



LANDSFORENINGEN
UVENTET BARNE DØD

Søskenfortellinger



Dette heftet er laget for og av barn som har opplevd
å miste et søsken brått eller i sykdom.

Tusen takk til Maria, Ingrid Elisabeth, Sanne, Benjamin, Alexander, Lars Kristian, Tobias, Einar,
Torill Therese, Tina og deres familier for flotte bidrag.

Heftet er laget av Eline Grelland Røkholt. Hun mistet selv en lillebror for 25 år siden, er i dag
pedagogisk-psykologisk rådgiver og jobber med barn i sorg. Heftet er utgitt av Landsforeningen
uventet barnedød med midler fra ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering.

Foto: Lillian Andersen. Produksjon og layout: medicineheads.com. 2012: 5000 eks.



Til minne om Atle

*Sirkelen er sluttet. Jeg har laget det heftet
jeg selv skulle hatt for 25 år siden.*

Eline Grelland Røkholt

INNHOLD

| | |
|------------------------------------|----|
| Velkommen til Søskenfortellinger | 5 |
| Sorg | 7 |
| Sanne og mammas dagbok om Nicolai | 8 |
| Hjertebeskjed | 11 |
| Min gode lekekamerat | 12 |
| Benjamin og Gabriel | 13 |
| Å miste en lillebror | 16 |
| Ritualer for død og minner | 20 |
| Anne-Marte blir drept | 22 |
| Til Victoria | 25 |
| Evy Kristine | 26 |
| Jeg er glad i deg, lillebror | 28 |
| Kjære Tom-Erik | 32 |
| Andre hefter og nyttige nettsteder | 34 |



Les Sannes
fortelling
på side 8-10

Velkommen til Søskenfortellinger

Dette heftet er laget til deg som har opplevd å miste en søster eller bror. Her kan du lese om hva andre barn forteller om hvordan det var for dem da de mistet sitt søsken, og om sorgen og savnet etterpå. Alle historiene er sanne.

Sorg er alt vi *tenker* og *føler* og *gjør* når vi mister noen som er verdifulle for oss. Sorg tar lang tid, ofte mye lengre enn vi tror. Det er mange forskjellige måter å sørge på. Noen ganger kjenner vi bare sorgen inne i oss selv, andre ganger viser vi til andre at vi har det vondt. Som for eksempel at vi kan gråte med tårer i ansiktet eller gråte stille inne i oss selv. Vi kan snakke om den som er død med andre, eller tenke på den som er død inne i oss. Du har din måte å sørge på, og dine minner fra det som du har opplevd. Det er helt normalt at vi reagerer på veldig forskjellige måter i sorg. Kanskje har du reagert annerledes enn de andre i din familie, eller at sorgen har føltes annerledes enn det du først tenkte deg.

Noen mister et søsken de har levd sammen med lenge. Andre mister søsken som levde i noen timer eller dager. Noen mister søsken som er døde når de blir født. Andre igjen har mistet søsken som de aldri har møtt, fordi deres søsken døde før de selv ble født. Lillebror eller lillesøster, storebror eller

storesøster, søsken vil alltid fortsette å være verdifulle for oss, selv om de er døde. Din historie om ditt eget søsken er *din* søskenfortelling.

Det er fint å spare på bilder eller gjenstander som minner deg om din søster eller bror. Bilder og ting som gir deg gode minner, hjelper deg med å huske og forteller litt av din søskenhistorie uten ord. Du kan også tegne eller skrive om din egen søskenfortelling.

Å miste et søsken kan også oppleves som at du mister en god venn. Hvis han eller hun var alvorlig syk, var du kanskje den aller nærmeste lekekameraten og vennen. Det kan føles veldig tomt hjemme etter at et søsken dør, særlig hvis du er det eneste barnet igjen eller du pleide å være masse sammen med den som er død. Når savnet etter den som er død vokser seg stort inni deg, er det godt å gjøre noe som du liker og som kan trøste deg litt.

Det er vanskelig å skjønne at et barn kan dø. Mange barn synes det er veldig urettferdig at deres søsken døde. Når et barn dør, gjør sorgen at foreldre og besteforeldre eller andre voksne rundt deg oppfører seg annerledes. Kanskje får du lyst til å muntre dem opp, for at det ikke skal være så trist hjemme. Barn

som sørger, vil gjerne at hverdagen fort skal bli som før i familien, samtidig som sorgen er der likevel. Noen barn som sørger blir redde for at andre vonde ting skal skje. Kjenner du det slikt er det lurt å fortelle det til noen som er gode til å trøste deg.

I dette heftet er det mange forskjellige historier. Kanskje ligner en av dem litt på det du har opplevd?



Til voksne

Dette heftet er laget for at barn som opplever å miste et søsken, kan få kjenne seg igjen i andre barns historier. Heftet er ikke ment som et veiledningshefte for sorgstøtte, men vi vet at det å gjenkjenne egne erfaringer i andres historier, er god støtte i seg selv. I heftet kan barn og voksne plukke ut det som kan være til nytte og hjelp for dem, det er ikke nødvendig å lese heftet fra perm til perm. For noen barn vil kanskje bildene eller en tegning være viktigst, mens andre kan kjenne seg igjen i noen av historiene eller diktene som fortelles.

