

Sorggruppen

– det sidste ord er aldrig sagt

Laila Bomose

Sorggruppen er et sted, hvor deltagerne kan dele og bære sorgen sammen. Det undersøges hvad dét egentlig betyder og hvordan finder dét sted? Og hvad er det for en type fællesskab, som dannes i sorggruppen? Artiklen introducerer min metode til at arbejde med sorggrupper, fra etablering til afholdelse. Undervejs vil der være udblik til forståelsen af fællesskab, hvor udgangspunktet ikke er, at fællesskab pr. definition er godt for mennesket, men derimod *hvad* der skaber fællesskab i situation, hvor tab af liv og mening gør sig gældende.

Sorggruppen i folkekirken er kommet for at blive. På ti år er antallet af sorggrupper steget fra 100 til mere end 220¹ og tæller ikke længere udelukkende sorggrupper for tab af nærmeste ved dødsfald men også sorggrupper som f.eks. klima-, kæreste og ventesorg har vundet udbredelse.

Jeg har siden 2011 været leder af sorggrupper (tab ved dødsfald) i folkekirkeligt regi. Jeg har forsket i betydningen og forståelsen af fællesskabet i sorggruppen i et ph.d.-projekt på Det Teologiske Fakultet, og jeg underviser præster og sorgvejledere i etablering og afholdelse af sorggrupper.

Siden mødet med min første sorggruppe har ét spørgsmål drevet min nysgerrighed: Hvordan kan det være, at en gruppe, hvor alle er i knæ af sorg, skaber et fællesskab med overskud og bliver et sted, som med deltageres egne ord beskrives som et åndehul eller et helle i en forandret tid?

1. I 2017 var antallet således 211, se: <https://www.bibelselskabet.dk/flere-tor-tale-med-born-om-sorg>

Mit udgangspunkt har konkret været at se nærmere på betydningen af udtrykkene “at bære sorgen sammen” og “at dele sorgen”. Udtryk som bliver brugt af sorggruppedeltagere som en beskrivelse af det, der sker i gruppen. Som denne artikel vil vise, peger det på noget afgørende: sorggruppen er et sprogligt fællesskab hvor sidste ord aldrig er sagt.

I denne artikel vil jeg beskrive min egen praksis. Baggrundslitteratur for sorggrupper i folkekirkeligt regi tæller få, men væsentlige udgivelser. Dels har min egen praksis taget sit afsæt i rapporten *Når sorgen bæres sammen. En undersøgelse af folkekirkens sorggruppepraksis – resultater, anbefalinger og perspektiver fra 2014* (NSBS 2014, 28ff), som sideløbende er blevet læst sammen med Line og Thomas Bjørn Hansens *Sorggrupper i kirken- fortællinger om tab, håb og fællesskab* (Bjørn Hansen 2010). Begge værker har bidraget med en række praktiske overvejelser i forbindelse med etablering af en sorggruppe. Dels har min interesse for sprogets betydning i sorggruppen ført mig på sporet af Jonas Holst Sørensens udlægning af H.-G. Gadameres forståelse af den sproglige midte, som Sørensen udfolder i artiklen “At tænke ud fra og omkring sprogets midte – en afsøgning af sprogets grænseland i Hans-Georg Gadameres tænkning” (Sørensen 2004).

Hos Gadamer skal sproget forstås som ontologisk – i forlængelse af Heidegger. Vi fødes ind i sproget og kan ikke træde ud af det eller komme bag om det. Sproget taler altid med, når vi taler. Den sproglige midte bliver et medium for erfaringerne med verden og – det er en afgørende pointe hos Gadamer – skal ikke forstås instrumentelt forstået som noget, man får et sprog for. *Samtalen* udtrykker denne midte, som sproget bliver til i.

Egen praksis: at etablere en sorggruppe

Først er det vigtigt at finde et sted, hvor man kan sidde uforstyrret. Dernæst skal man overveje tidspunktet på dagen. Jeg afholder altid mine grupper sidst på eftermiddagen, hvor alle kan være med, uanset om man er på arbejdsmarkedet eller man er ældre og gerne vil hjem, inden det er mørkt.

