



MA ritgerð

Félagsráðgjöf til starfsréttinda

„Þetta eru eðlileg viðbrögð við óeðlilegu ástandi“

Upplifun og reynsla eftirlifandi foreldris á aðstoð í skólum

Arndís Ósk Valdimarsdóttir

Dr. Steinunn Hrafnisdóttir
Nóvember 2018



HÁSKÓLI ÍSLANDS
FÉLAGSVÍSINDASVIÐ

FÉLAGSRÁÐGJAFARDEILD

„Þetta eru eðlileg viðbrögð við óeðlilegu ástandi“
Upplifun og reynsla eftirlifandi foreldris á aðstoð í skólum

Arndís Ósk Valdimarsdóttir

030184-4169

Lokaverkefni til MA-gráðu í félagsráðgjöf til starfsréttinda

Leiðbeinandi: Dr. Steinunn Hrafnisdóttir

30 einingar

Félagsráðgjafardeild

Félagsvísindasvið Háskóla Íslands

Nóvember 2018

„Þetta eru eðlileg viðbrögð við óeðlilegu ástandi“. Upplifun og reynsla eftirlifandi foreldris á aðstoð í skólum.

Ritgerð þessi er lokaverkefni til MA-gráðu í félagsráðgjöf til starfsréttinda og er óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi rétthafa.
Arndís Ósk Valdimarsdóttir, 2018

Prentun: Háskólaprent
Reykjavík, Ísland, 2018

Útdráttur

Tilgangur rannsóknarinnar er að skoða upplifun og reynslu eftirlifandi foreldris varðandi aðstoð og stuðning sem börn þeirra fengu í skólakerfinu þegar þau misstu annað foreldri sitt. Markmið rannsóknarinnar er að varpa ljósi á mismunandi sorgarferli barna og mikilvægi þess að starfsfólk skólans hafi þekkingu á sviði sorgar til þess að geta veitt viðeigandi aðstoð. Rannsóknin var framkvæmd með eigindlegri rannsóknaraðferð og byggjast niðurstöður á viðtölum við sjö viðmælendur, sex mæður og einn föður. Viðmælendur eiga það sameiginlegt að hafa átt barn á grunnskólaaldri þegar það missti foreldri. Börnin voru á ólíkum aldri þegar áfallið átti sér stað eða á aldrinum 5–15 ára.

Niðurstöður rannsóknarinnar leiddu í ljós að börn sem misst höfðu foreldri upplifðu sálfélagslegan vanda af einhverju tagi líkt og kvíða, óöryggi, hræðslu, tilfinningalegan doða, hegðunarerfiðleika, reiði og áhættuhegðun. Niðurstöður sýndu einnig að margir foreldrar upplifðu að aðstoð í skólum væri ekki til staðar fyrir börn sem misst höfðu foreldri. Þekkingarleysi var sýnilegt og upplýsingaflæði milli starfsfólks var einnig ábótavant.

Lykilorð: Foreldramissir, barn og sorg, eftirlifandi foreldri, aðstoð í skóla, sérfræðiþekking.

Abstract

The purpose of this study is to view the surviving parents experience of the assistance and support received by their children in the school system when they lost a parent. The aim of the study is to shed light on different grief reactions by children and the importance of school staff having knowledge about grief so they can support a bereaved child. The study was conducted using a qualitative research method based on interviews with seven interviewers, six mothers and one father. All the interviewers children were in primary school when they lost a parent. The children were of different ages when the trauma occurred or aged 5 - 15 years old.

The results of the study revealed that children who lost a parent experienced psychosocial problems such as anxiety, insecurity, fear, emotional numbness, behavioral difficulties, anger and risk behavior. The results also showed that many parents felt that there was no assistance available at school for the children who had lost their parent. There was a lack of bereavement knowledge and communication between staff within the school system was also insufficient.

Keywords: Parental loss, child and grief, remaining parent, school assistance, expertise.

Formáli

Rannsóknin er lokaverkefni í meistaranámi til starfsréttinda í félagsráðgjöf við Háskóla Íslands. Verkefnið gildir 30 ECTS-einingar og ber heitið „*Þetta eru eðlileg viðbrögð við óeðlilegu ástandi*“, *Upplifun og reynsla eftirlifandi foreldris á aðstoð í skólum*. Leiðbeinandi verkefnisins var Dr. Steinunn Hrafnisdóttir prófessor við Félagsráðgjafardeild Háskóla Íslands. Undirbúningur verkefnisins hófst í maí 2018 og lauk í nóvember sama ár. Ég vil koma á framfæri kærum þökkum til þeirra viðmælenda sem sáu sér fært að deila reynslu sinni, án þeirra hefði rannsóknin ekki orðið að veruleika. Einnig vil ég koma á framfæri þökkum til leiðbeinanda míns Steinunnar Hrafnisdóttur fyrir góðar ábendingar og leiðsögn við skrif á rannsókninni. Sérstakar þakkir fá Unnar, strákarnir mínir, fjölskylda og Heiðrún Sif fyrir endalaus hvatningu og stuðning í gegnum námið. Einnig vil ég þakka Bjarna Benedikt Björnssyni fyrir yfirlestur ritgerðarinnar og góðar og gagnlegar ábendingar. Ég vil tileinka ritgerðina öllum þeim börnum sem misst hafa foreldri.

