

Nutidens **Sorgkultur** set ud fra den voksne efterlades perspektiv



"Sort sol med fugleflokken der hele tiden ændrer facon, hvor man tænker, nu ved man hvad der vil ske. Nu lander de, og så sker der noget andet. Og sådan synes jeg egentlig at sorgen ser ud"

(Udsagn fra afhandlingens empiri).

Masterafhandling Juni 2014
Master i Humanistisk Palliation
Aalborg Universitet
Forfatter: Kirsten Søndergaard
Vejleder: Michael Hviid Jacobsen

INDHOLDSFORTEGNELSE

FORSIDE	1
INDHOLDSFORTEGNELSE	2
ABSTRACT	4
1. PROBLEMFELT OG PROBLEMFORMULERING	5
1.1. PROBLEMFELT	5
1.1.1. FÆNOMENET SORG.....	5
1.1.2. DØDEN OG SORGEN - ET TABU UNDER FORANDRING	6
1.1.3. DEN UNDERVURDEREDE SORG	8
1.2. PROBLEMFORMULERING OG FORSKNINGSSPØRGSMÅL	9
2. FORSKNINGSMETODE	10
2.1. VIDENSKABSTEORETISK PERSPEKTIV	10
2.1.1. ET FÆNOMELOGISK OG ET HERMENEUTISK PERSPEKTIV	10
2.1.2. EN ADAPTIV TEORETISK TILGANG	11
2.2. KVALITATIV UNDERSØGELSESMETODE	12
2.2.1. DET KVALITATIVE SEMISTRUKTUREREDE INTERVIEW	12
2.2.1. UDARBEJDELSE AF INTERVIEWGUIDE.....	13
2.2.2. REKRUTTERING AF INFORMANTER	14
2.2.3. ETISKE OVERVEJELSER	15
2.2.4. BEARBEJDNING AF INTERVIEW	17
2.3. VIDENSKABELIGE KVALITETSKRITERIER	17
3. TEORETISK MOSAIK	19
3.1. SORGFORSTÅELSE Gennem TIDEN - ET TEORETISK BLIK	19
3.1.1. SORGEN SOM LØSRIVELSE	20
3.1.2. DRIFTEN MOD REORGANISERING.....	20
3.1.3. REINVESTERING AF FØLELSESMÆSSIG ENERGI.....	21
3.1.4. SORGEN SOM TO SPOR - EN DYNAMISK PROCES	21
3.1.5. SORGEN SOM EN FORTÆLLING	22
3.1.6. SAMMENDRAG AF DET SORGTEORETISKE BLIK	23
4. ANALYSE	24
4.1. ANALYSESTRATEGI	24
4.1.1. KODNING OG MENINGSKONDENSERING	25
4.1.2. PRÆSENTATION AF EMPIRI	26
4.1.3. ANALYSENS OPBYGNING	27
4.2. FAMILIENS FORSTÅELSE OG STØTTE	28
4.2.1. FAMILIEN ER OGSÅ I SORG - DE SVÆRE FØLELSER	28
4.3. VENNERNES FORSTÅELSE OG STØTTE	30
4.3.1. REAKTIONEN AFSPEJLER AFSENDEREN - FØLELSESREGLER	30
4.3.2. DEN BEDSTE HJÆLP - ORD ELLER HANDLING?	36
4.4. ARBEJDSPLADSENS/SKOLENS FORSTÅELSE OG RUMMELIGHED	38
4.4.1. ET "FRIKVARTER" I SORGEN	38
4.5. MØDET MED DE SUNDHEDSPROFESSIONELLE	41
4.5.1. SORGINTERVENTION.....	41
5. KONKLUSION	44
6. PERSPEKTIVERING	46

Nutidens sorgkultur set ud fra den voksne efterlades perspektiv

3

Masterafhandling 2014. Master i Humanistisk Palliation, Aalborg Universitet

Kirsten Søndergaard

7. LITTERATURLISTE..... 47

8. BILAGSLISTE 49

ABSTRACT

Background and Purpose

Survivors' grief associated with death has in the last years gained traction in the public sphere and the media. The interest is observed particularly in relation to the target groups children and young people and elderly people. Experience shows that grieving the loss of parents as an adult is underestimated and in general opinion there seems nationally to be a lack of attention to adult grieving following the loss of another adult. Be it in relation to the understanding of adult grieving, research projects, and initiatives in general.

The aim of the thesis is to conduct an empirical study of contemporary grief culture from the perspective of the adult survivor and thus contribute to the further visibility and development in understanding grief and dealing with sorrow.

Problem Statement

Which understanding of contemporary grief culture can be developed on the basis of adult survivors' experiences of their networks' reactions to their loss of a significant other adult?

To illustrate the problem statement, the following three research questions have been established as a basis for the study:

1. How can we understand and conceptualize grief on the basis of existing theories of grief?
2. What reactions have survivors met from their network in their private lives, working lives, and from meeting with health professionals, respectively, and how have these reactions been experienced, in the situation itself and seen in retrospect, respectively?
3. What are the implications of the network's support or lack thereof for the well-being of the survivors?

In the thesis, network is defined as family, friends, entourage, including work colleagues and health professionals, whom the survivor has or has had contact with in the course of his or her loss. Adult survivors are defined as adults aged 30 - 60 years. The loss of a significant other adult is in the thesis limited to the loss of a spouse / partner, a sibling, or a parent.

Methods

The thesis is based on a qualitative study with a phenomenological and hermeneutical perspective. The empirical data for the dissertation was obtained through semi-structured interviews of five adults who have lost a parent or partner / boyfriend.

In the thesis, an adaptive theoretical approach is used whereby the analysis is an interaction between the empirical findings and relevant theory.

Results

My analysis show, that the bereaved in their grief process clearly mark their grief as The Dual Process Model.

However, the thesis shows that contemporary grief culture has a tendency still to see grief as something you "should go through" and "be left alone with".

The empirical data show, that the bereaved need greater openness. It seems to be a necessity for both parties to meet each other's needs and requirements

1. PROBLEMFELT OG PROBLEMFOMULERING

Denne masterafhandling omhandler sorgkultur i forbindelse med tab som følge af dødsfald.

Formålet med afhandlingen er at foretage en empirisk undersøgelse af nutidens sorgkultur set ud fra den voksne efterlattes perspektiv. Min interesse for at undersøge dette er blevet vakt af min oplevelse af, at voksne efterlattes sorg, efter tabet af en anden voksen, er undervurderet samfundsmæssigt generelt.

Afhandlingen har videnskabsteoretisk både et fænomenologisk og et hermeneutisk perspektiv og metodisk er der anvendt en adaptiv teoretisk tilgang. Dette vil blive uddybet senere under metodeafsnittet. Afhandlingens empiri udgøres af fem kvalitative interviews foretaget med fem kvinder, som alle har mistet en nærtstående.

1.1. PROBLEMFELT

1.1.1. FÆNOMENET SORG

Sorg over dødsfald omtales ofte som værende hjemløs kærlighed og kærlighedens pris. Den kan dermed siges at være et bestandigt fænomen og et eksistentielt vilkår, der eksisterer, fordi individer knytter sig til hinanden.

Der findes flere forståelser af sorg, her er indledningsvist valgt to, der til sammen belyser sorgens mange facetterede karakterer..

"Sorg er den fysiske og psykiske reaktion på tabet af én eller noget nærtstående, til hvem eller hvilket der har været knyttet følelsesmæssige bånd. Reaktionen omfatter en lang række følelsesmæssige, kognitive, adfærdsmæssige og somatiske symptomer" (Guldin, 2014:27).¹

"Sorg er et fænomen, der såvel teoretisk som praktisk er både "inderligt" og "yderligt". Sorgen er ikke kun en indvendig følelse i den sørgende, men også en handling, som sker i hverdagen efter tabet, og som derfor ikke alene farves af den sørgendes forhold til afdøde, men også af de mange vedblivende relationer, som den sørgende indgår i før, under og efter tabet."

(Mogensen og Engelbrekt, 2013:11)

Sorg forstås her som værende de psykiske og fysiske reaktioner på tabet samt processen med at leve videre, hvor såvel psykologiske, sociale og kulturelle aspekter/kontekster indgår. I afhandlingens teoretiske mosaik, vil en række andre teoretiske sorgforståelser blive præsenteret

¹ Guldins definition er inspireret af psykologerne Stroebe, Hanson, Stroebe og Shut, der er internationalt anerkendte for deres forskning i sorg.

Når et menneske dør, efterlader det uanset alder og dødsfaldets omstændigheder i langt de fleste tilfælde pårørende i sorg. I Danmark dør der ca. 55.000 mennesker om året, og med baggrund i Psykolog Mai-Britt Guldins antagelse om, at hver person har fire nære pårørende, er der hvert år 220.000 mennesker i sorg på grund af tab som følge af dødsfald. (Guldin, 2014:34).

I det følgende afsnit vil jeg i et forsøg på at kaste lys over nutidens sorgkultur beskrive enkelte initiativer og udsagn, der har fokus på sorg.

1.1.2. DØDEN OG SORGEN - ET TABU UNDER FORANDRING

Døden omtales ofte som værende tabu, da mange har en berøringsangst over for døden; en angst der også har indflydelse på sorgkulturen. Den franske mentalitetshistoriker Philippe Ariès omtaler tabuet om døden som forbuddet mod døden. Et forbud der var markant i størstedelen af det 20. århundrede (Ariès, 1986:61). Efter en periode hvor død og sorg har været tabubelagt såvel i den offentlige som i den private sfære, er dødkulturen, herunder sorg- og mindekulturen, blevet mere synlig både i det offentlige rum og gennem medierne (Jacobsen, 2010:267). Den danske teolog Christian Juul Busch nuancerer tendensen og hævder, at tabuet er opløst, så længe det drejer sig om "*døden på fjern afstand*", hvorimod at "*døden tæt på*" fortsat er tabubelagt (Busch, 2008:190). I følge Busch dækker "*døden tæt på*" vores egen død og dødsfald blandt de mennesker, der er en del af vores personlige og private liv.

Den ovenfor nævnte synlighedstendens og interessen for døden som tema har blandt andet givet sig udslag i, at flere instanser har fokuseret på sorgens betydning og konsekvenser for efterladte i forbindelse med tabet af en nærtstående. Interessen gør sig særlig gældende i forhold til målgrupperne børn og unge samt målgruppen ældre. Jeg vil nedenfor nævne nogle eksempler på dette fokus. Eksemplerne fungerer samtidig som en indledning til afhandlingens egentlige fokus og problemformulering, der er skabt på baggrund af en undring over, hvor interessen og fokuset på voksnes tab og sorg er henne.

Børn og unges sorg

Fra flere organisationers side har der været et særligt fokus på børn og unges sorg. Et eksempel på dette er Kræftens Bekæmpelses projekt "*OmSorg*". Projektet har haft stor betydning for, at der i dag er en helt anderledes tilgang til børn og unge i sorg end for 15 år siden, hvor sorgen

ikke blev italesat i samme grad i familien eller i skolen. Projektet indeholder pædagogisk materiale og sorggrupper for børn. Ved hjælp af en række manualer og handleplaner støtter projektet voksne til at kunne hjælpe børn i sorg både i forbindelse med en forælders eller søskendes sygdom eller død (Kræftens Bekæmpelse 1, 2013).

Et andet eksempel er undersøgelsen *"Når sorgen rammer - En undersøgelse af trivsel og støtte, når børn og unge oplever dødsfald eller sygdom i familien"*, foretaget af Egmont Fonden og Mandag Morgen. Undersøgelsen beskriver, hvordan oplevelser med sygdom og død i nærmeste familie påvirker børnenes og de unges tanker samt hverdag. Herudover giver den et overblik over, hvilken støtte og hjælp børnene og de unge allerhelst vil have eller får (Egmont Fonden og Mandag Morgen, 2013).

Ældres sorg

En anden gruppe af efterlattede, der har været fokus på, dog først inden for de sidste par år, er ældre efterlattede i alderen 60+. Et eksempel er projektet *"Når to bliver til én"* udarbejdet af Palliativt Videncenter² (PAVI, 2011). Med en viden om, at ældre menneskers sorg i forbindelse med ægtefællens/samleverens død ikke får nogen opmærksomhed i ældreomsorgen, valgte PAVI med omtalte projekt at sætte fokus på dette. PAVIs projekt indeholder undervisningsmateriale og inspiration til at udarbejde handleplaner for målgruppen ældre i sorg. Projektets materiale henvender sig til omsorgspersonalet i kommunerne og på hospitalerne (PAVI, 2011).

Den 4. januar i år publicerede Berlingske artiklen: *At miste halvdelen af sig selv*, der omhandler en ældre mands sorg. Artiklen har fokus på den ensomhed, mange oplever, når de pludselig bliver alene som konsekvens af en ægtefælles død, som i artiklens eksempel er efter 59 års ægteskab. I artiklen henvises der til en undersøgelse, hvor ensomhedens skadelige virkning i forbindelse med sorg er påvist til at være ligeså skadelig for helbredet som at ryge 15 cigaretter om dagen. Undersøgelsen er foretaget af forskere tilknyttet det internationale medicinske tidsskrift JAMA Internal Medicine (Nielsen, 2014).

² Palliativt Videncenter, PAVI. Målet med PAVI er at styrke den rehabiliterende og den palliative indsats til mennesker ramt af livstruende sygdom. Videncenteret arbejder forskningsbaseret med kortlægning, udvikling og formidling af viden om rehabilitering og palliation (www.pavi.dk).

Efter at have beskrevet enkelte initiativer for børn, unge og ældre vil jeg i det følgende afsnit bevæge mig ind på denne undersøgelses målgruppe, som er voksne. De voksne skal her ses som en selvstændig gruppe, der befinder sig mellem de unge og de ældre.

1.1.3. DEN UNDERVURDEREDE SORG

Som det fremgår af ovenstående beskrivelser af indsatsen og interessen for efterlattede i sorg, er der en kraftig interesse for børn og sorg og en tiltagende interesse for ældres sorg ved tabet af en livsledsager. Det er mit indtryk, at der nationalt er en mangel på opmærksomheden på voksnes sorg i forlængelse af tabet af en anden voksen. Det være sig både i forhold til forståelsen af den voksne efterlattes sorg, forskningsprojekter samt initiativer i almindelighed.