For mig er det essentielt, at sorggruppens sammensætning ikke er styret af bestemte type tab (f.eks. tab af ægtefælle til kræft) eller bestemte typer livsfaser, men afspejler den sammensætning, som livet omkring har. Eneste

krav til deltagelse i sorggruppen er, at man er fyldt 18 år, og at man har mistet en nærmeste ved dødsfald.

Jeg har både erfaring med åbne og lukkede grupper. I en åben gruppe kan deltageren dukke op fra gang til gang uden tilmelding. I en lukket gruppe forpligter deltageren sig på et forløb, hvor man følges gennem de aftalte gange. Den åbne gruppe kan have den styrke, at man løbende kan invitere de sørgende ind i fællesskabet, hvilket kan være en fordel, hvis oplandet ikke er stort nok til at etablere en lukket gruppe. Ulempen ved den type fællesskab kan være, at deltagerne på grund af nye deltagere må fortælle forfra hver gang og den enkeltes fortælling centrerer omkring fortællingen om selve dødsfaldet. Muligheden for en bevægelig samtale, som er formålet med min praksis, er efter min erfaring bedre i de lukkede grupper, hvor medlemmerne er forpligtet på hinandens følgeskab gennem de aftalte gange.

Mine første sorggrupper havde jeg sammen med en kollega. Det kan være en fordel at have en at dele og spare med i planlægning og afholdelse af gruppen. De senere år har jeg ledet grupperne selv og har gjort mig erfaringen af, at samtalen i den lukkede gruppe styrkes, fordi det sproglige fællesskab styrker gruppens deltagere imellem, og flytter fokus fra samtalen mellem den enkelte sorggruppedeltager og sorggruppelederne.

Sorggruppens mødedatoer er fastlagt fra starten og tæller typisk 7 gange hver 14. dag i 2 timer. Gruppen består af max 8 deltagere. Som allerede nævnt, kan gruppen spænde vidt aldersmæssigt. Vi mødes altid i sognegården, og hvert møde slutter med muligheden for at samles i kirken. I kirken er der mulighed for at tænde et lys, bede fadervor og lytte til noget musik, inden sorggruppedeltagerne sendes ud i verden igen.

Forsamtale inden opstart af gruppe

Jeg har alle kommende gruppedeltagere enkeltvis til en kort introduktions-samtale, hvor gruppedeltageren hører om, hvordan gruppesamtalen foregår, og hvor jeg som præst har mulighed for at fornemme, om sorggruppen vil være et oplagt forum for vedkommende. Sorggrupper i folkekirken er ikke et behandlingstilbud, men et fællesskab, dog det er vigtigt at notere sig, om personen har udfordringer, som kan skygge for at deltage i et grup-

pefællesskab. Det kan være alvorlig psykisk sygdom eller misbrug, men det kan også være en prægnant manglende lyst til at høre andre fortælle. Her kan individuelle sjælesorgssamtaler, deltagelse i andre aktiviteter i kirken eller støtte til at få hjælp i andet regi være en løsning. Det afgørende er, at man ikke efterlader en sorggruppedeltager med et afslag. Om deltagerne er medlem af folkekirken, spørger jeg aldrig til. Jeg har kendskab til at flere af deltagerne gennem årene ikke har været døbt eller været medlem af folkekirken, lige som der også har været andre trosretninger repræsenteret.

Sorggruppen mødes første gang

Sorggruppen samles omkring et pænt, veldækket bord med kaffe og the. Det er en betydningsfuld samtale, der skal til at tage form, derfor skal rammerne og miljøet afspejle det. Jeg ønsker at vise, at det ikke er et terapeutisk rum, men en samtale mennesker imellem. Inden samtalen begynder, informerer jeg om, at det er et fortroligt fællesskab, som man ikke tager med ud i andre sammenhænge, og at alle skal have mulighed for at være til stede med deres historie. Som deltager taler man derfra, hvor man har lyst til at begynde. Der er ikke et særligt spørgsmål eller et tema, som her er bestemmende. Man har heller ikke krav på at styre hinandens udlægning eller komme med gode råd.