Efnisyfirlit

Útdráttur.....	5
Abstract.....	7
Formáli.....	9
Efnisyfirlit.....	13
Myndaskrá.....	15
1 Inngangur.....	17
1.1 Tilgangur og markmið rannsóknar.....	17
1.2 Mikilvægi rannsóknarinnar og uppbygging.....	18
2 Fræðilegur bakgrunnur.....	21
2.1 Skilgreining hugtaka.....	21
2.2 Kenningar um sorgarferli.....	22
2.3 Tengslakenning John Bowlby.....	24
2.4 Vistfræðikenning Urie Bronfenbrenner.....	25
2.5 Samantekt.....	26
3 Börn og sorg.....	27
3.1 Sorgarviðbrögð barna.....	27
3.2 Börn og seigla.....	29
3.3 Aldur og skilningur á dauðanum.....	29
3.4 Hvernig á að aðstoða börn í sorg.....	31
3.5 Samantekt.....	31
4 Skólinn.....	33
4.1 Réttindi barnsins, lög og reglugerðir.....	33
4.2 Áfallaáætlun og hvers vegna hún er mikilvæg.....	34
4.2.1 <i>Innlendar og erlendar rannsóknir á áfallaáætlunum</i>	35
4.3 Skólinn og sorg nemenda.....	37
4.3.1 <i>Kennarinn og sorg nemenda</i>	39
4.4 Skólafélagsráðgjöf.....	40
4.4.1 <i>Rannsóknir á mikilvægi sérfræðiþjónustu innan skóla</i>	41
4.5 Samantekt.....	42
5 Sorgarsamtök.....	43
5.1 Samantekt.....	44

6	Aðferðafræði.....	45
6.1	Rannsóknaraðferðir	45
6.2	Gagnaöflun.....	45
6.3	Þátttakendur og framkvæmd rannsókna	46
6.4	Takmarkanir og siðferðileg álitamál	47
7	Niðurstöður.....	49
7.1	Bakgrunnur þátttakenda.....	49
7.2	Sálfélagslegir þættir	50
7.2.1	<i>Tilfinningalegt ójafnvægi</i>	50
7.2.2	<i>Reiði og sektarkennd</i>	51
7.2.3	<i>Áhættuhegðun</i>	52
7.2.4	<i>Tilfinningaleg lokun</i>	53
7.2.5	<i>Náms- og félagsleg staða</i>	54
7.2.6	<i>Mikilvægi þess að barn sé upplýst um aðstæður veiks foreldris</i>	54
7.3	Skólinn og sorgin.....	55
7.3.1	<i>Stuðningur</i>	55
7.3.2	<i>Tilvist áfallaáætlunar</i>	56
7.3.3	<i>Þekkingarleysi starfsfólks á sorg</i>	56
7.3.4	<i>Upplýsingaflæði milli starfsfólks</i>	58
7.4	Þjónusta utan skólans	59
7.5	Það sem betur mátti fara/breytingar til hins betra	60
8	Umræða	63
8.1	Sálfélagslegir þættir	63
8.2	Skólinn og sorgin	65
8.3	Hvað mátti betur fara	67
9	Lokaorð	69
	Heimildaskrá	71
	Viðauki I. Viðtalsvísir.....	79
	Viðauki II – Upplýsinga- og kynningarbréf.....	81
	Viðauki III – Upplýst samþykki fyrir þátttöku í rannsókn.....	83

Myndaskrá

Mynd 1: Vistfræðikenning Bronfenbrenner	26
---	----

1 Inngangur

Þegar barn missir foreldri í æsku getur það haft í för með sér sálræna og lífeðlisfræðilega erfiðleika á fullorðinsárum. Skammtímaáhrif sorgar geta náð til marga þátta í lífi barns, til að mynda má nefna andleg/sálræn vandkvæði svo sem þunglyndi, hræðslu og kvíða. Einnig getur barnið glímt við hegðunar- og félagslega erfiðleika, átt erfitt í skóla, upplifað sig öryggis- og varnarlaust ásamt því að eiga erfitt með að stjórna innri líðan eða tilfinningum (Stroebe, Hansson, Schut og Stroebe, 2011). Mikilvægt er að þeir sem vinna með börnum hafi kynnt sér afleiðingar þess að missa foreldri til þess að geta brugðist rétt við og veitt barninu þann stuðning sem það þarf á að halda. Nauðsynlegt er að skólar séu með ákveðnar áætlanir eða verkferla sem farið er eftir og að kennarar og starfsfólk grunnskóla kunni að bregðast við þegar nemandi verður fyrir áfalli eins og að missa foreldri.

Viðfangsefni rannsóknarinnar er sorg barna sem misst hafa foreldri og viðhorf eftirlifandi foreldris til aðstoðar í skólum. Persónulegar aðstæður eru ástæða þess að ég skrifa um sorg barna en ég upplifði að barn í fjölskyldu minni missti foreldri og fylgdist ég með hvernig tekið var á því innan skólakerfisins. Ég hef því mikinn áhuga á að skoða hvaða verkferlum skólarnir fara eftir. Ég tel mikilvægt að fá viðhorf eftirlifandi foreldris til að meta hvort barnið hafi fengið aðstoð frá skólanum á þessum erfiða tíma og hvernig sú aðstoð hafi farið fram. Rannsóknir sýna að starfsfólk grunnskóla telur að þekkingarleysi sé á þessum vettvangi og að þörf sé á frekari sérfræðiþekkingu á þessu sviði (Quinn-Lee, 2014; Sigurbjörg J. Helgadóttir, Guðbjörg Vilhjálmsdóttir, Hildur Björk Svavarsdóttir og Gerður G. Óskarsdóttir, 2006; Sigrún Júlíusdóttir, Edda Jóhannsdóttir og Gunnjóna Una Guðmundsdóttir, 2015).