Barnas historier sammen med bildene i heftet kan være gode utgangspunkt for samtaler mellom barn og voksne om ulike sider av tap og sorg. Men ikke forvent at barn

nødvendigvis vil svare mye. Samtalens kvalitet avhenger ikke av antall ord som sies, eller hvor lenge den varer. Det å bla i eller lese dette heftet sammen, er også en form for samtale. Det å leke, tegne eller gjøre andre ting sammen som har med tapet å gjøre, er former for det å gjøre en samtale med barn, Inni heftet er det også en hjertebeskjed-oppgave som barnet kan tegne og skrive alene eller sammen med en voksen.

Vi håper dette heftet vil hjelpe barn til selv å uttrykke seg om sitt eget tap. Ved å vite om andre som også har mistet søsken, vil de oppleve at de ikke er alene.



Sorg

*Sorg er et tomrom inni deg selv,
et tomrom du har både morgen og kveld...*

*Et tomrom som ikke kan fylles opp,
et tomrom som svir,
det sier aldri stopp...*

*Et tomrom som gjør ingen slags nytte,
et tomrom som er større
enn både hus og hytte...*

*Tomrommet kan vi ikke
gjøre noe med,
vi prøver å viske det bort,
men det er der for det.*

Maria 11 ½ år, mistet lillesøster Marthe

Sanne og mammas dagbok om Nicolai

Sanne sin lillebror Nicolai dør natt til 29. mars 2007, torsdagen før påske.

I påsken, Sanne er tre år og fire måneder:
Vi lå i sengen og gråt en morgen, da Sanne kommer inn og legger seg mellom mamma og pappa i sengen. Vi ligger og prater om lillebror og at vi savner han slik, da hun plutselig sier: ”No har dokker bare ei jente igjæn...” Neste morgen lå vi også slik og pratet. Hun viser oss hvordan Mowgli i Jungelboken klødde seg bak øret, slik som ulvene bruker. Hun stakk seg på øredobbene min. Jeg spør henne om hun vil ha øredobber i ørene når hun blir voksen dame? Da svarer Sanne: ”Æ vil itj vær stor dame, bare vær storesøster...”

Senere satt mamma på badet og gråt, så kom Sanne inn. Hun ser på mamma og spør gråt-kvalt: ”Mamma har du vondt i det samme hjertet som mæ?”

I barnehagen

Sanne begynner i barnehagen igjen etter begravelsen til Nicolai.

Onsdag 14. april 2007 er det samlingsstund:
Barna sang navnsangen og Torhild nevnte at i dag var alle sammen her. Sanne sa at

Nicolai ikke var her fordi han er død. Torhild bekreftet at sånn var det. Sanne sa at han egentlig skulle begynne i barnehagen, og at da skulle han leke her. Alle barna ble stille. Torhild fortalte alle barna at det skulle lillebror egentlig.



Et barn spurte hvorfor han døde. Sanne sa at han hadde på seg dyna, så fikk han dyna over nesa og så ble han syk, og så sluttet hjertet å slå. ”Hain puste itj mer! Da blei æ lei mæ!”

sier Sanne. En gutt sier at det ble han også. Torhild fortalte at det var noe inne i kroppen til Nicolai som ikke virket som det skulle, og at det var derfor han døde. Torhild forsikret alle om at heldigvis virker at som det skal inni kroppene hos oss som sitter her i samlingen, og søsken og foreldrene våre.

Sanne fortalte at Nico lå i jorda og at hun hadde gitt ham mange fine tegninger med glitter på. Englene fløy rundt og passet på ham. Vi fant frem bilder av Nico, og Sanne viste bildene stolt frem til barna: ”Det her e lillebroren min!”

I samlingen gikk praten over til å snakke om uteleken, og Sanne fortalte at markene hun hadde funnet i går hadde dødd. Vi snakket da om hva som måtte til for at marken skulle få leve, og vi ble enige om å finne nye marker i uteleken, hvorpå Sanne utbryter glad: ”Kanskje vi kan finn en sjiraff også?”



Fredag 19. april 2007. Samlingsstund i barnehagen:

Sanne utbryter plutselig i samlingen: ”Vi har jo bilde av Nico her. Jeg har lyst til å vise det frem nå!” Torhild henter bildet og Sanne viser det stolt frem. Hun forteller flere historier om

Nico. At Nico brukte å tømme ut lego fra legokassa og sette seg oppi. Det syntes han var gøy. På bildet der, ler han veldig. Sanne fortalte at hun brukte å kile han under armene og da lo han veldig. Sanne fortalte også at Nico en gang tisset på mamma, da hun skulle skifte bleie. Da hun fortalte det lo Sanne hjertelig og de andre barna

lo med henne. Etterpå la hun bildene ned på gulvet og la seg ned og hvilte hodet sitt på bildene, som om hun koste med lillebror.

Sanne påpekte også for første gang at Torhild hadde vært der sammen med henne i kirka da Nico skulle begravnes. Dette ble vi enige om at var en fin stund å være sammen.

Etter besøk hos "pratedoktoren"

Tiden går til september 2009. Sanne har nettopp begynt på skolen og strever med savnet etter Nico. Hun er snart 6 år. Mamma tar Sanne med til en psykolog. Etter en time hos psykologen sitter vi i bilen og mamma sier strengt: «Sanne, koffor vil du itj snakk med pratedoktoren?» Det var Sanne som kalte psykologen for pratedoktor. «Du va jo helt vill inn på kontoret, du bruke da itj å vær sånn», sier mamma. Sanne begynner å hulke og tårene triller.