I et af vores nordiske nabolande, Norge, har Steinar Ekvik, der er præst og forfatter, taget fat om emnet, når voksne mister forældre. Han skriver i bogen: *Når gamle forældre dør*, at det at miste ens forældre er den sorg, som er den hyppigste, men samtidig er det også den mest oversete sorg. At man som voksen følger ens mor og far til graven er normen, og på det grundlag reduceres sorgen, ifølge Ekvik, fejlagtigt til en parentes, mener han (Ekvik, 2005). En tilsvarende opfattelse findes hos Jorit Tellervo, der er sygeplejerske og forsker i PAVI. Hun mener ikke, at tab har noget med alder at gøre men mere at sorg er relationel (Kræftens Bekæmpelse 2, 2013).

Ovenstående samlede beskrivelser er kun et spinkelt uddrag af initiativer og udsagn med fokus på sorg, men alle er med til at tegne et billede af nutidens sorgkultur. Beskrivelserne efterlader mig med en nysgerrighed efter at finde ud af, hvordan den sørgende selv oplever nutidens sorgkultur. Ved at undersøge dette er det mit ønske at bidrage til en synliggørelse af nutidens sorgkultur for på den måde at bidrage til den videre synliggørelse og udvikling inden for sorgforståelse og sorghåndtering.

Dette fører mig frem til afhandlingens problemformulering.

1.2. PROBLEMFORMULERING OG FORSKNINGSSPØRGSMÅL

Denne masterafhandlingens problemformulering lyder:

Hvilken forståelse af nutidens sorgkultur kan der udvikles på baggrund af voksne efterlattes oplevelser af netværkets reaktioner ved tabet af en betydningsfuld anden voksen?

Med netværk menes i denne forbindelse familie, venner, nærmeste omgangskreds, herunder arbejdskolleger, samt sundhedsprofessionelle, som den efterladte har eller har haft kontakt med i forbindelse med sit tab.

Med voksne efterladte menes voksne i alderen 30 - 60 år. Tabet af en for dem betydningsfuld anden voksen er i afhandlingen afgrænset til tabet af enten en ægtefælle/samlever, en søskende eller en forælder.

For at belyse problemformuleringen har jeg opstillet følgende tre forskningsspørgsmål som udgangspunkt for undersøgelsen:

- Hvordan kan vi forstå og begrebsliggøre sorg med baggrund i eksisterende teorier om sorg?
- Hvilke reaktioner har efterladte mødt i deres netværk i henholdsvis deres privatliv, arbejdsliv og i mødet med sundhedsprofessionelle, og hvordan er disse blevet oplevet, i selve situationen og set retrospektivt?
- Hvilke konsekvenser har netværkets støtte eller mangel på samme for de efterlattes trivsel?

For at få svar på problemformuleringen inddrager jeg både empiri og relevant teori.

I det følgende kapitel vil jeg præsentere afhandlingens forskningsmetode og uddybe mine metodologiske overvejelser.

2. FORSKNINGSMETODE

I dette kapitel vil afhandlingens metodiske tilgang blive præsenteret. I det første afsnit vil jeg redegøre for det overordnede videnskabsteoretiske perspektiv, for derefter at beskrive den metodiske tilgang. Til sidst i afsnittet vil jeg kort belyse mit teoretiske valg, og hvordan jeg vil gøre brug af dette i masterafhandlingen. I det andet afsnit vil jeg præsentere mit valg af kvalitativ undersøgelsesmetode til indhentningen af empiri. Herunder vil mine etiske overvejelser i forhold til afhandlingens empiri blive beskrevet, inden jeg redegør for bearbejdningen af interviewene. Afslutningsvis vil jeg i det tredje afsnit redegøre for mine overvejelser om relevante videnskabelige kvalitetskriterier.

2.1. VIDENSKABSTEORETISK PERSPEKTIV

2.1.1. ET FÆNOMOLOGISK OG ET HERMENEUTISK PERSPEKTIV

En af videnskabens opgaver er at hjælpe med at finde svar på de mange spørgsmål, som opstår i vores dagligdag. Som en hjælp til at finde svar på afhandlingens problemformulering er jeg inspireret af både et fænomenologisk og et hermeneutisk perspektiv, hvilket jeg her vil redegøre for.

Det fænomenologiske perspektiv gør sig først og fremmest gældende i indsamlingen af interviewdata, hvor jeg har indhentet menneskers oplevelser og opfattelser i forhold til afhandlingens problemformulering, men også i min beskrivelse af disse empiriske data i analysen. Med en fænomenologisk tilgang observeres alt, som ”det viser sig” og forsøges beskrevet så objektivt som muligt ved, at forskeren løsriver sig fra sammenhængen og beskriver fænomenerne teori-frit (Birkler, 2011:109).

Jeg har som forskningsmetode valgt den kvalitative metode, hvilket jeg vil uddybe i det næste afsnit. Her skal blot nævnes, at den kvalitative metode er i overensstemmelse med det fænomenologiske perspektiv, som i almindelighed peger på forskerens interesse i at forstå sociale fænomener ud fra aktørernes egne perspektiver (Jacobsen, Tanggaard & Brinkmann, 2010:195).

Det hermeneutiske perspektiv gør sig gældende i min analytiske tilgang, hvor jeg fortolker de menneskelige oplevelser og opfattelser ind i den for problemformuleringen relevante teoretiske

ramme. Hermeneutik betyder fortolkningskunst eller læren om forståelse og bygger på det humanistiske menneskesyn, hvor forståelsen er et centralt begreb. Et andet grundbegreb i hermeneutikken er forforståelse, som sammen med fordomme skaber en samlet horisont, som alt bliver fortolket ud fra (Birkler, 2011:94). Når vi tolker på noget, inddrager vi vores egen forståelse og erfaringer i tolkningen, og dermed er tolkningen ikke længere objektiv. Min forforståelse i forhold til afhandlingens undersøgelse er blandt andet de perspektiver, der er eksemplificeret under afhandlingens problembaggrund, samt afhandlingens teoretiske mosaik. Herudover baseres min forforståelse af mine private og professionelle erfaringer med dødsfald og sorg.

2.1.2. EN ADAPTIV TEORETISK TILGANG

Jeg har i mit valg af forskningsmetode ladet mig inspirere af den adaptive teori, der beskrives som ”den tredje vej til viden” indenfor forskningsmetoder. Ophavsmanden til denne teori er den tidligere engelske professor i sociologi Derek Layder (Jacobsen, 2007:251).

Den adaptive teori er ikke én samlet metodologi men en tilgang, der repræsenterer et pragmatisk og eklektisk forhold til sociologisk vidensproduktion (Jacobsen, 2007:263). Og en af teoriens centrale forskelle fra andre forskningsmetodiske tilgange er, at den indeholder en vekselvirkning mellem en induktiv og deduktiv tilgang, og den trækker på den måde både på eksisterende teori samt lader empirien have en styrende rolle i udvikling af ny teori (Jacobsen 2007). Det betyder fx, at en undersøgelse godt kan starte deduktivt med forudgående teori men samtidig ende ud med teori, der er empirisk forankret (Jacobsen, 2007:266).

Den adaptive teori arbejder med begrebet *orienterende begreber*, hvilke kan forstås som baggrundsbegreber, der både kan fungere som inspiration til empiriindsamlingen og samtidig som element i forbindelse med tolkningen af de empiriske fund (Jacobsen, 2007:266). I udarbejdelsen af afhandlingens interviewguide har jeg blandt andet taget udgangspunkt i den eksisterende teoris begreber og de teoretiske brudstykker, der er beskrevet under afhandlingens teoretiske mosaik. Den teoretiske mosaik skal ses som en indledende ramme til at forstå fænomenet sorg og til at få et overblik over udviklingen af den teoretiske sorgforståelse samt de paradigmeskift, der har været gennem tiden og bruges således til at besvare et af afhandlingens forskningsspørgsmål, hvordan kan vi forstå og begrebsliggøre sorg med baggrund i eksisterende teorier om sorg? Herudover skal teorierne ses som et redskab til at tolke og underbygge de empiriske fund. Analysen tager udgangspunkt i de empiriske fund, og masterafhandlingen er på den måde også empirisk forankret. Den adaptive teori kan siges at

være et udtryk for opfattelsen af, at vi ikke kan træde ind i et empirisk felt eller forholde os til verden uden forudgående teoretiske antagelser (Jacobsen, 2007:262).

Teorier er fortolkninger af verden indeholdende udsagn om virkeligheden, der bestandigt kan bearbejdes og udvikles (Launsø & Rieper, 2005:76). Med det for øje er det mit håb, at afhandlingens empiriske fund kan være et bidrag til nye indsigter af problemformuleringens fokus. Det velvidende at afhandlingens undersøgelse er baseret på et spinkelt grundlag i form af få informanter og dermed kun kan opleves som værende en stikprøveundersøgelse af den samlede population.

Hvordan sorgen påvirker mennesker er et tema, der i mange år har haft flere professionelles interesser. Den hidtidige forskning har særligt haft fokus på at kortlægge de sørgendes reaktioner efter tab med det formål at beskrive normale sorgforløb og afvigelser fra normen (Guldin, 2014:34). Denne undersøgelses fokus er den sørgendes oplevelser af netværkets reaktioner. Derfor ser jeg undersøgelsen som værende eksplorativ, da der, så vidt jeg har kendskab til, ikke er tidligere undersøgelser med samme udgangspunkt og formål.

2.2. KVALITATIV UNDERSØGELSESMETODE

2.2.1. DET KVALITATIVE SEMISTRUKTUREREDE INTERVIEW

Til indsamling af empiri har jeg på baggrund af afhandlingens problemformulering valgt en kvalitativ forskningsmetode og det kvalitative forskningsinterview, der som metode er orienteret mod at indsamle kvalitative data (Launsø & Rieper, 2005:127). Jeg har dertil valgt at bruge det individuelle semistrukturerede interview, der kan defineres som "*et interview, der har til formål at indhente beskrivelser af den interviewedes livsverden med henblik på at fortolke betydningen af de beskrevne fænomener*" (Kvale & Brinkmann, 2009:19).

Livsverdenen er en betegnelse for den verden, vi kender og møder i hverdagslivet, og den betegnes ligeledes som en verden, der beskrives, som den fremtræder (Tanggaard & Brinkmann, 2010:31).

Valget af én forskningsmetode indebærer også fravalg af andre. Jeg vil her komme med et par bemærkninger i forhold til mit fravalg af fx fokusgruppeinterviewet. Steiner Kvale og Svend Brinkmann ser fokusgruppeinterviewet som velegnet til eksplorative undersøgelser med baggrund i, som de skriver, at "*den livlige, kollektive ordveksling kan bringe flere spontane ekspressive og emotionelle synspunkter frem, end når man bruger individuelle, ofte mere*

kognitive interview" (Kvale & Brinkmann, 2009:170). De mener ligeledes, at det er anvendeligt og kan have en positiv effekt, hvis interviewet drejer sig om tabubelagte og følsomme emner, hvormed de mener, at gruppesamspillet kan gøre det lettere for informanterne at udtrykke synspunkter (Kvale & Brinkmann, 2009:170). Et andet synspunkt ses hos Bente Halkier, der skriver "*fokusgrupper er først og fremmest gode til at producere data om sociale gruppers fortolkninger, interaktioner og normer, hvorimod de ikke egner sig til at producere data om individers livsverdener*" (Halkier, 2010:123). Det jeg ønsker at undersøge og finde svar på, er et personligt, følelsesmæssigt samt for nogen et tabubelagt område, og at jeg er interesseret i at høre den enkelte informants oplevelser. Med baggrund i dette lægger jeg mig op af Halkiers synspunkt og vælger dermed det individuelle interview frem for fokusgruppeinterviewet.

2.2.1. UDARBEJDELSE AF INTERVIEWGUIDE

I min forberedelse til udarbejdelsen af interviewguiden valgte jeg at udarbejde et metodisk arbejdsskema (bilag 1) med det formål at skabe overblik. Arbejdsskemaet giver et overblik over sammenhængen mellem problemformuleringen, forskningsspørgsmålene, de indledende teoretiske begreber og interviewspørgsmålene. Skemaet skal ses som en del af en åben operationaliseringsproces, der viser, hvordan jeg har arbejdet mig fra problemformuleringen til de konkrete interviewspørgsmål og på den måde sikret validitet (Launsø & Rieper, 2005:135). For at illustrere dette vises i figur 1 et eksempel.

Forskningsspørgsmål:	Teoretiske begreber/temaer:	Interviewspørgsmål:
Hvilke reaktioner har de efterladte mødt i netværket og hvordan er disse blevet oplevet, som henholdsvis gode og mindre gode, i selve situationen og set retrospektivt?		Har du oplevet en forskel i reaktionerne fra folk der selv har prøvet at miste en af deres nærmeste og fra folk der ikke har? <ul style="list-style-type: none"> • Hvis ja, på hvilken måde, kan du uddybe det, med nogle eksempler?

Figur 1. Det samlede metodiske arbejdsskema er vedlagt som bilag (bilag 1).

I udarbejdelsen af selve interviewguiden (bilag 2) valgte jeg at udarbejde et skema opdelt i henholdsvis forskningsspørgsmål og de dertil hørende interviewspørgsmål.

Interviewguiden er en hjælp til mig som interviewer, for at jeg undervejs kan sikre mig, at jeg får svar på problemformuleringens forskningsspørgsmål. Som interviewer ønskede jeg kun at

være delvist styret af interviewguiden, da det var mit ønske, at informanten skulle være det bærende element og fortælle så frit som muligt om emnet. I overensstemmelse med dette er en del af spørgsmålene af en mere overordnet karakter samt åbne. I praksis betød det, at bortset fra at alle fem interviews startede med det samme indledende spørgsmål "*Vil du starte med at fortælle nogle faktuelle oplysninger om dig selv og den du har mistet?*". Det blev forskelligt, hvordan de enkelte interviews udviklede sig samt hvor i interviewprocessen, informanterne besvarede de øvrige interviewspørgsmål. Det betyder endvidere, at tre af interviewene er mere fyldestgørende end de to øvrige, hvilket jeg kun finder naturligt, i og med at vi er forskellige som mennesker og dermed også i vores måde at fortælle om vores oplevelser på. Vigtigt er det dog, at samtlige interviews indeholder svar, der har relation til problemformuleringens tre forskningsspørgsmål, hvilket fremgår af de transskriberede interviews (bilag 3) samt af analysen, kapitel 4.

