



inge og sofie **marie**

BOFÆLLESSKABER I BEVÆGELSE



Få det bedre med sorg, død og tab

-retningslinjer ved dødsfald og sorgbearbejdelse

2. Udgave 2021

”Sorg er kærlighed, der er blevet hjemløs”



Bofællesskaberne Inge- og Sofie Maries retningslinjer ved sorg, død og tab er udarbejdet af:

Betina Bøgeholm Andersen, pædagog team 3

Mette Ostenfeld, pædagog team 7

Lisbeth Thomsen, pædagog team 4

Hannekia Foged, pædagogisk konsulent

Indholdsfortegnelse

Forord.....	4
Indledning	4
Formål.....	5
Teoretisk baggrund.....	6
Begreber og logikker	6
Begreberne sorg, død og tab.....	6
Tidslogikker	6
Individ-, gruppe- og pårørendeperspektiv	7
Forståelse af døden.....	7
Generelt	8
Før-skolebarnet < 5 år	8
Skolebarnet 5-10 år	9
Det unge barn 10 år →	9
Sorgens udtryk.....	10
Generelt	10
Sorg og beboerne	10
Sorgreaktioner hos beboere med udviklingsalderen 3-6 år.....	11
Sorgreaktioner hos beboere med udviklingsalderen 6-12 år.....	12
Sorgreaktioner hos beboere med udviklingsalderen 12 år →.....	12
Dysfunktioner ved ubearbejdet sorg	13
Sporsmodellen.....	14
Skubbe til sorg	15
Inddragelse af andre i sorgbearbejdelse	16
Servicebogen og selvbestemmelse	17
Det praktiske arbejde.....	18
Indledning	18
Det pædagogiske personale.....	18
Øvrige faggrupper.....	19
Redskaber.....	19
Min sidste vilje	19
Omsorgskassen.....	30
Sorg-kompendium	32
Mindebog.....	61
Mindehylde	80
Dialog og samspil med beboeren.....	81
Sorgtemaer	81
Åbne og skabe dialog	82
Støtte vha. 2-sporsmodellen.....	83

Håndtering af voldsomme reaktioner	84
Respekt for beboerens selvbestemmelse	84
Skabe rammer for italesættelse af sorg, død og tab	85
Udvikling af personalets faglighed	85
Sorg-beredskabsplaner.....	86
Hvad er en beredskabsplan.....	86
Beredskabsplan for beboerne	87
Kontaktpersoner og hovednumre	87
Pludselig alvorlig sygdom hos beboere	88
Ved dødsfald hos beboere.....	88
Overordnede regler ved dødsfald.....	91
Omsorgskasse.....	91
Flagregler	91
Mindehøjtidelighed	92
Dødsannoncer	92
Adresser på bedemænd i Ringsted	93
Udgifter til begravelse	93
Økonomisk hjælp til begravelse	93
Håndtering af dødsbo	94
Nyttige hjemmesider	94
Beredskabsplan for personalet	95
Kontaktpersoner og hovednumre	95
Generelt om beredskabsplan for personalet	96
Ulykke på arbejdet	96
Alvorlig sygdom i personalegruppen.....	97
Dødsfald i personalegruppen	97
Dødsfald blandt pårørende til et personale	98
Værd at vide som medarbejder ved privat tab.....	98
Sådan møder du en kollega i sorg	99
Bofællesskaberne Inge- og Sofie Maries ambulanceplan	100
Litteraturoversigt	101
Litteratur anvendt direkte i "få det bedre med sorg, død og tab"	101
Anden relevant litteratur	102

Forord

På Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie har vi fået lov til at lade os inspirere af "guiden". Dette er Bofællesskaberne Edelsvejs retningslinjer ved sorg, død og tab. "Guiden" er udarbejdet af medarbejdere i Esbjerg kommune med støtte fra Tryk Fonden.

Bofællesskaberne Inge- og Sofie Maries retningslinjer ved sorg, død og tab har fået navnet "få det bedre med sorg, død og tab - retningslinjer ved dødsfald og sorgbearbejdelse". Retningslinjerne indeholder både materiale rettet mod sorgbearbejdelse og beredskabsplaner i forbindelse med dødsfald. På Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie ønsker vi at italesætte sorg og død. Døden er ikke et spørgsmål om, *hvis* vi dør, men *når* vi dør! Vi mener at vi gennem italesættelse af emnet vil få det bedre med døden.

Set i lyset af Inge- og Sofie Maries kvalitetspolitik, er "Få det bedre med sorg, død og tab - retningslinjer ved dødsfald og sorgbearbejdelse" i overensstemmelse med denne etik, faglighed, værdier og løbende forbedringer.

Vores mål er en ønsket kvalificering hos den enkelte medarbejder og i teamsamarbejdet omkring beboerne. Vi vil kunne praktisere *nærhed i kontakten* generelt som en del af det pædagogiske fundament – også ikke mindst, når det gælder sorg, død og tab. I det pædagogiske arbejde, vil vi tage udgangspunkt i den enkelte borgers udviklingstrin, behov og ønsker for støtte og vejledning.

Indledning

Retningslinjer ved sorg, død og tab, har gennem de seneste år, været på tale på Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie. I situationer hvor vore beboere har mistet en forælder eller i tilfældet hvor en beboer døde pludseligt, har vi særligt stået med et behov for ensartede retningslinjer. Trods personalet har handlet professionelt, vil vi dog gerne sikre os en ensartet tilgang i alle teams og let adgang til arbejdsgange vedrørende sorg, død og tab.

At arbejde pædagogisk med temaet sorg, død og tab, blev vedtaget på SU og kom på Bofællesskaberne Inge- og Sofie Maries strategiplan. Dette var med henblik på at tilbyde vore beboere et kvalificeret og ensrettet tilbud.

Mange af beboerne har et begrænset verbalt ekspressivt og/eller impressivt sprog, der gør det vanskeligt at begribe det abstrakte begreb, som døden er, og at formidle en oplevet sorg videre. Flere af beboerne befinder sig på et tidligt udviklingstrin, hvor det kan være svært for andre – pårørende og vores personale – at vurdere, *om* de overhovedet eller *hvordan* de registrerer forestående død eller dødsfald omkring dem. Deres mentale begrænsninger betyder, at mange ikke kan reflektere over begivenheder eller drage erfaringer af oplevede hændelser, hvilket stiller særlige krav til bearbejdning af sorg og tab.

Kombinationen af svage kommunikative færdigheder og tidligt udviklingstrin kan betyde, at omgivelserne helt overser beboerens sorg, ikke er opmærksomme på deres specifikke

følelser eller vurderer det uhensigtsmæssigt at forsøge at forklare sorgen for dem. Beboerne kan dermed være i fare for ikke at få den helt nødvendige støtte til at håndtere deres følelser. De kan være i risiko for at blive efterladt i følelsesmæssig ensomhed.

Fagprofessionelle¹, der har langvarig erfaring med den pågældende gruppe, peger på, at ubearbejdet sorg kan komme til udtryk som en demens- eller depressionslignende tilstand. Også selvskadende eller udadrettet adfærd kan være et resultat af sorg. Begge dele kan begrænse beboerne i deres livs- og sociale udfoldelse.

Vores beboere vil som udgangspunkt ikke kunne benytte de allerede eksisterende sorgbearbejdnings tilbud, der tilbydes i samfundet. Gruppen har brug for et tilbud, som er målrettet deres særlige behov og udviklingstrin. Desuden har det betydning, at de, der formidler og støtter dem i bearbejdningen af sorg, er personer, som de allerede kender og oplever tryk i relationen til.

Formål

Gennem arbejdsgruppen har vi udarbejdet "få det bedre med sorg, død og tab - retningslinjer ved dødsfald og sorgbearbejdelse", som et opslagsværk. I kombination med kursus om emnet for fastansatte medarbejdere, vil personalet blive opkvalificerede til at håndtere beboeres små og store sorg reaktioner ved tab og død. Vi vil pointere at materialet omkring sorgprocesser hos beboere, ikke kun kan anvendes i forbindelse med døden. Sorgprocessen kan også forekomme i mange andre tabs situationer, hvor en ukendt eller uhensigtsmæssig adfærd hos en beboer kan forekomme. Materialet ligger op til, at vi skal have opmærksomhed på andre mulige tab (ex. sorg over ikke at kunne klare sig selv eller sorg over medarbejder, der fraflytter). Vi vil som personale kunne udvise nærvær, forståelse, anerkendelse og håndtere mangeartede tabs situationer på denne baggrund.

- *At den enkelte og praksisfællesskabet sammen skaber en fælles reference at arbejde ud fra og kan praktisere nærhed i kontakten – som også i situationer med sorg, død og tab. Og hvor afsættet tages i den enkelte borgers udviklingstrin, behov og ønsker for støtte og vejledning.*
- *At den fælles reference løfter praksis ud af privatsfæren, hvor den enkelte oplever usikkerhed og følelsen af at stå alene.*
- *At italesættelse, fælles reference og konkrete redskaber øger handleberedskab, ansvarlighed og overskud i forhold til håndtering af sorg, død og tab.*

¹ Se fx Svendsen, Tove (2009): "Et liv fyldt med tab: Sorg hos mennesker med udviklingshæmning", Vera, Tidsskrift for pædagoger, nr. 46, marts 2009.

Teoretisk baggrund

I det følgende afsnit præsenteres de teoretiske forståelser, som ligger til grund for, hvordan vi i praksis ønsker at arbejde med temaet sorg, død og tab – og ligeså udgøre et bagtæppe at spejle og reflektere over i vores praksis.

Begreber og logikker

”Retningslinjer ved sorg, død og tab” benytter forskellige begreber og logikker, som forklares nærmere her.

Begreberne sorg, død og tab

”Retningslinjer ved sorg, død og tab” sætter fokus på temaer knyttet til sorg, død og tab. Begreberne er tæt forbundne, men har dog sine særskilte betydninger.

Tab kan defineres som det at miste noget eller ikke længere have noget, fordi noget er taget fra én eller er blevet væk².

Sorg er en reaktion på tab. Sorg defineres som en stærk, ubehagelig følelse af savn på grund af objekttab, dvs. Tab af en person, som man er emotionelt nært knyttet til. Tabet er ofte forbundet med personens død, men det kan også være tab af kontakt, fx ved skilsmisse. Sorg har både en processide og en symptomside; der er et ’sørgearbejde’, som den sørgende går igennem. Og sorgen kan være ledsaget af symptomer som frygt, hjertebanken, søvnløshed, spisevægring, rastløshed m.m. Det er symptomer, der har paralleller til depression og ekstreme stressreaktioner³.

Død er benævnelsen for ophør af alle biologiske organismers livsfunktioner og dermed livets endegyldighed. Begrebet død kan enten bruges til at betegne en hændelse eller en tilstand⁴.

Tidslogikker

De tre nøgleord sorg, død og tab kan ses under tre forskellige tidslogikker. Det være sig *fortid*, *nutid* og *fremtid*. Det vil sige, at tab og død kan knytte sig til oplevelser, der

(1) Ligger bagud i tiden, og som har sat sig som en ubearbejdet sorg, der evt. Virker ind på beboerens nuværende adfærd og reaktionsmønstre; det kan

(2) Knytte sig til begivenheder omkring tab og død, der finder sted 'her og nu' og udløser en aktuel sorg og bestemte reaktionsmønstre; ligesom det kan

(3) Angå begivenheder, som vil finde sted på et tidspunkt ude i fremtiden – og hvor det handler om at forberede sig til denne tabsbegivenhed.

² Politikens Nudansk Ordbog med etymologi, Politikens Forlag, 2000.

³ Fra Esben Jerlang (2006): Pædagogisk-psykologisk Opslagsbog.

⁴ Fra Den Store Danske Gyldendals åbne encyklopædi og Politikens Nudansk Ordbog med etymologi, Politikens Forlag, 2000.

Individ-, gruppe- og pårørendeperspektiv

I "få det bedre med sorg, død og tab" adresseres temaet sorg, død og tab til en række forskellige persongrupper. Der er her tale om:

- (1) Beboerne på Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie
- (2) Beboernes pårørende
- (3) Personalet på Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie, herunder deres pårørende.

Persongrupperne skal ses i såvel et individ- som gruppeperspektiv. Personalet udgøres både af den enkelte ansatte og gruppen som helhed, hvor begge har en aktiv rolle at spille i forhold til – dels den enkelte beboer, dels beboerne som gruppe i forhold til deres samspil og indbyrdes interaktion. Beboerne har derudover familierelationer – pårørende – som personalet også skal have en opmærksomhed mod; både personalets direkte samarbejde med de pårørende og en opmærksomhed på beboerens relation til sine pårørende; er der brug for støtte og vejledning i relationen.

Endelig er der med temaet et fokusområde internt i personalegruppen; en opmærksomhed på, hvis en kollega eller dennes pårørende bliver ramt af sorg, død eller tab.

Forståelse af døden

Det faglige afsæt for, hvordan beboerne oplever, forstår og håndterer tab/døden er taget med udgangspunkt i bøgerne "sorg hos børn"⁵ og "sorgens ansigt"⁶, der har fokus på børns oplevelse, forståelse og håndtering heraf. Bøgerne er skrevet af henholdsvis den norske psykolog Atle Dyregrov og konsulent i kræftens bekæmpelse Jes Dige, der har mere end 20 års erfaring med børn og sorg.

Beboerne ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie har udviklingsaldrer, der kan sammenlignes med børn i alderen fra 3 år til +12 år. Her præsenteres væsentlige karakteristika for børns forståelse af døden knyttet til forskellige alderstrin. Forståelsen ændrer sig i takt med barnets tankemæssige modning. Mestring af sorg, død og tab udvikler sig parallelt hermed.

Indledningsvis gives her et citat af Atle Dyregrov, som vi finder væsentligt at tage som afsæt for vores arbejde med beboerne:

"Børn har store evner til at mestre selv de mest dramatiske situationer, hvis de oplever et voksent omsorgsmiljø, der møder dem med indsigt og forståelse."

(dyregrov, 2011, s. 13)

⁵ Atle Dyregrov (2011): Sorg hos børn – en håndbog for voksne. Dansk psykologisk Forlag, 2. udgave.

⁶ Jes Dige et. al. (2010): Sorgens ansigt: den nødvendige samtale med børn i sorg. Kræftens Bekæmpelse.

Generelt

Jes Dige (2010) peger på, at børn (under 10 år) generelt ikke har den fulde forståelse for konsekvenser af et dødsfald, men at barnet godt kan vise sorg og græde over et dødsfald.

Når barnet ikke fuldt forstår konsekvenserne af et dødsfald i deres nære relationer, hænger det sammen med, at deres relationer primært bygger på konkrete oplevelser og erindringer. Derfor kan barnet fx tænke: "hvem skal nu smøre min madpakke?" Og "hvem skal så putte mig om aftenen". Når den voksne derfor taler med barnet om personens død, har det betydning at tale konkret og ikke abstrakt. Hvis den voksne taler abstrakt, bliver barnet overladt til sin egen fantasi og gætter sig til, hvad det betyder, det, som den voksne fortæller.

Dige giver et eksempel på en abstrakt fortælling med en mor, som står overfor at skulle dø. Hun fortæller sin dreng på 7 år, at hun har talt med familiens venner, og at de har sagt, at der altid vil stå en dør på klem for ham hos dem. Drengen responderer på fortællingen ved at spørge til, hvilken dør, der står på klem, så han ikke vælger den forkerte.

Dige trækker frem, at børn under 10 år har brug for voksnes hjælp til at skabe deres historie omkring det forløb, som udløser sorg. De har derfor brug for viden om tiden både før, under og efter, fx et sygdomsforløb eller en ulykke, for at de kan skabe deres historie. Den voksne kan støtte barnet ved at sætte ord på, hvad barnet lavede med sin mor før tabet; spillede spil (navn på konkrete spil), spiste boller og hyggede om eftermiddagen m.m. Og undervejs, "mens mor var syg, spillede i spil i starten, men i slutningen læste du bøger for hende", og så fremdeles.

Før-skolebarnet < 5 år

Børn under 5 år – før-skolebarnet – forstår ikke døden som noget uigenkaldeligt. Før-skolebarnet kan lave perleplader og tegninger, som det lægger på farmors gravsted og tror, at hun kan se dem. De har heller ikke en kognitiv modenhed, der sætter liv og død ind i en sammenhængende forståelse, men ser liv og død som gentagelser, fx at man lever, så dør man, og så lever man igen. Før-skolebarnet kan finde på at sige: "hvornår kommer mormor ned fra himlen igen?".

Når børn er omkring 4-6 år begynder de at få såvel en biologisk som psykologisk forståelse af, hvad *livet* er. De begynder at forstå, at de indre organer (hjerte, lunger mv.) Har en betydning for, at vi lever – fx at vi kan trække vejret.

Før-skolebarnet forstår ikke billedsprog og metaforer som fx "han har stillet træskoene", "hun sov stille ind" eller "nu fik hun fred". Barnet har brug for en konkret og direkte forklaring på, hvad det vil sige at være død, fx at hjertet ikke slår længere eller, at hår og negle holder op med at vokse.

Før-skolebarnet opfatter sig selv som midtpunkt for, hvad der sker i livet omkring det. Derfor kan barnet føle skyld, når en nær person dør. Barnet kan tænke, at hvis jeg ikke havde været i børnehaven, så kunne jeg have hjulpet min mor, så hun ikke døde.

Derfor kan man se før-skolebarnet som det mest sårbare og hjælpeløse alderstrin, når der sker dødsfald eller andre tab omkring barnet. På grund af dets begrænsede forståelse af, hvad konsekvensen er af det, som sker, er før-skolebarnet det barn, som har mest brug for hjælp udefra. På den anden side beskyttes barnet til dels også af forestillingen om, at den døde kommer tilbage igen.

Skolebarnet 5-10 år

I alderen fra 5-10 år udvikles forståelsen gradvist af, at døden er permanent. Det begynder at forstå, at når livsfunktionerne ophører, så dør man – og at dette er noget uigenkaldeligt.

Omkring 7-årsalderen bliver forståelsen af døden udvidet til også at se den som noget uundgåeligt og universelt; alle mennesker dør på et eller andet tidspunkt. Det kan forstå døden som en ydre hændelse, fx en ulykke, eller en indre proces, fx sygdom eller høj alder. Barnets opfattelse af sig selv som midtpunkt for begivenhedernes gang aftager, og i takt hermed aftager forestillingen om, at det er skyldigt i dødsfaldet.

Skolebarnet har et større repertoire af mestringsstrategier til at møde dødsfald og kritiske hændelser. Ved at det kan skabe indre handlingsplaner, bliver barnet mindre sårbart. Barnet kan tænke sig til ting, som det aktivt kan gøre, og de handlinger, der forgår i fantasien, kan barnet omgøre, fx tilkalde en ambulance eller tage hævn.

Men omgivelserne kan også komme til at stille uheldige krav til barnet, som giver det en række tillægsproblemer. Måske får barnet at vide, at det skal være stærkt og ikke græde. Det kan barnet opleve som et pres, der påvirker koncentrationen, således at dets præstationer i skolen hæmmes. Mange børn oplever ligeledes, at det har svært ved at sove eller har mareridt om natten. Ofte myldrer tankerne frem netop ved indsovningen og arbejder om natten i underbevidstheden.

Skolebarnet kan udadtil se ud som om, at det har det godt, men indeni har barnet det svært og kæmper med mange kaotiske tanker.

Det unge barn 10 år →

Det unge barns sproglige udvikling udmøntes i en ny forståelsesramme. Det kan forstå døden mere abstrakt; og at et dødsfald har konsekvenser for resten af barnets liv. Barnet kan arbejde mere nuanceret med abstrakte begreber som del af en samtale. På trods af denne evne skal man stadigvæk sikre sig, at det unge barn har forstået, hvad der er sagt.

Det unge barn knytter ikke sorg alene sammen med konkrete hverdagsoplevelser, som det går glip af, men kan tænke på alle de drømme for fremtiden, som det ikke kommer til at dele med den afdøde. Barnet befinder sig på et kognitivt stadie, som gør det i stand til at reflektere over abstrakte emner som retfærdighed / uretfærdighed, skæbnen, det overnaturlige mv. Mange børn bliver i denne alder optaget af eksistentielle spørgsmål. Og dødsfald forstærker dette opmærksomhedsfelt.