«Mamma du skjønne ingenting. Æ vil itj prat om Nico, da blir æ bare så lei mæ!», sier Sanne.

På skolen

Torsdag 15. april 2010. Sanne er seks år og fire måneder og går på skolen.

Mamma ble ringt til av Sannes kontaktlærer like før lunsj. Hun sa at Sanne var svært lei seg, og at hun var helt utrøstelig. Det hadde begynt med en krangel mellom Sanne og ei venninne, som mente at Nicolai ikke lenger kan regnes som en del av familien nå som han er død. Sanne hadde vært rasende og fortvilet prøvd å forklare at det var han. Læreren hadde aldri sett Sanne så ulykkelig og utrøstelig før, så hun så ikke noen annen

løsning enn at mamma måtte komme og hente henne på skolen selv om skoledagen ikke var ferdig. Da mamma kom på skolen møtte hun læreren først. Hun kunne fortelle at hun hadde tatt Sanne bort til venninnen og støttet Sanne i at lillebroren til Sanne var en del av familien selv om han nå var død. Da hadde Sanne tatt ordet og sagt: «Du veit dein filmen om jakten på nyresteinen, der gutten går rundt inni bæstefar sin kropp? Når han kjæm te hjertet, møte hain bæstemora si. Gutten si: Men bæstemor du e jo dø? Da svare bæstemora: Ja, men æ har levd inni hjertet til bæstefar hele tia!. Sånn e det for mæ åsså», sier Sanne. «Lillebroren min leve inni hjertet mitt, og har levd der hele tia! Ka trur du at du hadde følt om du hadd mist din lillebror? Og æ hadd sagt at hain ikke va en del av din familie? Da hadd du blitt lei dæ du og», sier Sanne. Læreren sto og fortalte hele historien med tårer i øynene, og sa at det var noe av det vakreste hun hadde hørt.

Tekst: Mamma

Foto: Privat



Hjertebeskjed

Har du vondt i det samme hjertet som meg?
Det spør Sanne mammaen sin etter at lillebror
døde. Mange barn forteller at de opplever at
sorg er noe som gjør vondt inne i kroppen
og i hjertet.

Men hjertet er også der de gode minnene
og kjærligheten bor. Hvem har du med deg
i ditt hjerte? Hva vil ditt hjerte fortelle?

Tegn eller skriv din helt egen hjertebeskjed:



Min gode lekekamerat



Tobias 7 år har tegnet sin familie med storebror Krister. Han var en god lekekamerat. Krister var funksjonshemmet og trengte mye hjelp hele livet sitt. Han døde etter en vanskelig operasjon 10 år gammel.

Benjamin og Gabriel

Benjamin var bare to år da Gabriel uventet døde nesten fire år gammel. Mamma har skrevet ned historier i en minnebok. Benjamin sier Babael til Gabriel.

Rett etter at Gabriel døde gikk Benjamin rundt i huset og ropte på Babael. Han gikk rundt i huset og lette etter Gabriel. En liten stund senere begynte Benjamin å lukke døren til Gabriels rom hver gang han gikk forbi. Han ville heller ikke gå inn dit.

Etter minnestunden til Gabriel hadde vi forskjellige bilder av Gabriel fremme i huset. Benjamin hentet selv noen av disse og satte de på sin plass på spisebordet. Ved hvert måltid så han på bilder av Gabriel, snakket med han og strøk over bildene med fingrene sine. Han klemte på bildene og nusset på dem.

Senere når pappa og Benjamin er ute og hopper på trampolina, sier Benjamin plutselig helt av seg selv: «Babael hoppe på trampolina også».

Benjamin ligger på stallebordet og sier plutselig: «Babael bite, det gjør vondt». Da er Benjamin bare to år og tre måneder. Mamma synes det er fascinerende å se alt han faktisk husker, og at han begynner å få et språk som gjør at Benjamin kan fortelle det han tenker på.

Noen måneder etter Gabriels død, kom Benjamin med dukke og vogn. Han sa han skulle gå tur. Mamma spurte om dukka hadde noe navn. Benjamin svarte at dukka het Babael. Han tok opp dukka og sa han ville kose Babael. Og han ville trøste Babael. Så ga han Babael-dukka til mamma og sa: «mamma trøste og kose Babael». Det gjorde mamma. Deretter ville Benjamin gå tur med Babel-dukka. Noen dager senere kom han med vogna og Babel-dukka igjen og sier at de skal gå tur til barnehagen. Mamma ser på Benjamin og ser at han leker ut de samme lekene som Benjamin og Gabriel gjorde sammen før. De brukte dukkevogna og latet som de gikk på tur til barnehagen og lekeplassen. Men da var det alltid en som satt oppi vogna og den andre dyttet. Nå bruker Benjamin en dukke til å være Gabriel.

Fire måneder etter at Gabriel døde sitter Benjamin en morgen i sengen til mamma og pappa. Han ordner med leker og utforsker mobiltelefonen. Plutselig utbryter han muntert: «Ringe Babael». Mamma sier at det var en god ide, men at det ikke går. Benjamin foreslår å ringe tante i stedet.

