

Den minste sorgen er like stor



EN GANSKE VANLIG GUTT: Aleksander Lie har opplevd å miste et søsken. Livet hans i dag, ni år etter at han mistet Amalie, er som de fleste andre tenåringsgutter. Men av og til kommer det tunge dager hvor han tenker mye på søsteren. Da er det godt å ha noen i nærheten som forstår og som kan lytte til ham.

– Jeg hadde alltid hatt et håp om at hun skulle komme tilbake. Men da jeg ble stor nok, begynte jeg å innse at det ikke kom til å skje.

TEKST: ANN MAGRITT ARNLI
FOTO: TORSTEIN ØEN
OG REIDAR KOLLSTAD

Det er gått ni år siden Aleksander Lie mistet sin lillesøster Amalie i krybbedød. Han var bare fire år da den to år gamle jenta ble funnet død i sengen en morgen i 2004. De to var bestevenner, storebror var Amalies store helt og forbilde.

For noen uker siden sto Aleksander på scenen foran 150 kursdeltakere i Kristiansand for å fortelle om hvordan han opplevde sorgen og tapet av søsteren. Den tøffe 13-åringen fortalte åpent om minnene han har fra den traumatiske opplevelsen. Om hvordan han først reagerte med frykt og deretter slet med å forstå hva som hadde skjedd i lang tid etterpå. Det er ikke lett for en fire år gammel gutt å skulle hanskens med en slik opplevelse.

– Da det skjedde, trodde jeg først ikke på at Amalie var død. Det var en ubeskrivelig følelse, og jeg ble først redd og løp og gjemte meg, fortalte Aleksander.

Lå med døren åpen

Barn i sorg, og hvordan man skal forholde seg til reaksjonene hos de minste når søsken eller foreldre dør, var tema da Landsforeningen for uventet barnedød (LUB) holdt fagseminar for lærere, førskolelærere og helsepersonell. Aleksander og mammaen hans, Kristine, var to av flere foredragsholdere som valgte å fortelle sin historie, i håp om at det de fortalte kunne være til nytte for andre som kommer i en situasjon hvor de må takle barn i sorg og krise.

Aleksander husker at han lekte begravelse i barnehagen i tiden etter dødsfallet, og at han sto ved graven og spurte foreldrene om hvorfor de var nødt til å gå fra henne på kirkegården. Lenge trodde den lille gutten at lillesøsteren ville komme tilbake.

– Vi skjønte først ikke hvorfor Aleksander alltid lå med døren åpen inn til rommet sitt. Men da han ble 11 år, fortalte han at det var fordi han trodde Amalie skulle komme igjen. Da han var blitt såpass stor skjedde

det noe. Han begynte å forstå at hun var borte. Forståelsen av sorgen endres med alderen, forteller Kristine når God Helg møter familien hjemme i Øvrebo noen dager etter seminaret.

Aleksander reagerte på søsterens død med å bli redd og usikker. Skulle familien reise noe sted, måtte alt planlegges og forberedes veldig nøye. Hvis foreldrene gråt, gjemte han seg. Han orket ikke se mamma og pappa miste kontrollen, noe som er vanskelig å unngå i første fasen av en krise som den familien Lie opplevde.

– Vi skjønte etter hvert at vi måtte skåne Aleksander for det. Jeg husker jeg pleide å gå på loftet og spille Dum Dum Boys' «Tyven, tyven» eller se i fotoalbumene når jeg trengte å få det ut, forteller pappa Øystein.

Ulike reaksjoner

Familien ble engasjert i LUB etter Amalies død. Foreningen har jevnlig samlinger der de møtes for å snakke og være sammen med andre i samme situasjon. Øystein og Kristine Lie syntes det var viktig at også barna ble med på disse møtene. I tillegg til Aleksander har de en eldre datter, som nå er 18 år. De to barna reagerte veldig ulikt på tapet av søsteren.

– Aleksander var den åpne, den som snakket om det, mens storesøster var helt motsatt. Hun ble stille. Tok ansvar hun ikke hadde i en situasjon hun ikke kunne forstå, forteller Kristine.

Storesøsteren ønsker ikke å snakke med God Helg og vil være anonym i denne sammenheng, men hun har godkjent at hun nevnes i saken for å illustrere forskjellen på de to barnas sorgreaksjon.

Hennes sorg ga seg utslag mye senere, på ungdomsskolen og helt opp i videregående skole. Da begynte den skoleflinke jenta å skrive om lillesøsteren.

– Hver eneste skolestil hun skrev flettet hun inn noe om søsteren som var død, erindrer foreldrene.

Under seminaret i Kristiansand stilte fagsjef i Landsforeningen for uventet barnedød, Trine Giving Kalstad, dette spørsmålet: «Kanskje er det nettopp det at

barn og sorg

◀ sorg er så forskjellig hos alle som gjør at blir så vanskelig for oss å vite hva vi skal gjøre?»

Post-traumatisk vekst

For barn reagerer alltid forskjellig på kriser, noe familien Lie er et godt eksempel på. Hele familiekonstruksjonen endres.

– Sorg er hardt arbeid. Med tiden kan det føre til det som kalles posttraumatisk vekst. Vi har endret oss som familie, og vi ser det tydelig på barna. De er blitt mer voksne. Det er forferdelig at de skulle få et så brutalt første møte med voksenverdenen. At søsteren skulle dø når de kanskje heller skulle oppleve mer naturlige dødsfall. Det blir så voldsomt og plutselig. Men den ballasten de har med seg, tror jeg også har gjort dem mer tolerante og mer oppmerksomme på andre som har det vanskelig, og gitt dem en sterk rettferdighetssans, sier Øystein.