På trods af stor modning såvel biologisk som socialt og psykologisk (større begrebsapparat og kognitiv forståelsesramme), så kan dødsfald på netop dette alderstrin føre til stærke

reaktioner. Intensiteten af følelser kan bevirke, at det unge barn skubber følelserne fra sig og undlader at konfrontere sig med, hvad der sker. Deres indre liv kan komme til udtryk i en ydre adfærd præget på den ene side af ligegyldighed og på den anden side, af flere konflikter med omgivelserne. For nogen unge kan dødsfald virke negativt ind på deres normale udvikling med løsrivelse fra forældrene og læring i forhold til tab og adskillelse.

Sorgens udtryk

Generelt

Den mest almindelige reaktion hos børn, når de oplever sorg, er angst. Sorg knytter sig til tab, og barnet oplever at miste noget, som var basalt trygt. Når den tryghed, barnet troede, det kunne regne med, forsvinder, bliver barnet bange for, om det også skal miste de relationer, som stadig er. Udover angst kan man se reaktioner som, at barnet er ked af det. Det kan reagere med forfærdelse, protest, apati og have søvnproblemer,

Nogle børn kan reagere ved at udvise, hvad omgivelser vil kalde en upassende adfærd. Fx kan en pige ønske at sove hos en legekammerat samme dag, som hendes mor er død. Andre børn kan i en længere periode efter et dødsfald lade som om, at intet er hændt. Adfærden er udtryk for forskellige overlevelsesstrategier; forsøg på at skubbe de smertefulde følelser væk, mens andre taler om den afdøde igen og igen, vil se på billeder, bære ting på sig fra den afdøde osv. Sådanne strategier kan anskues som overgangsobjekter, der i sig selv kan virke smertelindrende og skabe ro, men også medvirke til at genskabe en tabt virkelighed.

Sorg og beboerne

Sorg er ifølge psykolog Tove Svendsen⁷ en overset og undervurderet faktor i udviklingshæmmedes liv. Der har i mange år været en antagelse om, at udviklingshæmmede ikke sørgede. Det har medført, at mange udviklingshæmmede går rundt med en ubearbejdet sorg, fordi omgivelserne har villet skåne dem og derfor ikke har talt med dem om det. Svendsen henviser til nyere forskning, der viser, at mellem 50-60 % af akut ændret adfærd hos udviklingshæmmede skyldes ubearbejdet sorg.

Udviklingshæmmede er kendetegnet ved en forsinket eller lavere udviklingsalder. De kan derfor have svært ved at forstå døden og deres egen dødelighed. Det betyder, at deres sorg ofte tager afsæt i adskillelsen frem for selve tabet. Derfor mærker de følelser som frygt for at være alene, forladthed og længsel efter nærvær. For omgivelserne kan det virke som en overfladisk sorg, men handler i virkeligheden om, at de udviklingshæmmede udtrykker deres sorg anderledes end andre⁸.

⁷ Tove Svendsen (2007): Den skjulte sorg, Videns Tema nr. 1

⁸ Hillerød Kommunikationscenter (2009): "Ikke et ord om døden – om sorgplaner på specialtilbud", Kræftens Bekæmpelse, <http://www.kc-hil.dk/da/viden-og-formidling/produkter/vaerktjojskasse-til-sorgplaner>

Alle beboerne på Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie har en psykisk udviklingsforstyrrelse, som påvirker deres adfærdsmønster i forbindelse med sorg og kriser. Nogle af dem har svært ved at udtrykke deres sorg, fordi de har et begrænset sprog.

På Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie bygger vi i vores socialpædagogiske arbejde på en neuropædagogisk tilgang. Neuropædagogik tager, enkelt sagt, afsæt i en viden om, hvor i hjernen den udviklingshæmmede er fejludviklet/skadet, hvilken betydning det har for adfærd og funktioner, og benytter en pædagogik, hvor man søger at gå ad de velfungerende veje i hjernen.

Mange af vores beboere fungerer dårligt i deres frontallapper (præ-frontal cortex). Det betyder, at de har svært ved at huske, skabe overblik og at afstemme sig i forhold til en situation. Når en beboer således ikke forstår, hvad der foregår omkring sig, er det et almindeligt respons at give op eller trække sig. For omgivelserne kan det se ud som, at beboerne er ligeglade. Men i virkeligheden kan det handle om, at de har mistet troen på, at nogen kan eller vil hjælpe dem. Jes Dige pointerer, at det er vigtigt at få hjælp til at skabe orden i det kaos, der ofte opstår inde i et menneske i forbindelse med en krise. Vores beboere har brug for hjælp og støtte til at forstå, hvad der sker omkring dem og til at skabe overblik.

Vores beboere har ligeledes meget svært ved at skifte spor og lave nye strategier i hjernen. De reagerer ved at blive udadreagerende og at kæmpe (sympaticus nervesystemet) eller ved at blive passive og opgivende (dorsale vagus nervesystem). Beboerne er ikke i stand til at styre sig selv eller berolige sig selv. De har brug for at blive reguleret (ventrale vagus nervesystem) af det pædagogiske personale. Nogen kan godt sætte ord på deres følelser, men har vanskeligt ved at forstå deres følelser og derved komme videre. De har brug for at "koble sig på" vores nervesystem og blive reguleret. Derfor er det vigtigt, at personalet selv har forholdt sig til døden, tør sætte døden i tale og har forskellige handlemuligheder i forhold til at kunne hjælpe den enkelte borger.

I de følgende afsnit beskrives borgernes sorgreaktioner og -proces knyttet til deres forskellige udviklingsaldrer. Afsnittene tager udgangspunkt i den teoretiske viden om børn og sorg, som er præsenteret i et tidligere afsnit, samt de erfaringer, vi har gjort med vores borgere.

Sorgreaktioner hos beboere med udviklingsalderen 3-6 år

Man kan se følgende reaktioner hos beboere med en udviklingsalder mellem 3 og 6 år:

- De påvirkes af stemningen i omgivelserne; de græder, når andre græder.
- De har svært ved at udtrykke verbalt, hvorfor de er kede af det. Måske siger de: "jeg kan ikke lide det".
- De kan føle, at de er syge, fordi de er kede af det.

- De kan flytte sig lynhurtigt mellem de to spor i 2-spors modellen⁹, dvs. Det ene øjeblik græder de (tabs-sporet), og det næste øjeblik tænker de på, hvad de skal have til aftensmad (genindførsels-sporet).

De har brug for hjælp til:

- At blive trøstet; de ved ikke, at det bliver godt igen.
- At få konkrete informationer, symboler og fotos (se senere afsnit 4 "det praktiske arbejde").

Sorgreaktioner hos beboere med udviklingsalderen 6-12 år

Man kan se følgende reaktioner hos beboere med en udviklingsalder mellem 6 og 12 år:

- De kan sætte ord på, hvad der konkret gør dem kede af det, fx "jeg græder, fordi min farfar er død".
- De vil gerne fortælle om deres sorg, men synes også, at det kan være svært at tale om det at miste; bagefter kan de fortælle, at det var godt at få talt om det.
- De har ofte brug for et knus, men kan have svært ved selv at spørge om det.
- De påvirkes emotionelt af hændelser, men kan trøste sig selv. De kan have brug for at være alene eller sammen med vennerne.
- De kan blive angste for at dø, når en pårørende bliver syge.

De har brug for hjælp til:

- At få sat ord på deres følelser og at forstå betydningen af begreber som sorg, angst osv. Fordi døden er endegyldig, har de brug for konkret information som fx "han er død".

Sorgreaktioner hos beboere med udviklingsalderen 12 år →

Man kan se følgende reaktioner hos beboere med en udviklingsalder over 12 år:

De kan kommunikere om døden på et mere abstrakt niveau.

- De ved, at døden er universel og kan se den i et større perspektiv. De forstår, at døden har en endegyldig konsekvens.
- De begynder at tænke over, at de selv engang skal dø.
- De kan sætte ord på, hvad der konkret gør dem kede af det, fx sige "jeg har det svært, fordi min mor er død".
- De kan være meget optaget af egne behov.
- De kan lytte til hinanden og trøste hinanden.
- De har stadig et stort behov for at blive mødt i deres oplevelser af tab, selvom de har flere kommunikative kompetencer.

⁹ 2-spors modellen er præsenteret i afsnit 3.4.

Dysfunktioner ved ubearbejdet sorg

Fagprofessionelle¹⁰ påpeger, at ubearbejdet sorg kan komme til udtryk hos denne gruppe beboere som en demens- eller depressionslignende tilstand, som misforstås og evt. Fejlagtigt medicineres. Også selvskadende eller udadrettet adfærd kan være et resultat af sorg, hvilket dels kan begrænse beboerne i deres livs- og sociale udfoldelse dels påvirke beboermiljøet som helhed med utryghed og usikkerhed til følge.

Som personale skal man være opmærksom på følgende symptomer eller adfærd hos beboere, der oplever sorg, død eller tab:

- Beboeren har svært ved at sove
- Beboeren har ikke det samme overskud som vanligt
- Beboeren bliver nemt ked af det eller hurtigt vred
- Beboeren føler sig forkert
- Beboeren oplever sig trist til mode
- Beboeren har ikke lyst til at gå på arbejde
- Beboeren isolerer sig fra fællesskabet
- Beboeren har svært ved at være alene i egen lejlighed
- Beboeren føler sig ensom
- Beboeren har angst
- Beboeren fremstår depressiv.

¹⁰ Se fx Svendsen, Tove (2009): "Et liv fyldt med tab: Sorg hos mennesker med udviklingshæmning", Vera, Tidsskrift for pædagoger, nr. 46, marts 2009.

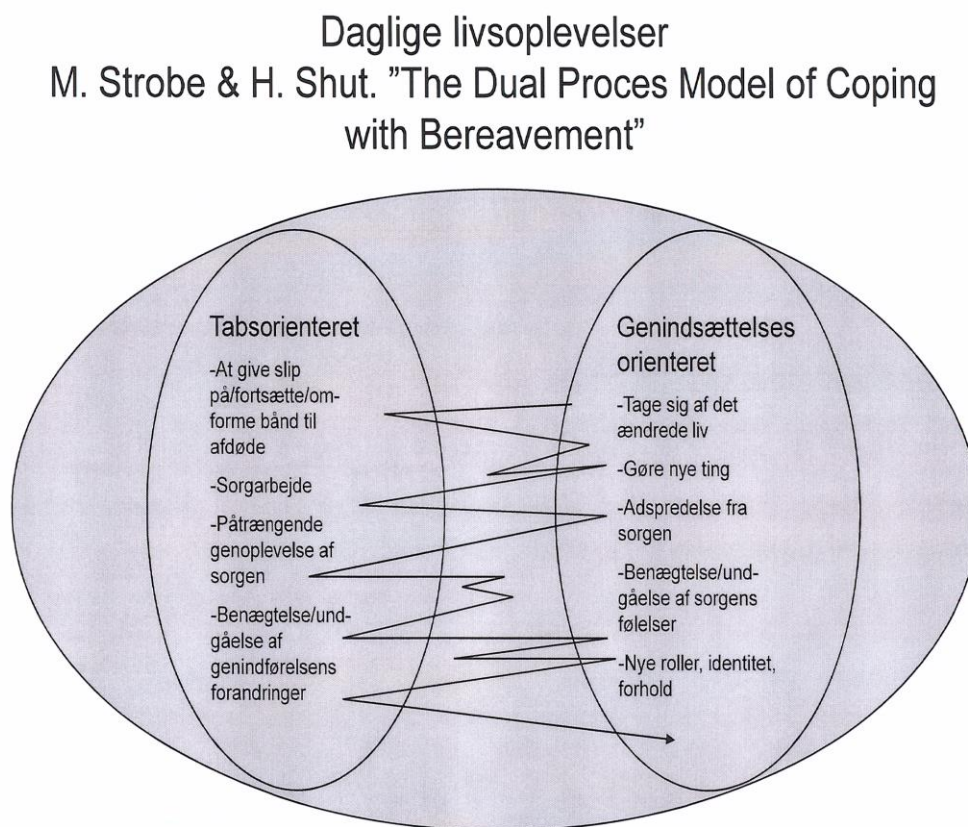
Sporsmodellen

2-sporsmodellen er udviklet af de hollandske psykologiprofessorer Margaret Stroebe og Henk Schut. De to har i mange år forsket i sorgprocesser og effekten af sorgintervention, samt bidraget til udbredelse af den nyeste viden inden for området.

2-sporsmodellen er et forsøg på at integrere de allerede eksisterende teorier om sorg og sorgbearbejdning, snarere end en helt ny teoretisk model. Modellen forsøger at give et nuanceret bud på, hvad sorg er. Den frigør sig fra den tidligere tænkning, hvor sorgarbejde foregår via faser. Men modellen fastholder opfattelsen af, at sorg består i et stykke psykologisk arbejde, der skal gøres, bl.a. Via følelsesforløsning. Det centrale i modellen er vekselvirkningen mellem konfrontation med og undgåelse af tabet¹¹.

I den naturlige sorgproces er der en vekselvirkning mellem de to spor hele vejen gennem

Sorg beskrives i 2-sporsmodellen som en kompleks og dynamisk proces, der hjælper den efterladte med at tilpasse sig sin nye situation ved at veksle mellem to spor. De to spor betegnes *tabssporet* og *genindfølelsessporet*.



Figur 1. 2-sporsmodellen. Modellen er fra Maja O'Connor (2006): "omsorg"

¹¹ Maja O'Connor (2006): "Omsorg", Nordisk tidsskrift for palliativ medicin, Nr. 1.

Modellens venstre cirkel illustrerer tabssporet og den højre cirkel genindførelsessporet. De to spor beskrives således:

- I **tabssporet** håndterer man de følelser og udfordringer, som tabet direkte har medført, fx "jeg har mistet min mor". Man benægter eller undgår at beskæftige sig med de forandringer for det nutidige og fremtidige liv, tabet har medført.
- I **genindførelsessporet** sigter man mod at genindføre den efterladte i den forandrede verden, som tabet har medført. Følelser fylder også meget i dette spor, men følelserne relaterer sig her mere til nutiden og fremtiden, samt den efterladte selv, end til fortiden og den mistede person. Centralt er, at den efterladte i dette spor får rum til at holde fri fra det følelsesmæssigt belastede sorgarbejde.

Personer, som kun befinder sig i tabssporet skal hjælpes blidt over i genindførelsessporet og introduceres til nye redskaber og fremtidsrettede mestringsstrategier. De skal hjælpes til at skabe nyt livsindhold, måske skal de præsenteres for nye interesser eller nye mennesker¹².

De personer, der kun er i genindførelsessporet, har brug for støtte til at forholde sig til følelserne omkring tabet og at udholde sorgen.

Hvis personen ikke hjælpes til at veksle mellem sporene/rummene, er der risiko for depression

2-sporsmodellen udvider normalitetsbegrebet i forhold til sorg, fordi der ikke bliver én rigtig eller forkert måde at sørge på. Det hjælper omgivelserne – os som personale – til at fokusere på, hvilket spor borgeren befinder sig i og at holde øje med, om der sker en sund vekslen mellem de to spor, frem for at vurdere, om beboeren sørger på den rigtige eller forkerte måde.

Skubbe til sorg

Det er ikke unaturligt som personale at stille sig det spørgsmål, om man ikke – ved at tale med borgeren om sorg – kommer til at tale en sorg frem, som borgeren måske ikke har. Eller at tænke, at ved at tale om sorg, så gør man en borger ked af det, som ellers ikke så ked af det ud.

Rigtig mange børn – og udviklingshæmmede – er efterladt alene med sorg, fordi omgivelserne i et misforstået hensyn ikke taler med barnet (den udviklingshæmmede) om sorg. Jes dige slår fast, at det er vigtigt at voksne taler med børn om sorg. Den voksne skal turde spørge ind til, hvad der er sket, hvad de tænker, og lytte anerkendende til det, de fortæller. Tove Svendsen peger på, at man ikke kan gøre den udviklingshæmmede mere ked af det, end de allerede er, ved at tale med dem om sorg og tab. Hun fremhæver, at det er personalet, der har ansvaret for kontakten og for at inddrage den udviklingshæmmede – ikke skåne dem.

¹² Trine Reippert Knudsen (2010): "Kunsten at skifte spor", Videnscenter for Psykiatri og Udviklingshæmning. ViPU Viden 12. årgang, nr. 2.

Ærlighed og åbenhed omkring tab og død er vigtigt, fordi:

- Tavshed og fortielse skaber angst hos børn.
- Manglende informationer omkring dødsfald kan forværre sorgen, da børns fantasi og årsagstænkning kan påvirke sorgen negativt. Børn har ofte to versioner af et dødsfald. En de har overtaget fra omgivelserne og en, som er bygget op af fantasi.
- Omskrivninger af døden, som fx "han sov stille ind", kan skabe forvirring og angst hos børn.
- Ceremonier og ritualer omkring døden, fx udsyngning¹³, at se den døde, deltage i begravelse osv., er med til at forhindre fantasier og gøre det uvirkelige virkeligt.

Inddragelse af andre i sorgbearbejdelse

Det er en gennemgående overbevisning i denne "retningslinjer ved sorg, død og tab", at vores beboere – ligesom børn – har brug for (voksen)hjælp til at bearbejde deres sorg. Det væsentlige er, at hjælpen kommer fra voksne, som beboeren har tillid til – og ikke fra professionelle i terapeutisk forstand. For det, vi som personale tilbyder, er samtale og nærvær i kontakten – ikke terapi eller behandling.

Som det allerede er fremhævet, så handler det først og fremmest om at personalet tør spørge ind til, hvad der er sket, hvad beboerne tænker, og lytte anerkendende til det, de fortæller. Og derudover at bruge 2-sporsmodellen til at understøtte, at beboeren ved sorgreaktioner har en sund vekslen mellem de to spor.

Men der *kan* være situationer, hvor en borger kan have brug for mere hjælp end personalet kan tilbyde. Kræftens bekæmpelse¹⁴ peger på, at hvis børn udviser følgende tegn, så kan det være udtryk for et behov for professionel terapeutisk hjælp:

- Barnet trækker sig tilbage fra venner og voksne
- Barnets væremåde ændres drastisk og vedvarende
- Efterreaktionerne er stærke og vedvarende
- Barnet taler om at skade sig selv eller at tage sit eget liv
- Barnet reagerer med stærke selvbebrejdelser
- Barnet grubler konstant over det, der er sket.

Hvis en af vores beboere udviser tilsvarende tegn skal personalet inddrage en leder, som træffer beslutning om, hvad der videre skal ske.

¹³ Udsyngning er en gammel skik, hvor afdøde bliver sendt på sin sidste rejse med sange eller salmer fra det sted, vedkommende sov ind. Man kalder det at synge afdøde ud.

¹⁴ Fra Kræftens Bekæmpelses hjemmeside: <http://www.cancer.dk/omsorg/born+i+sorg/hjaelper+barn+sorg/>

Serviceoven og selvbestemmelse

Bofællesskaberne Inge- & Sofie marie er et døgnstøttetilbud til voksne med psykiske funktionsnedsættelser og dermed omfattet af serviceloven¹⁵.

Serviceovens formål er at fremme den enkeltes mulighed for at klare sig selv eller at lette den daglige tilværelse og forbedre livskvaliteten. Af loven fremgår, at personalets hjælp skal tilrettelægges på baggrund af en konkret og individuel vurdering af den enkelte persons behov og forudsætninger og i samarbejde med den enkelte¹⁶.

I samme lov – § 81 – angives det, at der skal ydes en *særlig* indsats, når servicen vedrører voksne med nedsat fysisk eller psykisk funktionsevne eller med særlige sociale problemer. Her lyder formålet:

- At forebygge, at problemerne for den enkelte forværres
- At forbedre den enkeltes sociale og personlige funktion samt udviklingsmuligheder
- At forbedre mulighederne for den enkeltes livsudfoldelse gennem kontakt, tilbud om samvær, aktivitet, behandling, omsorg og pleje og
- At yde en helhedsorienteret indsats med servicetilbud afpasset efter den enkeltes særlige behov i egen bolig, herunder i botilbud efter lov om almene boliger m.v. Eller i botilbud efter denne lov.

Når kravene fra serviceloven kobles til temaet om sorg, død og tab, ligger der altså en forpligtelse hos personalet til at forholde sig aktivt til dette område med sigte på at *forbedre* livskvaliteten hos beboeren samt *forebygge*, at problemer i den sammenhæng forværres. Men også at gøre dette i samarbejde med beboeren og ud fra den enkelte beboers forudsætninger og behov.

En nærlæsning af serviceloven viser, at den på den anden side også er gennemsyret af en central ideologi om *selv at kunne bestemme* og påvirke eget liv.

Dette vigtige udgangspunkt kan skabe et dilemma i forhold til udøvelsen af den pædagogiske praksis omkring beboerens sorg og tabsoplevelser. Hvornår udøves den pædagogiske praksis under respekt for beboerens selvbestemmelse og med en samtidig hensigt om at forbedre beboerens livskvalitet?