På skift fortæller gruppens deltagere om deres grund til at være mødt op. Præsentationen foregår ikke efter et fast skema, men den enkelte opfordres til at fortælle om sit tab på vedkommendes egen måde og efter eget ønske. Hvis en deltager ikke er klar til at dele sit tab med gruppen, men gerne vil være til stede og lytte er det også en mulighed. Jeg har oplevet, at det først har været de sidste gange i forløbet, at personen har kunne tale om det skete, men vedkommende har alligevel afslutningsvis givet udtryk for et jævnbyrdigt medlemskab på lige vilkår med de andre.

Dette viser, at det at fortælle om sin sorg for nogle *ikke* er lig med at få sat ord på sorgen eller få talt ud om sorgen. Derimod kan det at lade sig kalde på af de andre, at blive kaldt frem af de andres fortælling, være langt vigtigere. Når verden brydes op ved et tab, sker der også et kollaps i sproget. I sorggruppens samtale finder der derfor en ny sprogdannelse sted i takt med at

erfaringen af det brudte bliver bevidst. Det vokser der ikke et fuldendt sprog ud af eller et nyt sprog som favner det brudte, men derimod giver sproget en erfaring af i fællesskab at kunne leve videre med tabet.

Som sorggruppeleder kan jeg spørge ind til specifikke ting, men spørgsmålene er for det meste af opklarende karakter. Jeg har som sorggruppeleder ingen dagsorden for, hvad jeg vil have personen til at tale om eller få et sprog for. Jeg sørger for, at tiden bliver fordelt ligeligt mellem deltagerne og at vi slutter til aftalt tid.

Sorggruppen mødes igen

Når gruppen mødes næste gang, foregår det på samme måde som første gang omkring bordet igen. På skift fortæller deltagerne, hvad der er sket siden sidst, vis sås. Den enkelte deltager bestemmer selv, hvad vedkommende vil tage afsæt i. Det kan f.eks. også være noget, der lige er sket og som har afgørende betydning for, hvordan personen har det. Lige som til det første møde holder jeg som sorggruppeleder øje med tiden, så hver deltager får nogenlunde lige lang taletid og jeg stiller opklarende spørgsmål, hvis det er nødvendigt. Det kan sagtens være direkte, konkrete spørgsmål, men jeg er altid opmærksom på, at de ikke må være ledende eller direkte styrende for samtalen.

Allerede anden gang – og efterfølgende gange – kan man registrere, at der sker noget for og med den enkelte deltager. Gruppedeltagerne begynder at bekræfte og genkende hinanden i deres respektive historier, savn og tab. En ny type samtale udspiller sig derved, at man lader sig inspirere af hinandens emner og måder at tale om sorgen på, men hvor man bevarer sig selv i den individuelle forskellighed. Deltagerne byder ind og belyser hinandens historie og møder hinanden dér, hvor det er ordknapt, ordløst og smertefuldt, men uden at overtage hinandens historie. Gruppens diversitet er her en gevinst, da forståelsen ikke er betinget af, at man er ligestillet i alder, baggrund eller køn. Der kan ligge en særlig trøst i, eksempel vis et yngre menneske, der har mistet en forælder, at blive forstået af en deltager, som selv er forældre eller bedsteforældre.

Nogle gange kan der ske det, at balancen i gruppen skrider eller har svært ved at etablere sig. Det kan f.eks. være en deltager, som er hurtig til at give gode råd og som kortslutter samtalen eller det kan være en deltager, som trækker samtalen hjem til sig selv og dermed dominerer samtalen. Det kan være sårbart at skulle korrigere et gruppemedlem, og det kan gøres på flere forskellige måder. Overordnet set er det vigtigt at vise, at man ser vedkommende ved f.eks. at bruge følgende formuleringer: "jeg kan høre, at du gør dig mange tanker og gerne vil hjælpe, men her i gruppen er det vigtigt at vi giver hinanden plads" eller "jeg kan høre, at du har meget på hjerte, men det er vigtigt at vi overholder hinandens taletid, så vi alle får lov til at sige noget". Hjælper dette ikke, er min erfaring, at det er godt at ringe til vedkommende dagen efter, så man som sorggruppeleder kan mødes med pågældende deltager og tale om det. Jeg har aldrig oplevet at skulle bede en deltager forlade gruppen på den baggrund, men skulle det ske, ville jeg tilbyde individuelle samtaler.