2.2.2. REKRUTTERING AF INFORMANTER

Jeg vil her redegøre for rekrutteringsprocessen i forhold til at finde afhandlingens informanter. Det empiriske materiale er tilvejebragt via fem interviews. Alle fem informanter er kvinder i en aldersmæssig fordeling fra 37 til 56 år. Alle har oplevet et tab af en for dem betydningsfuld anden voksen (tre har mistet en forælder, en har mistet begge forældre, og den sidste har mistet sin kæreste/samlever). Inklusionskriterierne er beskrevet som følger:

- være i alderen 30 - 60 år
- have oplevet et tab i form af, at en for personen betydningsfuld anden voksen i familien er død, hvilket kan være en ægtefælle/samlever, forældre eller en søskende
- være på arbejdsmarkedet eller i gang med en uddannelse

I udarbejdelsen af inklusionskriterierne overvejede jeg, hvorvidt det var væsentligt, at begge køn var repræsenteret. Da det umiddelbart ikke er afgørende for afhandlingens problemstilling, blev dette kriterium fravalgt. Jeg overvejede ligeledes, hvorvidt det var væsentligt, at informanternes tab fordelte sig ligeligt på henholdsvis pludselige og ventede dødsfald. Dette fravalgte jeg også, velvidende at det kan have betydning. Resultatet er, at begge dødsfaldsomstændigheder er repræsenteret, hvilket fremgår i præsentationen af informanterne under kapitel 4.

Jeg besluttede at afholde fem interviews med en forventning om, at dette kunne give et tilstrækkeligt og nuanceret grundlag for analysen. Et empirisk forankret grundlag, der samtidigt ville give mulighed for at bringe afhandlingens teoretiske mosaik i spil.

Informanterne er tilfældigt valgt. Kort tid efter at jeg havde valgt afhandlingens emne, fokus og informantkriterier, tilkendegav to af afhandlingens informanter, at de gerne ville deltage. Den tredje informant er rekrutteret gennem en kontakt via mit professionelle netværk, der via sin professionelle funktion er i kontakt med efterlattede. De sidste to informanter er fremskaffet via en kontakt i mit private netværk, der tilbød at spørge to af sine kolleger.

Da jeg tidligt i processen udarbejdede inklusionskriterierne, var det min tanke, at informanterne både på interviewtidspunktet, samt da tabet fandt sted, skulle være i alderen 30 - 60 år. Med i mine overvejelser var også, at tabet, på interviewtidspunktet, skulle være oplevet inden for et halvt til max. et par år. En af afhandlingens informanter opfylder ikke disse kriterier, da hendes tab blev oplevet som 23 årig, hvor det på interviewtidspunktet var 14 år siden. Jeg valgte alligevel at sige ja til informantens tilbud om at deltage, ud fra en overbevisning om at hendes oplevelser ville være brugbare i min afhandling. En afgørende faktor var, at informanten på interviewtidspunktet opfyldte alderskriteriet. En anden overvejelse var, om informanten i tilstrækkelig grad ville kunne huske netværkets reaktioner på hendes sorg samt deres betydning. Tidshorisonten viste sig på ingen måde at være et problem, og informanten fremkom med mange eksempler på oplevede reaktioner samt refleksioner over netværkets betydning for hendes sorgforløb.

2.2.3. ETISKE OVERVEJELSER

Jeg vil her beskrive mine etiske overvejelser i forbindelse med rekrutteringen af de fem informanter og mine overvejelser ved forberedelsen samt afholdelsen af selve interviewene med fokus på både informantens og egen rolle som forsker og afhandlingens emne som værende et personligt og følelsesmæssigt emne.

Den første etiske overvejelse, jeg gjorde mig, var, hvorvidt det er etisk korrekt at interviewe personer om et så personligt og følelsesmæssigt emne med baggrund i, at jeg som masterstuderende skal lave en mindre undersøgelse. Dette etiske dilemma kan ses som en del af det, Kvale beskriver som undersøgelsens konsekvenser for den interviewede, hvor han pointerer, at man som forsker både bør forholde sig til den mulige skade samt den mulige fordel, som en kvalitativ undersøgelse kan påføre deltageren (Kvale & Brinkmann, 2009:86). Med udgangspunkt i Kvales beskrivelse fandt jeg det væsentligt at reflektere over, at i og med at der er tale om interviews, set i et retrospektivt lys, kan informanternes bidrag til undersøgelsen ikke komme dem selv til gavn, da undersøgelsen som udgangspunkt ikke kan

ændre på informanternes allerede oplevede reaktioner fra netværket i forbindelse med deres tab og sorg. Set i lyset af dette etiske dilemma finder jeg det særligt vigtigt, at samtlige informanter efter interviewene udtrykte, at det havde været spændende at deltage. En informant udtrykte det på følgende måde: *"Grunden til, at jeg sagde ja til at hjælpe dig med det her, er også fordi jeg betragter det som en god afslutning for mig, igennem den tid som jeg har været igennem. Og så synes jeg også, at det, du skal bruge det til, er noget, som jeg er meget glad for at kunne bidrage til, fordi jeg synes, at det er vigtigt, at der er sat fokus på, hvor dårligt man kan have det, når man har mistet sin mor. Og man ved faktisk ikke, hvad sorg er, før man oplever det"* (Else, 30:950).

Udsagnet viser, at forskningsinterviewet dækker flere behov. Det dækker dels mit behov som forsker for at få empirisk data, dels informantens behov for at tale om sin sorg, og endelig et fælles behov for at bidrage til synliggørelsen af, hvordan sorg og netværkets reaktioner opleves, samt hvilken betydning det har for den sørgende.

I min rolle som forsker fordrer det, at jeg har en vis distance men, temaet taget i betragtning, også en ydmyghed over for informanterne og deres oplevelser. To af informanterne kendte jeg på forhånd, hvoraf den ene er fra mit private netværk, hvilket naturligvis også var et etisk dilemma. I dette interview var jeg opmærksom på, at min forskerrolle kom til at fremstå i et andet lys, og at det var vigtigt for både informanten og mig, at vi forinden havde afklaret betydningen af den ændrede kontekst fra privat til professionel. Dette var en kontekst, vi begge accepterede og efterlevede under interviewet.

Den fysiske ramme for tre af interviewene var et mødelokale på min arbejdsplads, og for de resterende to var det informanternes personlige kontorer på deres respektive arbejdspladser. Mine etiske overvejelser i den forbindelse var, at jeg ønskede, at det skulle være et neutralt sted, men stadig i rolige og trygge rammer for såvel informanten som for mig som forsker.

Inden informanterne sagde endelig ja til at deltage i undersøgelsen, sendte jeg dem alle en mail indeholdende information om undersøgelsens overordnede formål, undersøgelsens tema, forhold vedrørende fortrolighed og anonymitet og deres ret til at trække sig uanset tidspunktet i processen. Denne information er vigtig, da man som forsker ikke kan tillade sig at forvente, at informanter vil deltage i en undersøgelse, hvis de ikke ved, hvad undersøgelsen går ud på, samt hvad den skal bruges til. Jeg valgte endvidere i præsentationen af mig selv at oplyse min alder, samt at jeg selv som voksen har oplevet tab og sorg. Jeg ønskede hermed at signalere, at jeg havde den største ydmyghed og empati over for emnet og for dem som sørgende og efterlattede.

Ved interviewets start fik informanten udleveret en skriftlig samtykkeerklæring indeholdende de samme oplysninger, som de tidligere havde modtaget pr. mail. Det informerede samtykke har ud over det oplysende formål også til hensigt at sikre, at informanten deltager frivilligt (Kvale & Brinkmann, 2009:89). Informanterne underskrev samtykkeerklæringen (bilag 4) inden interviewstart.

Beskyttelsen af interviewpersonernes anonymitet og fortrolighed er en vigtig etisk overvejelse (Kvale & Brinkmann, 2009:87). I afhandlingen er interviewpersonernes anonymitet sikret via udeladelse af brugen af informationer, der henviser til interviewpersonernes identitet. Og i brugen af de empiriske data, fx i form af citater, refereres disse til fiktive navne. Lydoptagelserne fra interviewene, som kun jeg har haft adgang til, blev slettet umiddelbart efter, de var transskriberet. Ud over eksaminator, min vejleder og jeg selv har ingen adgang til det transskriberede materiale.

Med baggrund i, at interviewet omhandler et personligt og følelsesladet emne, fandt jeg det vigtigt i begyndelsen af de enkelte interviews at pointere, at jeg havde stor forståelse for, at informanten kunne blive berørt eller ked af det undervejs og som følge heraf havde behov for en pause. Under hele interviewet brugte jeg min følelsesmæssige indlevelsesevne samt empatiske tilgang som sygeplejerske og medmenneske, samtidig med at jeg fremstod som professionel og hermed var forstående uden at blive følelsesmæssigt involveret.

2.2.4. BEARBEJDNING AF INTERVIEW

Interviewene blev optaget på henholdsvis smartphone og iPad og blev efterfølgende transskriberet ordret. Jeg har valgt at medtage gentagelser af ord, følelsesudbrud samt talepauser, da jeg vurderede, at jeg på denne måde bedst kunne huske samtlige aspekter fra alle interview og dermed bidrage til validiteten. Transskriptionerne er vedlagt som bilag på CD (bilag 3).

2.3. VIDENSKABELIGE KVALITETSKRITERIER

Under hele processen i arbejdet med masterafhandlingen har jeg forsøgt at opfylde de tre videnskabelige kvalitetskriterier, validitet, generaliserbarhed og realibilitet. Formålet med dette er blandt andet at sikre, at den indhentede empiri er brugbar for derigennem at tilstræbe en så præcis besvarelse som mulig på problemformuleringen. Nedenfor vurderer jeg undersøgelsens metodiske arbejde under hver af tre kvalitetskriterier.

Validitet står for sandhed, gyldighed, troværdighed samt styrke og er dermed et udtryk for, i hvor stor udstrækning man kan måle det, man vil undersøge (Kruse, 2011:193). Validitet vurderes gennem afhandlingens metodiske arbejde og er hermed en vurdering af, om den valgte forskningsmetode formår at give svar på problemformuleringen. Som tidligere nævnt under afsnittet kvalitative undersøgelsesmetode har jeg i udarbejdelsen af undersøgelsens interviewskema valgt en åben operationaliseringsproces, der viser, hvordan jeg har arbejdet mig fra problemformuleringen til de konkrete interviewspørgsmål med det formål at sikre validitet (Launsø & Rieper, 2005). De fem interviews er transskriberet i deres fulde ordlyd. Valget af semistrukturerede interviews som metode viste sig at være velegnet til at give informationer om efterlattes oplevelser af netværkets reaktioner på de efterlattes tab og sorg (Kvale & Brinkmann, 2009). Validiteten vurderes derfor at være af høj kvalitet.

Reliabilitet betyder målenøjagtighed, og at man skal kunne regne med resultaterne. Høj realibilitet er ikke altid ensbetydende med høj validitet, da man kan måle rigtigt men måle på det forkerte (Kruse, 2001). En af fordelene ved brugen af interviews frem for fx brugen af surveys er, at der i interviewsituationen kan spørges ind til den tiltænkte mening i såvel interviewspørgsmålet samt informantens svar. I forhold til valget af kvalitativ metode har afhandlingens undersøgelse en lav realibilitet, da der ikke kan forventes at opnå samme resultater ved en gentagelse af undersøgelsen. Et kvalitetskriterium i kvalitativ forskning er undersøgelsens transparans, der betyder gennemsigtighed (Tanggaard & Brinkmann, 2010:491). Jeg har under hele processen tilstræbt en gennemsigtighed ved at synliggøre undersøgelsens fremgangsmåde, hvorved læseren på den måde kan vurdere undersøgelsens lødighed og håndværksmæssige kvalitet (Tanggaard & Binkmann, 2010:491). Transskriptionerne er ikke kontrolleret af anden person, hvilket kan påvirke transskriptionernes reliabilitet.

Generaliserbarhed, der kan omtales som den eksterne validitet, henleder til i hvilket omfang, jeg kan bruge undersøgelsen til at drage slutninger ud fra informanternes svar, og om resultaterne kan sige noget om andre og større sammenhænge og dermed være vejledende for andre lignende situationer. Undersøgelsen er udformet ud fra en lille informantgruppe på fem og kan dermed betragtes som en stikprøveundersøgelse af den samlede population, og den eksterne validitet er derfor lav. Det er derfor ikke umiddelbart muligt at generalisere på

afhandlingens resultater, og afhandlingens resultater fremstår kun vejledende for, hvad voksne efterladede oplever af reaktioner på deres sorg.

Efter at have beskrevet afhandlingens videnskabsteoretiske og metodiske perspektiv vil jeg i det næste kapitel præsentere afhandlingens teoretiske mosaik.

3. TEORETISK MOSAIK

For at kunne belyse projektets problemstilling og fortolke de empiriske fund teoretisk, er det nødvendigt at have en teoretisk ramme, som jeg har valgt at kalde for teoretisk mosaik. Med baggrund i mit metodiske valg, den adaptive teoretiske tilgang, skal afhandlingens teoretiske mosaik ses som et fundament for samt et bidrag til en fokusering af afhandlingens tema.

Herudover vil den teoretiske mosaik, i den analytiske del, blive brugt til at til at tolke og underbygge afhandlingens empiriske fund, der hvor det findes relevant.

Og endelig besvarer den teoretiske mosaik forskningsspørgsmålet, hvordan kan vi forstå og begrebsliggøre sorg med baggrund i eksisterende teorier om sorg?

Svaret fremgår i det følgende afsnit.

3.1. SORGFORSTÅELSE GENNEM TIDEN - ET TEORETISK BLIK

Med baggrund i et ønske om at redegøre for den teoretiske udvikling inden for sorgforståelsen, vil jeg belyse fem forskellige sorgteoretikers forståelse af sorgfænomenet. Det er min vurdering, at jeg med de fem valgte teoretikere kommer bredt omkring de forskellige teoretiske forståelser, der er på området og på den måde får belyst, hvilke forskelle, ligheder og paradigmeskift, der har været inden for sorgforståelse. I de enkelte beskrivelser ønsker jeg at belyse teoriernes vigtigste pointer og intention.