Psykolog Eva Kirketerp behandler dette dilemma i artiklen "selvbestemmelse"¹⁷ og trækker frem, at hvis selvbestemmelse ikke skal blive, hvad hun kalder et "frikort til omsorgssvigt", så forudsætter det kompetencer til selvbestemmelse hos beboeren. Hvis beboere ikke har sådanne kompetencer, siger hun, bliver det personalets opgave at "låne" beboeren de kognitive redskaber, der skal til, for at kunne udøve selvbestemmelsen på ansvarlig vis.

Væsentlig bliver således at håndtere sorg ud fra en bevidsthed om beboerens kognitive formåen og udviklingsalder – således som det netop er beskrevet og foldet ud i hovedafsnit 3.

¹⁵ Bekendtgørelse af lov om social service. Lovbekendtgørelse nr. 810 af 19/07/2012.

¹⁶ Serviceloven, §1, stk. 2 og stk. 3.

¹⁷ Eva Kirketerp (2008): "Selvbestemmelse", ViPU Viden nr. 3.

Det praktiske arbejde

Indledning

Vi ønsker på Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie at *praktisere nærhed i kontakten* med vores beboere – også når det gælder om at håndtere sorg, død og tab. Sorg, død og tab kan knytte sig til begivenheder, beboerne allerede har oplevet, og begivenheder, som kommer til at ske.

Redskaberne kan bruges hver for sig, men også kombineres alt efter, hvilken situation den enkelte beboer eller gruppen af vores borgere står i.

- Redskabet "min sidste vilje" kan benyttes som opfølgning på en spontan samtale med en beboer omkring døden. Men det kan også bruges debatskabende til et fællesarrangement på et af vores afsnit efter at beboerne fx har set en film, der behandler døden eller tab mere generelt. Således kan det være en begivenhed hos én beboer, der bliver igangsætter for et pædagogisk forberedt fællesarrangement.
- Omsorgskassens kompendium med piktogrammer og "opgaver" kan tages i brug, når personalet bliver opmærksomt på, at en beboers nærmeste pårørende er alvorligt syg og kan betyde drastiske omvæltninger for beboerens hverdag og rytme. Og så fremdeles.

Opsamlende for vores arbejde med beboere om sorg, død og tab er at betragte dette felt som ligeså væsentligt som at sikre beboerne mad, samvær og aktiviteter. Det er et arbejde, der forudsætter personalets løbende opmærksomhed og aktive forholde sig til. Arbejdet sker i en vekselvirkning mellem respons på konkrete begivenheder og her-og-nu ytringer fra beboerne – og som planlagte pædagogiske handlinger i en forberedelse af kommende begivenheder eller potentielle reaktioner fra vores beboere.

Det er et arbejde, der lægger op til, at den enkelte pædagog handler, men også at handlinger bliver drøftet i fagfællesskabet og nogle gange i personalegruppen som helhed. Og dette for at løfte opgaven væk fra alene at være et individuelt ansvar til også at være kollektivets ansvar og et fælles udviklingsrum. Vi kan bruge den enkeltes erfaringer til løbende at lære af hinanden, samt understøtte at vores arbejde med den enkelte beboer gøres til genstand for fælles målsætninger og handleplaner.

Det pædagogiske personale

Der er ansat pædagogisk og sundhedsfagligt personale i alle teams på Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie. Hver beboer har tildelt to kontaktpersoner, som varetager de primære opgaver omkring beboerne.

Det pædagogiske personale varetager de primære støttende og vejledende funktioner over for beboerne. Det er kontaktpersonerne, der er ansvarlige for at anvende de udviklede redskaber og dialogværktøjer fra "få det bedre med sorg, død og tab". Kontaktpersonerne drøfter beboernes respons på disse redskaber med henblik på planlægning og udvikling af det pædagogiske arbejde.

Det er via sådanne drøftelser, at nye ideer til, hvordan redskaberne kan bruges hver for sig og sammen (metodeudvikling) eller behovet for supplerende redskaber opstår. Eksisterende redskaber vedligeholdes og evalueres.

Øvrige faggrupper

”få det bedre med sorg, død og tab” retter sig også til det øvrige personale ved Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie. Det gælder såvel medarbejdere i dagtilbuddet som kontor- og øvrigt servicepersonale.

Kontor- og øvrigt servicepersonale inddrages i det praktiske arbejde, når der sker et dødsfald blandt beboerne. Det kan være i forhold til indrykning af en dødsannonce, henvisning til bestemte kontaktpersoner, flaghejsning eller opstilling af stole til gennemførelse af en mindehøjtid. Men det kan også være støtte gennem materialet ”hvordan hjælper vi os selv og hinanden efter chokerende oplevelser”, når en kollega mister en pårørende eller at skulle bestille en bærebus til en kollegas begravelse.

Redskaber

I dette afsnit præsenteres de enkelte redskaber, som er udviklet af de ekspertiseansvarlige til brug for det pædagogiske arbejde i hverdagen med beboerne.

Redskaberne udgøres af følgende værktøjer:

- Min sidste vilje
- Omsorgskassen
- Sorg-kompendium
- En kirkelig begravelse
- Mindebog
- Mindehylden.

Min sidste vilje

Hvad er min sidste vilje

Min sidste vilje er et dokument, hvor en person – før sin død – skriftligt giver udtryk for sine ønsker til begravelse, højtideligheden og selve forløbet.

Ved at udfylde min sidste vilje får man selv tænkt igennem, hvilke ønsker man har for sin begravelse og forløbet. Man hjælper samtidig de efterladte i en svær tid, som undgår at blive stillet i tvivl om, hvad der er afdødes ønsker.

Hvordan bruges min sidste vilje

Når min sidste vilje udfyldes sammen med en beboer, er det væsentligt:

- At samværet foregår i trygge og vante rammer
- At der afsættes den nødvendige tid til at være til stede
- At indholdet gennemgås og forklares ud fra beboerens behov og udviklingsalder.

Du kan bruge min sidste vilje på følgende måde:

- Introducere beboeren til redskabet som opfølgning på en samtale, hvor beboeren ytrer ønsker i denne retning, eller fordi du vurderer, at beboeren vil opleve det som en støtte og hjælp.
- Introducere beboeren til redskabet som del af en fælles præsentation af redskabet for flere beboere, fx som element i et arrangement, hvor temaet sorg, død eller tab behandles.
- Sikre dig, at beboeren har en forståelse af, hvorfor redskabet bringes i spil nu: (1) er det et led i en forberedelse, som alle mennesker kan gøre sig, fordi alle skal dø på et tidspunkt; (2) er det fordi, beboeren har været optaget af sådanne spørgsmål; (3) er det fordi, beboeren er i risiko for snart at kunne dø osv. Det centrale er, at beboeren ikke får en fantasi om, at han/hun snart skal dø, hvis dette ikke er rigtigt.
- Udfylde min sidste vilje på én gang eller tage den frem over nogle gange – alt efter beboerens koncentrationsevne eller afklaring af ønsker.
- Tale med beboeren om eventuel inddragelse af eller orientering til pårørende om, at min sidste vilje udfyldes eller er udfyldt.
- Være bevidst om, at udfyldelse af min sidste vilje kan sætte en proces i gang i forhold til, at beboerens pårørende også udfylder deres "min sidste vilje". Her kan det ligeledes have betydning, at personalet hjælper med at afklare konteksten for beboeren, dvs. Hvorfor pårørende udfylder redskabet nu: er døden nært forestående?

Redskab: min sidste vilje

Redskabet følger på næste side.



**”for ikke at stille mine
Pårørende i tvivl, har jeg
Nedskrevet mine ønsker
I forbindelse med min død”**



inge og sofie marie

BOFÆLLESSKABER I BEVÆGELSE

Min sidste vilje

Jeg har lavet "min sidste vilje" for at kunne fortælle mine pårørende eller andre om mine ønsker til min begravelse og forløbet omkring denne.

De dele af min sidste vilje, som er udfyldt, er det, der betyder noget for mig.



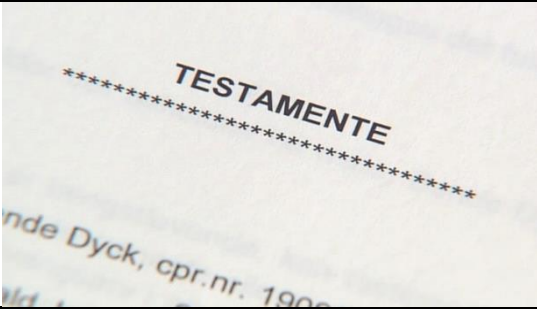
Jeg hedder:			
Min adresse:			
Postnummer:		By:	
Mit cpr-nr.:			

Ved min død skal følgende person/personer kontaktes:

Relation:			
Navn:			
Adresse:			
Postnummer:		By:	
Telefonnr.:			

Relation:			
Navn:			
Adresse:			
Postnummer:		By:	
Telefonnr.:			

Dette er min sidste vilje

<input type="checkbox"/> Jeg er medlem af folkekirken			
			
<input type="checkbox"/> Jeg er <i>ikke</i> medlem af folkekirken	Andet:		
<input type="checkbox"/> Jeg er medlem af sygeforsikringen danmark			
			
<input type="checkbox"/> Der skal tages kontakt til dette/disse forsikringsselskab(er):			
<input type="checkbox"/> Jeg har oprettet testamente, som opbevares:			
			
<input type="checkbox"/> Jeg vil gerne bortgive disse ting til disse personer:			
Navn:		Hvilken ting:	
Navn:		Hvilken ting:	
Navn:		Hvilken ting:	
Navn:		Hvilken ting:	

Jeg ønsker at blive begravet



Jeg ønsker at blive brændt



Jeg ønsker at blive begravet på denne kirkegård:

Jeg ønsker at ligge i gravsted



Jeg ønsker at ligge med en plænesten



Jeg ønsker at ligge i fællesgraven



Jeg ønsker at ligge i de ukendtes fællesgrav



Jeg har andre specielle ønsker:

Jeg vil gerne, at min gravsten skal se sådan ud:

Natursten:	<input type="checkbox"/>	Glat sten:	<input type="checkbox"/>	Plænesten	<input type="checkbox"/>	Andre ønsker:	
------------	--------------------------	------------	--------------------------	-----------	--------------------------	---------------	--





Denne tekst ønsker jeg på stenen (eksempel):

Andre ønsker:

<input type="checkbox"/> Jeg ønsker, at begravelsen foregår fra kirken	Helst fra denne kirke:	
		
<input type="checkbox"/> Jeg ønsker, at begravelsen foregår fra følgende kapel/krematorialesal:		
		
<input type="checkbox"/> Jeg ønsker, at min begravelse/bisættelse finder sted i stilhed		
<input type="checkbox"/> Jeg ønsker dødsannonce i avisen		
	<div style="text-align: center;">  Vor kære Fornavn Efternavn Er pludselig gået bort d. 12.12.2012 ★ Født d. 12-12-1912 † Død d. 12-12-2012 Pårørendes navne <small>Begravelsen foregår mandag d. 16.12.2012 kl. 13.00 fra Denne Kirke</small> </div>	
<input type="checkbox"/> Specielle blomster eller farver jeg holder af, og som jeg ønsker at have i min bårubuket		
		
<input type="checkbox"/> Jeg ønsker, at min kiste skal være hvidmalet		

	
<input type="checkbox"/>	Jeg ønsker, at min kiste skal være malet i denne farve:
<input type="checkbox"/>	Jeg ønsker, at min kiste skal være af træ og i denne træsort:
	
<input type="checkbox"/>	Jeg ønsker, at min urne skal have denne farve:
	
<input type="checkbox"/>	Tøj, som jeg ønsker at blive begravet i:
	
<input type="checkbox"/>	I stedet for blomster til min begravelse Vil jeg gerne, at der gives penge til:

<input type="checkbox"/>	Jeg ønsker, at disse sange/salmer bliver sunget:		
	Salme:		Salme:
	Salme:		Salme:
<input type="checkbox"/>	Jeg ønsker, at dette musikstykke bliver spillet:		
<input type="checkbox"/>	Jeg ønsker, at rustvognen skal køre forbi:		
			
<input type="checkbox"/>	Jeg ønsker, at der bliver afholdt efterfølgende mindesammenkomst		
	Mindesammenkomsten Skal gennemføres således:		
			
<input type="checkbox"/>	Jeg ønsker <i>ikke</i> , at der bliver afholdt mindesammenkomst		



Jeg ønsker, at mine nærmeste opfylder *"min sidste vilje"*

Dato:		Underskrift:	
Udarbejdet i samarbejde med:			

Omsorgskassen

Hvad er en omsorgskasse

En omsorgskasse er, som ordet antyder og billederne viser, en kasse indeholdende en række remedier og materialer, der kan støtte personalets samspil og samvær med beboere i sorg og krisesituationer.



Omsorgskassen indeholder fx følgende:

- Flag
- Stearinlys og lighter
- Papir, malebog og tuscher
- Billedbøger og sangbøger
- Et tøjdyr
- Engangsservietter
- Sorg-kompendium med piktogrammer og beskrivelser af begivenheder (se beskrivelse af redskabet i afsnit 4.3.3. "sorg-kompendium")
- En kinabog.

Indholdet er valgt ud fra, hvad der kan hjælpe den enkelte beboer til at forstå og udtrykke sin sorg. Kassen er bredt sammensat, så den niveaumæssigt tilgodeser beboernes forskellige udviklingsaldrer.

Kinabogen er til brug for personalet, som kan skrive stikord ned fra sin oplevelse med beboeren. Efterfølgende skrives oplevelsen i "bosted". Dette gøres ved, at man går ind i fora og opretter en ny tråd under 'udveksling omkring sorg, død & tab'. På denne måde deles erfaringer på tværs af afdelingerne. Der kan fx skrives i bosted med afsæt i følgende spørgsmål:

- Hvilke materialer brugte jeg?
- Hvordan brugte jeg materialerne helt konkret (metodisk) i samspillet med beboeren?
- Hvad var godt?
- Hvad var vanskeligt?
- Hvordan reagerede beboeren?
- Hvilke refleksioner gør jeg mig i forhold til processen?

Hvordan bruges omsorgskassen

Når kassens indhold skal bruges sammen med en beboer, er det væsentligt:

- At samværet foregår i trygge og vante rammer
- At der afsættes den nødvendige tid til at være til stede som støtte for beboeren
- At materialerne udvælges ud fra beboerens behov og udviklingsalder.

Du kan bruge kassens materialer på følgende måde:

- *Flaget* sættes på halvt – som det gøres på vores udendørsarealer eller som beboeren kommer til at opleve det ved kirken – for at mindes den døde. Måske skal 'flaget på halvt' forklares for beboeren, som måske kun kender 'flaget på helt' i forbindelse med fødselsdage og festlige lejligheder.
- *Stearinlyset* tændes for at mindes den afdøde. Brugen af stearinlys på denne måde kan ligeledes være nødvendigt at forklare.
- *Tøjdyret* kan bruges tryghedsskabende som kramme/nussedyr. Det kan også være at beboeren selv har sit eget tøjdyr, som kan tages frem.
- Beboeren kan tegne en *tegning* som led i at udtrykke sine følelser eller for at have den med til begravelsen / til kisten. Selve tegningen kan gøres til genstand for en mindesamtale om den afdøde. Beboeren skal muligvis støttes i, hvad han / hun kan tegne.
- I kan *synge* sammen. Det kan være en sang, der handler om afsked / håb og som måske skal synges til begravelsen. Det kan være en sang, som afdøde særligt holdt af eller som beboeren og den afdøde sang sammen.
- I kan *læse* en af børnebøgerne om død, begravelse og sorg sammen afstemt efter beboerens udviklingsalder og anledning til borgerens sorg (se fx afsnittet 5.3.1. "sorgtemaer").

- I kan tale om de forskellige *begivenheder*, som kommer til at foregå ved hjælp af beskrivelserne, som ligger i omsorgskassen. Det kan være om begravelse, mindehøjtidelighed, præstens tøj, symboler i kirken, blomsterkranse, om kisten, jordpåkastelse etc.
- I kan også tale om beboerens *følelser* ved at benytte redskaberne i kompendiet til at give følelserne og sorg en farve eller finde ud af, hvilke følelser, som borgeren kan mærke.
- Det kan være, at beboeren ønsker, at én af de andre beboere er med i samværet.
- Oplevelser med beboeren knyttet til brugen af disse redskaber kan – efter aftale med beboeren – også formidles til pårørende, som herigennem kan støtte beboeren i dennes sorgproces.

Redskab: omsorgskassen

Der findes en omsorgskasse i hvert hus på Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie. Spørg, hvor kassen i dit hus er placeret.

Sorg-kompendium

Hvad er et sorg-kompendium

Sorgkompendiet er et materiale bestående af en række billeder eller opgaver, som personalet kan bruge til at støtte samtaler og samvær med beboeren om sorg, død og tab.

Beboerne ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie har begrænsede kognitive ressourcer (se fx afsnit 3) og har derfor brug for materialer, der er tilpasset deres udviklingsalder. Fælles for mange af beboerne er vanskeligheder med at forstå det verbale sprog og abstrakte begreber. Indlæring og støtte via billeder – det visuelle – og begivenheder vist som konkrete billeder i en bestemt rækkefølge – er hjælpsomt for vores beboere.

Kompendiet kan også betragtes som et fælles tredje. Ved at gøre brug af et kognitivt artefakt støttes beboeren i at tale om at have det svært eller det at miste, fordi det direkte fokus på beboeren flyttes væk og i stedet over på billederne. Beboeren kan således skabe en konstruktiv distance til det følelsesmæssigt vanskelige.

Kompendiet tager afsæt i kræftens bekæmpelses undervisningsmateriale rettet mod børn i alderen fra børnehaveklasse til 8. Klasse.

Hvordan bruges sorg-kompendiet

Når kompendiet bruges sammen med en beboer, er det væsentligt:

- At samværet foregår i trygge og vante rammer
- At der afsættes den nødvendige tid til at være til stede som støtte for beboeren
- At materialerne udvælges ud fra beboerens behov og udviklingsalder.

Du kan bruge sorg-kompendiet til følgende og på følgende måde:

- Til alle former for samvær og samtale med beboere om sorg, død og tab. Det kan være begivenheder, der *har fundet sted*, det kan være til at drøfte de tab, som beboeren oplever ved at være anderledes (se afsnit 5.3.1. "sorgtemaer"), det kan være begivenheder, som *lige er sket* eller forberedelse til en begivenhed, der på kort eller længere sigt *kommer til at ske* (se afsnit 4.1.2. "tidslogikker").
- Sammen med én eller flere beboere.
- I kan tale om forskellige *begivenheder*, som beboeren har oplevet eller kommer til at opleve ved hjælp af billederne. I kan eksempelvis tale om begravelse, mindehøjtidelighed, præstens tøj, symboler i kirken, blomsterkranse, om kisten, jordpåkastelse etc.
- I kan også tale om beboerens *følelser* ved at benytte redskaberne i kompendiet til at give følelserne en og sorg en farve eller finde ud af, hvilke følelser, som beboeren mærker.
- Sæt dig godt ind i kompendiets materialer og udvælg dem, som er velegnet til beboerens situation og udviklingsalder. Tænk igennem, hvor lang tid beboeren kan forventes at være fokuseret i forhold til det, i skal være sammen om, og udvælg herfra et passende antal ark, dvs. Tænk ikke på materialet som ét du går igennem fra første til sidste side.
- Kombinér evt. Materialet med dialog-værktøjerne beskrevet i afsnit 5.3 "dialog og samspil med beboeren".
- Oplevelser med beboeren knyttet til brugen af disse redskaber kan – efter aftale med beboeren – også formidles til pårørende, som herigennem kan støtte beboeren i dennes sorgproces.
- Husk meget gerne at skrive om din oplevelse i kinabogen, der ligger i omsorgskassen.

Kinabogen er til brug for personalet, som kan skrive stikord ned fra sin oplevelse med beboeren. Efterfølgende skrives oplevelsen i "bosted". Dette gøres ved, at man går ind i fora og opretter en ny tråd under 'udveksling omkring sorg, død og tab'. På denne måde deles erfaringer på tværs af afdelingerne. Der kan fx skrives i bosted med afsæt i følgende spørgsmål:

- Hvilke materialer brugte jeg?
- Hvordan brugte jeg materialerne helt konkret (metodisk) i samspillet med beboeren?
- Hvad var godt og gav mening?
- Hvad var vanskeligt?
- Hvordan reagerede beboeren?
- Hvilke refleksioner gør jeg mig i forhold til processen?