Benjamin snakker mye om Gabriel på en munter måte. «Benjamin-o-Babael», sier han

støtt og som i ett ord. Han synger om seg og Gabriel i sanger, slik som i «Bæ bæ lille lam», «Ro ro til fiskeskjær» og i godnatta sang.

På sommeren et halvt år etter Gabriel sin død hører mamma Benjamin si alene til seg selv: «Jeg savner Babael». Utover høsten ser mamma Benjamin flere ganger leke med treklossene på stuegulvet. Han legger dem utover og sier at han har laget grava til Babael. Når familien sitter og spiser foreslår Benjamin ofte at de skal tenne lys for Babael.

Våren 2011 er Benjamin over tre år og blitt større. Benjamin tar på seg innesko, noen sandaler som er etter Gabriel. Mamma hører han si: «Jeg må ta på meg vansko, Babael kan låne vansko, han kan det, han er stor gutt». Så kommer Benjamin til mamma og forteller det en gang til. Vansko er skate-sko som storebror Tobias har. Det er stort å ha.

Benjamin snakker stadig og mye om Gabriel. Når Benjamin har trukket frem bilder eller minneting som mamma og pappa ikke har sett på en stund, kan de få tårer i øynene. Da sier Benjamin: «Blir du trist mamma?» Da svarer mamma: «Ja, det er jeg, men det går bra. Jeg bare merker at jeg savner Gabriel ekstra og det er godt, men jeg blir også litt

trist. Det er fint at du viser meg bildet». Benjamin ser at det triste går over og at vi kan snakke sammen om det.

Samme sommer tuller Benjamin og mamma på kjøkkengulvet. Så sier Benjamin: «Jeg er glad i deg og elsker deg». Mamma tar han i armene og sier det samme til han med latter og smil. Benjamin sier: «Nå er du ikke trist mamma». Mamma bekrefter det. Mamma spør hva Benjamin tenker på når mamma er trist. Benjamin svarer: «Du er trist for Babael er i himmelen». Mamma bekrefter det. Benjamin sier videre: «Nå er du ikke trist for at Babael er i himmelen». Mamma og Benjamin tuller videre og Benjamin har krøpet helt opp i fanget til mamma.

Det ruller forskjellige pausebilder over pc-skjermen. Plutselig sier Benjamin: «Oj, der er jo Babael, jo! Han komme på besøk til meg. Da må vi avtale». Da sier mamma at det hadde vært fint å kunne lage en avtale med Gabriel. Ofte blir slike utsagn og øyeblikk et utgangspunkt for mange gode stunder og samtaler med Benjamin, mamma og pappa om Gabriel.

Tekst: Mamma



Minnetreet

Sammen med barnehagen plantet familien et minnetre for Gabriel i barnehagen. Barnehagehverdagen var en stor del av Gabriels liv. Benjamin og Gabriel gikk i samme barnehage. Derfor ønsket mamma og pappa å gjøre noe konkret, synlig og varig i barnehagen. Noe som var lett tilgjengelig for vennene hans som

fortsatt gikk i barnehagen, og alle barna og voksne der. Slik at minnet om Gabriel lever lengre og blir like naturlig som det ville vært om han fortsatt gikk i hagen. Ved å bruke frukttrær, kunne det komme ”Gabrielfrukt” etter hvert.



Minnetre for Gabriel i barnehagen.
Foto: Barnehagen

Å miste lillebror – en storebrors perspektiv

– Bendik Cornelius vil alltid være lillebroren min, selv om han er død, sier Alexander (8). Det er ett år siden det forferdelige hendte. At lillebror sluttet å puste.

Alexander hadde gledet seg til å bli storebror - lenge. Han var sju år gammel da Bendik Cornelius ble født. Da lillebror var to måneder var Alexander på vinterferie hos pappa. En morgen blir han vekt tidlig. Pappa tar han på fanget og forteller at lillebror er død.

– Først måtte jeg tenke litt. Jeg tenkte at det var dumt. Jeg ble veldig trist inni meg. Mens pappa pakket, lekte jeg med søskenbarna mine. Pappa og jeg reiste til lillebror og mamma, forteller Alexander.

Alexander syntes at Bendik Cornelius skulle bli begravd i en kirke han kjente, og det var i kirken han hadde vært på besøk i med skoleklassen sin og hvor han hadde møtt presten. Slik ble det. Alexander husker den lille kisten med lillebror og at Nidarosdomens guttekor sang “Byssan lull”.

Jeg var sint på Gud

– Jeg var sint på Gud. Jeg tegnet en tegning av en bamse som skulle plasseres sånn at lillebror kunne se rett opp på den inne i kista, men de

limte tegninga mi oppå kista. Det var mange som kom i kirka. Læreren min og mine beste venner kom i begravelsen. Det var veldig fint, sier Alexander.



Alexander og Bendik Cornelius

Presten i Vår Frues menighet i Nidaros, Ragnhild Jespen, ble samtalepartner for Alexander i tiden etter at Bendik Cornelius døde. De har fått et spesielt forhold.



