

At bære sorgen sammen

– samskabelse om børn og unge i sorg
Gentofte Børne- og ungesorggruppe

Mette Born Djurhuus

Hvordan kan kirke og kommune i fællesskab skabe et trygt og bæredygtigt rum for børn og unge i sorg? I Gentofte er svaret blevet en åben sorggruppe, forankret i et samarbejde mellem kommunens skoler og provstiets sognekirker. Gennem samskabelse – forstået som et reelt møde mellem forskellige fagligheder, perspektiver og værdier – er der opbygget et fællesskab, hvor børn og unge kan dele erfaringer med jævnaldrende i samme situation. Indsatsen bæres af relationer og tillid og målet er enkelt og samtidig afgørende: at ingen skal stå alene med sit tab, og at sorgen kan finde en plads i livet.

Samskabelse

For syv år siden mødtes daværende skolechef i Gentofte, Hans Andresen, og daværende provst, Peter Birch, om en fælles idé: Kunne kommunens 11 folkeskoler og provstiets 9 sognekirker skabe et tilbud til børn og unge, der har mistet – eller lever med alvorlig sygdom i nærmeste familie?

Visionen var enkel og samtidig ambitiøs: At etablere et mødested, hvor børn og unge elever fra kommunens skoler kunne dele deres livserfaringer og sorger med andre på tværs af sogne og skoler og institutioner. Et sted uden én bestemt faglig eller kirkelig ramme, men båret af samskabelse.

Samskabelsesbegrebet blev på daværende tidspunkt flittigt anvendt i både kommunale og kirkelige sammenhænge, men ofte uden en klar definition.

Det blev til en længere frugtbar drøftelse, hvor vi konkluderede at samskabelse må defineres som det, at vi ville mødes på midten – med respekt for hinandens fagligheder, ressourcer og perspektiver. Det handlede ikke blot om at dele opgaver, men om at skabe noget nyt sammen, som ingen af os kunne have stablet på benene alene.

Netværk

Gentofte Børne og ungesorggruppe udspringer med andre ord som en del af Gentofte LIV – Læring, Idræt og Velvære – et åbent netværk af skoleledere, rektorer, foreningsledere, museumsfolk, menighedsrådsmedlemmer, præster og frivillige.

Her udveksler vi idéer, skaber projekter og vi skiftes til at være værter for vores møder, hvor vi løbende deler indblik i hinandens virkeligheder.

Når vi kender hinanden, bliver vejen kortere: Det føles naturligt at gribe telefonen og ringe til trivselskoordinatoren eller ungdomsskolelederen, fordi relationen allerede er etableret.

Udgangspunktet for vores fælles interesse blev seks principper:

1. Vi lytter først – åbent og nysgerrigt.
2. Vi bygger bro – kobler os til hinanden og drager nytte af hinandens kompetencer og faglige viden.
3. Vi skaber fremdrift – holder tæt kontakt og prøver ting af i det små.
4. Vi gør det nemt at engagere sig – mange indgange er mulige.
5. Vi fastholder virkelyst – initiativtagernes engagement skal bevares.
6. Vi gør rammerne tydelige – hvad vil vi gerne, og hvad kan lade sig gøre?

Netværket fungerer i dag som en slags usynlig infrastruktur under mange af de tiltag som findes i lokalområdet, herunder børne- og ungesorggruppen. Det virker som et slags bagtæppe af relationer i et tillidsvækkende miljø, der gør, at vi kan reagere hurtigt, når behovet opstår. Når et barn mister eller har alvorligt syge forældre, er det ofte en lærer, pædagog eller præst, der først opdager forandringen i barnets adfærd eller får kendskab til fami-

liens ændrede situation. Den person tager direkte kontakt til os, og fordi vi allerede kender hinanden på tværs af skoler, kirker og flere foreninger, kan vi nemmere tale åbent om barnets situation og sammen koordinere den næste indsats. Denne hurtighed er afgørende: Sorgen venter ikke på, at vi får lavet en officiel henvisning eller holder et møde om et par uger. Den er der her og nu, og netværket gør det muligt at handle med det samme.