De beskrevne teorier er mere af generel karakter, end de er specifikt rettet imod voksne og sorg. Forskningsmæssigt er det dog sådan, at en overvejende del af undersøgelser og teoribygning omkring sorg er fremkommet på baggrund af voksne menneskers sorg i forbindelse med tab af en ægtefælle, et barn eller en forælder (Guldin, 2014:28).

Jeg vil i det skrevne benytte mig af et mix af primære kilder og sekundærkilder. Velvidende at primære kilder altid er at foretrække, har jeg, da formålet er at skabe en indledende ramme til

at forstå fænomenet sorg, fundet det acceptabelt at bruge sekundære kilder. Ved brug af sekundærkilder har jeg været opmærksom på, at enhver udlægning af en teori indeholder en tolkning, og at tolkninger kan variere fra person til person.

3.1.1. SORGEN SOM LØSRIVELSE

Den østrigske læge og psykoanalytiker, Sigmund Freud, var en af de første til at beskrive sorg som en psykologisk proces. Freud bruger to begreber, *objekttab og sorgarbejde*, hvor objekttab beskriver tabet af noget eller nogen, som den sørgende er knyttet til, mens *sorgarbejde* er den psykiske proces, den sørgende er igennem, for at den sørgende/subjektet kan bryde bindingen til den døde/objektet (Davidsen-Nielsen & Leick, 1987). Freud ser den efterladdes sorgreaktion som en reaktion på fortiden, og at sorgreaktionen er bestemt af det forhold, som den efterladdede havde til afdøde.

I følge Freud er sorgen en individuel og indre proces, hvorigennem den efterladdede kan arbejde med de følelser, der har været i forholdet til den afdøde med henblik på en følelsesmæssig løsrivelse. Freuds teori om følelsesmæssig løsrivelse indebærer samtidig, at den efterladdede vil have afdøde med sig på en ny måde, som Freud kalder en symbolsk repræsentation af afdøde (Mogensen og Engelbrekt, 2013).

3.1.2. DRIFTEN MOD REORGANISERING

Den engelske læge og psykoanalytiker, John Bowlby, ser målet for sorgarbejdet som værende at få reorganiseret relationen til afdøde. Også i Bowlbys teori finder vi elementet de sørgendes løsrivelse fra afdøde, men Bowlby ser løsrivelsen som et middel til at nå en reorganisering, hvilket han betegner som sorgens egentlige mål (Mogensen & Engelbrekt, 2013). Bowlbys teori indeholder fire faser med overskrifterne chok og emotionsløshed, længsel og søgen, disorganisation og reorganisation. Bowlby er af den opfattelse, at sorgreaktionen ikke alene er en reaktion på tabet af afdøde men også en reaktion på de mange ændringer, tabet kan betyde i den sørgendes hverdagsliv (Mogensen & Engelbrekt, 2013). Reorganiseringen indebærer, at den sørgende bevarer tilknytningen til afdøde men uden længere at forvente, at afdøde kan tilfredsstille den sørgende på samme måde, som da afdøde levede.

I forlængelse af de klassiske sorgteorier er der også på dansk grund udviklet sorgteorier. En af de mest kendte er udviklet af de to danske terapeuter Marianne Davidsen-Nielsen og Nini Leick.

3.1.3. REINVESTERING AF FØLELSMÆSSIG ENERGI

Marianne Davidsen-Nielsen og Nini Leick bruger i deres sorgforståelse begreber som sorgarbejde og opgaver, og det, der kendetegner denne teori, er et personligt engagement i sorgarbejdet og dermed en proces, der kræver noget aktivt af den sørgende. Davidsen-Nielsen og Leicks sorgforståelsesmodel er oprindeligt udarbejdet af den amerikanske psykolog J. William Worden, der oplevede Bowlbys fire faser som noget den sørgende med en vis passivitet *må igennem* i modsætning til hans egen model med de fire opgaver, som den sørgende *må tage på sig* og aktivt gå igennem (Mogensen & Engelbrekt, 2013).

Modellen fastholder Freuds tanke om, at sorg er et følelsesmæssigt arbejde (Davidsen-Nielsen & Leick, 1997). De pointerer endvidere, at det både tager tid og kræver energi og mod.

Davidsen-Nielsen & Leicks sorgmodel indeholder fire opgaver. De fire opgaver er erkendelse af tabet, sorgens følelser, tilegnelse af nye færdigheder og reinvestering af den følelsesmæssige energi. Som i Bowlbys fasemodel, er målet en reorganisering af tilknytningen til afdøde, hvor den afdøde er med og ikke ved den sørgende (Mogensen & Engelbrekt, 2013).

Løsrivelsen fra afdøde ses også i denne model som en nødvendighed for, at den sørgende kan komme helt igennem sorgprocessens forløb, hvilket også var tilfældet i både Freuds og Bowlbys teorier.

I de senere år er en ny model udviklet. Modellen, der bliver kaldt Tosporsmodellen, er en model, der bryder med de foregående modeller, fordi den ikke er stadiedelt men mere dynamisk.

3.1.4. SORG SOM TO SPOR - EN DYNAMISK PROCES

De to hollandske psykologer, Magaret Stroebe og Henrik Schut, der begge er forskere og tilknyttet Utrecht Universitet i Holland, beskriver sorg som en dynamisk proces, hvori den sørgende gennem sorgforløbet pendulerer mellem tabet af afdøde og hverdagen efter tabet (Mogensen & Engelbrekt, 2013:45). Tosporsmodellen beskrives som en indre proces, der arbejder "i personen i en konstant vekselvirkning mellem konfrontation med og undgåelse af tabet" (Guldin, 2011:283).

De to spor betegnes som henholdsvis det tabsorienterede spor og det restaurerende/reetablerende spor. I det **tabsorienterede spor** arbejder den sørgende med sorgens følelser og med at acceptere tabets endelighed og konsekvensen af dette, det vil sige adskillelsen fra afdøde. I det **restaurerende spor** arbejder den sørgende med de ændringer

som tabet har medført, som fx nye færdigheder som skal tilegnes, samt nye roller, ny identitet eller relationer som skal udvikles (Guldin, 2011:293).

En central pointe ved tosporsmodellen er, at sorg både er emotionsfokuseret og problemorienteret håndtering. Ved den emotionsfokuserede håndtering bearbejdes tabet følelsesmæssigt i personligheden, hvilket primært sker i det tabsorienterede spor. Ved den problemorienterede håndtering handler det om de specifikke opgaver, tabet forårsager i personens daglige liv, hvilket primært er i det restaurerende spor. De to spor er teoretiske ligestillede og begge nødvendige i sorgbearbejdningen (Guldin, 2011:295).

I tosporsmodellen bliver der endvidere lagt vægt på, at de følelsesmæssige bånd til afdøde eller dødsfaldet omformes mere, end de brydes (Guldin, 2011:297).

I modellen fremhæves det endvidere, at sorgen også gør sig gældende på et relationelt niveau, det vil sige i den sørgendes mange relationer til fx familie, venner, kolleger m.fl. (Mogensen & Engelbrecht, 2013:50). I tosporsmodellen opfattes sorgen som en vedblivende proces uden et bestemt endemål, udover at sorgen i såvel det tabsorienterede som det reetablerende/restaurerende spor vil fylde mindre over tid (Mogensen & Engelbrecht, 2013:55).

3.1.5. SORGEN SOM EN FORTÆLLING

Den australske terapeut, Michael White, der står bag den narrative teori og metode, der tager udgangspunkt i at der findes mange historier som et menneske kan fortælle om sig selv og sit liv (White, 2006). White har også beskrevet sin teori i relation til sorg, hvor han ser sorgen, som noget individet har med sig og konstant genskaber i sine igangværende relationer. Dette skal ses som en modsætning til den tidligere forståelse af sorg, som et individbåret symptom, og noget der er i individet. (Mogensen og Engelbrecht, 2013). Whites sorgforståelse, indeholder et syn på sorgen som en meningsprægende begivenhed, der pludselig ændrer den efterlattes selvfortælling. En ændring der betyder at den efterladte efterfølgende, som en del af sorgen, må arbejde med at få reetableret et sammenhængende og meningsfyldt narrativ (Mogensen og Engelbrecht, 2013). Der er således i sorgprocessen fokus på fortællingen, i modsætning til de tidligere nævnte faser, opgaver og spor.

White arbejder med to metaforer, hvor han betegner Freuds sorgforståelse som *At sige-farvel* og den narrative som *at hilse-på*, hvormed han mener at sorgarbejdet går ud på at få genskabt den tabte relation til afdøde, i form af en ny relation (White, 2006). Dette er i overensstemmelse

med Bowlbys sorgforståelse, hvor en reorganisering er målet med sorgarbejdet, i modsætning til Freuds forståelse, hvor løsrivelsen er målet.

Med ovenstående historisk gennemgang, er der nu tegnet et billede af, hvordan sorg forstås og begrebsliggøres med baggrund i eksisterende teorier om sorg. I det følgende afsnit vil de paradigme skift der har vist sig, blive fremhævet.

3.1.6. SAMMENDRAG AF DET SORGTEORETISKE BLIK

Der er sket nogen paradigmeskift fra Freuds første tanker om sorg til i dag, hvilke fx er:

- fra at målet med sorgen er, at den efterladte skal løsrive sig fra afdøde - til at målet er at få reorganiseret relationen til afdøde.
- fra at sorgreaktionen er en reaktion på fortiden - til at sorgreaktionen både er en reaktion på tabet af afdøde samt de ændringer, tabet medfører.
- fra at den sørgende *må* igennem fire faser - over til at den sørgende skal arbejde sig igennem fire opgaver - og til at sorg er en dynamisk proces mellem to spor.
- fra opfattelsen af sorg som en proces, der påvirker den enkelte - til en systemisk opfattelse, hvor sorgen ligeledes påvirker den efterlattes rolle og relationer.
- fra opfattelsen af at sorgen er et forløb, man skal igennem - til at sorg er en kontinuerlig livslang proces.

Med tosporsmodellen som den nyeste teoretiske sorgforståelse skabes der et bedre grundlag for at forstå sorg som en individuel proces, der er forskellig fra menneske til menneske. Den markerer et paradigmeskift, som den danske psykolog Niels Peter Agger beskriver på følgende måde: "*et paradigmeskift fra en freudiansk sorggennembearbejdningsmodel til interagerende sorgprocesser, der veksler mellem afknytning og genknytning samt erkendelse af sorg som en kontinuerlig, livslang proces*" (Agger, 2008:209).

Det fremhæves hermed, at sorgen ikke bare er noget, man skal eller kan arbejde sig igennem, men at sorgen er en livslang proces, hvor den sørgende/efterladte efter tabet resten af livet vil pendulere mellem de to spor.

Efter at have beskrevet den teoretiske mosaik og besvaret det første forskningsspørgsmål, er det nu tid til at analysere de empiriske fund, hvilket sker i det følgende kapitel.

4. ANALYSE

I dette kapitel fremlægges analysen af afhandlingens empiriske materiale.

Kapitlet begynder med en beskrivelse af den valgte analysestrategi samt analysemetode.

Herudover gives en beskrivelse af undersøgelsens informanter med henblik på at give læseren en mulighed for at knytte en kontekst til de enkelte informanter. For at sikre informanterne anonymitet og fortrolighed er de nævnt med fiktive navne, ligesom oplysninger, der kan afsløre deres identitet, er udeladt. Inden analysen præsenteres under afsnit 4.3., beskrives analysens opbygning.

4.1. ANALYSESTRATEGI

Analysen vil med baggrund i mit valg af den adaptive teoretiske tilgang være en vekselvirkning mellem det deduktive og det induktive perspektiv. Den adaptive teori betegner de to tilgange som henholdsvis at adaptere teorien til virkeligheden samt at adaptere virkeligheden til teorien (Jacobsen, 2007:261). Herved kan der både på baggrund af empirien samt eksisterende teori opstå ny viden. Det er tidligere nævnt, under kapitel 2, forskningsmetode, at den teoretiske mosaiks teori svarer på, hvordan vi kan forstå og begrebsliggøre sorg med baggrund i eksisterende teorier om sorg? Gennem analysen vil jeg finde svar på de øvrige to forskningsspørgsmål, for deri gennem at besvare problemformuleringen. I analysen vil de øvrige to forskningsspørgsmål blive besvaret. I analysen vil den teoretiske mosaik, inddrages der hvor det er relevant, herudover benyttes der "nye" teorier, som jeg undervejs har fundet relevant at inddrage, som et redskab til at tolke og underbygge de empiriske fund. Behovet for at inddrage de "nye" teorier er opstået i løbet af analysen på baggrund af, at de empiriske fænomener ikke i tilstrækkelig grad kunne belyses og adapteres til den indledende teori. De "nye" teorier vil blive præsenteret i analysen, der hvor de inddrages.

Analysen tager udgangspunkt i de empiriske fund, og masterafhandlingen er på den måde også empirisk forankret.

Med afsæt i en hermeneutisk og induktiv tilgang er analysen udført ud fra en meningsfortolkende tilgang, hvor formålet er at løfte de empiriske data op på et højere niveau end informanternes umiddelbare meningshorisonter. Gennem analysen vil der på den måde kunne skabes en ny forståelsesramme for afhandlingens emne (Launsø & Rieper, 2005:24).

4.1.1. KODNING OG MENINGSKONDENSERING

I mit valg af analytisk tilgang har jeg i første omgang benyttet mig af en adaptiv tilgang. Layders analyse- og fortolkningsproces indeholder en åben kodningsproces i tre niveauer: prækodning, provisorisk kodning og kernekodning (Jacobsen, 2007:268).

Under **prækodningsprocessen** læste jeg først og fremmest de enkelte interviews godt igennem. I transskriberingsudskrifterne markerede jeg, hvad jeg fandt som vigtige udsagn i relation til afhandlingens overordnede problemformulering. Under den **provisoriske kodningsproces** gennemlæste jeg interviewene på ny og farvemarkerede de allerede prækodede data med tre forskellige farver knyttet til de tre forskningsspørgsmål. Resultatet blev et stort datamateriale med lange udsagn som jeg gennemgik endnu en gang. Denne gang for at marker essensen i udsagnene. Herudover foretog jeg en overordnet kategorisering. Under **kernekodningsprocessen** gennemgik jeg datamaterialet fra den provisoriske kodningsproces og foretog her en organisering af de markerede data i form af en klassificering i mønstre- og temaorienterede kategorier.