Það er von mín að rannsóknin gefi áhugaverðar niðurstöður um mikilvægi fagþekkingar á sorg og sorgarviðbrögðum barna sem misst hafa foreldri og geti gagnast stjórnendum og starfsfólki grunnskóla.

1.1 Tilgangur og markmið rannsóknar

Tilgangur rannsóknarinnar er að fá upplýsingar um upplifun og reynslu eftirlifandi foreldris varðandi aðstoð og stuðning sem börn þeirra fengu í skólakerfinu þegar þau misstu foreldri sitt. Markmið rannsóknarinnar er að varpa ljósi á mikilvægi þess að starfsfólk skólans hafi þekkingu á sviði sorgar til þess að geta veitt viðeigandi aðstoð.

Leitast verður við að svara eftirfarandi rannsóknarspurningum:

- * Hvaða áhrif hefur sorg á börn?
- * Hver er upplifun foreldra varðandi sorgarráðgjöf barna í skólum?
- * Hvað er hægt að gera til þess að bæta þjónustu innan skólans?

1.2 Mikilvægi rannsóknarinnar og uppbygging

Börn verja miklum tíma í skólanum og því mikilvægt fyrir skólann að vera viðbúinn þeim áskorunum sem geta fylgt hverju barni. Þó svo að barnið hafi náð tökum á vandamálum sem fylgja sorginni getur það haft áhrif á skólagöngu þess til lengri tíma (Dyregrov, 2008; Harpham, 2014). Mikilvægt er að hafa í huga að tilfinningar barna eru ekki vandamál heldur eðlileg viðbrögð við sorginni. Rannsóknir sýna að áhrif foreldramissis á börn geta haft afleiðingar til lengri tíma. Börn sem misst hafa foreldri eru í meiri hættu á að þurfa að takast á við sálrænan vanda í framtíðinni en börn sem ekki hafa misst foreldri sitt (Alahakoon, 2018)

Það getur verið erfitt fyrir foreldri og starfsfólk skólans að átta sig á af hverju breyting verður á atferli barnsins ef þau þekkja ekki viðbrögð sorgar. Til þess að geta veitt barninu þann stuðning sem það þarf á að halda er mikilvægt að auka við sérfræðiþekkingu innan skólans. Rannsóknir hafa sýnt að ekki er nægileg þekking til að takast á við persónuleg vandamál nemenda innan skólans og að þörf er á fjölbreyttari fagstéttum innan hans (Sigrún Harðardóttir, 2015; Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2015). Skólar þurfa einnig að vera með áfallaáætlanir til að auðvelda starfsfólki þegar áfall verður í nemendahópi. Rannsóknir sýna að ef áfallaáætlanir eru til staðar eykur það öryggi starfsfólks og nemenda (Gunnar E. Finnbogason og Hildur Björg Gunnarsdóttir, 2010; Dyregrov, 2008; Holland, 2008; Openshaw, 2011).

Þessi ritgerð skiptist í átta meginkafla, hún hefst á inngangi en þar er greint frá markmiðum og mikilvægi rannsóknarinnar. Í fræðilegum hluta verkefnisins er meðal annars fjallað um skilgreiningu hugtaka, kenningar um sorgarviðbrögð og kenningar sem tengjast lífi barna. Í kafla þrjú verður fjallað um sorg barna, hvernig hún getur haft áhrif á líf barna eftir aldri og hvernig er hægt að aðstoða þau í sorginni. Í kafla fjögur verður greint frá aðkomu skólans þegar unnið er með börnum í sorg, hversu mikilvægar áfallaáætlanir eru og hvað starf skólafélagsráðgjafa gæti verið góð viðbót inn í þjónustuteymi skólanna. Í fimmta kafla verður

greint frá nokkrum sorgar- og stuðningssamtökum. Í sjötta kafla er gerð grein fyrir aðferð sem notuð var við gerð þessarar rannsóknar, gagnaöflun, úrtaki og framkvæmd og að lokum er greint frá takmörkunum og hindrunum. Í kafla sjö er rýnt í niðurstöður rannsóknarinnar. Í kafla átta eru niðurstöður rannsóknarinnar og fræðilegi hlutinn tengd saman og í kafla níu eru lokaorð þar sem höfundur leggur fram vangaveltur og hugmyndir að betri þjónustu. Þar á eftir er heimildaskrá og að lokum viðaukar með viðtalsvísi, kynningarbréfi og upplýstu samþykki.

2 Fræðilegur bakgrunnur

Upplifun fólks á sorg er einstaklingsbundin og hafa fræðimenn sett fram kenningar og líkön sem tengjast sorgarviðbrögðum. Þeir benda á nokkra þætti sem einkenna sorg eftir áfall sem er mikilvægt fyrir fagfólk að þekkja. Farið verður yfir hugtök sem tengjast sorginni og greint frá kenningu um sorgarferli, tengslakenningu Bowlby og vistfræðikenningu Bronfenbrenner. Ástæður þess að fjallað er um þessar kenningar eru að þær tengjast lífi barns, hvernig það getur upplifað sorgina, mikilvægi tengsla og umhverfis þess.

