

SPØRGSMÅL OG SVAR OM DØDEN

V. PSYKOLOG ANITTA GULDBERG – BØRN, UNGE & SORG – EN DEL AF DET NATIONALE SORGCENTER



Still fra 'Dragen i himlen'. Instruktør Martin Smatana

Introduktion

Når det kommer til spørgsmål om døden, er der meget vi ikke ved. Derfor kan vi heller ikke give helt klare svar. Men vi kan hjælpe børnene med at rumme og forholde sig til døden og det faktum, at vi ikke ved noget med sikkerhed.

Spørgsmål om døden kan vække mange følelser. Voksne kan have en tendens til at ville skåne børn for at tale om død, tab og sorg, men det er at gøre dem en bjørnetjeneste. For børn er nysgerrige og synes ikke, det er 'svære emner'. De har også brug for et sprog for døden, bl.a. for ikke at blive efterladt med svære følelser.

Nedenstående forslag til svar på spørgsmål om døden er en blanding af konkret viden og forestillinger. Svarene kan være udgangspunkt for en god dialog mellem barn og voksen.

▪ Hvor kommer man hen, når man dør?

Svar: Der er ikke nogen, der ved, hvor man kommer hen, når man dør. Der er nogen, der tror, at man kommer i himlen. At man lever på en sky eller er blevet til en stjerne. Der er også nogen, der tror, man kommer op til Gud. Andre tror, at man bliver til en blomst eller et træ. De fleste kan lide tanken om, at man kommer et rart sted hen.

Forslag til modspørgsmål: Hvor tror du, man kommer hen, når man dør? Hvordan får man mon tiden til at gå?

- **Hvordan ser man ud, når man er død?**

Svar: Man ligner sig selv. Når man dør, stopper ens hjerte med at slå og så kan blodet ikke længere pumpes rundt i kroppen. Det betyder, at kroppen og ansigtet bliver koldt at mærke på, og man kan skifte lidt farve. Ikke så man bliver helt grøn eller lyserød, men sådan lidt lysere end før.

Forslag til modspørgsmål: Hvordan er det at tænke på?

- **Hvornår bliver man levende igen?**

Svar: Når man dør, kommer man ikke tilbage som levende igen. For kroppen holder helt op med at virke, så man kan ikke blive levende igen. Men nogle kan lide at tænke på, at dem, der er døde, måske følger med i ens liv og passer lidt på én.

Forslag til modspørgsmål: Er du enig i det?

- **Kan jeg besøge den døde?**

Svar: Nej, du kan ikke besøge bedstemor/far/din kanin igen, når først de er døde. Der er ikke nogen, der ved, hvor man kommer hen, når man dør. Men nogle gange har han/hun/den et gravsted, hvor de døde er begravet, og så kan man besøge dem der. Nogle mennesker håber, de kan komme til at møde den døde i himlen eller et andet sted. Men et af de vigtige steder, man altid kan besøge den døde, er i ens tanker og minder.

Forslag til modspørgsmål: Har du et godt minde om din bedstefar/mor/kanin?

- **Kan man mærke noget, når man er død?**

Svar: Man kan ikke mærke noget, når man er død. Heller ikke hvis man pludselig får noget tungt over sin fod. Så siger man ikke "AAAAV", for kroppen er holdt op med at virke.

- **Hvorfor skal man dø?**

Svar: Kroppen kan ikke virke for evigt, og jo ældre man bliver, jo mere slidt bliver den. Til sidste orker kroppen ikke længere at virke, og så stopper ens hjerte med at slå.

Forslag til modspørgsmål: Kender du nogen, der er død?

- **Hvorfor er du ked af det?**

Svar: Jeg er ked af det, fordi jeg savner bedstefar/far/vores hund. Når nogen, man elsker, dør, så kan man ikke lade være med at ønske, at de stadig var her. Nogle gange kan man blive ekstra ked af det, og så kommer man nemt til at græde.

Forslag til modspørgsmål: Hvordan er det at se, jeg pludselig er mere ked af det, end jeg plejer?

- **Savner den døde os?**

Svar: Sådan som vi kender fx bedstefar, så savner han helt sikkert bedstemor og os.

Forslag til modspørgsmål: Savner du bedstefar? Hvis ja, hvad savner du mest?