Sorggruppen som et sprogligt fællesskab

Udgangspunktet for mit arbejde med sorggruppe og fællesskab er ikke, at fællesskab pr. definition er godt for mennesket. Jeg ønsker at have fokus på *hvad* der skaber fællesskab i en situation, hvor tab, brud og mangel på mening gør sig gældende, og hvor fremmedheden ikke ligger i tabet af fællesskab, men er en del af os hver især. Min særlige fokus og interesse har derfor været at udfolde, *hvordan* fællesskabet er et sprogligt grundvilkår, som angår det mellemmenneskelige møde – og dermed forholdet til næsten.

Inspirationen har jeg, som nævnt indledningsvis, fundet i Jonas Holst Sørensens artikel om den sproglige midte og det grænselandskab, som mødet med død, tab og sorg åbner for. Sproget når her sin grænse i disse erfaringer, men pointen i Sørensens læsning af Gadamer er, at det ikke stopper der (2004, 119ff). Sprogets grænse skal forstås som det punkt, hvor hermeneutikkens dialektik mellem spørgsmål og svar ikke længere rækker. Her peger den sene Gadamer på fænomener som påkaldelse, bøn og kalden som samtals grænseudtryk. Disse grænseudtryk er et udtryk for erfaring af

endelighed, men skærper samtidig også blikket for sproget forstået som den andens kalden. Det vender jeg tilbage til om lidt.

Først skal vi se, hvad der nærmere præcis sker i sprogets midte. Dette illustrerer Gadamer med henvisning til de homerske krigere (Sørensen 2004, 125) Når krigerne vendte hjem fra krig, samledes de omkring en plads eller en midte – *agoraen* (gr.) – for at bytte og dele det fælles gods. Homer beskriver dette som det at lægge noget frem i midten. Men det er ikke det, der gør agoraen til et mødested. Det er først, når krigerne derefter for anden gang træder frem og lægger noget ud i talen (*Agoreuein*), at et egentligt møde finder sted. Denne udlægning udgør forsamlingsplads for det menneskelige fællesskab. Det er kendetegnet ved at være et fællesskab, som ingen ejer, men som er et *mellemværende*. Fællesskabet opretholdes ved at krigerne udlægger og opholder sig ved at genudlægge det fælles (Sørensen 2004, 123).

Pointen er, at gentagelsen ikke skaber noget nyt, men det sproglige udlæg *åbner* det sagte på nye måder og viser dermed også det tidslige aspekt i sproget.

Selv om der umiddelbart kan synes langt fra homerske krigere til sorggruppedeltagere i folkekirken, er meningen klar. Første gang sorggruppen mødes fortæller de om deres grunde til at være der. Det er at sammenligne med beskrivelsen af de homerske krigere, der lægger deres bytte frem. De efterfølgende gange, hvor sorggruppen mødes og deltagerne fortæller om, hvordan det er gået siden sidst, begynder de andre deltagere at spørge ind og tolke på hinandens historier. På den måde bevæger den enkelte sorggruppedeltager sig ud over sin egen historie og ind i den sproglige midte, der dannes i gruppen. Her udlægger og tolker man det sagte og fortalte, emner bliver taget op, udlagt og lagt ud i midten igen. Gradvist opbygges et fælles sprog, som både næres af og giver næring til fællesskab omkring de individuelle hændelser. I denne sproglige aktivitet ligger der en mulighed for forvandling ind i det fælles.