2.1 Skilgreining hugtaka

Ástvinamissir (e. bereavement) vísar til þess þegar einhver nákominn eða mikilvægur lætur lífið og veldur það mikilli sorg og þjáningu hjá einstaklingum sem eftir lifa. Með *ástvinamissi* er átt við þegar einstaklingur missir ýmist maka, barn, foreldri eða kæran vin (Stroebe o.fl., 2011).

Áfall (e. trauma) eru viðbrögð við atburði sem ógnar persónulegu öryggi eða lífi einstaklings og er það einstaklingsbundið hvernig hver og einn upplifir atburðinn og/eða bregst við honum (Black, Woodworth, Tremblay og Carpenter, 2012). Áfall getur átt sér stað þegar um ytra álag er að ræða líkt og andlát einhvers nákomins (Cullberg, 1975/1990).

Kreppa (e. crisis) er skilgreind sem sálfræðileg viðbrögð sem birtast við skyndilega atburði eða breytingar í lífi einstaklings og geta haft áhrif á líf hans. Viðbrögð sem voru til staðar til að takast á við erfiðleika virka ekki (Cullberg, 1975/1990).

Sorg (e. grief) er viðbragð einstaklinga við missi, óháð stað og stund. Sorg er tilfinningalegt viðbragð við *ástvinamissi* og er talin eðlileg upplifun í kjölfar hans. Tilfinningaleg viðbrögð við missi birtast bæði andlega og líkamlega. Einstaklingar bregðast við honum með ólíkum hætti en það fer eftir hvers eðlis hann er ásamt persónueinkennum einstaklingsins. Sumir einstaklingar upplifa mikla sorg strax í kjölfar missis á meðan aðrir syrgja eftir að ákveðinn tími er liðinn frá *ástvinamissi*. Algengast er þó að sorgin sé sterkust í upphafi og dvíni síðan með tímanum (Stroebe o.fl., 2011).

Sorgarferli (e. mourning) er ferli viðbragða sem fer í gang hjá einstaklingum sem verða fyrir *ástvinamissi*. Einstaklingar fara í gegnum sorgarferlið á ólíkan hátt og er það háð menningarlegum, persónulegum og félagslegum þáttum. Það sem telst vera eðlilegt viðbragð

hjá einum getur talist óeðlilegt hjá öðrum (Stroebe o.fl., 2011). Sorgarviðbrögð skiptast í tvo flokka, annars vegar *eðlileg sorgarviðbrögð* (e. normal grief) og hins vegar *flókin sorgarviðbrögð* (e. complicated grief). Eðlileg sorgarviðbrögð einkennast af því að einstaklingar geta fundið fyrir miklum og sterkum sorgarviðbrögðum sem lýsa sér í tilfinningalegum, vitsmunalegum og líkamlegum einkennum. Þessar tilfinningar og viðbrögð minnka með tímanum og einstaklingar læra að lifa með sorginni. Flókin sorgarviðbrögð lýsa sér á þann veg að sorgin er farin að hafa hamlandi áhrif á mikilvæga þætti í lífi einstaklings (Prigerson, Vanderwerker og Maciejewski, 2011).

Áfallaáætlun (e. crisis schedule) er viðbragðsáætlun með ákveðnum verklagsferlum sem leik- og grunnskólar útbúa til þess að geta brugðist rétt og örugglega við ef skyndileg áföll verða í nemendahópi. Áfallaáætlun þarf að vera einföld, sýnileg og sveigjanleg svo hægt sé að móta hana eftir hverju tilviki fyrir sig (Dyregrov, 2008).

Áfallateymi (e. crisis team) er hópur sem hefur þekkingu á áföllum og hefur yfirumsjón með framkvæmd og stjórn ef áfall kemur upp í skólanum eða í umhverfi barnsins (Dyregrov, 2008).

2.2 Kenningar um sorgarferli

Kenningar eru mikilvægar því fagmenn geta nýtt sér þær, spáð fyrir um mögulega hegðun til að leiða sig áfram í faglegu starfi og til að velja bestu mögulegu nálgunina með einstaklingnum (Teater, 2010). Því lengra sem liðið er frá áfallinu getur sorgin tekið breytingum hjá einstaklingum og þeir farið í gegnum ákveðið sorgarferli. Gagnrýni hefur þó verið á kenningar um sorgarferli en talið er að þær taki ekki mið af breytileika í sorgarferli einstaklings og að ekki fari allir einstaklingar í gegnum ferlið í sömu tímaröð. Með notkun kenninga til hliðsjónar í vinnu með einstaklingum í sorg er hægt að nýta þær til að vera viðbúin erfiðum tilfinningum sem geta komið upp í lífi einstaklinga (Weiss, 2011; Worden, 2010). Hér á eftir verður fjallað um helstu kenningar þeirra fræðimanna sem hafa rannsakað sorg einstaklinga. Sorg barna er frábrugðin sorg fullorðinna og er ekki að finna skilgreint líkan um það hvernig börn bregðast við sorg. Elisabeth Kübler-Ross (1969) rannsakaði sorgarferli deyjandi sjúklinga og setti fram líkan um sorgarferli sem hún yfirfærði á syrgjandi einstaklinga. Hennar líkan var ekki sérstaklega miðað við börn en gott er að hafa það til hliðsjónar þegar unnið er með börnum í sorg (Lancaster, 2011).