Redskab: sorg-kompendium

Redskabet følger på næste side.

Tryghed trods

Sorg, død og tab



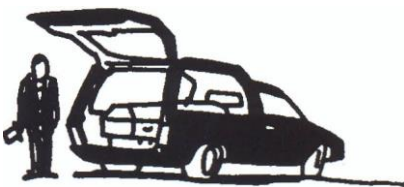
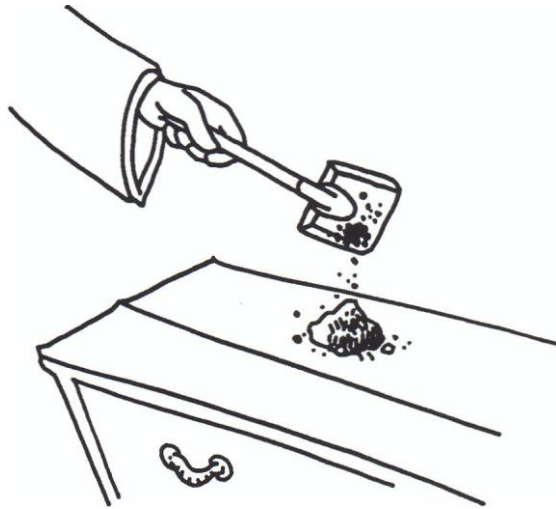
Man kan ikke forhindre sorgens fugle i at flyve over sit hoved,

Men man kan forhindre dem i at bygge rede i sit hår.

(kinesisk ordsprog)

Hvad forestiller tegningerne?¹⁸

¹⁸ Per Bøge (1997), s. 67

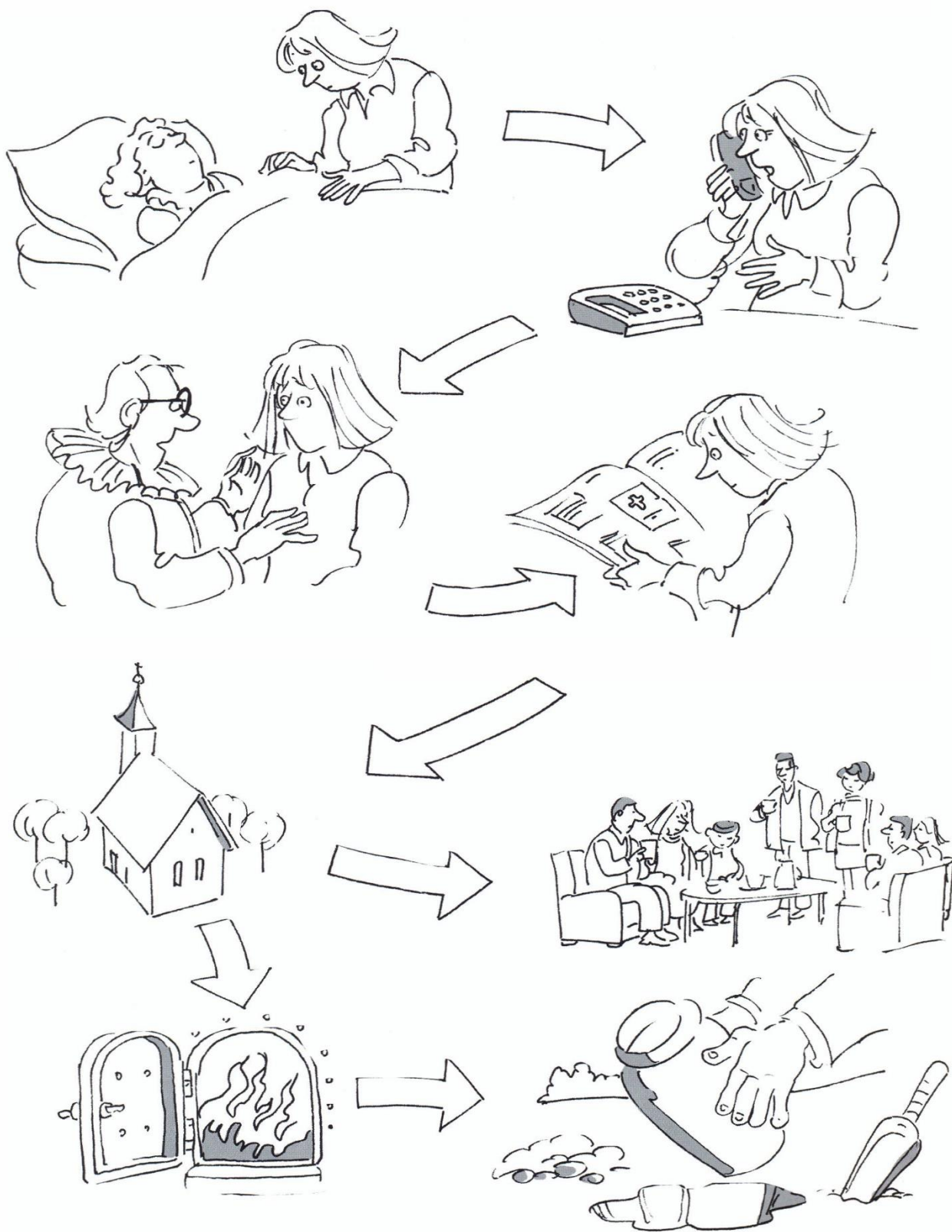


Begravelse



¹⁹ Per Bøge og Jes Dige (2000), side 85.

Når nogen dør – hvad så? Bisættelse²⁰



²⁰ Per Bøge og Jes Dige (2000), s. 86

Mareridt²¹

Kan du huske, hvornår du sidste har haft en grim drøm?

Har du haft den drøm før?

Hvem fortæller du den til?



²¹ Per Bøge og Jes Dige (2000), s. 59

Et år efter²²

Har du nogensinde været med til en begravelse?

Kender du nogen, der er død?

Har du prøvet at være på kirkegården?



²² Per Bøge og Jes Dige (2000), s. 80

Det gør faktisk lidt ondt²³ (kvinder)

Vi har alle sammen steder på vores krop, hvor det nogle gange gør ondt.

Mal svagt rødt de steder på din krop, hvor det gør lidt ondt.

Mal kraftigt rødt de steder på din krop, hvor det gør meget ondt.



²³ Per Bøge og Jes Dige (2000), s. 60

Det gør faktisk lidt ondt²⁴ (mænd)

Vi har alle sammen steder på vores krop, hvor det nogle gange gør ondt.

Mal svagt rødt de steder på din krop, hvor det gør lidt ondt.

Mal kraftigt rødt de steder på din krop, hvor det gør meget ondt.



²⁴ Per Bøge og Jes Dige (2000), s. 61

Følelser og farver²⁵

Alle mennesker forbinder nogle af deres følelser med ganske bestemte farver.

Men det er ikke sådan, at alle mennesker forbinder de samme farver med de samme følelser.

Hvad er din yndlingsfarve?

Hvorfor holder du mest af lige netop den farve?

Her er nogle eksempler på følelser, vi alle sammen kender og ofte føler.

Vælg den farve, du synes passer bedst til de følelser, som er nævnt herunder.

Ked af det

Angst/bange

Skyld

Vrede

Jalousi

Nervøs

Glæde

²⁵ Per Bøge (1996), s. 47

Følelser er noget, der bor i vores krop²⁶

Hvor på din krop kan du mærke disse følelser?

Tegn følelserne på kroppen med følgende farver.

Ked af det = blå

Angst/bange = sort

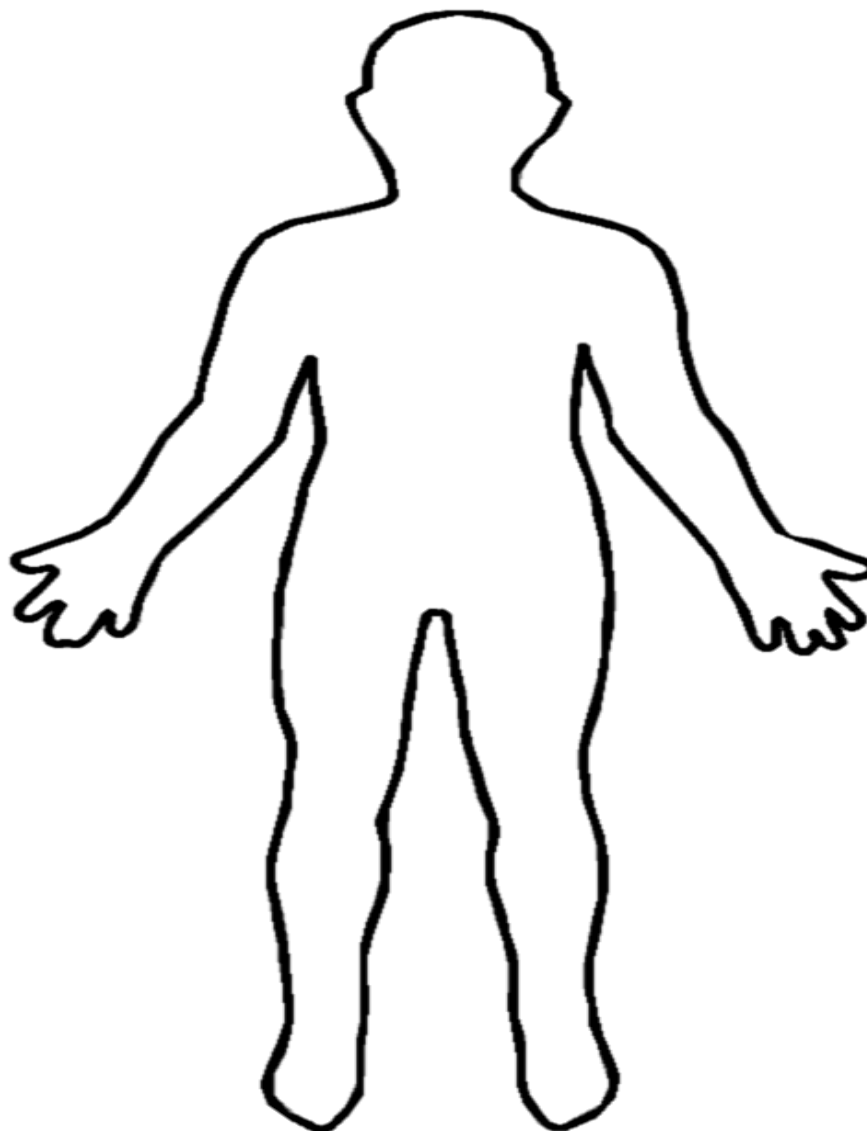
Skyld = brun

Vrede = rød

Jalousi = grøn

Nervøs = orange

Glæde = gul

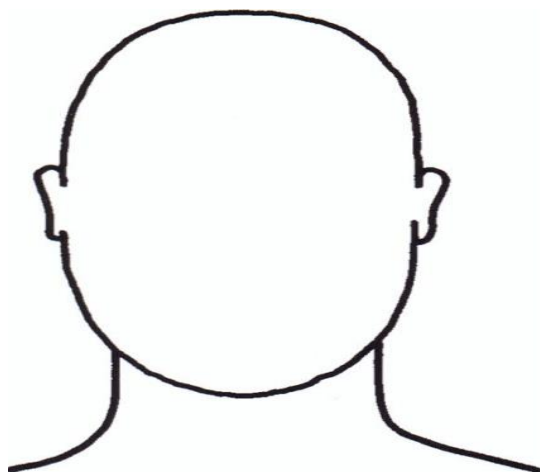
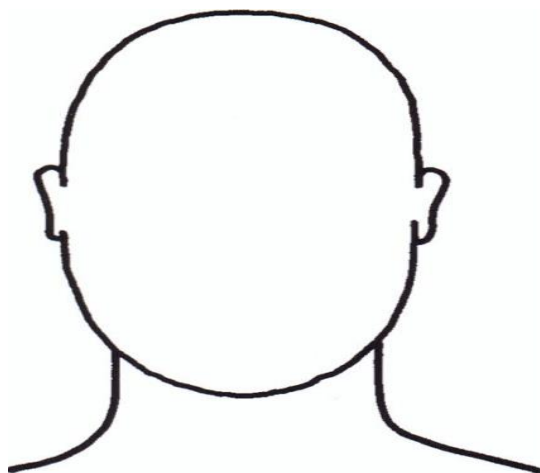


²⁶ Per Bøge (1996), s. 48

Skjulte følelser²⁷

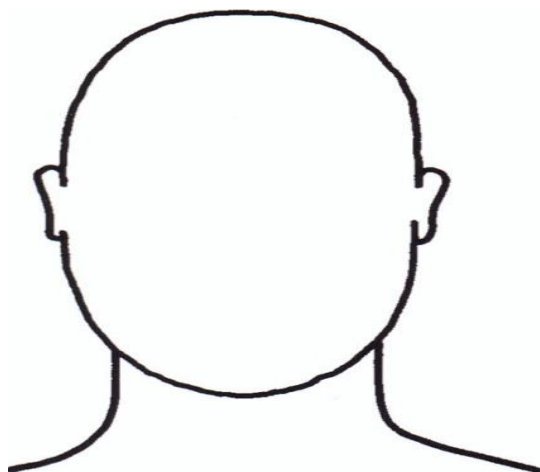
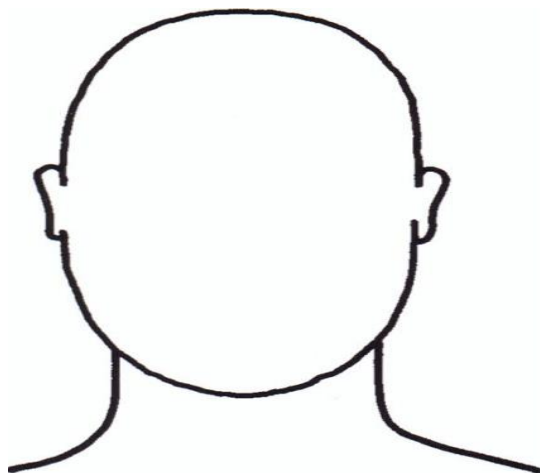
Det sker ofte, at vi "tager en maske på" for at skjule følelser, vi ikke ønsker at vise overfor andre.

Prøv, om du kan tegne 2 masker, som du tager på for at *skjule* dine rigtige følelser.



²⁷ Per Bøge (1996), s. 43

Prøv , om du kan tegne 2 ansigter, som viser hvordan du *rigtig* har det.²⁸



²⁸Per Bøge (1996), s. 43

Følelser²⁹

Lav en liste over alle de følelser – både gode og dårlige – du kan komme i tanker om

²⁹ Per Bøge (1996), s. 29

Skriv et digt om at miste³⁰

Vælg en af følgende sætninger som overskrift til dit digt

- Jeg vidste, det ville ske. Jeg vil aldrig glemme det.
- I det øjeblik døren gik op vidste han, at det, han frygtede mest af alt, var ved at blive virkelighed.
- Vinden ramte hende som en iskold lussing i det nøgne ansigt
- En tung, mørk sky gik for solen; skyggerne blev længere og længere
- Ensom går hun i den lange gang
- Den svage duft af hendes hud mod puden drev tårerne frem i hans øjne
- Ude af stand til at røre sig stod hun som forstenet
- Og da vidste han, at han aldrig, aldrig mere ville få hende at se

³⁰ Per Bøge (1996), s. 60

Følelser og tab³¹

Sæt en cirkel omkring de ord, du forbinder mest med følelsen af tab og det at miste

<i>Forvirring</i>	<i>Uelsket</i>	<i>Trist</i>
<i>Fortumlet</i>	<i>Rædsel</i>	<i>Bange</i>
<i>Fornægtelse</i>	<i>Tynget</i>	<i>Smerte</i>
<i>Afvisning</i>	<i>Skyldig</i>	<i>Hjælpeløshed</i>
<i>Selvmedlidenhed</i>	<i>Ked af det</i>	<i>Træt</i>
<i>Ensomhed</i>	<i>Frihed</i>	<i>Værdiløs</i>
<i>Sårbar</i>	<i>Misforstået</i>	<i>Følelsesløs</i>
<i>Bekymret</i>	<i>Sorg</i>	<i>Angst</i>
<i>Savn</i>	<i>Uønsket</i>	<i>Glædesløs</i>
<i>Usikker</i>	<i>Overflødig</i>	<i>Trist til mode</i>
<i>Lettelse</i>	<i>Hjælpeløs</i>	<i>Vred</i>
<i>Panisk</i>	<i>Chokeret</i>	
<i>Nød</i>	<i>Kraftløs</i>	

³¹ Per Bøge (1996), s. 56

Litteraturliste

Bøge, Per og Jes Dige (2000): Når hjertet gør ondt. Et undervisningsmateriale til børnehaveklasse, 1. Klasse og 2. Klasse. Kræftens bekæmpelse.

Bøge, Per (1997): Når bånd brister. Et undervisningsmateriale til 3.-4.-5. Klasse. Kræftens bekæmpelse, 3. Oplag 2005.

Bøge, Per (1996): Når nogen man elsker dør. Et undervisningsmateriale til 6.-7.-8 klasse. Kræftens bekæmpelse.

Kirkelig begravelse³²

Hvad er en kirkelig begravelse

Det kaldes en kirkelig begravelse, hvis der medvirker en præst ved begravelsen. Det er kun medlemmer af folkekirken, der har ret til en kirkelig begravelse i folkekirken. En begravelse, hvor en præst i et andet trossamfund medvirker, kan enten foregå i et kapel på kirkegården eller i trossamfundets kirke.

Afdøde har, uanset trosretning, ret til at blive begravet eller bisat på kirkegårde i det sogn, hvor afdøde boede. Det er også muligt at blive begravet eller bisat i et andet sogn end bopæls sognet. Det kan ske, hvis afdøde havde særlig tilknytning til sognet.

Hvis afdøde ikke var medlem af folkekirken, kan der afholdes en borgerlig begravelse, dvs. En begravelse hvor der ikke medvirker en præst. Ceremonien kan afholdes fra et kapel, fx ved kirkegården, krematoriet eller hospitalet, men den kan også foregå fra eget hjem. Der er ingen lovkrav til, hvordan en borgerlig begravelse skal finde sted, bortset fra at almindelig sømmelighed skal overholdes. Nogle bedemænd tilbyder at forestå ceremonien.

Hvordan foregår et begravelsesforløb – info til personalet

- Når der sker et dødsfald, kontaktes typisk en bedemand til at hjælpe med at få overblik over, hvad der skal ske i den første tid efter dødsfaldet og til at vejlede én i at få arrangeret begravelsen.
- Sognepræsten eller kordegnekantoret i det sogn, hvor afdøde boede, skal kontaktes om dødsfaldet. I praksis er det ofte bedemanden, der meddeler præsten dødsfaldet og sender de obligatoriske attester til bopæls sogn, kirke, præst og krematorium. Det er også ofte bedemanden, som orienterer de pårørende om, hvilken præst de skal tale med.
- Forløbet omkring begravelse skal koordineres fra afhentning af afdøde til det øjeblik, hvor kisten sænkes i jorden eller urnen sættes ned.
- En begravelse eller bisættelse skal normalt finde sted senest 8 dage efter dødsfaldet.
- Selve ceremonien i kirken aftales ved et møde med præsten, der skal foretage selve begravelsen. Sammen med præsten vælger man, hvilke salmer, der skal synges både i kirken og evt. Ude ved gravstedet, om der er nogen, som ønsker at holde en kort tale ved kisten eller har særlige musikønsker. I princippet er alt muligt, så længe præsten kan stå inde for det. Præsten holder en tale, som vil være mere eller mindre personlig alt efter, hvor godt præsten kendte afdøde – eller bliver hjulpet til at 'kende' afdøde via pårørendes fortællinger og evt. Fotos.
- Det er forskelligt fra kirke til kirke, hvem der sørger for pyntningen. Nogle steder skal det aftales med graveren eller med en gartner. Mange vælger, at få bedemanden til at lave disse aftaler for én.
- Ceremonien i kirken afsluttes ved, at kisten enten bliver båret ud eller bliver stående i kirken. Hvis kisten skal bæres ud, skal man inden højtideligheden have accept fra de personer, der skal bære kisten. Der er seks personer, som kan bære kisten. De skal vide, hvor de skal bære og hvor langt de skal gå. En kiste er tung – og tungest i de fire

³² Afsnittet er bl.a. skrevet på baggrund af informationer på www.begravelsesguiden.dk

hjørner. Det er vigtigt, at de som bærer over for hinanden, har nogenlunde samme højde.

