrken og nuancerne i børns og voksnes følelser er sammenlignelige.

Voksne kan have en tendens til at tænke, at børn helst ikke skal være kede af det, og ser det derfor som deres opgave hurtigst muligt at forsøge at gøre dem glade igen. Det er et naturligt reaktionsmønster, som begynder i det øjeblik, det nyfødte spædbarn lægges i vores arme: Fra da af arbejder vi nat og dag på at finde ud af, hvorfor de skrider, om det er sult, træthed eller en ren ble, der skal til for, at de holder op med at være kede af det.

Men nogle gange er børn bare kede af det. Og i stedet for at negligere deres sorg er det nødvendigt, at vi giver tid og plads til den.

Her har vi som kirke en særlig opgave, men også en særlig nedarvet evne. I kirken har vi rum for sorgen, også børns sorg.

Vi skal altså ikke bevæge os for hurtigt hen til: »Det skal nok gå,« eller »Din mor er jo i himlen nu« – men i stedet tilbyde nogle ritualer og nogle billeder, som kan tale ind i sorgen – nogle holdepladser for sorgen.

Jeg så en due lande – en sorgsalme

Salmen er en lille billedlig fortælling om at få hjælp i sorgen. Fortællerstemmen er en drømmende stemme, der tilhører et barn, som er i sorg. Barnet har set en due lande på et træ, som er gået ud og dermed kunne være et billede på et ensomt menneske i sorg. Da duens vinger rører ved træet, sker der et lille mirakel: Grenene springer ud, som om de blev berørt af en guddommelig kraft.

Duen, der lander i træet, er måske kun et drømmesyn – men samtidig fortæller barnet, hun rent faktisk ser duen, når hun går på kirkegården. Salmen skærer det ikke ud i pap, men fortæller på en stille måde, at her fortæller et sørgende menneske, der ofte besøger en grav. Et lille menneske, der har mistet en, hun elsker. Og det særlige ved duen – som det drømmeagtige, anede, magiske – er, at den ikke bare er en due. Barnet oplever, at duen kender hende og ved, hvem hun har mistet, og hvor ondt det gør. At duen ser hende, der hvor hun er. På den måde oplever barnet at blive set og mødt i sorgen, og salmen åbner for en netop anet – og alligevel konkret erfaret – himmel omkring barnet. Salmen fortæller mellem linjerne, at et menneske ikke er alene i sorgen, at Gud som duen kommer fra et andet sted, og at livet er større end den konkrete død.

Tid til sorgsalmer

Sorg er individuelt. Derfor kan vi ikke lave en børnegudstjeneste om sorg og forudsætte, at alle børnene kender til at være i sorg. Samtidig må vi forudsætte, at der til alle vores gudstjenester inkl. børnegudstjenester er nogen til stede, som er ramt af sorg. Døden er et tabuiseret emne, som vi i kirken må insistere på at tale med hinanden om. Her kan børnene komme os til hjælp. Døden er nemlig ikke nødvendigvis tabu for børn. Det er oplagt at holde en børnegudstjeneste i forbindelse med alle helgen, der handler om døden. I en sådan sammenhæng kan salmen her være anvendelig.

Som præst kan man aldrig helt vide, hvornår man pludselig befinder sig i en situation, hvor man sidder sammen med et barn i sorg og en familie, der har svært ved at håndtere deres barns sorg. I en sådan situation kan det måske vise sig anvendeligt, at man kan en sorgsalme udenad, som man kan synge. Nogle gange er der ikke noget at sige – ordene slår ikke til – og så må man synge!

»Nogle gange er der ikke noget at sige – ordene slår ikke til – og så må man synge!«

Duen – en håbsfugl

Duen bruges flere steder i litteraturen til at bringe bud fra de dødes rige – fx i Brødrene Løvehjerte eller Grimms eventyr Askepot. Og på mange gravsten sidder der en lille fugl, forstenet og med bøjet hoved – og dog giver den alligevel indtryk af at være klar til at sprede vingerne og flyve mod himlen, når signalet lyder. Tænk, om vores lille salme kunne blive som sådan en håbsfugl – en sorgholdeplads – en opstandelsesforventer.

Jeg så en due lande

T: Iben Krogsdal 2017

M: Martin L. Hornstrup 2017

The musical score is written for a single melodic line in treble clef, key of D major (two sharps), and 2/4 time. It consists of two systems. The first system has four measures with lyrics: '1. Jeg så en due lan - de på et lil - le vis - sent træ det' and '2. Men der, hvor du - ens vin - ger rør - te træ - et, sprang det ud. Det'. Chords D, G/D, D, and G/D are indicated above the first four measures. The second system has two measures, each with a first and second ending bracket. The first ending has four measures with lyrics: 'hav - de in - gen bla - de på, og det gav in - gen læ' and 'var som om dens vin - ge - slag var'. The second ending has three measures with lyrics: 'vin - ge - slag fra Gud'. Chords D, A/C#, Bm, G, F#/A#, Bm, A/C#, D/A, A7, and D are indicated above the notes.

D G/D D G/D

1. Jeg så en du - e lan - de på et lil - le vis - sent træ det
2. Men der, hvor du - ens vin - ger rør - te træ - et, sprang det ud. Det

D A/C# Bm G F#/A# Bm A/C# D/A A⁷ D

hav - de in - gen bla - de på, og det gav in - gen læ
var som om dens vin - ge - slag var vin - ge - slag fra Gud

1. Jeg så en due lande på et lille vissent træ
det havde ingen blade på
og det gav ingen læ

2. Men der, hvor duens vinger rørte træet, sprang det ud.
Det var som om dens vingeslag
var vingeslag fra Gud

3. Måske jeg bare drømte det, men duen ser jeg tit
på kirkegården lige der
hvor jeg går tunge skridt

4. Det er som om den lander ganske varsomt ved mit savn.
Det er som om den kender mig.
Den kender mig ved navn