Kübler-Ross (1969) skipti líkaninu upp í fimm stig sorgar. Fyrsta stigið er *afneitun* (e. denial) en einstaklingur á þessu stigi er ekki tilbúinn að takast á við breyttar aðstæður. Annað

stigið er *reiði* (e. anger) en einstaklingur á þessu stigi sér að hann getur ekki afneitað raunveruleikanum lengur. Þriðja stigið er *samningar* (e. bargaining) en hér reynir einstaklingur að semja við almættið um að láta ástvininn lifa lengur. Fjórða stigið er *þunglyndi* (e. depression) en þá er einstaklingurinn að vinna úr breyttum aðstæðum sem eru eðlileg viðbrögð við missi. Fimmta og síðasta stigið er *sátt/viðurkenning* (e. acceptance) en á þessu stigi er einstaklingurinn ekki búinn að ná fullum sáttum en nær þó að viðurkenna raunveruleikann fyrir sjálfum sér (Kübler-Ross og Kessler, 2005; Worden, 2010). Fræðimenn hafa gagnrýnt stigskenningu Kübler-Ross og segja skorta kerfisbundna rannsóknaraðferð svo hægt sé að útskýra betur ofnotkun og klíníska notkun hennar (Kübler-Ross og Kessler, 2005).

Cullberg (1975/1990) byggir kenningu sína á fjórum stigum áfallakreppu. Fyrsta stigið er *loststig* (e. shock stage) sem getur verið viðvarandi í nokkra klukkutíma eða sólarhringa en þetta stig einkennist af því að einstaklingur reynir að halda raunveruleikanum eins fjarri og hægt er. Annað stigið er *viðbragðsstig* (e. reaction stage) sem getur varað í þrjá til tólf mánuði og gerist í kjölfar þess að einstaklingurinn hefur áttað sig á því sem hefur gerst. Þriðja stigið er kallað *úrvinnslustig* (e. healing and processing stage) en einstaklingur á þessu stigi getur meðtekið upplýsingar og leitað leiða til að takast á við vandann ef hann er til staðar. Fjórða og síðasta stig áfallakreppunnar er *skilningsstig* (e. reorientation stage) sem á sér stað þegar einstaklingurinn hefur unnið vel úr kreppustigunum og þar af leiðandi hefur atburðurinn ekki lengur truflandi áhrif á daglegt líf einstaklingsins. Cullberg telur að til þess að læra að lifa með missinum sé eðlilegt að upplifa öll ofangreind stig.

Worden (2010) horfir á sorgarferlið sem *fjögur verkefni* (e. tasks) sem einstaklingur gengur í gegnum til þess að aðlagast eftir missi. Fyrsta verkefnið er að sætta sig við að einstaklingurinn sé látinn, þeir einstaklingar sem eiga erfitt með að sætta sig við dauða hins látna halda oft í þá von að sá látni komi aftur. Annað verkefnið er að geta hugsað og talað um hinn látna sem er lykillinn að því að geta unnið úr sársaukafullum tilfinningum sem fylgja því að missa einhvern nákominn sér. Þriðja verkefnið er að aðlagast lífinu án þess að sá látni sé til staðar. Fjórða og síðasta verkefnið samkvæmt Worden er að geta lifað áfram með því að minnast og halda tengslum við þann sem lést.

Freud fjallaði um viðbrögð við missi út frá sjónarhorni sálgreiningarinnar. Hugmyndir hans og kenningar um ástvinamissi og viðbrögð gegna enn mikilvægu hlutverki í meðferðarvinnu og rannsóknum. Freud lagði mikla áherslu á að þeir sem hefðu upplifað ástvinamissi þyrftu að

viðurkenna missinn og vinna úr sorginni (Stroebe o.fl., 2011). Hægt er að tengja kenningu Erik H. Erikson (1902-1994) við hugmyndafræði Freud en hann taldi að þroski og þróun ætti sér stað í stigum sem einstaklingur yrði að ljúka á árangursríkan hátt svo þróun næsta stigs gæti haldið áfram (Sadock og Sadock, 2015). Hann taldi að ef einstaklingur næði ekki að fullnægja hverju þroskaverkefni fyrir sig gæti það haft áhrif á hann líkt og hvað varðar hugræna, tilfinningalega, félagslega og sálræna þætti. Gagnrýni hefur þó verið sett fram um þessar kenningar þar sem bent hefur verið á að einstaklingar geti fundið aðrar leiðir til þess að uppfylla þessar þarfir æviáranna (Beckett og Taylor, 2010).

2.3 Tengslakenning John Bowlby

Nauðsynlegt er að skilja tengsl og hvaða áhrif þau hafa á að missa einhvern nákominn sér. Því er vert að skoða tengslakenningu Bowlby (Weiss, 2011; Worden, 2010). Sálkönnuðurinn og geðlæknirinn John Bowlby kom fyrstur fram með tengslakenninguna (e. attachment theory). Tengslakenningin leggur grunn að því hversu mikilvæg tengsl milli barns og umönnunaraðila eru og hvað gerist þegar tengsl rofna. Bowlby gerði rannsókn á börnum og hvernig hegðun eða atferli þeirra breyttist þegar umönnunaraðili hvarf úr auglýn. Hann tengdi það síðan við sorg fullorðinna (Beckett og Taylor, 2010).