Den verdensåbnende forvandling som sker ind i det fælles, beskriver den erfaring af at bære sorgen sammen, som sker i gruppens sprogdannelse på tværs af alder, køn og uddannelse. Sprogdannelse skal her ikke forstås som middel eller et værktøj til at begå sig og til at mestre sorgen, men sproget bliver en verdensåbnende resurse som netop rækker ind i den endelighed, den sørgende erfarer i tabet.

Dette fælles sprog er *samtalen*. Samtalen er netop kendetegnet ved ikke at kunne tilskrives bestemte deltagere i gruppen, men den opstår i det spænd, som opstår mellem deltagerne. Det sproglige mødested er altså en dynamisk størrelse, som ikke ejes eller administreres af den enkelte sorggruppedeltager. Kommer en af deltager til at styre samtalen – eller dominere den som tidligere nævnt – er det min erfaring, at fællesskabet suspenderes for en stund, indtil det igen etableres.

At kalde og blive kaldt på

Samtalen som finder sted sorggruppedeltagerne imellem, ser jeg som om deltagerne kalder på hinanden. De kalder hinanden frem, men de kalder også hinanden over de mentale bjerge og dale, som tab og sorg kan skabe. Kaldets betydning i yderste potens kan man finde illustreret i novellen *Patienten* af Peter Seeberg:

I novellen hører man om en patient, som pga. sin sygdom står i en omsiggribende sprognød. Sygdommen har resulteret i, at patienten har fået erstattet alle sine kropsdele med metal, og han stiller derfor spørgsmålet, om han overhovedet er den samme person, som før han blev gjort til genstand for den moderne medicinske intelligens. For selv om sproget stadig er i behold, er patienten ikke i stand til at fremkalde sig sin egen menneskelighed. Han spørger derfor sin elskede, hvem han tilhører og hvem den stemme, der kalder, tilhører. Den hårde materialitet af metal og skruer gennembrydes, da hans elskede svarer: Det er dig. Det er dig. Hvor til patienten svarer: Så lad det være mig. Hver dag (Sørensen, 2004, 131)

Selv om sorggruppedeltagerne næppe direkte elsker hinanden, er den kalden og modtagelse af menneskelighed, som beskrives i Seebergs novelle, en beskrivelse af det kald, som også lyder sted i sorggruppen. Teologisk kan man tale om en bønfolden som den f.eks. beskrives i salmen *Af dybsens nød o Gud til dig* (DDS 496) eller i salme 42 i *Salmernes Bog*, hvor det at kalde på hinanden over afgrunden beskrives. Men også i ikke-teologisk forstand finder jeg, at der er belæg for at beskrive den andens bønfoldelse, som det, der knytter sammen.

Det peger på, hvorfor sorggruppen er så vigtig. Sorggruppen er et fællesskab, hvor der kaldes på en, og hvor man selv kalder på andre. Det er der en trøst i. At erfare denne åbenhed for hinanden og for livet, betyder, at sorgen og tabet er ikke længere centreret omkring tabet i fortiden, men åbner blikket og tanken for fremtiden – hvad end den så bringer. Sorggruppen kan dermed siges at være et tidsrum for løbende refleksion, hvor om det gælder, at sidste ord aldrig er sagt.

Litteratur

Gadamer, Hans – Georg 2004[1986]: *Sandhed og Metode*. Hans Reizels Forlag, København.

Hansen, Line og Thomas Bjørn 2010: *Sorggrupper i kirken. Fortællinger om tab, håb og fællesskab*, Religion Pædagogisk Forlag.

Hansen, Hansen og Busch 2014: *Sorggrupper i kirken. Når sorgen bæres sammen*, Religions Pædagogisk Forlag.

Sørensen, Jonas Holst 2004: "At tænke ud fra og omkring sprogets midte – en afsøgning af sprogets grænselandskab i Hans – Georg Gadamer's tænkning". I: Slagmark nr. 40 – 119 – 133.

Laila Bomose

Sognepræst i Tårnby Kirke, Københavns Stift.

E-mail: laibo@km.dk