- Ved begravelse på kirkegården bærer man kisten til gravstedet, hvor man sænker den ned i graven, og der foretages jordpåkastelse. Ved bisættelse bærer man kisten til rustvognen, som kører den til krematoriet.

De specifikke kirkelige handlinger kan ved et begravelsesforløb foregå på to måder:

1. Begravelse
2. Bisættelse.

Handlingen vil enten finde sted i kirke eller kapel. Her følger en beskrivelse af de to forskellige begravelseshandlinger:

Begravelse

- Klokkeringning
- Præludium
- Salme
- Indledningskollekt (bøn) og tekstlæsning fra gl./ny testamente
- Trosbekendelsen
- Salme
- Prædiken (begravelsestale)
- Salme
- Slutningskollekt (bøn) og velsignelse
- Udbæring under klokkeregning
- Nedsænkning i graven
- Jordpåkastelsesritual: bøn, navns nævnelse + 3 x jordpåkastelse, fadervor og velsignelse
- Salme
- Kirkeklokken slår de 9 bedeslag.

Ved begravelse går følget i direkte forlængelse af begravelsesgudstjenesten ud på kirkegården med kisten, hvor den sænkes i graven. Dermed er den døde jordfæstet, og graven kastes til.

Bisættelse

- Klokkeringning
- Præludium
- Salme
- Indledningskollekt (bøn) og tekstlæsning fra gl./ny testamente
- Trosbekendelsen

- Salme
- Prædiken (begravelsestale)
- Salme
- Jordpåkastelsesritual: bøn, navns nævnelse + 3 x jordpåkastelse, fadervor og velsignelse
- Salme
- Udbæring under klokkeregning
- Kisten sættes i rustvognen
- Klokken slår de 9 bedeslag.

Ved bisættelse afsluttes den kirkelige handling ved, at kisten sættes ind i bedemandens rustvogn, hvorefter den køres til krematoriet. Efter kremeringen anbringes den afdødes aske i en plomberet urne, som derefter sendes tilbage til den kirkegård, hvor man har valgt gravsted. Dødsanmelder vil modtage brev, når urnen er klar til nedsætning.

Forslag til salmer og sange

Her er oplyst salmer og sange i forbindelse med begravelse til inspiration:

1. Altid frejdig	6. Den sigende dag	10. Jeg er træt og går til ro	15. Se nu stiger solen
2. Dejlig er jorden	7. Fred hviler over land og by	11. Nu falmer skoven	16. Til himlen rækker
3. Sig nærmer tiden	8. Ingen er så tryk i fare	12. Nu titte til hinanden	17. Under dine vingers skygge
4. Om lidt bliver her stille	9. Størst er alt er kærlighed	13. My way	18. Mellem linjerne
5. Moonlight shadow		14. Tears in Heaven	19. Under stjernerne på himlen

Samtidig kan man vælge personens yndlings musik eller en sang/musikstykke, som har en særlig betydning for den afdøde eller de efterladte. Sangen/musikstykket kan enten spilles som levende musik eller afspilles over musikanlæg ved begravelsen.

Hvordan personalet kan bruge sin viden om et begravelsesforløb

Som personale skal man forberede beboeren på, hvad der sker til en begravelse. Når samvær og samtale om begravelse foregår, er det væsentligt:

- At samværet foregår i trygge og vante rammer
- At der afsættes den nødvendige tid til at være til stede som støtte for beboeren
- At samtalens indhold udvælges ud fra beboerens behov og udviklingsalder.

Du kan tænke i følgende, når du taler med en beboer om begravelse:

- Udvælge relevante billedark fra sorg-kompendiet til at støtte samtalen.
- Bruge billedmaterialet fra ”sådan foregår en begravelse”.
- Sætte fokus på det, som borgeren vil komme til at se og her være opmærksom på, at beboeren forstår, hvad de forskellige ting er. Det kan handle om, hvordan der ser ud i kirken; kirkerummet i sig selv, kistens placering, blomsterkranse og båretbuketter. Hvor beboeren skal sidde i kirken og sammen med hvem – hvor længe osv. Det kan dreje sig om at forberede beboeren på, at man skal være stille på bestemte tidspunkter.
- Sætte fokus på de lyde, som beboeren vil komme til at høre. Det kan både være klokkeringning før og efter ceremonien, kirkerummets særlige akustik, orglets høje lyde eller de særlige salmer eller musikstykker, som vil blive spillet.
- Sætte fokus på de følelser, som beboeren kan komme til at mærke. Det kan være alt fra gråd til glæde eller tomhed – og her forsikre beboeren om, at der ikke findes en rigtig eller forkert følelse. Det kan også handle om at lave aftaler om, hvad beboeren skal gøre, hvis der kommer følelser, der er svære at håndtere eller hvis beboeren har brug for at komme ud af kirken under ceremonien.
- Sætte fokus på de muligheder, der er for at gøre begravelsen personlig. Det kan fx være at lægge tegninger eller personlige ting ved kisten eller ned i kisten til afdøde.
- Give beboeren anledning til at stille spørgsmål og lufte alle sine tanker og følelser om det, der skal ske. Det kan være, at beboeren vil vide, hvor afdøde ’opholder’ sig efter dødsfaldet og frem til selve begravelsesdagen (et kølerum). Det kan være, at beboeren stiller spørgsmål til ligbrænding, hvis den pårørende ikke skal begraves, men der i stedet skal nedsættes en urne (krematorium). Det kan være spørgsmål, om man må sætte urnen et andet sted end på kirkegården eller sprede asken ud på særlige steder.
- Du kan også tage hen og se den kirke, hvor begravelsen skal foregå sammen med beboeren, eller lade pårørende stå for at arrangere dette.

Redskab: sådan foregår en begravelse

Redskabet følger på næste side.

Sådan foregår en begravelse



Gennemgang af en kirkelig begravelse i ord og billeder

Materialet er lånt af:

Kristendom.dk

Billedserie: Sådan foregår en
begravelse

Lea Braüner Larsen / 27.
September 2012

(1)



Bedemanden er netop ankommet til Brønshøj Kirke med kisten. Han hjælper kirketjeneren Carsten Just med at få kisten ind på plads. Den afdødes familie eller venner har nogle dage i forvejen snakket begravelsen igennem med henholdsvis bedemanden og



Kirketjeneren gør klar til begravelsen. Her retter han på kisten, så alt ser pænt ud, når de pårørende ankommer senere. I baggrunden sidder organisten og øver salmerne.

(2)



Inden begravelsen hejser kirketjeneren flaget halvt op på flagstangen. Ved en begravelse bliver flaget hejst helt op i toppen af flagstangen, når den døde er blevet begravet.



Lysene bliver tændt på alteret.

(3)



Kirketjeneren pynter kisten med blomster, som den afdødes familie og venner kommer med.



Præsten holder en tale ved kisten. Talen vil ofte indeholde et lille resumé af afdødes liv og et par ord om Gud.

(4)



Jordpåkastelsen sker inde i kirken, når den afdøde skal kremes og ikke begraves i en kiste. Til jordpåkastelsen bruger præsten en lille skål og spade, som sættet vist på billedet. Det kaldes ikke en begravelse, men en bisættelse, når afdøde skal kremes.

Ligesom ved jordpåkastelse ude ved graven kaster præsten jord på kisten tre gange med de velkendte ord: "Af jord er du kommet, til jord skal du blive, af jorden skal du igen



(5)



Kisten sættes ind
rustvognen, der enten
kører kisten hen til en
kirkegård, hvor
begravelsen fortsætter,
eller hen til krematoriet,
hvor liget skal brændes.
Efter kremeringen kan de
pårørende få udleveret en
urne med asken, som de
kan nedsætte i jorden på
kirkegården.



(6)

Kisten er blevet sænket ned i jorden og præsten har foretaget jordpåkastelsen. Familie og venner til den døde står omkring graven og siger et sidste farvel.



Gravstedet bliver ofte pyntet med blomsterne fra begravelsen.

Mindebog

Hvad er en mindebog

En mindebog er en bog til mennesker, der har mistet en nærtstående, og som gerne vil tegne en form for portræt af personen for på den måde både at mindes den afdøde og huske historien om personen.

En mindebog har ligheder til livshistorier, idet den efterladte skriver vigtige begivenheder og elementer ned fra den afdødes liv, som har haft betydning for den efterladte. Mindebogen bliver i den forstand den efterladtes vinkel på elementer af den afdødes livshistorie.

Hvordan bruges en mindebog

Når samvær og samtale om fremstilling af en mindebog foregår, er det væsentligt:

- At samværet foregår i trygge og vante rammer
- At der afsættes den nødvendige tid til at være til stede som støtte for beboeren
- At opgaven tilrettelægges ud fra beboerens behov og udviklingsalder

Du kan tænke i følgende, når du er sammen med en borger om fremstilling af en mindebog:

- Fremstilling af en mindebog kan opleves glædeligt og rart for beboeren, fordi der sættes fokus på de gode minder. Men det kan også være med til at gøre et savn mere klart for beboeren. Her kan 2-sporsmodellen være en god figur at have i bagehovedet som personale, idet mindebogen er med til at understøtte konfrontation med tabssporet, men samtidig kan være et springbræt for at tale om områder relateret til genindførelsessporet.
- Selve fremstillingen af mindebogen kan ske i flere tempi alt efter beboerens koncentrationsevne og behov. Mindebogen behøver altså ikke udfyldes over én seance, men kan fx gøres til et ugeprojekt.
- Hvor meget kan beboeren selv skrive og huske om afdøde, og hvad har beboeren brug for hjælp til?
- Der kan blive brug for at inddrage pårørende, som har et større overblik over afdødes liv til at få udfyldt dele af mindebogen.
- Hvad er det vigtigste for beboeren omkring fremstilling af mindebogen – er det processen eller produktet, og hvilken type produkt vil være vigtigt for netop denne beboer og hans/hendes minder om afdøde? Er det vigtigt at genskabe afdødes livshistorie i forhold til en 'rigtig' kronologi om afdødes liv (bopæl, uddannelse, job, forældre / søskende / børn, hobbyer etc.) Eller netop at fremhæve og fastholde beboerens relation til afdøde: hvad var det særligt som bandt disse mennesker sammen – og lade denne vinkel styre portrættet af afdøde.
- Mindebogen er i sin form en inspiration til at få talt med beboeren om bestemte områder genereret af mindebogens spørgsmål. Der er ikke noget i vejen for at behandle andre eller flere områder, hvis det er beboerens behov. På denne måde kan mindebogen betragtes som et dynamisk materiale, der får et forskelligt færdigt udtryk. Frederiks (opdigtet) mindebog er måske på 5 sider, og Emilies (opdigtet) mindebog er på 12 sider og kan behandle nogle andre spørgsmål end Frederiks.

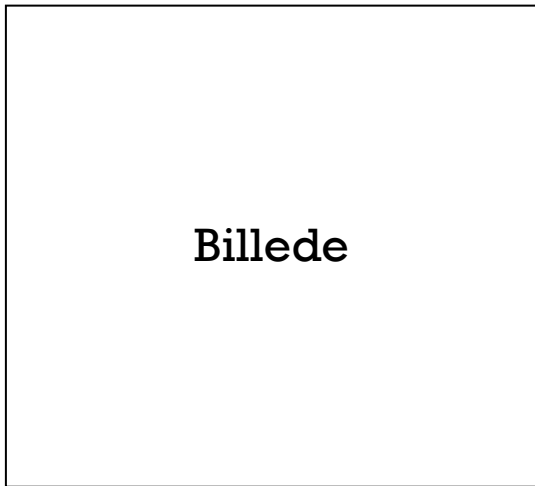
- En mindebog kan også fremstilles sammen med flere beboere, hvis afdøde er en beboer fra teamet eller en fælles ven. Her bliver fremstillingen af mindebogen bofællesskabets minder om afdøde – og fremstillingen kan gennemføres som en gruppeproces.

Selve mindebogen er delt op i to dele:

- 1. Del sætter fokus på at fremstille afdødes livshistorie i en light-version.
- 2. Del inddrager tiden op til dødsfaldet og tiden lige efter. Bemærk, at netop dette element kan være med til at hjælpe med at skabe orden i det kaos, som Jes Dige peger på ofte, opstår hos børn efter et dødsfald. Ved at finde nogle pejlepunkter sammen med beboeren, kan man understøtte, at beboeren får mere styr på sit kaos. Her fremhæver Jes Dige pejlepunkter omkring netop tid og sted (se afsnit 4.4.2.3. ”at formidle beskeden om et dødsfald og finde pejlemærker til at skabe orden”).
- Bagest i mindebogen er der ’rammer’ til at sætte billeder ind, ligesom i et fotoalbum.

Redskab: mindebog

Redskabet følger på næste side.



Til minde om

.....
.....

Født den

Død den



inge og sofie **marie**

BOFÆLLESSKABER I BEVÆGELSE

Hvad er en mindebog

Hvordan kan du bruge en mindebog:

Denne mindebog er lavet for, at du kan mindes én, der har stået dig nært, og som en hjælp til at huske historien om personen.

Du kan både selv skrive og sætte billeder ind og gøre det sammen med en anden. Det kan være rigtig rart at fortælle om ens gode minder til andre.

Mindebogen giver dig mulighed for at huske de oplevelser, som var særlige for dig og den afdøde. Du kan også skrive ting ned, som særligt kendetegnede den afdøde – noget han/hun gjorde eller særligt kunne li'.

Det er din bog, så du bestemmer, hvad der er vigtigt at huske på.

Rigtig god fornøjelse med brugen af mindebogen.

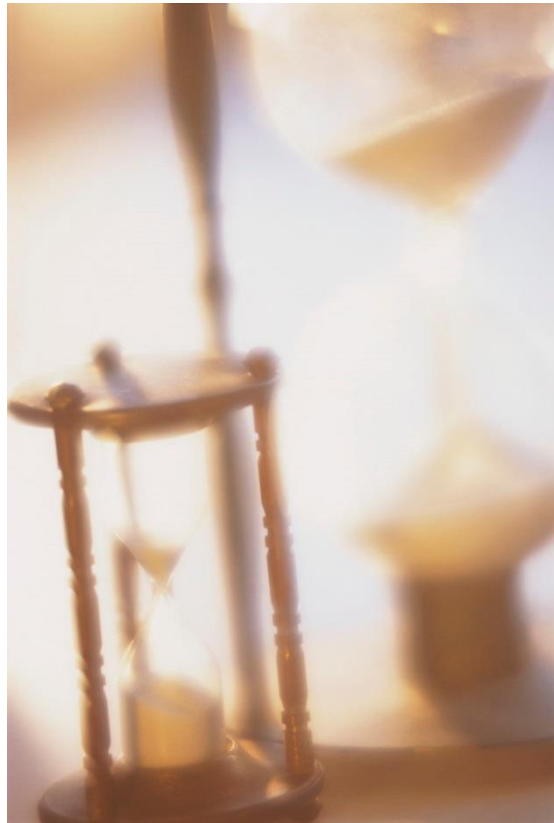


inge og sofie **marie**

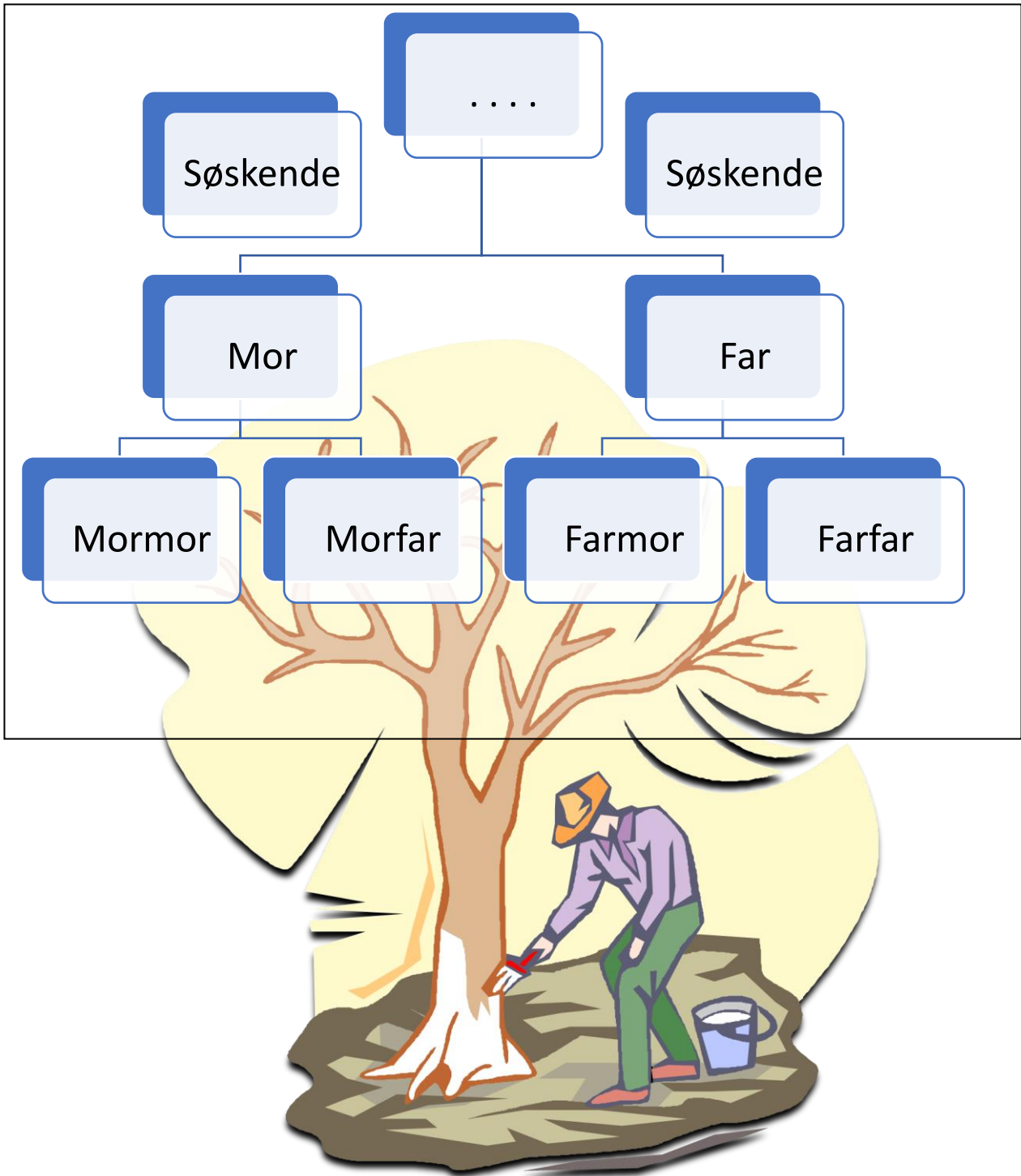
BOFÆLLESSKABER I BEVÆGELSE

1. Del

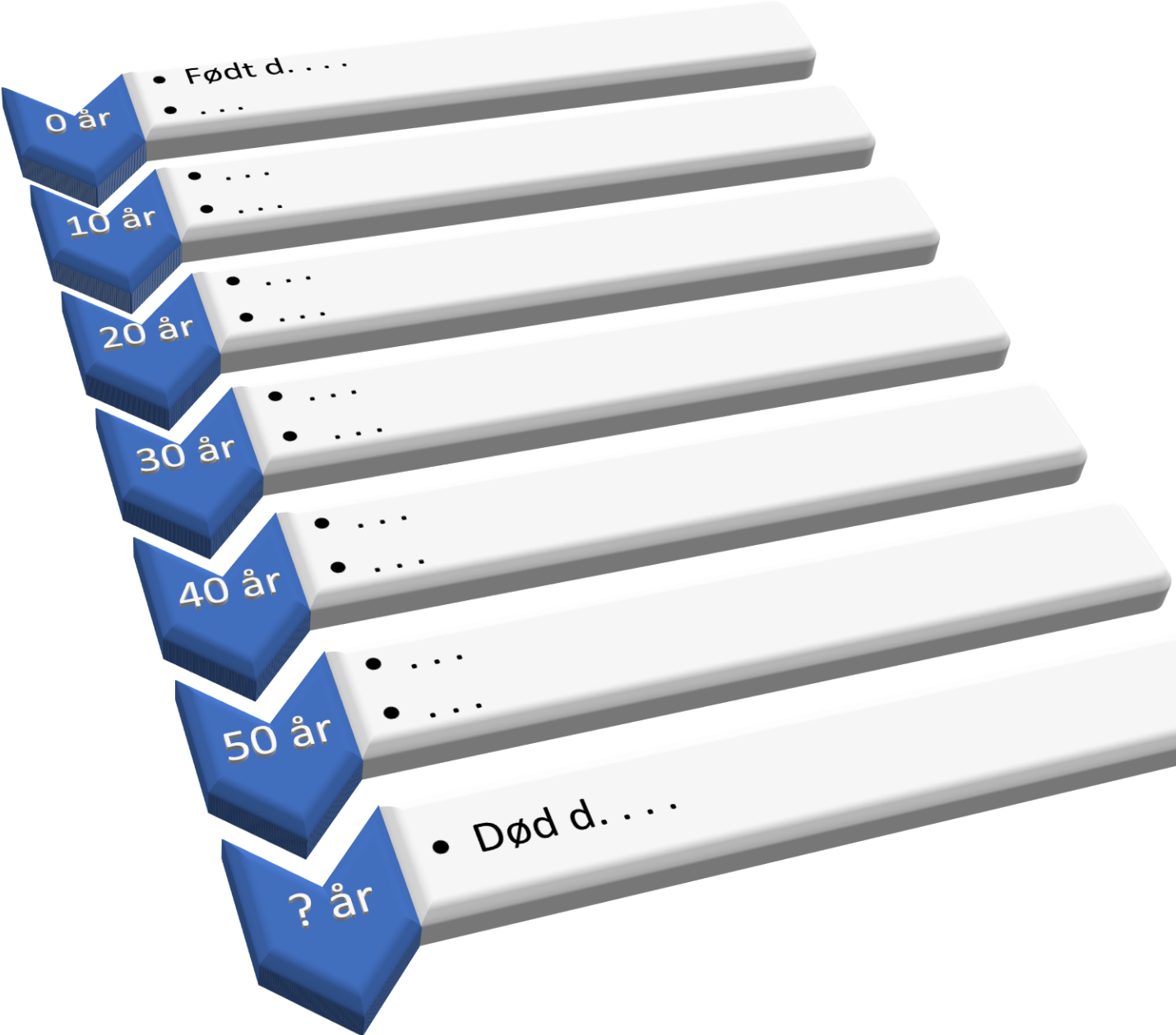
En light udgave af livshistorien



Stamtræ:



De store linjer:



Madens betydning:



Hvilke livretter havde ?