Vi har ligeledes erfaret, at netværket rækker længere end den akutte indsats. Det har en forebyggende funktion, fordi lærere, pædagoger og andre voksne omkring barnet ved, at vi findes. Den viden i sig selv kan være en lettelse. Flere skolefolk har udtrykt, at de føler sig mindre alene med opgaven, når de står over for et barn i sorg. De behøver ikke bære hele ansvaret selv, men ved, at der er et sted, hvor barnet kan mødes med jævnaldrende i samme situation – og hvor fagpersoner med forskellige kompetencer arbejder sammen.

Kort sagt gør netværket to ting muligt: hurtig og kvalificeret hjælp i den akutte fase – og en tryk baggrundsviden om, at hjælpen er der, hvis den bliver nødvendig. Det er måske netop det, der gør, at vi kan blive ved med at nå børn og unge, som ellers kunne have lukket sig om deres sorg.

Opstart

Allerede i opstarten stod vi over for et valg: Skulle sorggruppen have base i kirken? Nogle frygtede, at det ville afholde ikke-medlemmer eller familier med anden tro fra at deltage. Andre opfattede kirken som en naturlig ramme for projektet. Det endte dog med at valget faldt på Byens Hus i Hellerup – et neutralt fælleshus med mange aktiviteter i løbet af ugen. Huset er centralt placeret i provstiet og med kort afstand til Head Space, en frivillig ungdomsrådgivning. Det viste sig at være et fornuftigt valg: Vi har kunnet henvise til hinanden, og begge tilbud har fået en større rækkevidde.

Fra begyndelsen besluttede vi, at gruppen skulle være åben – uden ventelister og uden et fastlagt antal mødegange. Vi ville skabe et sted, hvor børn kunne komme, når behovet var der, og hvor de ikke blev presset til at afslutte et forløb, før de selv følte sig klar. Nogle er en del af gruppen i en periode og vender så tilbage efter måneder eller år, når sorgen pludselig

blusser op igen. Det kræver naturligvis en særlig fleksibilitet af os som sorggruppeledere: Vi skal kunne integrere nye deltagere midt i en igangværende gruppeproces, samtidig med at vi bevarer trygheden for dem, der allerede er godt inde i fællesskabet.

Her spiller de erfarne sorggruppebørn og unge en uvurderlig rolle – de tager imod, viser rundt i de små rutiner og hjælper de nye til at føle sig hjemme. På den måde bliver gruppen ikke bare et sted, man deltager i, men et fællesskab, man kan vende tilbage til, når livet kræver det.

Praktik

I dag ledes Gentofte Børne- og Unge-sorggruppe af to lærere, Julie Cerkez og Dorte Pedersen, der begge har mange års erfaring med skolebaserede sorg- og skilsmissegrupper, samt af mig som sognepræst. Vores forskellige faglige tilgange ser vi som en styrke: Lærerne har det daglige blik og samvær med børnene, deres pædagogiske redskaber og skolens rammer; jeg bidrager med min praktiske erfaring indenfor sjælesorg og ud fra et kristent, teologisk perspektiv. Vi respekterer forskellene og de forskellige baggrunde vi har for arbejdets udførelse – og tror på, at vi på den baggrund er med til at bidrage til, at børnene får flere sprog for sorgen.

Vi mødes hver anden uge i skoletiden i et interval på 2 timer. Tanken bag det er, at vi ikke skal stille børnene og de unge i det dilemma, hvorvidt de skal i sorggruppe eller gå til fritidsaktiviteter. Skolerne har forståelse for, at eleverne trækkes ud af undervisningens sammenhæng i dette tidsrum.

Sorggruppen åbner dørene kl.11.45. Det passer med at de har frikvarter og kan gå til sorggruppen uden den store opmærksomhed fra deres klassekammerater. Det sidste sætter særligt udskolingens elever pris på.

Strukturen er enkel: Først en halv times "indslusning" med saft, snacks og småsnak. Derefter en time til halvanden, hvor de deles op: udskolings-eleverne går i en gruppe, som ledes af mig. De yngre børn – fra 1.-6. klasse går i gruppe med Julie og Dorte.

I de første år lavede vi ikke denne opdeling, men behovet opstod med tiden – især blandt søskende, der ønskede at kunne tale frit uden at have deres yngre brødre eller søstre som medhører.