Storebror i begravelsen



– Jeg har møtt Ragnhild mange ganger. Vi snakket om at det var dumt at lillebror døde. Det syntes også Ragnhild. Jeg sa at Gud var dum som tok han fra oss. Vi har også snakket om hvor lillebror er nå. Jeg tror han er i himmelen. Jeg tror lillebror følger med meg og passer på meg. Jeg tror jeg kommer til å se han igjen når jeg dør. Egentlig vet jeg ikke helt hvor han er, men jeg tror han er en engel, sier Alexander.

Jeg skulle lære han mange ting

Alexander forteller at han også snakker med mamma og pappa om Bendik.

- Vi snakker om hvor stor han skulle vært nå. Jeg tror han ville kalt meg Sanner nå, og at han ville ha fulgt etter meg hele tiden. Jeg skulle ha passet godt på han. Mamma sier at han har det godt i himmelen, men jeg er sikker på at han hadde hatt det bedre sammen med oss. Pappa og jeg skulle lære Bendik alt det artige som vi gjør når vi er på hytta.

Alexander har tenkt mye på det at Bendik Cornelius sovnet en kveld og aldri våknet aldri opp igjen.

- Jeg har spurt mamma mange ganger om hvorfor hun ikke våknet før, så hadde han kanskje ikke dødd.

Alexander forteller at han tenker mindre på dette med Bendik Cornelius nå enn før, men han savner han hver dag.

- Jeg bryr meg veldig mye om lillebror. Mamma gråter ikke så mye nå. Jeg håper ingen flere babyer dør, for det er så trist. Jeg har ikke en lillebror å være storebror til. Jeg skulle lære han mange ting. Mamma sa at vi alltid skulle ta vare på hverandre. Nå er han i himmelen, men han er likevel min lillebror, sier Alexander.

Trykket første gang i Landsforeningen uventet barnedøds medlemsblad *Oss foreldre imellom* 1-09.

Foto: Privat



Ritualer for død og minner

Når noen er død er det vanlig å samle familie, venner og andre for å ta avskjed med den som er død. Noen har først en syning hvor man ser den som er død. Så er det selve gravferden, da man har en avskjedsseremoni før den som er død begravnes i jorda eller blir kremert (kisten brennes). Dette kalleres ritualer. Hvilke ritualer man gjør bestemmes av hva familien din ønsker, tror på eller hva som er vanlig å gjøre der dere kommer fra. Hva skjedde i dagene etter at ditt søsken døde, og hva var du med på å gjøre?

Senere minnes vi den som er død med egne minneritualer. Det kan være å besøke graven, markere bursdag, se på bilder, tenne lys eller å gjøre andre ting. Hva gjør du for å minnes ditt søsken?

Du kan minnes ditt søsken med tegninger du har laget, pynt du synes er fin eller blomster. Her er det bare å bruke fantasien din. Noen liker å ha pynt på graven. Hvis den som er død likte fisker, kan man ha fiskeklistermerker på et gravlys. Tingene du lager kan hjelpe deg med å fortelle det du føler bedre enn ord.





Anne-Marte blir drept

Skrevet av Lars Kristian, snart ni år (i mai 2008), som mistet lillesøsteren Anne-Marte på fire år i en ulykke 29. mars 2006.

Anne-Marte var på danseskole, så dro vi til REMA 1000 og kjøpte en is. Mens vi var på REMA ringte isbilen til mamma fordi mamma hadde bestilt pizzabunner. Anne-Marte og jeg skulle lage våre egne pizzaer. Da jeg, Anne-Marte og mamma kom hjem var isbilen der.

Da vi kom hjem hadde isbilen kjørt helt opp i gården vår. De andre kjørte bare til postkassa vår.

Anne-Marte sto cirka tre meter inne på plenen vår. Han som kjørte bilen hadde med seg en elev. Han som kjørte bilen slo ikke av motoren, satt ikke på håndbrekket, lot giret stå i fri. Så begynte bilen å rulle. Jeg ropte til mamma: "MAMMA BILEN RULLER!!!"



Anne-Marte fikk ingen reddet. Mamma prøvde å få tak i Anne-Marte. Jeg reddet mamma for jeg og mamma sto bak bilen. Mamma skulle til å betale så det var bare jeg som så at bilen rullet. Hvis ikke jeg hadde ropt "MAMMA BILEN RULLER!!!" så hadde mamma blitt drept hun også. Mamma ble klemt mellom bilen og en stolpe, hun klemte hånden sin.

Anne-Marte ble revet av bilen. Hun besvimte, så rullet hun og bilen. Bilen stoppet i en snøfonn. Anne-Marte stoppet hun også. Da hun stoppet så dro sjåføren henne fram. Mamma tok gjenopplivning på Anne-Marte, men hun klarte ikke gjenopplive henne for det var så kraftig hjerneskade. Hun blødde igjennom øret, munnen og nesa. Jeg syntes det var kvalmt å se at hun blødde. Da vi kom til sykehuset i Fredrikstad lå Anne-Marte på operasjonsstua. De greide ikke å gjenopplive henne. Så møtte vi en sykesøster da vi kom til sykehuset. Hun sa at Anne-Marte var veldig syk. Da sa jeg at hun ikke var syk, men veldig skadet. Jeg ville ikke se Anne-Marte direkte, men jeg ville se Anne-Marte på et bilde, og jeg ville se Anne-Marte i kapellet i stedet. Jeg syntes det var godt å se Anne-Marte i kapellet så jeg så hvorfor hun blødde så mye, jeg så at hun smilte og det var godt å si farvel.