Myndun frumtenngsla þróast hjá ungabörnum sem veitir þeim öryggi og seinna meir myndast tengsl við til dæmis systkini, ættingja, vini og kennara. Einstaklingar geta myndað tengsl á öllum aldri við þá aðila sem veita þeim öryggi, hlýju og hugsa um þá (Bowlby, 1982). Kenning Bowlby hefur haft mikil áhrif á rannsóknir á sorg og sorgarviðbrögðum einstaklinga. Rannsakendur telja að kenningarnar auðveldi að sjá hvort einstaklingar sem eiga erfitt með að mynda tengsl eigi erfiðara með að takast á við sorgina heldur en þeir sem eru í góðum tengslum við umönnunaraðila (Stroebe o.fl., 2011).

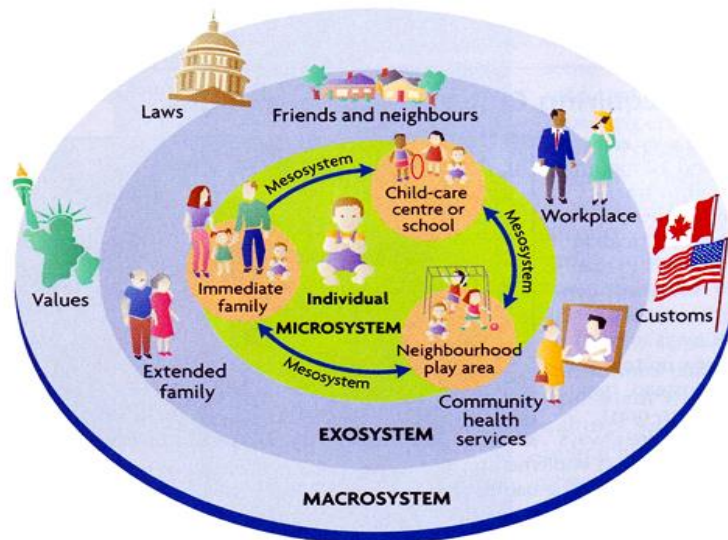
Þrenns konar tengsl kalla fram sterkustu sorgarviðbrögð einstaklings samkvæmt Bowlby en þau eru tengsl barns og umönnunaraðila, tengsl milli maka og tengsl umönnunaraðila við barn. Aðaláhugi hans var á tengslum barns og foreldris en hann viðurkenndi þó makasamband sem tengsl. Tengsl á milli barns og foreldris eru ólík öðrum þar sem foreldri hefur meiri áhyggjur af öryggi barnsins heldur en sínu eigin og er því um umönnunarsamband að ræða. Sorgarviðbrögð hafa þó áhrif á eðli tengslanna en börn sem eru í öruggum tengslum eiga auðveldara með að takast á við sorgina heldur en þau sem eru í óöruggum tengslum. Þau börn sem eru í óöruggum tengslum eiga erfiðara með breyttar aðstæður en ástæða þess er að þau

hafa lítið traust á ytri aðstæðum og eru með lítið sjálfstraust (Archer, 2011; Weiss, 2011; Worden, 2010). Kenning Bowlby hefur þó verið gagnrýnd að því leyti að einungis er horft til tengsla móður og barns en ekki tekið tillit til annarra uppalenda sem sjá um uppeldi barnsins. Kenning hans hefur þó þróast frá því að móðir sé uppalandi í að fleiri komi að uppeldi barnsins óháð fjölda eða kyni (Beckett og Taylor, 2010).

2.4 Vistfræðikenning Urie Bronfenbrenner

Þegar barn missir foreldri getur það haft áhrif á alla þætti í nærumhverfi þess. Í því sambandi er vert að skoða vistfræðikenningu Bronfenbrenner.

Bronfenbrenner er frumkvöðull í rannsóknum á þroskaferli barna en hann rannsakaði hegðun þeirra í umhverfi sínu (Brendtro, 2006). Vistfræðikenning (e. ecological system theory) Bronfenbrenner skiptist upp í fimm kerfi sem taka mið af félagslegum áhrifaþáttum, líðan og víxlverkun sem getur átt sér stað þegar einstaklingur er virkur þátttakandi í eigin þroska í umhverfi sínu (Bronfenbrenner, 1979). Líkan Bronfenbrenner má sjá á mynd 1. Fyrsta kerfið er *nærkerfi* (e. microsystem), sem er nánasta umhverfi barnsins, líkt og foreldrar, systkini, kennarar og skólafélagar. Annað kerfið er *miðkerfi* (e. mesosystem) sem einkennist af tengslum milli allra þátta í nærkerfinu (Beckett og Taylor, 2010). Bronfenbrenner (1979) leggur ríka áherslu á að góður námsárangur og aðlögun innan skólans grundvallast á góðum samskiptum milli foreldra og skóla sem lýsir þriðja kerfi kenningarinnar sem er *stofnanakerfi* (e. exosystem). Það eru þættir sem tengjast barninu óbeint líkt og félags-, heilbrigðis- og skólakerfi, vinnustaður foreldra og þátttaka þeirra í foreldrafélagi skólans. Fjórða kerfið kallast *heildarkerfi* (e. macrosystem) sem umlykur öll kerfin út frá hugmyndafræði samfélagsins, menningu og gildismati. Að lokum er það *lífkerfi* (e. chronosystem) en það eru atvik sem geta haft áhrif á þroska barnsins, en atvik og breytingar í lífi barns geta haft áhrif á öll kerfin (Bronfenbrenner, 1994). Umhverfið aðlagast barninu, barnið að umhverfinu og því vinna kerfin saman, en vegna þess að kerfin eru síbreytileg er mikilvægt að það sé jafnvægi á milli þeirra (Jarolmen, 2014).