Layders kodningsproces er teoretisk beskrevet meget overordnet og indeholder ikke en nærmere præcisering af den praktiske analysemetode (Jacobsen, 2007). Jeg har derfor valgt at kombinere den adaptive tilgang med Kvales meningskondenseringsmodel (Kvale & Brinkmann, 2009:227). Denne analysemodel indeholder fem trin, som jeg finder er i overensstemmelse med Layders tre kodningsniveauer. Kvale har præciseret processen i et analyseskema; et skema jeg som forsker finder anvendeligt til at få skabt et overblik over fortolkningsprocessen, relateret til såvel de empiriske data, den teoretiske mosaik samt afhandlingens problemstilling. Jeg har ladet mig inspirere af Launsø & Rieber, der i bogen "*Forskning om og med mennesker*" viser et eksempel på, hvordan de har videreudviklet Kvales analyseskema (Launsø & Rieber, 2005:169). I nedenstående figur 2 illustreres arbejdsprocessen fra Kvales tredje og femte trin (Kvale & Brinkmann, 2009:228), hvilket svarer til Layders kernekodningsproces.

Meningsenheder	Underordnede Kategorier	Overordnede kategorier	Kontekst (netværkstype)	Teoretiske begreber
"Det er dem, der forstår tingene bedst, vi har været igennem det sammen - på en eller anden måde" (Connie, 7:217).	Familien er også i sorg	Familiens forståelse og støtte	Familien	De svære følelser
"Jeg har nogle rigtig tætte og gode veninder, som bare er der, og som fuldstændig har forståelse for det, og det er guld værd" (Dorte, 5:132).	Reaktionen afspejler afsenderen -	Vennernes forståelse og støtte	Venner	Følelsesregler

Figur 2. Det samlede analyseskema er vedlagt som bilag (se bilag 5).

4.1.2. PRÆSENTATION AF EMPIRI

Ann er 37 år og mistede sin far for 14 år siden, hvor hun selv var 23 år, og faren var 54 år.

Anns far døde pludselig. Den egentlige dødsårsag er ukendt men formodes at være et hjertetilfælde. Da Anns far døde, var hun i gang med at tage en HF. Anns forældre var på det tidspunkt, hvor faren dør, separerede og Ann boede hos sin mor. Ann så og talte ofte med sin far, som boede sammen med sin kæreste ca. fem km fra, hvor Ann og hendes mor boede. Anns nærmeste familiemæssige netværk består af hendes mor, hendes storebror og hans familie.

Bente er 53 og mistede sin kæreste og samlever, Hans, for et år siden. Hans var lige fyldt 50 år.

Hans døde pludseligt af hjertestop. Bente og Hans har kendt hinanden i knap 14 år og havde boet sammen i 12 år. Bente er sygeplejerske og arbejder i en lægepraksis.

De havde ingen børn. Bentes nærmeste familiemæssige netværk består af hendes to søstre, hendes forældre, Hans' far, Hans' bror og hans familie.

Connie er 38 år og mistede sin mor i 2010 og sin far i 2012. Moren og faren var henholdsvis 58 og 60 år. Begge forældre døde af cancer, hvor morens sygdomsforløb var meget kortvarigt, og farens var et forløb på ca. et år. Connies forældre var skilt, og hun er vokset op hos sin mor og stedfar. Connie har haft kontakt med sin far men så ham ganske lidt, ca. tre gange om året. Dette ændrede sig, da faren blev syg. Connie er sygeplejerske og arbejder inden for psykiatrien. Connies nærmeste familiemæssige netværk består af hendes storebror, hendes kæreste samt hendes stedfar.

Dorte er 40 år og mistede sin mor for lidt over et år siden. Dortes mor døde af cancer og havde været syg tre år forinden med en lungecancer og en livmoderhalskræft, som blev behandlet

dengang, men moren får pludselig konstateret metastaser til leveren, hvorefter hun døde ca. 3-4 måneder senere, 64 år gammel. Dortes forældre var skilt; moren havde en kæreste igennem 20 år men boede alene. Faren er gift på ny. Dorte er sygeplejerske og arbejder inden for psykiatrien. Dortes nærmeste familiemæssige netværk består af hendes far og farens kone, morens bror og hans familie.

Else er 56 år og mistede sin mor for knap et år siden. Moren blev 92 år og boede alene i eget hjem. Moren havde de sidste ca. 14 dage været syg og fik, dagen før hun døde, konstateret nyresvigt. Else arbejder som fysiurgisk behandler på to forskellige arbejdspladser, dels på et plejehjem og dels i en privat kiropraktisk klinik. Elses nærmeste familiemæssige netværk består af hendes kæreste samt hendes søster og dennes familie, som alle er bosat i udlandet.

4.1.3. ANALYSENS OPBYGNING

Analysen er overordnet styret af problemformuleringen og tager dermed udgangspunkt i to af afhandlingens tre forskningsspørgsmål:

Hvilke reaktioner har de efterladte mødt i deres netværk, i henholdsvis deres private liv, arbejdsliv og i mødet med sundhedsprofessionelle, og hvordan er disse blevet oplevet, i selve situationen og set retrospektivt?

Hvilke konsekvenser har netværkets støtte og mangel på samme for de efterlattes trivsel?

Analysen er struktureret ud fra meningskondenseringens overordnede og underordnede kategorier, hvilket benyttes som henholdsvis hovedoverskrifter samt underoverskrifter. De fire hovedoverskrifter relaterer sig hver især til de fire netværkstyper, familien, vennerne, arbejdspladsen og de sundhedsprofessionelle.

Empirien er medtaget i analysen som deskriptiv tekst, der er mærket med informanternes fiktive navne og sidetal med reference til det transskriberede materiale, som her vist (Else, 3).

Ved brug af citater, er de yderligere mærket med linjenr (Else, 3:5) og der hvor det giver mening, er korte pauser medtaget og vist som Citater gengives uden eventuelle gentagelser og fyldord. Interviewene er i transskriberet form vedlagt som bilag på CD (bilag 3).

Flere af de empiriske data har relation til mere end en hoved- og underoverskrift men er medtaget der, hvor det som udgangspunkt giver mest mening. I det følgende afsnit vil analysen blive præsenteret.

4.2. FAMILIENS FORSTÅELSE OG STØTTE

4.2.1. FAMILIEN ER OGSÅ I SORG - DE SVÆRE FØLELSER

Afhandlingens empiri fortæller, hvordan de efterlattede i samvær med deres private netværk, oplever at tabet af afdøde ikke i talesættes. Informanterne bruger i deres udsagn betegnelser som, *det var underligt* og *det gør sorgen værre*. Et eksempel på dette vises i følgende udsagn fra Bente, der refererer til en oplevelse, dagen efter, Hans' pludselige død:

"Der var ikke en, der nævnte Hans, med et ord, hvor jeg til sidst var nødt til at sige til dem, at jeg var nødt til at snakke om ham, og jeg synes, at det var underligt, at de ikke gjorde det, og de sagde så alle samstemmende, at det var for ikke at gøre mig ked af det" (Bente, 7:218)

Af informantens udsagn ser det ud som om, at de efterlattes sorg påvirker deres private netværk, i sådan en grad, at de selv omfattes af sorgen. Udsagnet tyder på at netværket ønsker at tage hensyn, men deres valg af handling ender ud i et misforstået hensyn, set ud fra den efterlattes perspektiv. Det ser ud til at det er vigtigt og nødvendigt for den efterlattede, at den døde og sorgen i talesættes. Noget kunne tyde på, at netværket ligestiller det at være ked af det med følelsesmæssige udbrud, som fx gråd og så længe den efterlattede ikke viser disse følelsesmæssige udbrud, eller taler om afdøde, så er hun ikke ked af det.

Jesper Mogensen og Preben Engelbrecht, der har skrevet bogen: *At forstå sorg*, beskriver det misforståede hensyn som en konsekvens. De hævder, at når omgivelserne ikke nævner tabet, kan det skyldes, at de ikke ved, hvad de skal sige eller spørge om. Og i et forsøg på at aflede den sørgendes tanker vælger de at tale om noget andet. De to forfattere pointerer, at den sørgende på den måde bliver alene med sin sorg (Mogensen & Engelbrecht, 2013).

Informantens udsagn underbygges ligeledes af det norske forskerpar, Dyregrov og Dyregrov, der henholdsvis er sociolog og psykolog. De beskriver i bogen: *Støtte ved dødsfald*, hvordan efterlattes sociale netværk har stor vilje men også oplever stor usikkerhed i forhold til, hvordan de skal støtte deres bekendte i en sorgsituation. Som et resultat oplever de efterlattede, at forholdet til venner og familie bliver vanskeligt. Dyregrov og Dyregrovs bog er baseret på forskning på relationen og kommunikationen mellem efterlattede og de sociale netværk. Den bygger på såvel de efterlattes og de sociale netværks erfaringer som på forfatterens kliniske erfaring og møder med efterlattede og deres sociale netværk (Dyregrov & Dyregrov, 2008).

Jævnført Davidsen-Nielsen & Leicks sorgmodel er sorgens følelser en af de fire opgaver, den sørgende **skal** arbejde sig igennem (Davidsen-Nielsen & Leick, 1997). En opgave der både har en fysiologisk og psykologisk kvalitet og er i tråd med Freuds sorgforståelse om, at den sørgende må konfrontere de svære følelser (Mogensen & Engelbrekt, 2013). Hvis den sørgende føler, at omverdenen ikke kan acceptere og give plads til de mange svære følelser, som den sørgende kæmper med, kan det besværliggøre arbejdet med at komme igennem denne opgave (Mogensen & Engelbrekt, 2013). Ses informanternes udsagn, i dette teoriperspektiv, er det vigtigt at der gives plads til at den efterladte kan konfrontere de svære følelser, ved fx at tale om afdøde og sorgen, hvilket i sociale sammenhænge med netværket, betyder at de også konfronteres med de efterlattes svære følelser.

Et andet aspekt der er blevet tydeligt gennem analysebearbejdningen, er at de efterladte også ser at det at de selv nævner afdøde, men også at netværket nævner ham/hende, er vigtigt for dem, da de er bange for at afdøde glemmes. Et eksempel på dette ses i udsagnet fra Else:

"Til at begynde med var jeg rigtig bange, da jeg var meget sårbar, da var jeg rigtig bange for at de ville glemme hende" (Else, 25:792).

Set i et sorgteoretisk perspektiv, pointeres der i Stroebe og Shuts tosporsmodel at båndet til afdøde er en vigtig del af de pårørendes indre liv og sorghåndtering går ud på at inderliggøre denne tilknytning og tage den betydning, afdøde har haft, med sig videre i livet. I modellen beskrives det som, de følelsesmæssige bånd til afdøde eller dødsfaldet omformes mere end det brydes (Guldin, 2011:297).

Når familiens støtte og forståelse er vigtig, synes det, ud fra de empiriske udsagn, at hænge sammen med, at det er familien, der udover informanten kender afdøde bedst og hvor tabet ligger i forbindelse med et sygdomsforløb, at de har været igennem det sammen. Et eksempel på dette er et udsagn fra Connie:

"Det er dem, der forstår tingene bedst, vi har været igennem det sammen - på en eller anden måde" (Connie, 7:217).

Empirien viser imidlertid divergerende udsagn om, hvorvidt de efterladte har oplevet den nærmeste families støtte, harmonere med egne forventninger og at det ud fra udsagnene både skaber frustration og undren, der hvor det ikke er tilfældet.

To informanter giver i deres udsagn udtryk for, at den nærmeste familie også er i sorg. Et eksempel kan ses i nedenstående udsagn:

"Det, der ligesom var vanskeligt i familien, var jo det med, at vi havde hver vores sorg" (Ann, 3:93)

Dyregrov og Dyregrov, bekræfter informantens udsagn og omtaler familiens sorg som en dobbeltposition, hvormed de mener at, samtidig med at de lider over at se deres slægtning have det skidt, kæmper de med deres egen sorg over afdøde (Dyregrov & Dyregrov, 2008).

Overføres Anns udsagn til de forskellige teoretikers sorgforståelser, kan *"det, der ligesom var vanskeligt"* også begrundes ud fra, at de enkelte aktører i familien befinder sig i forskellige faser set ud fra henholdsvis Davidsen-Nielsens og Leicks fasemodel samt Bowlbys fasemodel. Og i forhold til Stroebe og Schuts tosporsmodel, at de enkelte aktører pendulerer mellem det taborienterede og det restaurerende/reetablerende spor, men ikke befinder sig i det samme spor samtidigt.

Via ovenstående beskrivelser, er det således blevet tydeliggjort via empiriske fund og teoretisk underbygning, hvordan familien bliver berørt af de efterlattes sorg. Det anskueliggøres ligeledes, at familiens støtte og forståelse har stor betydning for den efterladt. De empiriske udsagn tydeliggør, at flertallet af de efterlattede har behov for at afdøde og deres tab i talesættes og deles.

I det følgende afsnit sættes der fokus på vennernes reaktioner. Det beskrives i to underafsnit.

4.3. VENNERNES FORSTÅELSE OG STØTTE

4.3.1. REAKTIONEN AFSPEJLER AFSENDEREN - FØLELSEREGLER

Sorgen er ikke kun en individuel proces, men gør sig også gældende på et relationelt niveau, dette fremhæves blandt andet i Stroebe og Shuts tosporsmodel. Sorgen gør sig fx gældende i relationer hvor den sørgende inden tabet har haft en bestemt rolle/identitet og relation, som ændres på baggrund af tabet (Mogensen & Engelbrecht, 2013:50).

Mogensen og Engelbrecht betegner sorgen på det relationelle niveau, som en relationel udfordring. De hævder, at den sørgendes relationer er dem der enten heler eller forværrer

sorgen (Mogensen & Engelbrekt, 2013:81). En opfattelse der synes at komme til udtryk i informanternes udsagn. Et eksempel på dette følgende udsagn:

"De accepterede bare den måde jeg havde det på og dømte mig ikke. Jeg kan ikke give sådan nogle specifikke eksempler, men det er... altså de var ikke fordømmende over for mig, fordi jeg var ked af det og fordi jeg sørgede i lang tid" (Else, 7:218)

Eller som informanten, Connie beskriver:

"Jeg kunne ikke holde ud at være sammen med dem, fordi jeg følte at jeg skulle være på en bestemt måde" (Connie, 6:160).