Kunne særligt godt lide slik eller kager?

Kommentar: _____

Interesser:

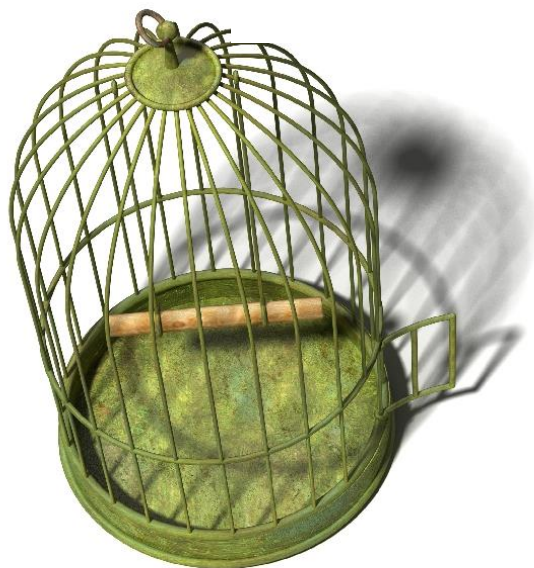


Hvad interesserede Sig for?

(sport, film, spil m.m.)

Kommentar: _____

Kæledyr:

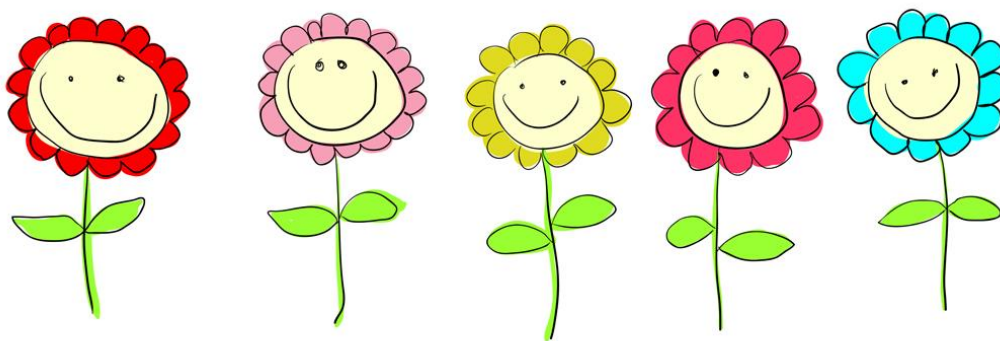


Havde kæledyr? Hvilke?

Hvad var kæledyrenes navne?

Kommentar: _____

Oplevelser:



Hvad kunne I sammen hygge jer med?

Kan du huske en speciel dejlig oplevelse sammen
med ?

Kommentar: _____

Det var god til:



Hvad kendetegnede ?

Var specielt god til en ting?

Kommentar: _____

2. Del

Den sidste tid, - og tiden efter døden



Dødsårsag og sygdomsforløb:



Hvad døde af?

Hvordan husker du den sidste tid for ?

Kommentar: _____

Begravelsen – dato/..... -:



Fra hvilken kirke foregik begravelsen?

Hvad husker du fra begravelsestalen?

Hvilke salmer blev der sunget?

Er der noget specielt du husker fra begravelsen?

Kommentar: _____

Mindesammenkomst – holdt på



Hvor blev mindestunden afholdt med begravelseskaffe?

Hvad blev der serveret til begravelseskaffen?

Hvad husker du særligt fra talen?

Kommentar: _____

Gravstedet påKirkegård:



Har du set's gravsted?

Har du besøgt's gravsted?

Kommentar: _____

At sætte spor:



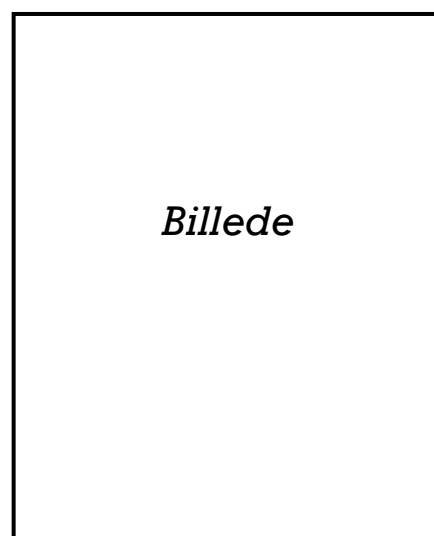
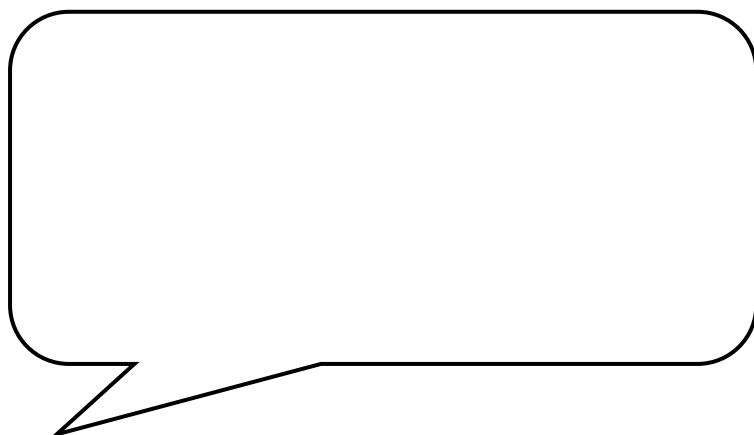
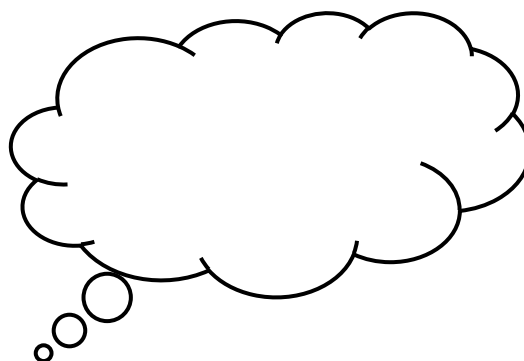
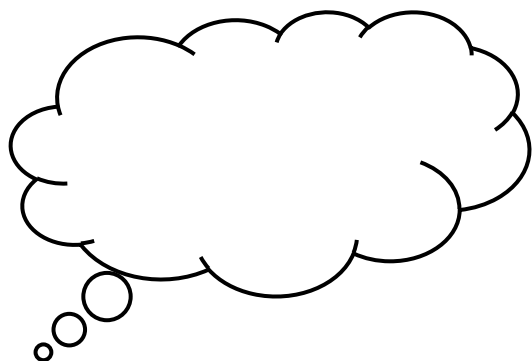
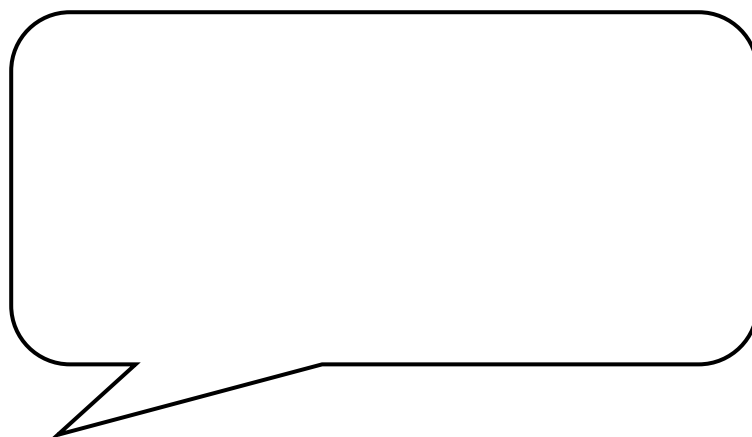
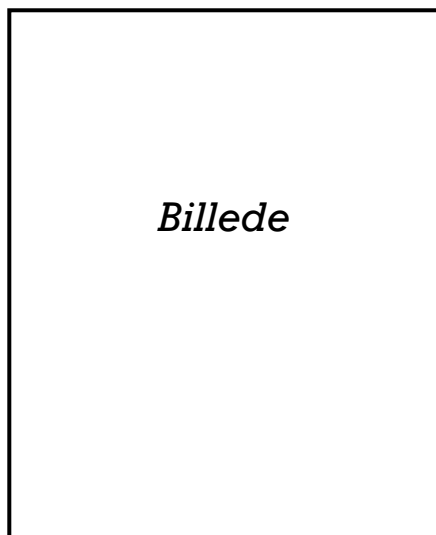
Hvilke spor har sat sig?

Hvad husker du for?

Kommentar: _____

Det sidste ord:

(spørgsmål, du aldrig fik stillet og ting du aldrig fik sagt)



Mindehylde

Hvad er en mindehylde

En mindehylde er i ordets bogstavelige forstand en hylde, hvorpå der kan stilles genstande, som får én til at tænke på og mindes en person, som er død. Mindehylden behøver ikke alene at være knyttet til en afdød, men kan også være en beboer, der er flyttet – som man savner og gerne vil mindes.

En mindehylde er også et kulturelt artefakt – et synligt og materielt udtryk for, at man på Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie har en afklaret holdning til og en prioritering om, at det pædagogiske arbejde også involverer at støtte og vejlede beboere i forbindelse med sorg, død og tab.

Alle teams på Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie etablerer en mindehylde, som bruges efter behov.

Hvordan bruges en mindehylde

- Som institution er Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie forpligtet til hurtigst muligt at genbesætte ledige pladser / lejligheder. Det betyder, at når en beboer flytter eller dør, så vil vedkommendes lejlighed hurtig blive tømt og overtaget af en ny beboer. Typisk sker det inden for en måned. For mange beboere vil en måned ikke være nok til at mindes tidligere beboere – udleve sin sorg over afdøde – derfor kan en mindehylde være med til at fastholde den afdødes minde i den nødvendige periode til beboernes sorg er udlevet.
- Beboere har mulighed for at få hængt en mindehylde op i egen lejlighed.
- En mindehylde kan også benyttes, når en medarbejder stopper pga. Pension eller flytter til en anden by. Her kan man gennem mindetingene sætte fokus på gode samværstimer, der har været med denne medarbejder.
- Mindehylden udsmykkes med ting, som minder om personen. Det kan være:
 - Billeder
 - Tøjdyr
 - Ting, der symboliserer personens interesser eller vaner; et computerspil, en bowlingkugle, en bankoplade osv.
 - Et tændt stearinlys
 - En mindebog.
- Hvor længe mindehylden skal være i brug i forhold til en savnet person, vurderes af det pædagogiske personale i fællesskab.
- Når mindehylden ikke er i brug, står der andre ting på hylden.

Redskab: mindehylde



Dialog og samspil med beboeren

Dette afsnit sætter fokus på selve dialogen og samspillet med beboeren omkring sorg, død og tab – hvad enten det involverer brugen af konkrete redskaber eller ej. Man kan som medarbejder betragte sig selv som et redskab for dialogen og samværet med beboeren omkring sorg, død og tab.

Sorgtemaer

Den primære kilde til sorg er, i denne håndbog ang. Retningslinjer vedr. Sorg, død og tab, dødsfaldet. Håndbogen har sit fokus på beboerens bearbejdning af tab og sorg over at have mistet eller at stå over for at skulle miste en nærtstående.

Men beboerne kan meget vel bære på en sorg, som ikke er relateret til et dødsfald, men til oplevelsen af et *tab* i bred forstand. Kilder til sorg kan være:

- Tab over at være funktionsnedsat – ikke at kunne det samme som andre kognitivt, psykisk eller fysisk
- Tab over ikke at kunne klare sig selv fuldstændigt
- Tab over ikke at kunne stifte familie – se frem til ikke nogensinde at skulle have børn
- Tab over at være en del af dårlige familierelationer med svigt og misbrug
- Tab over at miste en kæreste eller anden relation
- Tab over personale, der stopper med at arbejde i teamet eller er væk i længere tid
- Tab over et kæledyr, der dør
- Tab over medbeboer, der fraflytter

Som personale er det væsentligt at være opmærksom på disse mangeartede kilder til sorg, når samtale og samvær med beboeren omkring sorg finder sted.

Åbne og skabe dialog

Vi kan alle opleve usikkerhed, hvis vi skal tale med et menneske i sorg. Det er ofte frygten for at komme til at sige noget upassende; at man siger noget, som gør, at personen bliver endnu mere ked af det, eller at man bringer personen i en situation, som man ikke kan hjælpe vedkommende ud af.

Det er allervigtigste, når man taler med et menneske i sorg, er:

- At samtale *ikke* handler om at fjerne sorg
- At samtale *ikke* handler om at være en ekspert, der kan levere svar
- At samtale *ikke* handler om at beherske en masse forskelligartede teknikker
- At samtale *ikke* handler om at påtage sig personens sindsstemning.

Men

- At samtale handler om at være nærværende, lyttende og anerkendende til stede
- At samtale handler om at facilitere, at personen får talt om sine følelser, tanker og oplevelser – og at anerkende disse
- At samtale handler om at anerkende personens sindsstemning, idet man fx fortæller, at man kan se, at personen er ked af det, eller man kan se, at det er svært for personen.

"Sorg er ikke en sygdom – det handler om at turde tage det første skridt og tale om det" (jes Dige)

At åbne en dialog med en beboer med udviklingsalder 3-10 år

Du kan åbne en dialog med beboeren ved hjælp af disse spørgsmål:

- Hvordan var far?
- Hvad kunne mor godt lide?
- Hvad lavede i, når i var sammen?
- Hvordan husker du ham?
- Hvad var mor især god til?
- Har du tænkt over, hvad du helst vil, når mor skal begravnes?

Du kan bruge mindebogen sammen med spørgsmålene.

At åbne en dialog med en beboer med en udviklingsalder > 10 år

I samtaler med beboere med en udviklingsalder over 10 år er der mulighed for at være mere 'i den sproglige kontekst', fordi beboeren har en større sproglig forståelse.

Du kan stille spørgsmål på denne måde:

- Så udover at gøre dig vred, hvad gør det så ved dig?
- Jeg tænker, det er hårdt at miste sin mor, når man har en travl far?"

- Hvad savner du mest mor til?
- Hvornår savner du allermost?
- Har du tænkt over, hvad du helst vil, når mor skal begravnes?
- Hvor ked af det er du på en skala fra 1-10? (brug evt. Kat-kassen)
- Hvad presser dig mest?
- Hvad bruger du mest tid på at tænke på?

Det er væsentligt ikke at undlade at stille smertelige spørgsmål, da mange beboere vil have det godt med at få talt om de smertelige ting, fx:

- Hvad var det for en kjole, hun havde på, da hun lå i kisten?
- Hvem havde givet hende kjolen på?

Du kan bruge mindebogen sammen med spørgsmålene.

At formidle beskeden om et dødsfald og finde pejlemærker til at skabe orden

Når beskeden om, at en nærtstående person til beboeren er død, skal formidles, skal man tænke på følgende:

- At det er et nærtstående familiemedlem eller personale, der formidler beskeden
- At befinde jer i fysiske rammer, som tillader, at beboeren reagerer
- At give konkret information om, at personen er død (sikre dig at ordet død er forstået – se afsnit 3.2. "forståelser af døden"), og hvad der er sket
- At alle følelsesmæssige reaktioner er legale
- At give beboeren tid

Omkring et dødsfald opstår der oftest en følelse af kaos for beboeren. Vi kan hjælpe med at skabe orden i kaos ved at finde nogle pejlepunkter sammen med beboeren:

- Hvad skete der lige inden mor døde?
- Hvad skete der lige efter?
- Hvad skete der dagen efter?
- Hvad skete der dagene efter?

Ud fra pejlepunkterne får beboeren hjælp til at få styr på sit kaos. For langt de fleste beboere er det vigtigt at have styr på tid og sted.

Støtte vha. 2-sporsmodellen

2-sporsmodellen kan hjælpe personalet til at fokusere på, hvilket spor beboeren befinder sig i og at holde øje med, at der sker en sund vekslen mellem de to spor. Hvis beboeren er fastlåst i ét af sporene, så handler det om at støtte beboeren til også at komme over i det andet spor.

Personer, som kun befinder sig i tabssporet skal hjælpes blidt over i genindførelsessporet og introduceres til nye redskaber og fremtidsrettede mestringsstrategier. De skal hjælpes til at

skabe nyt livsindhold, måske skal de præsenteres for nye interesser eller nye mennesker. De personer, der kun er i genindførelsessporet, har brug for støtte til at forholde sig til følelserne omkring tabet og at udholde sorgen.

Vores beboere har ofte have svært ved selv at veksle mellem sporene qua deres kognitive funktionsniveau (jf. Afsnit 4.3.2. "sorg og beboerne"). De kan også have tendens til at blive hængende i deres sorg eller at gemme sorgen væk, så det ser ud som, at de er kommet hurtigt videre.

Du kan konkret støtte beboeren i det "spor", han/hun har svært ved selv at være i. Det kan gøres ved:

Tabssporet:

- At besøge den afdødes gravsted (måde at gøre det uvirkelige virkeligt)
- At se billeder (mindebog)
- At tale om tabet (fx med udgangspunkt i spørgsmålene i afsnit 5.3.2. "åbne og skabe dialog")
- At skrive et brev til afdøde – hvad kunne jeg godt tænke mig at have sagt eller fortalt
- At bruge omsorgskassen

Genindførelsessporet:

- At finde nye rutiner, særligt med tanke på de rutiner / traditioner beboeren evt. Havde med afdøde
- At skabe nye interesser
- At tale om de glæder, der er ved livet

Håndtering af voldsomme reaktioner

Hvis en beboer reagerer ekstra stærkt eller voldsomt på tab, og vi oplever, at vores pædagogiske indsats, som den er beskrevet i "få det bedre med sorg, død og tab", ikke længere er tilstrækkelig til at håndtere beboerens reaktioner, vil vi inddrage relevant professionel hjælp efter nærmere aftale med den daglige leder i det pågældende team.

Respekt for beboerens selvbestemmelse

Udgangspunktet for dialog og samvær med beboeren omkring sorg, død og tab er:

- At beboeren skal opleve sig mødt i sine følelser, så beboeren ikke efterlades i følelsesmæssig ensomhed, der kan sætte sig som depression, selvskadende eller negativ adfærd, jf. Vores målsætning og de teoretiske afsnit.

"få det bedre med sorg, død og tab" trækker frem:

- At det er personalets ansvar at tale med beboerne om deres sorg, ligesom når børn bliver ramt af sorg. Vi skal ikke vente på, at beboeren henvender sig til os.
- At beboerne har ret til at sige fra over for en sådan dialog og samtale.