Mynd 1: Vistfræðikenning Bronfenbrenner (Berk og Roberts, 2009).

Takmarkanir í kenningu Bronfenbrenner eru að ekki er talið nóg að skoða einungis þróun og stöðu einstaklings í tengslum hans við umhverfið eingöngu. Einnig þarf að horfa til persónuleika, hæfni, mismunandi menningarheima og að einstaklingurinn sé hluti af mörgum kerfum (Neville og Mobley, 2001).

2.5 Samantekt

Ýmsar kenningar eru til um sorgarferli en líkan Elisabeth Kübler-Ross er gagnlegt að hafa til hliðsjónar þegar unnið er með börn í sorg. Hægt er að nýta kenningar sem verkfæri sem fagfólk getur stuðst við til þess að greina líðan, hegðun og þroska barnsins. Þar af leiðandi er hægt að áætla á hvaða stað barnið er stadd í sorginni og veita því viðeigandi aðstoð ef vandi er til staðar. Það er þó mikilvægt að hafa í huga að börn líkt og fullorðnir verja ef til vill lengri tíma á ákveðnu stigi og fara ekki endilega eftir sérstakri röð.

3 Börn og sorg

Í þessum kafla verður fjallað um sorgarviðbrögð barna, því næst um börn og seiglu, aldur og skilning á dauðanum, hvernig á að aðstoða börn í sorg og að lokum gerð samantekt um þessi atriði.

3.1 Sorgarviðbrögð barna

Sorg barna er einstaklingsbundin en þroski og verndandi þættir geta haft áhrif á viðbrögð þeirra við missi. Ýmsir fræðimenn hafa rannsakað sorg og komist að því að einstaklingar geta syrgt strax á fyrstu árum í lífi sínu en sorg barna er frábrugðin sorg fullorðinna. Börn, sem hafa ekki náð þroska til að skilja merkingu dauðans, geta samt sem áður sýnt sorgarviðbrögð þegar tengsl rofna (Lancaster, 2011; Worden, 2010).

Börn geta upplifað mismunandi tilfinningar í sorginni líkt og áfall, þrá, reiði, sektarkennd og kvíða. Hér á eftir verður fjallað stuttlega um þessi hugtök. *Áfall* (e. trauma) er algengt sorgarviðbragð í upphafi sorgar en oft á tíðum koma viðbrögð við áfallinu mánuði eftir atburðinn. Börn í sorg upplifa einhvers konar *þrá* (e. yearning), þá leita þau að þeim sem lést, upplifa tómleika, láta í ljós óskir um að foreldrið snúi aftur, þörf fyrir snertingu frá mömmu og pabba er mikil, að heyra rödd og að hafa þann sem lést til að hugga sig. Að þrá er stór hluti af eðlilegri sorg og getur varað í langan tíma (Alahakoon, 2018). *Reiði* (e. anger) er eðlilegt viðbragð við sorg og getur komið upp án nokkurra undanfara. Reiðin getur beinst að foreldrinu sem lést, öðrum fjölskyldumeðlimum, vinum, þeim sjálfum og jafnvel guði. Mikilvægt er að vinna með þessa reiði og samþykkja þá tilfinningu sem reiðin hefur í för með sér. Ef ekki er unnið með þessa tilfinningu getur það haft neikvæðar afleiðingar (Alahakoon, 2018; Leighton, 2008). *Sektarkennd* (e. guilt) er einn þáttur sorgar barna en hún birtist þegar barnið telur sig ekki hafa getað hjálpað foreldrinu sem lést. *Kvíði* (e. anxiety) er einnig ein birtingarmynd sorgar hjá börnum en hann er ótti um hvernig lífið muni vera án þess foreldris sem dó. Þessar áhyggjur koma þá helst hjá eldri börnum sem hafa þroska til og eru óviss um framtíð sína (Alahakoon, 2018; Kübler-Ross og Kessler, 2005).

Börn geta upplifað erfiðar tilfinningar í mislangan tíma. Hvernig þau syrgja er háð aldri, menningu, nálægð við þann látna og félagsneti. Þegar börn ná unglings- og fullorðinsárum upplifa þau sorgina oft á tíðum aftur. Atburðir fá þau til að hugsa til þess sem lést, á

tímamótum líkt og við útskrift, giftingu eða fæðingu barna sinna (Lancaster, 2011; Sadock og Sadock, 2015). Sorg og áföll geta haft mikil áhrif á þroska barns og þar af leiðandi á ákvörðunartöku seinna á lífsleiðinni. Rannsóknir sýna að ung börn geta byrgt sorgina inni í langan tíma án nokkurra ummerkja og hún brotist út án fyrirvara (Leighton, 2008). Það er því mikilvægt að fylgjast einnig með þeim börnum sem sýna engin ummerki um vanlíðan við andlát foreldris því það getur breyst þegar þau verða eldri. Sorg barna varir oft á tíðum lengur en hjá fullorðnum en ástæðan er sú að börn einbeita sér oft frekar að áhugamálum sínum á þessum erfiðu tímum og hugsa þar af leiðandi ekki stöðugt um þann sem lést (Sadock og Sadock, 2015; Akerman og Statham, 2011).