Begge udsagn efterlader et indtryk af, at forståelse og accept af, hvordan man har det, også når man er ked af det, har stor værdi for de sørgende. I det første udsagn omfatter vennernes forståelse ligeledes, en accept af at sorgen tager tid. Det tyder på at det for Else, har været rart og trygt at være sammen med de venner, som hendes udsagn refererer til, hvilket ikke synes at være tilfældet i udsagnet fra Connie, hvor der tilsyneladende er skabt et socialt rum, der er svært at være i.

Ovenstående empiriske udsagn, understøttes i professor i psykolog James Averill og klinisk psykolog Elma Nunley, beskrivelser om begrebet *sociale følelsesregler*. Averill og Nunley arbejder med begrebet *følelsesregler*, som de betegner som samfundsskabte regler for, hvordan efterladte/sørgende forventes at håndtere og udvise sin sorg. Følelsesreglerne er delt op i tre, hvilket er: *privilegier, restriktioner og adgangsbetingelser* (Mogensen og Engelbrekt, 2013:84-88). Et privilegium er fx at den efterladte har lov til at udtrykke følelser offentligt, i umiddelbar forlængelse af tabet. Dette privilegium, underbygger hermed Elses udsagn, der er citeret som det første ovenfor. En *restriktion* er fx at den efterladte kan kontrollere sine følelser, både i forhold til intensitet og varighed (Mogensen og Engelbrekt, 2013:87). Et eksempel på dette, ses følgende udsagn:

"Jeg har sådan lidt censur på det.... fordi jeg ubevidst måske tænker eller har den antagelse at... "nej, nu må hun være kommet videre, nu er det over et år siden" og sådan er det jo ikke..." (Dorte, 14:430).

I udsagnet ses, hvorledes den efterladte tilpasser håndteringen af sine følelser, ud fra hvad hun antager der forventes af netværket.

Averills og Nunleys teori, om følelsesregler, indeholder endvidere begrebet:

følelshåndtering, som de beskriver som de efterlattes håndtering af de følelser, de tildeles (privilegier) eller afvises (restriktioner) (Mogensen og Engelbrekt, 2013:87).

Følelshåndteringsbegrebet synes således at understøtte, Dortes udsagn ovenfor.

Den tredje og sidste, af Averills og Nunleys følelsesregler, er: *adgangsbetingelser*, som de beskriver som den sociale og emotionelle rolle der tildeles den sørgende/efterladte. Hvor de to tidligere nævnte følelsesregler gensidigt forpligter hinanden, så beskrives adgangsbetingelserne, som værende dem der afgør, hvilke restriktioner eller privilegier der tildeles den sørgende/efterladte. Faktorerne der vurderes ud fra, er: *alder, køn, relation til afdøde og dødsomstændighed* (Mogensen og Engelbrekt, 2008:87).

Et empirisk eksempel på, adgangsbetingelsernes vurdering ud fra afdødes alder, ses i nedenstående udsagn, hvor informanten, Else svarer på spørgsmålet, om hun har oplevet nogle reaktioner i forhold sin mors alder, svarende til *"jamen hun var jo også gammel"*. I svaret udtrykker Else følgende:

"Ja, det har jeg og blandt andet fra hende som ikke vil se mig mere. Og det tolker jeg at det er fordi hun har et dårligt forhold til sine forældre, så hun kan slet ikke sammenligne (Else, 18:568).

Og siger endvidere:

"Og så også jo, selvfølgelig, folk jeg ikke kender særlig godt, som ser på det meget nøgtern og fra folk som ikke selv har mistet nogen"(Else, 18:570).

Disse to udsagn fører mig tilbage til afhandlingens problemfelt, hvor jeg omtaler den norske præst og forfatter Steinar Ekvik, der har skrevet om sorgen over gamle forældre. Ekvik pointerer, at fordi det er en gammel mor eller far, man har begravet, kan omgivelserne ikke pr. automatik gå ud fra, at sorgen er mindre, og han hævder derfor også, at det er vigtigt, at tabet af og afskeden med gamle forældre ikke undervurderes (Ekvik, 2005). Ekviks forståelse, af tabet af en ælde forældre, er således med til at underbygge, både de reaktioner Else har oplevet fra netværket, men også at sorgen over ældre ikke møder den store forståelse og støtte.

Samtlige informanter udtrykker oplevelsen, af at man ikke kan sætte sig ind i, hvad sorg er, før man selv har prøvet det, og alle samstemmer i deres udsagn, at de fra venner, der selv har oplevet et tab, oplever en helt anden forståelse. Informanterne bruger blandt andet betegnelser som: "et fælles udgangspunkt, i samme klub, en klangbund". Et eksempel på dette ses i udsagnet fra Dorte:

"Der er en helt, helt anden forståelse - man kan bare kigge på hinanden og så ved man hvordan det er" (Dorte, 5:136).

Tilsvarende oplevelser har vist sig i Dyregrovs og Dyregrovs forskning, hvor de pointerer at den ofte oplevede usikkerhed i netværkets reaktioner, er fraværende når der er tale om reaktioner fra mennesker der selv har oplevet et tab. Bente er en af dem der bruger betegnelsen "klub", og udtrykker i den forbindelse om "klubbens medlemmer" følgende:

"Vi burde have et hemmeligt håndtryk, os der har mistet" (Bente, 9:274).

Udsagnet tyder således på, at det opleves som en fordel i mødet med andre, at man allerede fra starten ved om de selv har mistet og altså er en del af "klubben".

Selv om at ovenstående ikke handler om etablerede sorggrupper, finder jeg det alligevel anvendeligt at bruge et par teoretiske betragtninger fra Davidsen-Nielsens og Leicks beskrivelse, som en understøttelse af de ovenfor nævnte udsagn. De beskriver essensen af sorgarbejde i grupper, ved brug af et gammelt ordsprog, "En glæde delt er dobbelt glæde, en sorg delt er den halve sorg" (Davidsen-Nielsen & Leick, 1997:118). De pointerer at det at den efterladte kan dele sine følelser med andre har en afgørende betydning for den efterlattes personlige sorgbearbejdning. Det fører naturligt frem til Davidsen-Nielsens og Leicks beskrivelse af den tredje opgave, i deres sorgmodel. Denne opgave betegnes som, tilegnelse af nye færdigheder, som for dem også omfatter at bruge netværket på en anden måde. De bruger formuleringen, at de efterladte må "undervise vennerne i blot at lytte uden at gøre noget" (Davidsen-Nielsen & Leick, 1997:74). De to forfattere mener, at en åbning fra den efterladte i form af at tillade sig selv at tale om afdøde og sorgen, samt vise følelser, og en åbning fra netværket i form af at give plads og magte dette, er en nødvendighed for at den sørgende kan komme igennem sin sorg (Davidsen-Nielsen & Leick).

Det ovenstående teoretiske perspektiv, fører naturligt frem til en beskrivelse af de empiriske fund, hvor samtlige informanter i deres udsagn udtrykker, at tabet af deres nærmeste har betydet ændringer i flere forskellige sammenhænge fx i rollefordelingerne i familien, den efterlattes identitet m.m. To af informanterne, Else og Bente udtrykker væsentlige ændringer i hverdagen, som følge af deres tab.

Jævnført Bowlbys sorgforståelse, ses sorgreaktionen ikke alene som en reaktion på tabet af afdøde, men også en reaktion på de mange ændringer tabet kan betyde i den sørgendes hverdagsliv (Mogensen & Engelbrekt, 2013). En sorgforståelse, der stemmer overens med Davidsen-Nielsens' og Leicks sorgmodel, hvor de pointerer at den sørgende, efter tabet skal tilpasse sig en ny hverdag, hvor afdøde mangler (Davidsen-Nielsen & Leick, 1997).

De nye roller, den nye identitet og de nye krav til netværket kan betyde at vennerne ikke kan være med mere, hvilket informanternes udsagn ligeledes tydeliggøre. Tre informanter fortæller at de har oplevet venner, der har trukket sig, samt at de også selv har trukket sig fra nogle venner. En informant, Dorte udtrykker i den forbindelse, at hendes tab og sorg har "skilt vandende" (*Dorte, 5:153*) og siger endvidere:

"Man får nogle helt andre øjne på nogle relationer, hvad der er og hvad der ikke er" (Dorte, 6:155).

Dortes udsagn og oplevelse eksemplificeres af informanterne Else og Connie. I Elses fortælling, omhandler det en reaktion fra en af hendes nærmeste veninder, hvor veninden trak sig, ved at sende en mail til Else, hvor hun udtrykte, at hun kunne se at Elses sorg ville tage lang tid, hvilket hun ikke magtede at vente på (Else, 7:193). I Connies fortælling, omhandler reaktionen, at vennerne helt bliver væk, hvilket ses i udsagnet her:

"Jeg vil sige, at det jo først er senere at jeg finder ud af, at de var der jo ikke og jeg tænkte også hvad var det egentlig jeg stillede af krav? Og jeg synes egentlig ikke at jeg stillede nogen krav, men jeg blev bare nødt til at være i den fase af mit liv, på daværende tidspunkt, hvor jeg synes at jeg havde en følelse af at de var sådan lidt "jamen nu må du også lige sådan se at komme videre - jeg ved ikke om de sagde det sådan direkte" (Connie, 6:185).

Connies udsagn indeholder en refleksion over, vennernes tilbagetrækning og om det skyldes at hun stillede krav til dem. De her nævnte empiriske fund efterlader et indtryk af, at der ikke i alle venskaber er plads til forandringer, der eventuelt medfører forskydninger i relationerne, hvilket som i tilfældet her, kan betyde en skævvridning i vennernes indbyrdes ønsker, behov og bidrag til venskabet. En modsat rettet oplevelse, ses dog i følgende udsagn fra Bente:

"Begge dem som jeg ikke så, så meget, sagde at det her med at Hans var død, var ligesom større end alt andet, så de fejrede deres egne overensstemmelser med mig til side og.... og var der simpelthen 100 % for mig" (Bente, 5:151).

I et sorgteoretisk perspektiv, pointerer Freuds og Davidsen-Nielsen' og Leick, i deres sorgforståelse, at den sørgende må konfrontere de svære følelser og hvis der ikke gives plads til dette fra omverdenen, kan det besværliggøre den sørgendes arbejde med at komme igennem denne opgave (Mogensen & Engelbrekt, 2013). Denne forståelse kan hermed bidrage til underbygningen af informanternes egen tilbagetrækning fra vennerne, der ud fra de empiriske udsagn, ovenfor, synes at være en konsekvens af omverdenens manglende plads til deres tab og sorg. Jævnført Dyregrov og Dyregrovs forskning, er vennernes tilbagetrækning fra den sørgende, en konsekvens af at både vennerne og de sørgende selv, ikke ved hvordan de skal takle situationen (Dyregrov & Dyregrov, 2013:59).

En informants udsagn adskiller sig på dette område, væsentlig fra de øvrige fire informanters, hvilket kommer til udtryk i nedenstående udsagn:

"Og så begyndte jeg at få nogle venner, eller bekendte som jeg ikke sådan skulle forholde mig til, sådan rent følelsesmæssigt jeg lavede sådan en eller anden form for distance til omverdenen.."(Ann, 2:47).

Anns udsagn skal ses i en sammenhæng, med at hun i interviewet fortæller, hvordan hun følelsesmæssigt lukkede sig inde over for andre og dermed ikke ønskede at tale med andre om sin sorg. Udsagnet viser, at for at få dette ønske opfyldt fravalgte hun sine "gamle" venner, til fordel for nye bekendtskaber, der ikke kendte til hendes sorg og dermed heller ikke spurgte til den.

Davidsen-Nielsen og Leick bruger i deres sorgforståelse, begrebet: *forsinket sorg*, hvilket i deres opgavemodell, betyder at den sørgende har løst den første opgave, erkendelse af tabet, men ikke er gået videre til den anden opgave, sorgens følelser, hvilket både kan være et bevidst

og et ubevidst valg. Davidsen-Nielsen og Leick pointerer, at med en udeblivelse af de følelsesmæssige reaktioner i mere end et par uger, kan der være brug for sorghjælp. Den forsinkede sorg kan vises på mange måde, fx ved at den sørgende forsøger at fortsætte livet, som intet var sket (Davidsen-Nielsen & Leick, 1997:140). Overføres denne teoretiske sorgforståelse, til Anns udsagn ovenfor, kan det være en mulig begrundelse for hendes tilbagesøgning fra de "gamle" venner.

Via ovenstående beskrivelser synliggøres det således, at den efterlattes sorg gør sig gældende på et relativt niveau. Det tydeliggøres, at vennernes forståelse og accept af sorgens fylde har stor betydning for den efterlattes sorgproces. Det anskueliggøres ligeledes, hvorledes samfundsskabte regler har indflydelse på både den efterlattes og netværkets håndtering af sorgen.

4.3.2. DEN BEDSTE HJÆLP - ORD ELLER HANDLING?

Empirien indeholder udsagn der beskriver informanternes oplevelse af hvad der for dem, er blevet oplevet som værende den bedste støtte, i situationen og set retrospektivt. Udsagnene indeholder ligeledes et retrospektivt syn på, hvilken hjælp de hver især synes de kunne og ikke kunne bruge. Flere af informanterne giver udtryk for at have oplevet tilbud om hjælp i form af at netværket har udtalt "*ring hvis der er noget*" eller spørgsmål som "*kan vi gøre noget?*", hvilket de efterlattede tilsyneladende ikke har oplevet som en brugbar hjælp. Bente beskriver det på følgende måde:

"Ring hvis der er noget - og det var ikke noget hjælp jeg kunne bruge til forfærdeligt meget..... og specielt ikke i den akutte fase og heller ikke senere"
(Bente, 6:174).

og siger endvidere

"Der var rigtig mange der spurgte kan vi gøre noget, men der var også rigtig mange der ligesom tog over og sagde det her kan jeg hjælpe dig med og kom og gav mig nogle helt konkrete ting og sagde sådan og sådan, vil jeg gerne hjælpe dig og så kunne jeg ligesom vælge det fra eller til og det vil jeg sige at det var faktisk den største hjælp" (Bente, 5:157).

Bentes udsagn viser, at for Bente blev det at vennerne tog over, oplevet som den bedste hjælp. Der er tilsyneladende en divergens, i de efterlades oplevelse af, hvad der for dem har været en hjælp de kunne bruge.