– Jeg tror jeg er blitt flinkere til å sette pris på ting, og jeg føler familien har blitt tettere, sier Aleksander.

Familien synes de har opplevd utrolig mye bra i møte med mennesker som visste om deres historie. De roser venner, familie og bekjente, som støttet dem hundre prosent.

– Det er lite folk kan si og gjøre som blir veldig feil. Det eneste måtte være dem som unngår å snakke om det tragiske som har skjedd, sier Kristine.

Men sorg er ikke noe som bare varer en kort periode. Det er de opptatt av å få fram. Den går ikke bort. Tiden er en venn, men sorgen er der likevel alltid. Og det gjelder for både voksne og barn.

– Jeg har av og til undret meg over at folk tror at en slik prosess ikke tar lang tid. Mennesker har alltid levd og dødd, men det er akkurat som om vi har glemt å fortelle neste generasjon om disse tingene. Alle skal føle på sorg og smerte i livet i en eller annen grad. Selv var jeg ytre tilpasset ganske raskt, men innvendig tar det mye lengre tid. Sorg og smerte tar tid. Hvorfor er vi så redde for å spørre hverandre, også etter lang tid, om «hvordan går det egentlig med det deg nå?». Det er lett å tro at ungene glemmer, men det gjør de ikke, sier Øystein.

Ingen unnskyldning

Det er Aleksander enig i.

– Jeg blir veldig glad om noen bare spør meg om hvordan jeg har det en dag. Lærere på skolen har gjort det, og det er veldig godt å vite at noen vet. Da føler jeg meg sett, sier han.

– Jeg tror det er viktig for folk å forstå at barn ikke bruker en tragedie som dette som unnskyldning for å oppføre seg dårlig. Det er ikke kult å komme på skolen og si «Jeg har det tungt i dag fordi søsteren min er død». Hvis de i det hele tatt klarer å sette ord på det, så mener de alvor, sier Kristine.

Beredskapsplaner

Familien er opptatt av at skoler og barnehager bør ha oppdaterte beredskapsplaner for hvordan man takler barn i sorg og krise. Per i dag er ikke en slik beredskapsplan en del av pensum i lærerutdanningen.

– Jeg jobber selv i skolevesenet. Jeg tror mange skoler og barnehager kan ha godt av å finne fram sine beredskapsplaner for å se om de er tilpasset den hverdagen vi lever i i dag, sier Kristine.

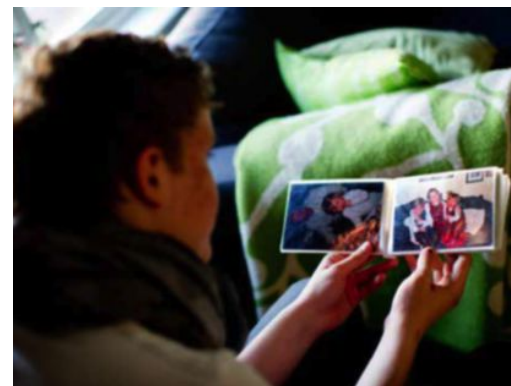
Aleksander har et godt liv nå. Han opplever at han lever som andre ungdommer. Likevel er noe annerledes. Å være med på et slikt stort seminar og fortelle sin historie og fremføre en rap han laget om sine tanker fra da Amalie døde, syntes han var meningsfylt. 13-åringen håper at han slik var med å bidra til større forståelse for barns sorg.

ann.magritt.arnli@fvn.no - 952 45 27



STÅR SAMMEN:

–Jeg tror jeg er blitt flinkere til å sette pris på ting og jeg føler familien har blitt tettere, sier Aleksander. Pappa Øystein mener også familien har endret seg etter Amalies dødsfall og at barna har utviklet en sterk omsorgs- og rettferdighetssans.



MINNENE:

Aleksander har et album på rommet sitt med bilder av lillesøster Amalie. Det at hun er død betyr ikke at hun ikke er en del av livet hans lenger.

FORTALTE SIN HISTORIE: Kristine og Aleksander Lie holdt felles foredrag på fagseminaret «Har du vondt i det samme hjertet som mæ?» i Kristiansand i april.

STØTTE- OG HJELPEINSTANSER FOR BARN I SORG:

- Landforeningen uventet barnedød (LUB). (www.lub.no)
- Organisasjonen Voksne for barn. (www.vfb.no)
- Sorgstøttetilbud i kommunehelsetjeneste og ved sykehus. (www.kristiansand.kommune.no)
- Avdeling for barn og unges psykiske helse (ABUP) Sørlandet sykehus. (www.abup.no)
- Helsesøster eller sosiallærer på skolen.
- Familietilbud og søskengrupper ved Kreftavdelingen, og palliative enheter når barn eller foreldre har kreft.

HAR BARNET BEHOV FOR PSYKOLOGISK HJELP?

- (reaksjoner og væremåter der barnet kan trenge mer hjelp)
- Barnet trekker seg unna venner og voksne.
- Barnets væremåte endres drastisk og vedvarende (eksempelvis blir tøff/aggressiv)
- Barnet utvikler sterk angst som går ut over daglig fungering.
- Barnet reagerer med sterk selvbekreidelse.
- Barnet har plagsomme fantasier/minner som hindrer søvn og hvile.
- Skoleprestasjoner svekkes over lengre tid.
- Barnet snakker om å skade seg selv eller ta sitt eget liv.

Den ballasten barna har med seg tror jeg har gjort dem mer tolerante og mer oppmerksomme på andre som har det vanskelig. Øystein Lie