Vores opgave er:

- At være undersøgende på, hvilket grundlag beboerne siger fra på.
- At tænke i, at dialog og samtale om dette område ikke altid etableres første gang vi inviterer til det, men at beboeren kan have brug for tid, inden han/hun ønsker dette. Derfor skal vi se det som en individuel proces med den enkelte beboer.
- At det vigtige er, at vi skaber rammer for, at sådanne samtaler gøres mulige – at beboerne oplever, at det både er naturligt og legalt at tale om sorg, død og tab på Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie.

Skabe rammer for italesættelse af sorg, død og tab

En af de måder vi som personale kan understøtte, at beboerne får mulighed for at tale om sorg, død og tab, er ved at skabe rammer for det.

I de efterfølgende afsnit gives der eksempler på sådanne rammer. De er:

Temaaftner for beboere og pårørende

- Temaaften for beboerne med en psykolog, præst eller anden relevant person
- Temaaften for beboerne: workshop med mindebog
- Temadag for beboerne med besøg i kirke
- Temaaften for beboernes pårørende

Ved at etablere rammer for dialog og samtale om sorg, død og tab får vi:

- Sat en proces i gang, som beboerne kan være en del af i det tempo, de ønsker.
- Skabt et "fælles tredje", som kan være nemmere for beboerne at være til stede i, fordi de kan skabe en distance til det, som gør ondt.
- Et fælles tredje er, når beboere og personale er sammen om at udføre noget (fremstille en mindebog) eller indgå i en proces (en temaaften) som har et mål udenfor, hvad der vedrører deres indbyrdes relationer. Beboeren oplever, at personalet er ikke sammen med mig, fordi hun skal hjælpe *mig*, men fordi vi er *sammen* om en opgave eller proces.

Udvikling af personalets faglighed

Kvalificering til at håndtere vejledning og støtte af beboere i forbindelse med sorg, død og tab skal ske på såvel et individniveau som i fag- og personalesamarbejdet som helhed. Den enkelte medarbejder skal kvalificeres til denne opgave, men kompetencerne skal også implementeres og forankres i organisationen i de forskellige personalegrupper og i de enkelte teams, så kompetencerne ikke forsvinder, når en medarbejder ophører. Et andet væsentligt element er, at den enkelte medarbejders forståelse og erfaringer løbende har brug for at blive drøftet, afstemt og perspektiveret i personalegruppen, for at fastholde en *fælles* kurs, *fælles* forståelse og *fælles* praksis.

Dette skaber vi rammer for, ved:

- At den enkelte støttes i at gøre erfaringer med dialog og samspil med beboerne omkring temaet sorg, død og tab.
- At personalegruppen løbende skaber rum for faglige drøftelser, erfaringsdeling, feedback og evalueringer omkring temaet sorg, død og tab. Kinabogen og den efterfølgende vidensdeling via "bosted" – omtalt i afsnit 5.2.2. "omsorgskassen" – er et rigtig godt dokumentations- og refleksionsredskab til at arbejde med dette.
- Centralt her, er at den enkelte medarbejders oplevelser og erfaringer danner udgangspunkt for sådanne drøftelser:
 - (1) hvad er god praksis;
 - (2) eksempler /cases på oplevet praksis;
 - (3) hvordan er der overensstemmelse mellem, det vi vil, og det vi gør;
 - (4) hvornår oplever vi ambivalens og udfordringer;
 - (5) hvordan fungerer vores udviklede redskaber;
 - (6) er der brug for at skabe særlige rammer nu for at understøtte beboerne til dialog og samspil om temaet osv.
- At nyansatte, som del af vores faste introduktionsprogram, bliver præsenteret for Bofællesskaberne Inge- & Sofie Maries kurs og målsætning for området, og som del heraf får udleveret og gennemgået "få det bedre med sorg, død og tab - retningslinjer ved dødsfald og sorgbearbejdelse".

Sorg-beredskabsplaner

Hvad er en beredskabsplan

En beredskabsplan er et dokument, hvor en organisation har beskrevet, hvordan den vil håndtere en specifik situation, når den opstår. Ideen med at have en beredskabsplan er, at gøre sig parat og forberedt til situationen.

Oftest knytter beredskabsplaner sig til alvorlige situationer, fx livsfare eller ulykker, hvilket kræver hurtig og effektiv handling, da det kan være livreddende.

En beredskabsplan forholder sig typisk til:

- Hvem gør hvad, hvornår og hvordan

En sorg-beredskabsplan er en plan for, hvem der gør hvad, hvornår og hvordan, når der opstår *dødsfald*. Planen skal hjælpe personalet ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie, til at handle hurtigt, effektivt og professionelt, når der sker et dødsfald blandt beboerne, i personalegruppen eller blandt personalets pårørende.

Beredskabsplanerne skal desuden ses som en del af sygefraværspolitikken og fastholdelsesstrategien på Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie, idet et beredskab understøtter, at medarbejderen fastholdes på arbejdsmarkedet.

Beredskabsplaner opbevares på alle team kontorer

Beredskabsplan for beboerne

Her følger Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie beredskabsplan ved alvorlig sygdom og dødsfald blandt beboerne.

Kontaktpersoner og hovednumre

Forstander, souschef og teamledere ved Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie		
Navn	Hvor	Telefon
Rikke Christensen Forstander	Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie, ærtekildevej	22 32 55 91
Trine Broustbo Souschef	Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie, ærtekildevej	23 36 00 64
Anne-Mette Hansen Daglig leder	Dagtilbud og administration	20 65 69 98
Trine Backe Daglig leder	Team 1 & 8	42 23 00 49
Gitte Kruse Daglig leder	Team 2 & 6	21 28 51 20
Søren Gammelsø Daglig leder	Team 3 & 4	28 76 11 17
Debbie T. Christensen Daglig leder	Team 5 & 7	27 28 01 18
Andre relevante kontakter		Telefon
Politi Ringsted		57 61 14 48 eller 1 1 4
Lægevagten		70 15 07 00
Skadestuen/akuttelefonen		70 15 07 08

Pludselig alvorlig sygdom hos beboere

Medarbejderen:

- Kontakt og informer daglig leder

Forstander eller daglig leder – efter at beboeren har givet sit samtykke:

- Kontakt og informer pårørende eller værge
- Orienter relevante medarbejdere i det pågældende team
- Informer beboerens rådgiver
- Informer evt. Beboerens arbejdsplads/ dagcenter el. Tilsvarende
- Informer evt. Andre relevante personer.

Ved længerevarende sygdom / terminal pleje

- Hvis beboeren ønsker at forblive i sit eget hjem, vil vi gøre, hvad vi kan for at indfri dette ønske
- Familien, hjemmeplejen eller aflastningstjenesten søges inddraget.

Ved dødsfald hos beboere

Ved forventet dødsfald

Medarbejderen ansvarsområde:

- Kontakt og informer forstander eller daglig leder
- Notér dødstidspunkt. Hvis beboeren allerede er død, når du finder ham/hende, notér dit ankomsttidspunkt
- Træk gardiner for vinduerne
- Skru ned for varmen
- Sørg for at lejligheden er pæn og ryddelig
- Tænd en lampe som vågeblus.

Forstander/souschef eller daglig leder ansvarsområde:

- Kontakt egen læge i dagtimer eller lægevagt uden for dagtimer.
- Aftal ligsyn (der skal minimum gå 6 timer efter, at døden er indtruffet, før der foretages ligsyn) med henblik på at få lavet dødsattest.
- Underret afdødes pårørende. Aftal det videre forløb.
- Lav aftale om, hvem der gør afdøde i stand.
- Orienter teamets medarbejdere. Vær opmærksom på, om der er medarbejdere, der har bedt om at blive orienteret, selvom de ikke er på arbejde.
- Aftal tidspunkt for debriefing – og så hurtigt det kan lade sig gøre.

- Orienter teamets øvrige beboere eller udeliger det til teamet.
- Informer andre relevante medarbejdere og beboere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Maries.
- Sæt Bofællesskaberne Inge- & Sofie Maries flag på halvt, hvis beboeren dør inden solnedgang – ellers gøres dette den efterfølgende dag (se uddybning under 6.2.6. "flagregler").
- Informer sagsbehandler.
- Informer arbejdsplads / dagcenter el. Tilsvarende.
- Indryk dødsannonce (se eksempler under 6.2.9. "dødsannoncer").
- Bestil båretasket.
- Vurder kontakt til pårørende de kommende dage/måneder.

Ved uventet dødsfald

Medarbejderen:

- Ring 1-1-2 – politiet tilkaldes som fast procedure af 1-1-2, ved akutte dødsfald på bosteder som vores.
- Giv førstehjælp, hvis det er muligt. Det er vores pligt at opstarte hjertemassage. Vi har hjertestarter ved indgang til Skansen 1 (Inge Marie) og ved indgang til ærtekildevej 10.
- Kontakt forstander/souschef eller daglig leder.
- Skab ro om muligt for øvrige beboere og psykisk 1. Hjælp til dem, der har akut behov.
- Yd psykisk 1. Hjælp til kolleger, der har akut behov i situationen.
- Ring flere kolleger ind og koordiner evt. Med øvrige teams.
- Lejligheden forsejls via forstander eller politi.

Forstander, souschef eller daglig leder:

- Forstander/souschef kalder øvrig relevant ledelse ind.
- Overtag det overordnede ansvar ved ankomst og koordinere hvad der nu skal ske.
- Aftal med politiet, hvem der skal underrette pårørende, hvis de ikke er til stede ved dødsfaldet. Afklare med pårørende om de ønsker at se afdøde i egen lejlighed og ikke først på hospitalet.
- Underret / kondoler de pårørende. Aftal det videre forløb.
- Orienter teamets medarbejdere eller udeliger det til teamet.
- Aftal tidspunkt for debriefing – og så hurtigt det kan lade sig gøre. Vurdér om der er brug for ekstern supervision / krisehjælp.
- Orienter teamets øvrige beboere, hvis de ikke allerede ved hvad der er sket. Koordiner informationen til beboerne sammen med de medarbejdere, som er på arbejde.
- Yd psykisk 1. Hjælp til alle og vurder det videre forløb.

- Vurder behov for akut krisehjælp til medarbejdere. Hvis behovet er tilstede kontaktes sundhedsforsikringen.
- Vurder behov for akut krisehjælp til beboerne. Hvis behovet er tilstede kontaktes egen læge.
- Informer andre relevante medarbejdere og beboere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie samt øvrige beboeres pårørende.
- Sæt Bofællesskaberne Inge- & Sofie Maries flag på halvt, hvis beboeren dør inden solnedgang – ellers gøres dette den efterfølgende dag (se uddybning under 6.2.6. "flagregler").
- Informer sagsbehandler og andre relevante samarbejdspartnere
- Informer arbejdsplads / dagcenter el. Tilsvarende.
- Koordiner med de pårørende om der skal indrykkes en dødsannonce, og hvem som står for dette. (se eksempler under 6.2.9. "Dødsannoncer").
- Bestil bårerbuket.
- Vurder om der skal holdes "gravøl" i forbindelse med dødsfaldet for øvrige beboere og planlæg dette.
- Vurder hvem som har kontakten til de pårørende de kommende dage/måneder.

Dødsfald på sygehus

Forstander, viceforstander eller daglig leder:

- Aftal med personalet på sygehuset, hvem der underretter pårørende, hvis pårørende ikke er til stede, når døden indtræffer.
- Orienter medarbejdere i den pågældende afdeling. Vær opmærksom på, om der er medarbejdere, der har bedt om at blive orienteret, selvom de ikke er på arbejde.
- Aftal tidspunkt for debriefing – og så hurtigt det kan lade sig gøre.
- Orienter teamets øvrige beboere.
- Informer øvrige relevante medarbejdere og beboere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie.
- Sæt Bofællesskaberne Inge- & Sofie Maries flag på halvt, hvis beboeren dør inden solnedgang – ellers gøres dette den efterfølgende dag (se uddybning under 6.2.6. "flagregler").
- Informer sagsbehandler.
- Informer arbejdsplads /dagcenter el. Tilsvarende.
- Indryk dødsannonce (se eksempler under 6.2.9. "Dødsannoncer").
- Bestil bårerbuket.
- Vurder kontakt til pårørende de kommende dage/måneder.

Overordnede regler ved dødsfald

- Ledelsen er i udgangspunktet altid beslutningstager og koordinator i forbindelse med dødsfald. Afdæk hvem der anmelder dødsfaldet til kirkekontoret og hvem skifteretten skal kontakte.
- I tilfælde af, at en medarbejder kontaktes af pressen i forbindelse med ulykke/sygdom eller dødsfald blandt beboere henvises der altid til forstanderen. Det er **kun** forstander/souschef, der udtaler sig til pressen.
- Daglig leder koordinerer aftaler omkring begravelse / bisættelse – i samarbejde med medarbejderne – såfremt beboeren ingen pårørende har, eller hvis de pårørende ytrer ønske herom. Begravelse / bisættelse kan være en kirkelig begravelse, medmindre beboeren har en anden religiøs baggrund.
- Daglig leder sikrer:
 - At der tages kontakt til bedemand medmindre de pårørende selv gør dette (se 6.2.10. "adresser på bedemænd i Ringsted")
 - At beboerens personlige papirer så som sygesikringskort og dåbs- eller fødselsattest medbringes
 - At det videre forløb koordineres med bedemanden

Omsorgskasse

I hvert team findes en omsorgskasse. Kassen indeholder forskellige materialer, som kan benyttes i forbindelse med dødsfald eller samtaler om døden.

Flagregler

Følgende regler gør sig gældende omkring flagning:

- Flagning på halv anvendes som tegn på sorg
- Flaget hejses først helt til tops, nedhales derefter så underkanten af flaget er midt på stangen
- Når flaget skal ned, hejses det først til tops, og derefter roligt ned
- Ved dødsfald forbliver flaget på halv stang til solnedgang (også langfredag)
- Ved flagning ved bisættelse, hejses flaget på halv stang og når bisættelsen er overstået, hejses flaget på hel indtil solnedgang

Mindehøjtidelighed

- Hvis Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie har værtsrollen ift. Begravelsen, vil vi også efterfølgende arrangere en mindehøjtidelighed
- Mindehøjtideligheden vil foregå i lokaler ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie, hvor der servers et lettere traktement
- Der vil blive holdt taler over afdøde og sunget et par sange

Under "forløb af begravelse og bisættelse", vil der være en udspecificeret beskrivelse af, hvordan en begravelse og bisættelse forløber, samt forslag til salmer.

Dødsannoncer

- Følgende regler gør sig gældende om dødsannoncer:
- Dødsannoncer, som skal indrykkes i morgendagens avis, indtelefoneres til dagbladet på tlf. 57 61 25 00 inden kl:16:00
- Hvis annoncen ønskes i avisen en anden dag oplyses dette
- For betaling oplyses cvr-nr. 31236096

Eksempler på dødsannoncer:

<p>Tom Graversen * 1/1 1980 † 10/10 2011 Er stille sovet ind Ringsted d. 10/10 2011 Beboere og medarbejdere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie</p>	<p>Tom Graversen * 1/1 1980 † 10/10 2011 Er pludselig død Ringsted d. 10/10 2011 Beboere og medarbejdere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie</p>	<p>Tom Graversen * 1/1 1980 † 10/10 2011 Er død efter kort tids sygdom Borgere og medarbejdere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie</p>
<p>Tom Graversen * 1/1 1980 † 10/10 2011 Er død efter længere tids sygdom Beboere og medarbejdere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie</p>	<p>Tom Graversen * 1/1 1980 † 10/10 2011 Er død efter længere tids sygdom Beboere og medarbejdere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie Begravelsen finder sted i Sankt Bendts kirke fredag d. 14. oktober kl.13</p>	<p>Tom Graversen * 1/1 1980 † 10/10 2011 Er død efter længere tids sygdom Beboere og medarbejdere ved Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie Bisættelsen finder sted i Ringsted kapel fredag d. 14. oktober kl.13 (hvis Inge- & Sofie Marie Står for mindehøjtidelighed oplyses dette)</p>

Adresser på bedemænd i Ringsted

Ringsted begravelsesforretning	Søgade begravelse	Begravelsesforretningen Karl-Erik Pedersen
Lizzi og Per Christensens Nørregade 43, 4100 Ringsted Tlf.:57 61 22 39 Svarer hele døgnet	Niels Pedersen og Brian hansen, Søgade 26, 4100 Ringsted Tlf.:36 39 58 10	Karl-Erik Pedersen Hovmarksvej 11, 4100 Ringsted Tlf.: 57 67 67 30
www.bedemand-berner.dk	www.soegade-begravelse.dk	www.begravelse-kep.dk

Udgifter til begravelse

Følgende gør sig gældende omkring udgifter til begravelse:

- Når en beboer dør, vil dennes konti i pengeinstitutter pr. Automatik blive spærret, indtil boet er blevet behandlet i skifteretten, eller til der er fundet en bobestyrer, som kan udskrive et bo udlæg.
- Hvis der i boet ikke er aktiver til at finansiere begravelsen, er der to muligheder i forhold til, hvem der varetager begravelsesomkostningerne: (1) de pårørende; eller (2) kommunen.
- (1) Hvis de pårørende ikke kan eller vil påtage sig udgiften til begravelsen, skal der søges om en kommunal begravelse.
- (2) I tilfælde af at begravelsen afholdes af kommunen, vil afdødes bo tilhøre kommunen.

Økonomisk hjælp til begravelse

I forbindelse med begravelse kan der søges om begravelseshjælp. Følgende regler for begravelseshjælp:

- Afdødes bopælskommune udbetaler begravelseshjælp til anmelders Nem Konto eller alternativt konto
- Beløbets størrelse afhænger af, om afdøde efterlader sig en formue:
 - Beboere født før den 1. april 1957: begravelseshjælp er min. Kr.1.050,- (2018 takst).
 - Beboere født efter 1. april 1957: afdødes formue (penge, pension, smykker og ejendom) afgør, hvor meget kommunen udbetaler i begravelseshjælp. Afgørelsen sker altid i skifteretten.
 - Beboere over 18 år: begravelseshjælp max. Kr. 10.750, - (2018 takst).
 - Enlig/ugift og uden børn under 18 år: der udbetales max. Begravelseshjælp, hvis afdødes formue ikke er over kr. 18.050, -. Ved denne grænse nedsættes hjælpen. Ved en formue over kr. 28.800, - falder begravelseshjælpen helt bort.

- Hvis afdøde efterlader ægtefælle eller børn under 18 år: ægtefællernes samlede formue må højst udgøre kr. 36.000, - for at få det maksimale beløb i begravelseshjælp. Ved denne grænse beskæres hjælpen. Ved en formue over kr. 46.750, - falder begravelseshjælpen helt bort.
- Hvis afdøde var medlem af sygeforsikringen Danmarks gruppe 1 eller 2, kan man få udbetalt begravelseshjælp på kr. 1.400, -.

Håndtering af dødsbo

Følgende regler gælder for håndtering af dødsbo:

- Når en beboer er død, er det af afgørende juridisk betydning, at afdødes bo samt ejendele forbliver urørt, indtil skifteretten har givet tilladelse til at "åbne" boet igen. Ledsen kontakter til skifteretten. I tilfælde hvor beboer ikke er formuende, skal der udfyldes en "rydningserklæring", hvis lejligheden tømmer førend skifteretsattesten, er ankommet. "rydningserklæring" skal sendes til pårørende.
- Skifteretten indkalder selv den, der står som kontaktperson på dødsanmeldelsen til et såkaldt åbningsmøde. Indtil mødet finder sted må hverken arvingerne eller andre personer fordele afdødes indbo eller betale afdødes regninger. Boet skal, så at sige, stå urørt, indtil skifteretten "åbner" det.
- For beboere, der har ophold/tilknytning til Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie, gælder dette også for medarbejderne, at de ikke har adgang til beboerens bolig.
- Såfremt Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie har haft opgaver/ansvar omkring den afdødes økonomi, skal vedkommendes regnskaber og eventuelle kontanter/værdier afleveres til boligbestyreren.
- Lejemålet er ved beboerens død opsagt. Fonden mariehjemmene orienteres vedr. Opsigelse af husleje og opholdsbetaling. Afdøde kan max. Opkræves 3 mdrs. Husleje samt andre følgeudgifter, herunder istandsættelse af lejemålet. Såfremt den afdøde ikke har midler dertil, bliver udgifterne til husleje og istandsættelse bogført på Bofællesskaberne Inge- og Sofie Maries budget. Andre kreditorer vil ligeledes få et tab, hvis boet ikke kan udrede de skyldige beløb, som afdøde efterlader sig.
- Skat har lavet en pjece der hedder dødsbo. Den indeholder en vejledning til behandling af dødsbo. Pjecen kan hentes på www.skat.dk/getfile.aspx?Id=73959

Nyttige hjemmesider

Følgende hjemmesider kan være nyttige:

- [Www.begravelsedanmark.dk](http://www.begravelsedanmark.dk)
- [Www.bedemand.dk](http://www.bedemand.dk)
- [Www.afdoede.dk](http://www.afdoede.dk)
- [Www.danskekirkegaarde.dk](http://www.danskekirkegaarde.dk)
- [Www.altomdoeden.dk](http://www.altomdoeden.dk)
- [Www.kirker.dk](http://www.kirker.dk)
- [Www.skat.dk](http://www.skat.dk)

Beredskabsplan for personalet

Her følger Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie beredskabsplan ved ulykke, sygdom, dødsfald og tab blandt personalet.