I modsætning hertil står Connies udsagn, at hun mere havde brug for omsorg end handling:

"Jeg havde faktisk rigtig meget brug for at de spurgte mig, hvordan har du det? Men det jeg oplevede var, at de skulle sådan løse mine problemer"(Connie, 5:157).

Et eksempel på en konkret handling fra vennenetværket ses i Elses udsagn, hvor hun fortæller, hvordan hun oplevede det som en stor hjælp, at en veninde lige efter tabet, ringede og smsede, til hende dagligt. Else udtrykker det således:

"En anden veninde som ringede til mig hver morgen, hvor min mor plejede at ringe til mig, det gjorde hun i en lang periode, eller sendte mig en sms - "godmorgen" eller "god dag" det hjalp mig også rigtig meget" (Else, 8:239).

Fælles for informanterne, er oplevelser af netværkets udsagn som, "det var godt at hun havde så langt et liv" eller "det var godt at I oplevede", sagt umiddelbart i forbindelse med dødsfaldet eller begravelsen, tilsyneladende ikke opleves som hjælpende ord, men snarere som tankeløse handlinger. Et eksempel på dette ses i Bentes udsagn:

"Dem der lige efter Hans' død sagde "det var godt at I havde nogle gode år" og "det var godt at I kom til England" og sådan noget, det var slet ikke noget jeg kunne bruge til noget, fordi jeg kunne bare ikke glæde mig over det vi havde haft, jeg ville have noget mere" (Bente, 6:188).

Det tyder således på at de i udsagnet nævnte beroligende fraser, uanset om de måtte være sagt i respekt og empati, samt i et forsøg på at hjælpe, tilsyneladende kun i situationen, gør sorgen endnu værre. Informanternes udsagn efterlader det indtryk, at netværket ønsker at trøste den efterladede, ved blandt andet at fokuserer på de gode oplevelser der har været. En understøttelse af netværkets reaktion, kan som under afsnittet med familien findes hos Dyregrovs og Dyregrovs, der pointerer, at de efterlades sociale netværk har viljen men mangler en viden om hvordan de kan hjælpe (Dyregrov & Dyregrov, 2013). En opfattelse som deles af Davidsen-

Nielsen og Leick, der skriver at når netværket begynder at bruge beroligende fraser, er det som regel deres egen magtesløshed der kommer til udtryk og at sådanne reaktioner fra netværket, kan være med til at bremse den sørgendes sorgreaktion (Davidsen-Nielsen & Leick, 1997:74).

Det er således blevet tydeliggjort, hvorledes der blandt de efterladte er divergerende oplevelser, om det er ord eller handling, der for den enkelte, er den bedste hjælp. Det er ligeledes tydeliggjort, at udsagn i form af beroligende fraser kun gør sorgen værre.

I det følgende afsnit sættes der fokus på arbejdspladsens reaktioner.

4.4. ARBEJDSPLADSENS/SKOLENS FORSTÅELSE OG RUMMELIGHED

4.4.1. ET "FRIKVARTER" I SORGEN

Alle informanter giver i deres udsagn udtryk for, at arbejdspladsen/skolen har vist stor forståelse og rummelighed i forbindelse med deres tab og sorg. Et eksempel på dette er følgende udsagn:

"Der har virkelig været kæmpestor forståelse for, hvad mine behov var og også her i forbindelse med, at det var et år siden, at han døde og begravelsen, blev jeg lige trukket til side og spurgt, hvordan jeg havde det"
(Bente, 11:329).

I udsagnet ses, hvordan arbejdspladsens indlevelse og opmærksomhed, også et år efter dødsfaldet bliver værdsat og har stor betydning for den efterladte. Bente fortæller i interviewet at hun havde taget en fridag på årsdagen for kærestens dødsdag og at hun denne dag modtog blomster fra sin arbejdsplads. Det tyder således på at Bentes arbejdsplads udviser stor empati og forståelse for hendes sorg, og at opmærksomhed, som fx blomster ikke kun er vigtig lige efter tabet af afdøde. I interviewet fortæller Bente endvidere at hun fra starten fik koblet en af sine arbejdsgivere på som kontaktperson. En handling, der ud fra Bentes udsagn, er blevet opfattet som en stor støtte og forståelse (Bente, 11).

Et konkret eksempel på, hvad arbejdspladsens reaktion har betydet, ses i udsagnet fra Ann:

"Jeg har aldrig nogensinde fået den HF færdig, i hvert fald ikke på det tidspunkt, hvis ikke det var for min lærer, min dansklærer som kom og hentede mig" (Ann, 2:57).

I udsagnet tyder det ligeledes på en stor taknemmelighed for skolens støtte og aktive hjælp, da Ann mistede sin far.

Jævnført forskerparret Dyregrov og Dyregrov, er det for mange sørgende vigtigt at kunne gå på arbejde. Arbejdspladsen opfylder for de fleste mennesker behovet for socialt tilhør, og en stor del af vores identitet er knyttet til arbejdet. Arbejdet kan på den måde også have en identitetsbevarende funktion for den sørgende (Dyregrov & Dyregrov, 2008:235). Dyregrov og Dyregrov ser skolen og arbejdspladsen som en mellemstilling mellem social netværksstøtte og professionel hjælp. Mens det er lærernes/arbejdsledernes funktion at tilrettelægge rammerne, har eleverne/kollegerne mulighed for at yde direkte sorg og støtte (Dyregrov & Dyregrov, 2008:227). At kollegernes reaktioner har betydning for de efterladte og kan få indflydelse på den sørgendes oplevelse af at gå på arbejde kommer blandt andet til udtryk i følgende udsagn:

"Jeg har godt kunnet mærke, at der er nogen, der har undgået mig – hvordan, det er bare sådan en fornemmelse, man kan se det, de kigger mig ikke i øjnene og kigger væk, og det har været meget ubehageligt" (Connie, 8:249).

Udsagnet efterlader et indtryk af, at kollegernes reaktion, kan hænge sammen med at de synes det er svært at have en kollega der er i sorg. Samt at de som nævnt i de to tidligere afsnit, ikke ved hvordan de skal forholde sig og reagere på dette, hvorfor de i stedet vælger at undgå den efterladte.

Dyregrov og Dyregrov fremhæver fra deres forskning at oplevelsen af manglende støtte fra arbejdspladsen, der fx viser sig som en decideret undvigelse/undgåelse af den efterladte selv eller verbalt at berøre den efterlattes tab og sorg, opleves som både sårende og fornærmende og kan være en hindring for den efterlattes tilbagevenden til eller forbliven på arbejdet (Dyregrov & Dyregrov, 2008:67). De underbygger dermed informantens udsagn, og fører naturligt over til de empiriske fund, der viser at tre af informanterne har været sygemeldt i ca. en måned i umiddelbar forlængelse af deres tab. Og i forbindelse med at de skulle starte på

arbejdet igen, startede to af dem på nedsat tid. Informanternes udsagn udtrykker oplevelsen af manglende koncentrationsevne. Et eksempel på dette ses i følgende udsagn:

"Jeg kunne egentlig godt lave arbejdet, men havde meget svært ved at koncentrere mig" (Bente, 10:314).

At det er vigtigt, at arbejdspladsen har et klima, der både giver plads til sorgreaktioner og til varierende arbejdskapacitet, pointeres af Dyregrov og Dyregrov. De mener, at det må forventes, at arbejdsgivere har forståelse for og kendskab til, hvad et normalt sorgforløb indebærer, og at det tager tid, hvilket de blandt andet beskriver som *"uger og måneder med kaos"* og *"årene med savn og svingninger"* (Dyregrov, 2008:237).

Set ud fra et sorgteoretisk perspektiv ønskede Bowlby med sin firfasede model at bidrage til en større forståelse af, at sorgprocessen tager tid, da han oplevede urealistiske forventninger til, hvor hurtigt den sørgende forventes at komme sig over et stort tab (Mogensen og Engelbrekt, 2013).

Stroebe og Schuts tosporsmodel indeholder ligeledes et længere tidsperspektiv, men i modsætning til Bowlbys forståelse, at man kommer sig over et tab, er Stroebe og Schut af den forståelse, at sorgen er en vedblivende proces. De hævder, at sorgen med tiden vil fylde mindre, men at den vil være en vedblivende følelse (Mogensen & Engelbrekt, 2013:55).

Arbejdspladsens vigtige funktion for de efterlattede, kan endvidere illustreres via Elses fortælling. Else, der har to arbejdspladser, vælger det ene sted, ikke at fortælle, at hendes mor er død, før der er gået ca. to måneder (Else, 15). Else udtrykker begrundelsen for sit valg således:

"Min mor døde jo søndag den 26., og jeg tog på arbejde den 27..... og det var, det...hvad skal man sige, det hjalp mig faktisk. De mennesker vidste jo ikke, hvad jeg havde oplevet, og det behøvede de jo heller ikke at vide. Jeg kunne ligesom tage det som et frikvarter" (Else, 15:454).

Udsagnet viser, at arbejde eller skolegang kan opleves som et frikvarter fra sorgen. Jævnført Stroebe og Schuts sorgforståelse i "Tosporsmodellen" pendulerer den sørgende mellem tabet af afdøde og hverdagen efter tabet, hvor det at gå på arbejde er en del af hverdagen. Den efterlattede undgår eller fornægter tabet, hvilket kan være bevidst eller ubevidst og betyder i begge situationer, at der lukkes ned for tabet og savnet af afdøde (Mogensen & Engelbrekt,

2013). Denne mekanisme, der også omtales som fortrængning, beskrives som værende både hensigtsmæssig og nødvendig, for at den sørgende kan arbejde både fleksibelt og effektivt med begge spor i sorgprocessen (Guldin, 2011:295).

Det er således tydeliggjort, hvordan arbejdets/skolens forståelse og rummelighed hjælper de efterladte.

Det er ligeledes anskueliggjort, at det er forskelligt hvad der letter de efterlattes tab. For nogen kan der være behov for en sygemelding, for andre hjælper det at komme hurtig på arbejde.

I det følgende afsnit sættes der fokus på de sundhedsprofessionelles reaktioner.

4.5. MØDET MED DE SUNDHESPROFESSIONELLE

4.5.1. SORGINTERVENTION

Informanterne har alle været i kontakt med sundhedssystemet i forbindelse med deres næres død. Kontakten varierer fra en enkelt kontakt til et længere forløb, og kontakten omfatter enten plejehjem, kommunal hjemmepleje, skadestue og akut modtageafdeling.

De sundhedsprofessionelle, som empirien refererer til i dette afsnit, er alle fra de fire ovennævnte områder.

Interviewet med Ann indeholder flere reflektoriske udsagn om, hvordan hun set retrospektivt ville ønske, at de sundhedsprofessionelle havde fortalt om muligheden for sorghjælp, både da hendes far døde men også i forbindelse med hendes farmors død et halvt år efter faren. Ann udtrykker det på følgende måde:

"Der hvor man fx på hospitaler siger farvel, der skulle man måske allerede have fat i de efterladte" (Ann, 21:646).

Anns udsagn skal ses i sammenhæng med, at hun tidligere i interviewet, i forbindelse med at hun fortæller om farmorens indlæggelse og død, reflekterer over, hvilken betydning en sorgintervention på dette tidspunkt ville have haft for hendes sorgforløb. Tidligere i analysen har jeg beskrevet, hvordan Ann selv oplevede at hun i lang tid flygtede fra sin sorg og fra virkeligheden.

Begrebet sorgintervention omfatter den professionelle hjælp, som sørgende enten opsøger eller tilbydes, og er blandt andet defineret som en integreret del af sundhedssystemets palliative

indsats (Guldin, 2014:160). At Sundhedsstyrelsen ser sorgintervention som en opgave i den palliative indsats og dermed som en opgave i sundhedssystemet fremgår blandt andet af "*Sundhedsstyrelsens nationale anbefalinger for sundhedspersoners møde med pårørende til alvorligt syge*" (Sundhedsstyrelsen, 2012) samt af de mere overordnede anbefalinger "*Anbefalinger for den palliative indsats*" (Sundhedsstyrelsen, 2011). Anbefalingerne fra 2012 giver anvisninger til, hvordan sundhedspersoner indenfor den basale palliative indsats bør identificere de pårørendes eventuelle behov for støtte og inddragelse. Udover at have fokus på pårørende i forbindelse med et sygdomsforløb indeholder anbefalingerne anvisninger til efterlattes behov for støtte i relation til sorgreaktioner. I anbefalingerne beskrives endvidere mulige interventioner i forbindelse med selve dødsfaldet (Sundhedsstyrelsen, 2012). Anbefalingerne fra 2011 indeholder ligeledes anbefalinger om støtte til henholdsvis efterlattede og pårørende til døende (Sundhedsstyrelsen, 2011). Heraf fremgår det blandt andet, at støtte til pårørende er en central opgave, samt at det er de fagprofessionelles opgave at være opmærksomme på de forskellige behov (Sundhedsstyrelsen, 2011:32). Anbefalingerne er målrettet den basale palliative indsats, hvilket kun to af afhandlingens informanter (Connie og Dorte) har været i kontakt med.

Guldin nævner, at sorgintervention traditionelt har været opdelt i psykisk førstehjælp, krisehjælp, sorgarbejde, sorggrupper m.m. (Guldin, 2014:161). Ud fra denne definition indgår sorgintervention tilsyneladende også som en opgave for de sundhedsprofessionelle på fx skadestuer og akut modtageafdelinger, hvor de resterende tre informanters oplevelser med de sundhedsprofessionelle er fra.

Guldin skriver, i sin bog: *Tab og sorg* at det faglige ansvar for sorgintervention ikke er tildelt en bestemt faggruppe, ligesom ingen hverken sektor eller afdeling i sundhedsvæsenet har sorgintervention som kerneydelse. Guldin nævner flere eksempler på de mangfoldige tilbud for sorgintervention, og fremhæver i den forbindelse at det kan være svært at få et overblik over de mange tilbud. Hun pointer, at den manglende systematik omkring sorgintervention i sundhedssystemet, blandt andet kan betyde at det er tilfældigt om den sørgende tilbydes sorgintervention, eller om det forventes at den sørgende selv skal opsøge den (Guldin, 2014:160). Guldins pointe understøtter således informantens udsagn.