Min første skoledag etter ulykken

Jeg hadde med meg en sekk som jeg hadde en dukke og en bil i, så viste jeg de andre hva som skjedde i ulykken. Det hjalp meg



og jeg fikk det lettere. Mamma var med meg til skolen. Jeg og mamma hadde en avtale at mamma skulle svare på alle spørsmålene som jeg ikke greide, men jeg svarte på alle selv. Derfor fikk jeg ikke så mange spørsmål fra klassen min etterpå, men fra de andre i skolegården fikk jeg det.



Da vi skulle ut å kjøre båten min, sovnet Anne-Marte alltid framme i baugen.

De gode minnene om Anne-Marte

Da jeg og Anne-Marte var sammen før hun døde så gjorde vi masse sammen. Jeg og Anne-Marte var glad i å stå på slalåm sammen. Anne-Marte sang Kaptein Sabeltann for full hals da vi var i Uvdal og Kjerringåsen, hun sang det da hun kjørte nedover bakkene. Anne-Marte hadde armene rett ut til sidene.

Anne-Marte sa ”kjør på hoppa kjør på hoppa”, sa hun til mamma. Det var koselige stunder det.

Da Anne-Marte ville at mamma skulle bære henne opp trappa, da kom jeg ned og holdt henne i handa, da gikk hun opp.

Da jeg, bestefar, bestemor og Anne-Marte var på fisketur, fikk Anne-Marte en kjempestor fisk. Hun klarte ikke å bære fisken så jeg måtte bære fisken for henne. Vi kom i avisa, vi vant. Det var morsomt å komme i avisa.

Da vi skulle ut og kjøre båten min, sovnet hun alltid framme i baugen. Da vi fikk den nye båten i julegave, planla Anne-Marte hvor hun skulle sitte, men hun fikk ikke oppleve det.

Av Lars Kristian

Trykket første gang i *Oss foreldre imellom* 2-08.

Foto: Privat





Til Victoria

*Da du ble borte, ble alle hjerter sorte
Puten min blir våt hver kveld,
mens du er der oppe for deg selv
Mitt hjerte bærer den største sorg,
for at du er i Guds Himmelborg.*

Ingrid Elisabeth, 12 år

Lillesøster Victoria ble bare 3 1/2 måneder gammel.

Evy Kristine

*Den dagen jeg fikk vite at du var et sykt barn Evy ble jeg trist.
Jeg orket ikke gå på tennis den dagen.
Men dagen du ble født var ikke lik, jeg gråt da jeg så deg for første gang.
Da jeg så deg gråt jeg, men om det var av glede eller sorg vet jeg ikke.
Jeg sluttet å gråte etter hvert.
De tre dagene du levde var tre fine dager.
De var tre dager hvor familien var samlet.
Du er fantastisk Evy.
Syke barn er merkelig søte av en eller annen grunn.
Når man sørger over noe er det bra å ha venner man stoler på
og som støtter deg når man er i tvil.
Gode venner er som engler som hjelper deg når du er i nød.
Jeg vet ikke hva jeg skulle gjort uten en god venn når jeg sørget over Evys død.
Når man sørger over noe uten å ha gode venner er livet en plage.
Jeg hadde ikke visst hva jeg skulle gjort uten mine venner.
Venner får deg til å glemme sorgen.*

Einar, 10 år

Når Evg Kristine døde hagede det, det var
som om Englene gråt. Jeg hadde nillet long
med Evg Kristine så jeg lot meg en hvil. Når
Jeg våknet gikk det litt tid før hun døde.
Hun var så vakker. Det var jeg som ga henne
navne rett.



Einar, 10 år

Jeg er glad i deg, lillebror

“Hvordan kunne noen rive fra meg lillebroren min? Før jeg fikk sagt det hjertet mitt mente!!!” Storesøster Torill Therese, 17 år, skriver om savnet etter lillebror som døde da hun var 12 år gammel.

Noen ville vel si at jeg var kald, men det var jeg ikke...

Jeg var vel mer redd. Redd for å feile, si noe rart eller gjøre noe dumt. Men det jeg var mest redd for var nok det å si ”jeg er glad i deg”, uten at det var noe mening i det. Derfor har jeg bestandig ventet til jeg var absolutt helt sikker!!! Derfor sa jeg det nesten aldri!

Lyden av knust hjerte

Sola skinte, men jeg dro dyna over hodet. Ville ikke stå opp enda!! Det var da sommerferie. Og snart skulle jeg, farmor og lillebroren min Bjørn Sindre ta fly til tanta mi som bodde i Sverige. Pappa og farfar hadde kjørt i forveien, noe de aldri mer kom til å gjøre!

Jeg elsket sommeren og ville gjort hva som helst for å ha sommer hele året!

Det var da disse tankene strømmet ned i hodet mitt at jeg hørte lyden, lyden av noen som trasket frem og tilbake i etasjen over. Det

var også en litt ulende lyd. Lydene skremte meg litt. Den siste lyden var en fremmed lyd, jeg hadde aldri hørt denne lyden, hadde aldri hørt lyden av knust hjerte.

Men jeg var fast bestemt på å late som ingenting og prøve å få sovet i det minste en liten halvtime til. Det var da farmor tittet inn. Men ikke med ”farmor-øyne”. Disse øynene var ikke sterke, glade og trygge. Disse øynene var redde, hjelpeløse og usikre!! Disse øynene gråt!