Kontaktpersoner og hovednumre

Forstander, souschef og teamledere ved Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie		
Navn	Hvor	Telefon
Rikke Christensen Forstander	Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie, ærtekildevej	22 32 55 91
Trine Broustbo Souschef	Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie, ærtekildevej	23 36 00 64
Anne-Mette Hansen Daglig leder	Dagtilbud og administration	20 65 69 98
Trine Backe Daglig leder	Team 1 & 8	42 23 00 49
Gitte Kruse Daglig leder	Team 2 & 6	21 28 51 20
Søren Gammelsø Daglig leder	Team 3 & 4	28 76 11 17
Debbie T. Christensen Daglig leder	Team 5 & 7	27 28 01 18
Andre relevante kontakter		Telefon
Politi Ringsted		57 61 14 48 eller 1 1 4
Lægevagten		70 15 07 00
Skadestuen/akuttelefonen		70 15 07 08

Generelt om beredskabsplan for personalet

Følgende gør sig gældende for beredskabsplanen for personalet:

Alle medarbejdere har efter eget valg udfyldt en ambulanceplan.

- En ambulanceplan er en skriftlig tilkendegivelse af, hvem man ønsker, der skal drage omsorg for en i en krisesituation.
- Ambulanceplanerne opbevares i mappen "psykisk 1. Hjælp" på alle team kontorer.
- Det er den enkelte medarbejders ansvar at revidere ambulanceplanerne minimum en gang årligt.
- Bofællesskaberne Inge- & Sofie Marie har et abonnement på psykologisk krisehjælp.
- Listen med hvem, der kan rekvireres til den enkelte medarbejder, står i mappen "ambulanceplan" på alle team kontorer.

Ulykke på arbejdet

Følgende gør sig gældende ved ulykke eller overlast i forbindelse med udførelse af arbejdet:

Akut:

- Stands ulykken
- Skab overblik over ulykken: hvem er berørt, hvordan og i hvilket omfang
- Ring evt. 112
- Orienter ledelsen, som overtager ansvaret og de videre handlinger, herunder hvem der tager kontakt til familien
- Pårørende underrettes af politiet ved dødsfald eller alvorlige kvæstelser
- Kun forstanderen udtaler sig til pressen

Ved mindre ulykker:

- Hjælp den ulykkesramte praktisk og yd psykologisk førstehjælp
- Orienter ledelsen, som tager stilling til evt. Videre handlinger
- Hjælp den ulykkesramte hjem og bliv hos vedkommende til der er pårørende i hjemmet. Sikr at der er andre medarbejdere, som overtager dit arbejde

Forstander, souschef eller daglig leder

- Orienter øvrige medarbejdere om ulykken. Vurder om der skal indkaldes til særlig debriefing.
- Åbn ambulanceplanen, hvis medarbejderen har udfyldt en sådan, og det skønnes relevant.
- Sikr at omsorgspersonen takker ja til opgaven og oplever sig i besiddelse af et personligt overskud til opgaven.

- Hvis ulykken giver anledning til længerevarende sygefravær, aftales senest på førstkommande teammøde, hvem der gør hvad for at holde forbindelsen til den ulykkesramte.
- Det er daglig leder og det samlede personales ansvar at holde kontakten til den sygemeldte.
- Amr skal inddrages med henblik på iværksættelse af tiltag, der forebygger gentagelse.
- Vurder og beslut, om der skal tilbydes ekstern supervision/krisehjælp til enkelte eller hele medarbejdergruppen.

Alvorlig sygdom i personalegruppen

Følgende gør sig gældende ved alvorlig sygdom i personalegruppen:

Medarbejderen:

- Orienter forstander eller daglig leder om situationen
Hvis der ønskes støtte og hjælp, aftales det videre forløb (se fravær i "personalehåndbog")

Forstander eller daglig leder:

- Aftal om den sygemeldte ønsker, at de øvrige medarbejdere informeres om årsag til fraværet
- Ved beslutning om information til øvrige medarbejdere afstemmes det nærmere indhold og valg af kommunikationsform, fx telefon, mail eller indkaldelse til fælles information for medarbejdergruppen
- Se i ambulanceplanen, såfremt medarbejderen ønsker dette og har udfyldt en sådan
- Sikr at kollega takker ja til opgaven og oplever sig i besiddelse af et personligt overskud til opgaven
- Senest på førstkommande teammøde aftales, hvem der gør hvad, for at holde forbindelsen til den sygemeldte kollega
- Det er daglig leder og det samlede personales ansvar at holde kontakten til den sygemeldte ved længerevarende sygdom

Dødsfald i personalegruppen

Følgende gør sig gældende ved dødsfald i personalegruppen:

Forstander eller daglig leder:

- Forstander har ansvaret for, at der laves aftaler om, hvem der tager kontakt til familien
- Orienter personalegruppen
- Informer beboere
- Informer evt. Samarbejdspartnere
- Sæt flag på halv, hvis medarbejderen dør inden solnedgang – ellers gøres dette den efterfølgende dag
- Lav aftale om gennemførelse af en kort mindehøjtidelighed

- Skriv et mindeord om afdøde internt og i organisationen evt. I samarbejde med en nær kollega til afdøde.
- Afklar om der skal indrykkes en dødsannonce i avisen eller om de pårørende gør det.
- Afklar med afdødes familie om Bofællesskaberne Inge- og Sofie Marie skal være repræsenteret ved afdødes begravelse / bisættelse og evt. Efterfølgende mindehøjtidelighed.
- Vurder og beslut om der skal tilbydes ekstern supervision til enkelte eller hele medarbejdergruppen

Dødsfald blandt pårørende til et personale

Følgende gør sig gældende ved et dødsfald blandt pårørende til et personale:

Medarbejder:

- Orienter forstander eller daglig leder om situationen
- Såfremt der ønskes støtte og hjælp, aftales det videre forløb (se fravær i "personalehåndbog")

Forstander eller daglig leder:

- Aftal om medarbejderen ønsker, at de øvrige medarbejdere informeres om dødsfaldet
- Ved beslutning om information til øvrige medarbejdere afstemmes det nærmere indhold og valg af kommunikationsform, fx telefon, mail eller indkaldelse til fælles information for medarbejdergruppen
- Åbn ambulanceplanen, hvis medarbejderen ønsker dette og har udfyldt en sådan
- Sikr at kollega takker ja til opgaven og oplever sig i besiddelse af et personligt overskud til opgaven
- Senest på førstkommande personalemøde aftales, hvem der gør hvad, for at holde forbindelsen til den sørgende kollega
- Forstander undersøger og afgør, hvilken anden hjælp/støtte arbejdspladsen kan tilbyde den sørgende medarbejder

Værd at vide som medarbejder ved privat tab

Følgende kan være nyttigt at vide ved en situation med privat tab:

- Tjenestefrihed tager afsæt ud fra "personalehåndbogen" vedr. Tjenestefrihed med løn.
- Bofællesskaberne Inge- og Sofie Maries lokale aftaler vedr. Psykisk 1. Hjælp sættes i værk for at hjælpe en kollega i krise.
- Daglig leder holder løbende kontakt med medarbejderen under sygemelding. Det videre forløb vurderes i samarbejde med medarbejderen.
- Som medarbejder kan man tilbydes op til 6 betalte samtaler med en psykolog, såfremt disse ikke kan betales af anden instans, fx via egen forsikringsordning. Medarbejderen er forpligtet til at søge om tilskud via egen læge (sygesikringsordningen), så udgiften minimeres for arbejdspladsen. Man vil som medarbejder skulle beskattes af psykologhjælp, der er ydet til private problemstillinger.

- Personalegruppen omkring en medarbejder med livstruende sygdom kan tilbydes professionel hjælp og viden om forventningerne til sygdomsudviklingen og dens konsekvenser. Hensigten er at skabe forståelse og åbenhed i personalegruppen til gavn for ramte kollega.
- Ved arbejdsulykker gælder særlige regler, som automatisk træder i kraft jf. Arbejds miljølovgivningen.

Sådan møder du en kollega i sorg

Følgende kan være en hjælp at tænke på, når du møder en kollega i sorg:

Generelt:

- Ingen reaktioner er forkerte
- Sorg har ikke tidsfrist; den forsvinder aldrig, men kan finde sin plads
- Evnen til at sørge er evnen til at forandre sig
- Sorg påvirker alle medarbejdere
- Afsæt tid til at tale sammen i personalegruppen

Konkret:

- Anerkend kollegaens sorg
- Spørg – bliv – lyt og giv dig tid til at høre
- Tag kontakten og initiativet – det kan føles uoverskueligt, når man er i sorg
- Vær ikke bange for at gøre personen ked af det – det er hun/han allerede
- Hvis du ikke ved, hvad du skal sige – så sig det
- Bliver du afvist, så spørg igen en anden dag
- Stop ikke med at spørge: hvordan går det? Smerten kan være allerstørst efter et halvt til et helt år
- Hjælp med praktiske ting, når du kan og har overskud
- Tilbyd evt. At tage enkelte arbejdsopgaver en periode
- Tag en kop kaffe med, når du selv skal have en
- Selv små ting kan virke uoverskuelige, når man er i sorg
- Undgå at sige: ”det skal nok gå – du må se at komme videre...”
- Giv ikke gode råd som: ”jeg har prøvet – du kunne prøve at – jeg kender en...”

Særligt til ledere:

- Vær rummelig
- Det er individuelt, hvad der hjælper enkelte medarbejder; nogen har brug for at arbejde som de plejer, andre har brug for aflastning og fleksible løsninger. Tag en åben snak med medarbejderen om, hvad der er behovet
- Sæt tid af til løbende samtale med medarbejderen, fx en gang om måneden

Bofællesskaberne Inge- og Sofie Maries ambulanceplan

Her følger selve ambulanceplan

Omsorgsaftale

For medarbejder: _____ dato: / 20

	Lokaltelefon nr.	Mobil nr.	Privat nr.
Områdeleder			
Afdelingsleder			
Arbejds miljørepræsentant			

Afdelingslederen eller områdelederen sørger for, at en af nævnte omsorgspersoner bliver kontaktet

Jeg ønsker nedenstående kolleger som omsorgspersoner			
Navn	Lokaltelefon	Mobil nr.	Privat nr.

Jeg ønsker nedenstående familiemedlem/ven som omsorgspersoner				
Navn	Relation	Arbejdsplads	Tlf. Arbejdsplads	Privat/mobil tlf.

Kollega fra ambulanceplanens ansvarsområde:

- Eventuelt hjælpe med akutte praktiske ting.
- Det er kollegaen på ambulanceplanen og den daglige lederens ansvar at fastholde kontakten.

Forstanderen afgør, hvad der videre skal tilbydes af hjælp fra arbejdsstedet.

Litteraturoversigt

Litteratur anvendt direkte i "få det bedre med sorg, død og tab"

Bøger:

- Bekendtgørelse af lov om social service. Lovbekendtgørelse nr. 810 af 19/07/2012.
- Dige, Jes (2004): *"Sorgens ansigt"*, bog & dvd, Kræftens bekæmpelse, 1. Udgave, 2004
- Dyregrov, Atle (2011): *"Sorg hos børn – en håndbog for voksne"*, Dansk psykologisk forlag, 2. Udgave
- Jerlang, Esben (2006): *"Pædagogisk-psykologisk opslagsbog"*, Gyldendal akademisk, 2. Udgave
- Politikens nudansk ordbog med etymologi, Politikens forlag, 2000.

Artikler:

- Kirketerp, Eva (2008): *"Selvbestemmelse"*, Vipu viden nr. 3.
- Knudsen, Trine Reippert (2010): *"Kunsten at skifte spor"*, Videnscenter for psykiatri og udviklingshæmning. Vipu viden 12. Årgang, nr. 2.
- O'Connor, Maja (2006): *"Omsorg"*, Nordisk tidsskrift for palliativ medicin, nr. 1.
- Svendsen, Tove (2007): *"Den skjulte sorg"*, Videns tema nr. 1
- Svendsen, Tove (2009): *"Et liv fyldt med tab: sorg hos mennesker med udviklingshæmning"*, Vera, tidsskrift for pædagoger, nr. 46, marts 2009.

Undervisningsmateriale:

- Bøge, Per (1996): *"Når nogen man elsker dør"*, et undervisningsmateriale til 6.-7.-8 klasse. Kræftens bekæmpelse.
- Bøge, Per (1997): *"Når bånd brister"*, et undervisningsmateriale til 3.-4.-5. Klasse. Kræftens bekæmpelse, 3. Oplag 2005.
- Bøge, Per og Jes Dige (2000): *"Når hjertet gør ondt"*, et undervisningsmateriale til børnehaveklasse, 1. Klasse og 2. Klasse. Kræftens bekæmpelse.

Hjemmesider:

Kræftens bekæmpelses hjemmeside:

<http://www.cancer.dk/omsorg/born+i+sorg/hjaelper+barn+sorg/>

Den store danske Gyldendals åbne encyklopædi. [Www.denstoredanske.dk](http://www.denstoredanske.dk)

Projekter:

Kommunikationscentret (2009): *"Udviklingshæmmede skal have hjælp til at tale om sorg"*.
[Http://www.kc-hil.dk/da/det-sker/nyt/188-udviklingshaemmede-skal-have-hjaelp-til-at-tale-om-sorg](http://www.kc-hil.dk/da/det-sker/nyt/188-udviklingshaemmede-skal-have-hjaelp-til-at-tale-om-sorg)

Hillerød kommunikationscenter (2009): *"Ikke et ord om døden – om sorgplaner på specialtilbud"*, kræftens bekæmpelse, <http://www.kc-hil.dk/da/viden-og-formidling/produkter/vaerktojskasse-til-sorgplaner>

Anden relevant litteratur

Bøger:

Brandt, Aage (2001): *"Hvor går man hen når man går bort"*, special-trykkeriet Viborg a-s, 1. Udgave, 7. Oplag, copyright danske bedemænd 2001

Christensen, Helene m.fl. : *"Må man være glad, når man er ked af det?"*, Foreningen børn og sorg, www.ekstraordinaer.dk

Cullberg, Johan (2007): *"Krise og udvikling"*, Hans Reitzels forlag, 5. Udgave, 3. Oplag

Dyregrov, Atle (2011): *"Sorg hos børn – en håndbog for voksne"*, Dansk psykologisk forlag, 2. Udgave

Guldin Mai-Britt (2019): *"Sorg og tab"*, Hans Reitzels forlag

Høgsted, Rikke (2005): *"Til minde om"*, Aschehoug dansk forlag a/s, 1. Udgave

Høgsted, Rikke (2008): *"Mindebogen"*, Dansk psykologisk forlag, 1. Udgave

Kjær, Esben (2019): *"Døden en overlevelsesguide"*, Gyldendal, 1. udgave, 1. Oplag

Komiteen for sundhedsoplysning (2010): *"Når diagnosen er alvorlig"*, Scanprint, 2. Udgave, 1. Oplag

O'Toole, Donna (2003): *"Marvi myrebjørn fatter håb"*, Ørnens forlag, 3. Udgave

Rudbeck, Line (2018): *"Når udviklingshæmmede sørger – en bog om tab, sorg og trøst"*, Socialt forlag

Artikler:

Andersen, Jonna (2007): *"Når man mister en pårørende . . ."*, HK bladet, nr. 1, 2007

Bache, Marianne m.fl. (2008): *"Sorgteorier omsat til praksis"*, Psykolog nyt, årg. 62, nr. 12, 2008

Grønne, Christian(2011): *"Det er intimt at dø"*, Hjertenyt nr.2, 2011

Hollund, Susanne m.fl (2009): *"Når udviklingshæmmede sørger"*, udvikling, nr. 1, 1. Kvartal 2009

Knudsen, Trine Reippert (2010): *"Kunsten at skifte spor"*, Videnscenter for psykiatri og udviklingshæmning. *Vipu viden* 12. Årgang, nr. 2.

Knudsen, Trine Reippert (2010): *"Sorg hos mennesker med udviklingshæmning"*, Videnscenter for psykiatri og udviklingshæmning. *Vipu viden* 12. Årgang, nr. 2.

Kristensen, Nanna Kathrine (2009): *"Behov for sorgplaner på arbejdspladserne"*, HK statbladet, maj 2009

Kristensen, Nanna Kathrine (2009): *"Chefen satte tidsfrist på sorgen"*, HK statbladet, maj 2009

Lund, Majbritt (2008): *"Når der ikke er ord for sorgen"*, *Socialpædagogen* nr. 20, 2008

O'Connor, Maja. (2006). *"Sorg som en to-sporet proces"*, *Omsorg: nordisk tidsskrift for palliativ medicin*, vol. 23 nr. 1

Pedersen, Morten Bonde m.fl. (2007): *"Døden på anden klasse"*, *Hjertenyt*, nr.2, 2011

Pedersen, Morten Bonde m.fl. (2007): *"Den svære samtale"*, *Hjertenyt*, nr.2, 2011

Sand, Einar (2007): *"Sorgarbejde: Det handler om livskvalitet"*, HK-bladet, nr. 1, 2007

Svendsen, Tove (2007): *"Den skjulte sorg"*, *Videns tema* nr. 1

Brochurer:

Landsforeningen liv & død: *"Når livet slutter – en vejledning"*, www.livogdoed.dk

Begravelse Danmark: *"Min sidste vilje"*, www.begravelsedanmark.dk

Sydvestjysk sygehus Esbjerg: *"Vejledning til pårørende i forbindelse med dødsfald"*, region Syddanmark, www.regionsyddanmark.dk/dwn53417

Professionsbachelorprojekt:

Hougård, Linda Holst (2007): *"Fokus på tab og sorg i det pædagogiske arbejde med udviklingshæmmede"*, eksamensgruppe 9, hold 03v4, jysk pædagogseminarium, juni 2007

Hjemmesider:

Aars kommune: *"Materialer om døden – sorg – og sorgarbejde"*, uddrag, <http://www.aarsskole.dk/sorg%20dokumenter/materialer%20i%20sorgkassen.pdf>

Laursen, Marianne Hammild m.fl. (2006): *"Omsorg handleplan"*, http://www.lev.dk/media/136145/omsorg_handleplan.pdf

Minafsked.dk forslag til salmer og sange i forbindelse med dødsfald,

Syddansk universitet (september 2012): *"Tosporsmodellen: Den naturlige sorg"*, http://www.sdu.dk/om_sdu/institutter_centre/institut_psykologi/forskning/forskningsgrupper/videnscenter_for_psykotraumatologi/temasider/sorg/tosporsmodellen

Handleplaner:

Nielsen, Marianne Davidsen (1990): *"Vesterkærets skole - handlingsplan ved dødsfald, ulykker og andre traumatiske hændelser"*, Vesterkærets skole, oktober 1990

Projekter:

Jørgensen, Maria Lincke m.fl. (2009): *"at kommunikere om sorg med mennesker med udviklingshæmning"*, kommunikationscenteret i Hillerød & Kræftens bekæmpelse, ikke et ord om døden – værktøjskassen, 2009

Jørgensen, Maria Lincke m.fl. (2009): *"Ikke et ord om døden – omsorg handleplan. Et idékatalog for specialtilbuds møde med børn, unge og voksne udviklingshæmmede i sorg"*, kommunikationscenteret i Hillerød & Kræftens bekæmpelse, 2009, <http://www.kc-hil.dk/da/viden-og-formidling/produkter/vaerktøjskasse-til-sorgplaner>

Undervisningsmateriale:

Syddansk universitet (september 2012): *"Tosporsmodellen: Den naturlige sorg"*, http://www.sdu.dk/om_sdu/institutter_centre/institut_psykologi/forskning/forskningsgrupper/videnscenter_for_psykotraumatologi/temasider/sorg/tosporsmodellen