De empiriske data efterlader et indtryk af, at de sundhedsprofessionelles støtte og hjælp, i form af empati, indlevelse og forståelse har stor betydning. Fire informanter giver i deres udsagn

udtryk for en frustration og en undring over oplevelser af manglende forståelse og støtte i deres møde med de sundhedsprofessionelle. Else udtrykker sin frustration således:

"Dengang jeg sagde, at jeg gerne ville have hende med hjem, da begyndte de jo at snakke om praktiske ting, som "kan der stå en hospitalsseng i din mors lejlighed" ...og jeg tænkte, det er da bedøvende lige meget. "Altså, I siger hun lever mellem to timer og to dage!", og så sagde jeg, "ved du hvad, jeg skal nok være der, I skal slet ikke have nogen problemer med ... hjemmeplejen behøver ikke at bekymre sig...".....det skulle i hvert fald ikke være en forhindring, for at hun ikke kunne komme hjem" (Else, 19:599).

Dette kunne også beskrives således:

"Så siger sygeplejersken så, at "det du skal gøre i morgen er, at du skal ringe til egen læge og sige at han er død, og så kommer han ud og skriver papirerne under". Og så tænkte jeg, er det mig, der skal gøre det. Du ved, jeg var bare sådan i kaos" (Connie, 15:449).

Daidsen-Nielsen og Leick beskriver i deres bog: *Den nødvendige smerte*, at det i kriseintervention og sorgterapi, er vigtigt at behandleren kan formidle sin forståelse for klientens situation både verbalt og nonverbalt. Hun pointerer, at behandleren må kunne skabe et psykisk rum, hvor klienten mærker dyb forståelse for smerten og en respekt for, hvor svært det er at give slip og føle savnet og fortvivlelsen (Daidsen-Nielsen & Leick, 1987:130). Denne forståelse understøttes i følgende udsagn, fra Bente, hvor hun udtrykker sin oplevelse af mødet med en ung skadestuesygeplejerske. Bente udtrykker følgende:

"Hun var heller ikke særlig meget inde ved os.." (Bente, 12:350).

Yderligere siger hun:

"Hvis hun kunne få lov til at hente saftvand... så var hun glad for det" (Bente, 11:344).

Psykoteraapeut Susanne Bang beskriver i sin bog: *Rørt, ramt og rystet*, at det er en kendsgerning at behandleren kan blive påvirket i relationen til patienten, de pårørende eller de efterladte. Hun fremstiller, hvorledes tilbagetrækningen benyttes for at undgå at tale med den ramte om smertefulde begivenheder, så som tabet af den nærtstående. Og at hyppigheden af kontakten med de ramte automatisk vil sænkes, når behandleren påvirkes (Bang, 2002:99). Ud fra Bangs beskrivelse, synes der at være en god underbygning af ovenstående to udsagn fra Bente.

Det er hermed tydeliggjort at de efterladte har behov for at sorgintervention fra de sundhedsprofessionelle. Det er ligeledes anskueliggjort at det kan være tilfældigt, hvem der tilbydes sorgintervention.

Hensigten med denne masterafhandling har været at undersøge nutidens sorgkultur i Danmark, ved at finde svar på problemformuleringen:

Hvilken forståelse af nutidens sorgkultur kan der udvikles på baggrund af voksne efterlattes oplevelser af netværkets reaktioner ved tabet af en betydningsfuld anden voksen?

Gennem analyse og fortolkning er det nu muligt at svare på problemformuleringen. Svaret fremgår i konklusionen, i det efterfølgende afsnit.

5. KONKLUSION

Afhandlingen viser at nutidens sorgkultur er præget af tabu og angst.

Empirien viser at sorgen er individuel, hvilket blandt andet viser sig i de efterlattes forskellige behov for støtte og hjælp. Men analysen viser, at de fleste efterladte har brug for at afdøde og sorgen i talesættes, både lige efter tabet, men også senere. Et behov der både gør sorgen lettere at bære, men samtidig dækker behovet for at afdøde ikke glemmes. Empirien viser at både de sundhedsprofessionelle, familie, venner og kolleger har viljen til at hjælpe og støtte, men ved ikke hvordan det bedst gøres. Dette munder ud i misforståede hensyn overfor den efterladte.

Analysen viser at de der i netværket selv har oplevet sorg, bedre forstår og handler på de efterlattes sorg. De efterladte udtrykker en generel holdning om at man ikke ved hvad sorg er, før man selv har prøvet det.

I forbindelse med dødsfaldet, møder mange de sundhedsprofessionelle. Analysen synliggør at flertallet af de efterladte, ikke har oplevet tilstrækkelig forståelse og støtte, i mødet med de sundhedsprofessionelle. De efterladte udtrykker behov for sorgintervention. Det er ligeledes anskueliggjort at det kan være tilfældigt om og hvem af de efterladte, der tilbydes sorgintervention.

Analysen tydeliggør at sorgen er relationel, og de empiriske fund viser, at relationerne kan ændres. Nogle venskaber styrkes, mens andre helt forsvinder som en konsekvens af reaktionen på den efterlattes sorg. Dette hænger sammen med, at netværkets forståelse og accept af sorgens fylde, er nødvendigt for den efterlattes sorgproces.

Analysen viser hvordan samfundsskabte følelsesregler og håndteringsregler, får indflydelse på både den efterlattes og netværkets håndtering af sorgen.

Afhandlingen viser, hvordan det samlede netværks forståelse og støtte er vigtig, for den efterlattes trivsel. Den nærmeste families udtrykkes som værende den vigtigste, set ud fra at de alle er de nærmeste til afdøde. Men analysen viser samtidig at, den nærmeste familie selv kan være i sorg, og på den måde være i en dobbeltrolle, hvor de både skal støtte og hjælpe den efterladte, og samtidig tage sig af sin egen sorg.

Også arbejdspladsens og skolens aktive støtte, har en væsentlig betydning for den efterlattes forblivende/ eller tilbagekomst til arbejdspladsen/skolen efter en eventuel sygeperiode.

Analysen viser at et flertal af de efterladte har været sygemeldt i ca. en måned i umiddelbar forlængelse af den efterlattes tab. Men samtidig kan den ligeledes også opleves som en "pause" fra sorgen.

Jeg kom i analysen frem til at de efterladte i deres sorgproces tydeligt mærker sorgen som to spor. Men afhandlingen viser, at nutidens sorgkultur har en tendens til at netværket stadig ser sorgen som noget man skal "komme igennem" og "lades i fred med".

Empirien viser, at de efterladte har behov for en større åbenhed. Det synes at være en nødvendighed, for at begge parter kan leve op til hinandens ønsker og behov.

6. PERSPEKTIVERING

"Deltagelse er ikke noget, der kun hører hjemme på kortet til begravelsen. Med venlig deltagelse. Deltagelse er at tage del i den andens liv. At gøre noget, så den anden kan se og høre og mærke, at sorgen ikke skal bæres alene" (Trap, 2013:98).

Jeg har valgt at indlede min perspektivering med dette udsagn fra Sognepræst Lise Trap, fordi det taler til alle. Der er dermed grobund for en reflektiv tanke over egne handlinger ved dødsfald i netværket. Jeg synes, det på en kort og præcis måde understøtter, at der er behov for at arbejde videre med afhandlingens tema, der har relevans for alle.

I afhandlingens undersøgelse har de voksne efterlattede været i fokus. Et andet relevant fokus for en ny opgave kunne være arbejdspladsen. De empiriske fund har vist at, de efterlattede har oplevet stor forståelse og rummelighed fra deres arbejdsplads eller skole.

For at øge synligheden af arbejdspladsens centrale betydning for den efterlattedes sorgproces og tilbagevendende/forblivende på arbejdsmarkedet, synes jeg det kunne være interessant at finde svar på følgende:

Hvad står der i arbejdspladsens personalepolitik om dødsfald og sorg i nærmeste familie?

Hvad er praksis, intension og virkelighed set i forhold til en forståelse, hjælp og konkrete handlinger, når medarbejderen bliver sorgramt?

Mit arbejde med denne afhandling har på flere områder bekræftet mig i eksisterende viden. Men har uden tvivl også givet mig en langt større viden om sorgforståelse, både via de empiriske fund og den i afhandlingen anvendte teori. Det har på den måde både højnet mit vidensniveau, men samtidig også skærpet min interesse yderligere for at arbejde videre med temaet sorg. Et område som jeg både ser som vigtigt og spændende, men også som et tema der vedrører os alle.

7. LITTERATURLISTE

Litteraturlisten er opdelt i fire grupper: Bøger, artikler, internet og undersøgelsesrapporter.

BØGER:

Agger, Niels Peter (2008): *Dødsnavigering - psykologiens bidrag til den postmoderne død*. Kapitel 11 i bogen Memento Mori - døden i Danmark i tværfagligt lys. Redigeret af Michael Hviid Jacobsen og Mette Haakonsen. Syddansk Universitetsforlag.

Ariès, Philippe (1986): *Dødens historie i vesten - fra middelalderen til nutiden*. Oversat til dansk af Finn Frandsen. SJAKALEN ørkenserien.

Bang, Susanne (2002): *Rørt, ramt og rystet - Supervision og den sårede hjælper*. Hans Reitzels Forlag. Gyldendal Uddannelse.

Birkler, Jacob (2011): *Videnskabsteori*. Munksgaard Danmark, København.

Busch, Christian (2008): *"Liv og død, den store gåde - teologiske betragtninger over gamle og moderne myter"*. Kapitel 10 i Memento mori, af Jacobsen, Michael Hviid og Haakonsen, Mette, 2008. Syddansk Universitetsforlag, Odense.

Davidsen-Nielsen, Marianne & Leick, Nini (1987): *Den nødvendige smerte*. Om sorg, sorgterapi og kriseintervention. Munksgaard

Dyregrov, Atle og Kari (2008): *Støtte ved dødsfald - hvordan kan vi hjælpe*. Dansk Psykologisk Forlag 2008

Ekvik, Steinar (2005): *Når gamle forældre dør - Den undervurderede sorg*. Boedal.

Guldin, Mai-Britt (2011): *Sorg i palliation - en præsentation af tosporsmodellen og kliniske problemstillinger i sorgopfølgning*. Kapitel 16 i bogen Humanistisk palliation. Redigeret af Karen Marie Dalggaard og Michael Hviid Jacobsen. Hans Reitzels Forlag

Guldin, Mai-Britt (2014): *Tab og sorg. En grundbog for professionelle*. Hans Reitzels Forlag.

Halkier, Bente (2010): *Fokusgrupper*. Kapitel 5 i bogen Kvalitative metoder. En grundbog. Redigeret af Svend Brinkmann og Lene Tanggaard. Hans Reitzels Forlag.

Jacobsen, Bo, Tanggaard, Lene & Brinkmann, Svend (2010): *Fænomenologi*. Kapitel 9 i bogen Kvalitative metoder. En grundbog. Redigeret af Svend Brinkmann og Lene Tanggaard. Hans Reitzels Forlag.

Jacobsen, Michael Hviid (2007): *Adaptiv teori - den tredje vej til viden: En stående invitation til syntesesociologi*. Kapitel 9 i Håndværk & Horisonter - Tradition og nytænkning i kvalitative metoder. Redigeret af Rasmus Antoft, Michael Hviid Jacobsen, Anja Jørgensen & Søren Kristiansen, 2007. Syddansk Universitetsforlag.

Jacobsen, Michael Hviid (2010): *Dødens Sociologi - udfordringer for sociologi, selv og samfund*, Kapitel 12 i Sundhedssociologi, af Andersen, Pernille Tanggaard og Timm, Helle, 2010. Hans Reitzels Forlag.

Kruse, Emil (2010): *Kvalitative forskningsmetoder i psykologi og beslægtede fag*. Dansk Psykologisk Forlag. 4. udgave.

Kvale, Steinar & Brinkmann, Svend (2009): *Interview. Introduktion til et håndværk*. Hans Reitzels Forlag

Launsø, Laila & Rieper, Olaf (2005): *Forskning om og med mennesker*. Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck. 5. udgave

Mogensen, Jesper Roesgaard og Engelbrekt, Preben (2013): *At forstå sorg. Teoretiske og praktiske perspektiver*. Samfundslitteratur, Frederiksberg C.

PAVI (2011) *Når to bliver til én. Omsorg for ældre efterladte*. Palliativt Videncenter

Sundhedsstyrelsen (2011): *Anbefalinger for den palliative indsats*. Version 1.1. Sundhedsstyrelsen. København.

Sundhedsstyrelsen (2012): *Anbefalinger til sundhedspersoners møde med pårørende til alvorligt syge*. Version 1.0. Sundhedsstyrelsen. København.

Tanggaard, Lene & Brinkmann, Svend (2010): *Interviewet: samtalen som forskningsmetode*. Kapitel 1 i bogen *Kvalitative metoder*. En grundbog. Redigeret af Svend Brinkmann og Lene Tanggaard. Hans Reitzels Forlag.

Trap, Lise (2013): *Hjertebånd at leve med sine døde*. Forlaget Alfa, Frederiksberg C

White, Michael (2006): *Narrativ Praksis*. Hans Reitzels Forlag.

ARTIKLER:

Nielsen, Line Holm (2014): *At miste halvdelen af sig selv*. Berlingske 04.01.2014
<http://www.b.dk/nationalt/at-miste-halvdelen-af-sig-selv>

INTERNET:

Kræftens Bekæmpelse 1 (den 14.11.2013):

<http://www.cancer.dk/omsorg/Sorg+i+skole+og+institution/omsorg+handleplaner/>

Kræftens Bekæmpelse 2 (den 16.12.2013):

<http://www.cancer.dk/Nyheder/nyhedsartikler/2013kv4/tabogalder.htm>

PAVI.dk (den 23.10.2013): <http://www.pavi.dk/borger/efterladte/voksneisorg.aspx>

UNDERSØGELSESRAPPORTER:

Egmont Fonden og Mandag Morgen (2013): *Når sorgen rammer. En undersøgelse af trivsel og støtte, når børn og unge oplever dødsfald eller sygdom i familien.*

8. BILAGSLISTE

Samtlige bilag er vedlagt på CD.

Bilag 1: Metodisk arbejdsskema.

Bilag 2: Interviewguide.

Bilag 3: Transskriberede interviews.

Bilag 4: Samtykkeerklæring.

Bilag 5: Analyseskema