Jeg satte meg opp i sengen og så trett bort i øynene i døra. Det rant en tåre ned fra øyet hennes og som seilet ned over kinnet som en båt ned et bratt fossefall. Verken båten eller tåren hadde en sjanse!

– Tuller du med meg nå?

– Bjørn Sindre er død, Torill Therese, sa hun så lett. Akkurat som om det bare var å si slikt!!! Ja, akkurat som om dette skulle være en dum spøk! Men det var da ikke 1. april i dag! Det visste jo jeg også! Det var jo sommerferie. Men dette kunne bare ikke være sant!

– Tuller du med meg nå? Spurte jeg og kjente tårene presse på.



Bjørn Sindre døde
i krybbedød da han
var litt over 1 1/2 år

– Nei, dessverre, sa hun før hun satte seg ned på sengkanten. – Det er nok sant. Stemmen hennes ble plutselig helt fjern for meg!

Hvorfor?

Jeg bøyde meg frem og lot tårene trille. Hvorfor hadde jeg ikke bare fortalt ham hvor glad jeg var i ham?! Hvorfor skulle det liksom være mye vanskeligere for meg enn for alle andre?! Det var jo bare å si det! Alle sa jo at det var jo bare ord! Men for meg var det ikke bare så enkelt!

Før lillebroren min døde brukte jeg å tenke på ham som en person som jeg kunne vente med å si dette til, han var jo så liten at det var ingen vits! Han ville jo ikke skjønne det uansett! Og jeg ville ikke at han skulle få en oppfatning om at jeg sa slikt til alle!

Gråtende hjelpere

De neste dagene hadde ikke mine tårer en sjanse heller! De var som den båten som hadde glidd sakte nedover farmors ansikt og endt sine dager på nattkjolen.

Og alle skulle liksom klemme meg og trøste meg, men hvor lett var det å ta imot det? Når alle som sa de ville hjelpe også gråt? Jeg skulle liksom stå der å ta imot trøst fra pappa og

farfar? Som nettopp hadde opplevd noe som garantert var det verste de noen gang hadde opplevd? Eller kanskje fra farmor? Som bare for en liten stund siden hadde funnet sin sønns minste barn død i sengen?

Usynlig blant voksne

Jeg følte meg vel egentlig litt uønsket. Jeg vet jo nå at de brydde seg om meg, men da var jeg bare 12 år. Jeg likte meg ikke da alle skulle klemme og trøste meg. Alle ville det! Men desto mer de klemte meg, desto mer usynlig følte jeg meg. Det ble liksom bare en stor klynge med mennesker rundt meg. Og alle var høyere enn meg, selv om de ikke var det heller!

Pappa ble helt borte. Han virket noen ganger som han ikke hadde hatt andre barn enn lillebroren min. Han gjorde det jeg kanskje hadde hatt best av å gjøre, nemlig å ”låse seg inn i seg selv”.

Mens det jeg gjorde, var å stenge lillebroren min ute! Tenkte jeg på han, gjorde det bare vondt! Tankene om han ville bare få meg til å gråte! Når jeg tenkte på at jeg aldri sa jeg var glad i han, gjorde det så vondt at jeg ikke visste hvor jeg skulle gjøre av meg!

Ville viske ut lillebror!

Jeg husker ikke så mye fra den tiden, ville vel hele tiden glemme det. Det jeg husker er bare små klipp fra da vi var på sykehuset og at jeg fikk kle på broren min sokken, slike ting. Jeg husker også litt fra begravelsen, men det er ikke mye.

Det som er aller verst, er alle minnene jeg ville glemme! Jeg kan huske at jeg ville ”viske” ut lillebroren min! Det var vondt å tenke på ting han hadde gjort. Selv det som hadde vært gøy! Tankene på det som hadde vært gøy var de verste! Da bare savnet jeg han enda mer!

Nå, når dette har fått kommet seg litt unna, er det mye lettere. Men de tankene jeg har nå, vil nok aldri forsvinne. Tanken om båten som ikke hadde en sjanse og lillebroren min sitt lille søte smil.

Stikker fortsatt i hjerte

Hvorfor skulle dette lille søte smilet plutselig forsvinne? Det var så urettferdig!! Og alt jeg satt igjen med var tårene. Var det slik det var ment? Det kunne det ikke være! Hvordan kunne noen rive fra meg lillebroren min? Før jeg fikk sagt det hjertet mitt mente!!! Den setningen jeg tenker hver eneste kveld før jeg legger meg: **Jeg er så ubeskrivelig glad i deg lillebror!**

Det stikker fortsatt i hjertet mitt når jeg tenker på at jeg aldri fikk sagt det! Jeg føler meg feig og dum som ikke fikk sagt det! Men det vet jeg at jeg ikke var! Jeg ville bare vente til jeg var sikker, og til han skjønnte det. Så utrolig vondt det er å tenke på at jeg ikke ble sikker før det var for sent. Lillebroren min ville nok aldri forstått hva jeg sa ham, men det ville gjort det så mye bedre for meg!

Så nå kjære lillebror, her får du det på svart på hvitt:

JEG ER GLAD I DEG!!!!