Gruppemøderne tager som regel udgangspunkt i en "bordrunde": Hvad fylder i dag? Hvad er sket siden sidst? Nogle gange er det indlysende, hvem der har mest på hjerte; andre gange må vi føle os frem. Vi arbejder uden fast dagsorden. Sorgen er ikke et punkt på et skema, men noget, der dukker op midt i hverdagen.

Samtalen kan tage udgangspunkt i en tegning, et billede eller en genstand. I udskolingsgruppen er den primært samtalen, der fylder i gruppen.

En af de gennemgående tilbagevendende bekymringer hos børnene og de unge er, frygten for at glemme. Vi taler om at erindre – at bevare relationen gennem billeder, minder, fortællinger. Et besøg på en af børnenes familiegårde eller bare en gåtur kan også være med til at løsne op for samtalen.

I gruppen bliver børnene hinandens livsvidner og mange af dem etablerer venskaber uden for gruppen. De lytter, stiller relevante spørgsmål og spejler sig i hinanden. De, der har mistet, bliver ofte en slags håbs bærere for dem, der lever med alvorligt syge forældre eller søskende. De bliver en slags vidner på, at livet kan gå videre.

Vi bruger af og til øvelser, hvor børnene og de unge laver minder med billeder, breve og tegninger, som de kan vende tilbage til. Det er et konkret værktøj, der kan følge dem i mange år og være med til støtte hukommelsen.

Børnene vokser i dette fællesskab

Som præst repræsenterer jeg et sprog, som ikke altid er til stede i børnenes hverdag. Jeg missionerer ikke, men jeg bærer troen med – også uden at tale om den hver gang. Det gør det legitimt at nævne begreber som håb, evighed og Gud, hvis og når det er relevant. For nogle giver det en ekstra dimension i bearbejdelsen.

Det er bemærkelsesværdigt, at vi nu – efter fire år – også mødes i kirken ved højtider som jul, påske og i forbindelse med skolernes sommerferie. I starten var det utænkeligt; nu er det børnene og de unge selv, der foreslår, at vi også mødes dér. Kirken er for nogle gået fra at være "stedet, hvor far blev begravet" til at være et helle, hvor man kan mindes og være sammen.

Økonomi

Økonomisk set er projektet beskedent: Lokalerne i Byens Hus er gratis.

Vi bruger ca. 5.000 kr. årligt til snacks, tegneredskaber og materialer. Til gengæld er investeringen i tid og relationer uvurderlig.

Mine to medgruppeledere får tildelt 2 undervisningstimer om ugen til sorggruppearbejdet.

Vi bestræber os på, at sorggruppen ikke skal være et terapeutisk forløb. Den er et dannelsesrum. Her erfarer børnene, at sorg er en del af livet – og at man kan leve videre med tabet. Vi hjælper dem med at finde en plads til den afdøde i deres livshistorie.

I kirkelig sammenhæng taler vi om, at “den korsfæstede og opstandne er med” – at mørke og død kan blive til liv og lys. I pædagogisk sprog kan det formuleres som resiliens og håb. At børnene og de unge ikke bare “overlever” svære tab, men formår at finde en vej videre, ofte med ny styrke, indsigt og fællesskaber. Alle perspektiver rummer det samme vigtige element: at man ikke er alene.

Vi trækker også på nyere sorgforskning, der understreger, at børn ikke “kommer over” et tab, men lever med det som en integreret del af deres livshistorie. Denne forståelse passer godt sammen med kirkens håbsfortælling: at døden ikke har det sidste ord.

Hvis andre ønsker at etablere en lignende gruppe, vil jeg pege på tre ting:

Byg relationer først – lær de lokale aktører at kende, inden I tager hul på det egentlige sorggruppearbejde.

Lav åbne rammeforløb – sorgen lader sig ikke putte i forløb på otte uger.

Vær tro mod mangfoldigheden – lad forskellige fagligheder og sprog være til stede og giv plads til begge dele. For i sidste ende er vi drevet af det samme mål, uanset om vi arbejder i kirke, skole eller forening: At skabe trygge rammer for mennesker og i vores tilfælde særligt børn og unge, der lever, mister og skal finde vej i livet igen. At vi bærer sorgen – sammen i lokalområdet.

Mette Born Djurhuus

Sognepræst i Messiaskirken, Helsingør Stift.

E-mail: mbdj@km.dk