Hilsen fra Torill Therese

Trykket første gang i *Oss foreldre imellom* 3-05.



Kjære Tom-Erik,

Nå sitter jeg her som vanlig og tenker på deg. Det er ikke så lenge siden du reiste fra oss. Det har vært vanskelig å våkne uten å høre en stemme utenfor døra som sier ”Tina, Tina” og at du kommer inn og gir meg en stor godmorgenklem.

Du ble bare et og et halvt år Tom-Erik, så du var ikke hos oss så lenge. Men de halvannet årene føles som hele livet mitt, men bare for kort, hvis du skjønner. Du har ikke gått bort ennå, det er bare kroppen din som ikke lenger er synlig. Sjelen din og selve deg er rundt meg hele tiden.

Jeg har aldri mistet en bror før, trodde aldri at jeg skulle gjøre det heller. Den dagen jeg skulle opp å vekke deg for at vi skulle reise på ferie, den dagen du aldri våknet, er den verste dagen i mitt liv. Jeg fikk det største sjokket jeg noen gang har hatt. Det bildet jeg har av deg fra den dagen glemmer jeg dessverre aldri.

Det er så mye jeg angrer på, som jeg ikke gjorde. Hvorfor gikk jeg ikke inn på rommet ditt tidligere? Eller hvorfor bar jeg deg ikke ned til mamma med det samme? Jeg klarte det bare ikke. Jeg visste ikke hva jeg skulle gjøre, jeg hadde fullstendig sjokk. Da jeg tok på deg mens du lå i senga, visst jeg at du var død.

Håpet, håpet om at du ikke var død, at du enda levde, gikk aldri fra meg. Til og med da vi var i kirken ventet jeg på at du skulle åpne kisten og smile til oss. Men det skjedde dessverre ikke. Jeg og dine andre søsken måtte bare senke deg ned i jorden. Det var ufattelig vondt.

Tom-Erik, du vil alltid være i hjertet mitt uansett. Jeg kommer alltid til å huske deg som en vill ”rabagast”. Men jeg glemmer mer og mer for hver dag som går. Det er ikke meningen, det er bare sånn. En ting jeg aldri kommer til å glemme, er da min søster og jeg fant deg i senga di. Det er kanskje feil å gå rundt å huske på det triste med deg i stedet for alt det gode.

Nå er mamma gravid igjen, det vet du sikkert. Jeg har grudd meg til denne dagen. Men nå som jeg hører at alt går bra med mamma og babyen, må jeg ærlig innrømme at jeg gleder meg til dagen kommer. Det er en ting du må huske, og det er at babyen aldri kommer til å ta plassen din på noen måte. Jeg vil likevel passe på den like godt som jeg passet på deg.

På gjensyn, vi snakkes. Jeg savner deg veldig mye, men vi treffes snart igjen.

Hilsen din søster Tina





Tina var 13 år da hun mistet lillebroren Tom-Erik på 1 1/2 år. Dette brevet skrev Tina som norskstil da hun var 15 år. Trykket første gang i *Oss foreldre imellom* 4-04.

Andre hefter og nyttige nettsteder om og for barn og unge i sorg:

Skolebarn og sorg

Informasjonshefte, Landsforeningen uventet barnedød

Ungdom og sorg

Informasjonshefte, Landsforeningen uventet barnedød

Når de minste sørger

Om sorg og støtte til barn under seks år Informasjonshefte, Landsforeningen uventet barnedød

www.lub.no

Landsforeningen uventet barnedød

Landsforeningen uventet barnedød på www.youtube.com

Alexander Lie, Rap om lillesøster

www.ffhb.no

Foreningen for hjertesyke barn

www.barnekreftforeningen.no

Støtteforeningen for kreftsyke barn

www.hbf.no

Handikappede Barns Foreldreforening

www.barneombudet.no

Sykehusekspertene

[\(klikk på aktive linker\)](#)



Heftet *Søskenfortellinger* er laget for og av barn som har opplevd å miste et søsken brått eller i sykdom. Bidragene er fra barn i alle aldre og består av historier, tegninger, bilder og dikt som handler om hvordan det var da de mistet sitt søsken og om sorgen og savnet etterpå. Alle historiene er sanne.

Kanskje ligner en av dem litt på det du har opplevd?

Maria beskriver sorg som et tomrom.

Sanne vet at lillebror er hennes lillebror selv om han er død.

Benjamin må finne nye måter å leke på uten storebror.

Alexander husker godt begravelsen og er sint på Gud.

Ingrid Elisabeth synes hjertet bærer sorgen.

Lars Kristian mistet søsteren i en ulykke, men har mange gode minner.

*Tobias har tegnet sin familie med storebroren som var en god lekekamerat,
selv om han var funksjonshemmet og trengte mye hjelp.*

*Einar savner sin søte og vakre lillesøster, men synes det hjelper
med gode venner som støtte i sorgen.*

Torill Therese angrer på at hun aldri sa til lillebroren sin at hun var glad i han.

Tina savner lillebror så det gjør vondt, og hun er redd for å glemme.



LANDSFORENINGEN
UVENTET BARNEDØD

Ole Fladagersgate 1A,
0353 OsloTlf: 22 54 52 00. Faks: 22 54 52 01
E-mail: post@lub.no - www.lub.no

ISBN 978-82-93261-08-7