Börn geta sýnt ýmiss konar einkenni ef þau missa foreldri, líkt og óöryggi, tilfinningadoða, hegðunar-, kvíða- og námsraskanir og upplifað þunglyndi. Félagsleg samskipti geta einnig farið dvínandi og börn upplifað sig sem varnarlaus gagnvart eigin dauða. Andlát foreldris getur haft áhrif á streitu vegna breytinga sem fjölskyldukerfið þarf að ganga í gegnum á þessum erfiðu tímum. Þar má helst nefna fjárhagslega örðugleika, samskipti við eftirlifandi foreldri, tíða flutninga, aðskilnað við fjölskyldumeðlimi og vini. Atburðir sem þessir eru taldir hafa neikvæð áhrif á hegðun barns og geta aukið líkurnar á geðrænum vandkvæðum hjá börnum og unglíngum (Alahakoon, 2018; Luecken, 2011). Í rannsókn sem gerð var á einstaklingum sem misst höfðu foreldri fyrir 18 ára aldur var kannað hvernig slík reynsla hafði áhrif á fullorðinsárin. Niðurstöður leiddu í ljós að það að flytja í burtu frá fjölskyldu og vinum gerði aðlögunina að fráfalli foreldris miklu erfiðari og leiddi til meiri kvíða (Ellis, Dowrick og Lloyd-Williams, 2013).

Telja má einnig til áhættuþátta þegar barn á í erfiðleikum með að tjá tilfinningar sínar. Fjölskyldumeðlimum gengur betur að takast á við sorgina ef þeir eru opnir í garð hvers annars, spyrja spurninga og deila sársauka og hræðslu (Luecken, 2011). Þetta kemur heim og saman við niðurstöður sem Worden og Silverman fengu en þeir gerðu rannsókn meðal grunnskólabarna frá 70 fjölskyldum í tvö ár eftir fráfali foreldris. Niðurstöður þeirra leiddu í ljós að þau börn, sem gekk vel að vinna úr sorginni, virtust koma úr náinni fjölskyldu þar sem samræður um fráfali foreldris voru eðlilegar (Worden, 2010). Þetta eru sambærilegar niðurstöður úr rannsókn sem Luecken (2000, 2011) gerði en hann kannaði upplifun fullorðna einstaklinga sem höfðu misst foreldri í æsku og upplifðu heilbriggt og gott samband við eftirlifandi foreldri. Þessir einstaklingar sýndu færri einkenni þunglyndis og höfðu betri

félagslegan stuðning en samanburðarhópur sem ekki hafði misst foreldri sitt en hafði samt sem áður verið í heilbrigðu sambandi við foreldra sína. Samkvæmt þessari rannsókn geta kreppur og áföll styrkt einstaklinginn og gert hann sterkari fyrir vikið.

Stórfjölskyldan og vinir gegna mikilvægu hlutverki í lífi syrgjandi barna eftir fráfall foreldris, þá sérstaklega eftirlifandi foreldrið. Sterkt samband eftirlifandi foreldris og barns er mikilvægur verndandi þáttur í lífi barnsins í sorg. Ef foreldrahlutverkinu er ekki sinnt sem skyldi getur það valdið sálrænum vanda barnsins en börn geta fundið fyrir skorti á sjálfsáliti, hæfni til að tjá tilfinningar sínar og orðið félagslega einangruð (Ellis o.fl., 2013; Shear, 2009). Þegar kemur að tilfinningum er munur á kynjum en oft eru stúlkur hvattar til að tjá sig um tilfinningar sínar en aftur á móti er drengjum og körlum ekki veitt eins mikið frelsi til þess. Rannsóknir hafa þó sýnt að stúlkur sem misst hafa foreldri upplifa meiri vandamál heldur en drengir í sömu stöðu (Heath o.fl., 2008; Luecken, 2011).

3.2 Börn og seigla

Jákvætt sjálfsmat og sjálfstraust eru lykilþættir þess að takast á við sorgina ef börn verða fyrir áföllum. Ef að barn hefur gott sjálfsmat er það líklegra til að þróa með sér seiglu en stuðningur foreldris getur haft áhrif á jákvæða þróun þess (Luecken, 2011).

Áskoranir á lífsleiðinni geta verið margvíslegar. Mikilvægt er að börn fái þann stuðning sem þau þurfa til að takast á við áskoranir á lífsleiðinni. Ef þessi stuðningur er ekki til staðar getur það haft í för með sér neikvæðar afleiðingar (Hess, Magnuson og Beeler, 2012). Áhættuþættir (e. risk factors), verndandi þættir (e. protective factors) og seigla (e. resilience) eru þeir þrjú þættir sem fela í sér sjónarhorn áhættu og seiglu. Eins og nefnt er hér að ofan geta áhættu- og verndandi þættir tengst einstaklingnum sjálfum, umhverfi hans eða tengslum við umhverfið (Jenson og Fraser, 2011). Ef barn lendir í erfiðum aðstæðum, lífsreynslu eða upplifun og kemst í gegnum hindranir sem því fylgja án langvarandi afleiðinga er talað um seiglu (Rutter, 2013). Ef stuðningur foreldra og kennara er til staðar getur það skipt sköpum til að byggja upp seiglu barna (Jenson og Fraser, 2011).

3.3 Aldur og skilningur á dauðanum

Mikilvægt er að þekkja áhrif sorgar út frá aldri og þroska til þess að geta leiðbeint barni í gegnum sorgina (Lancaster, 2011). Beckett og Taylor (2010) segja að þegar unnið er með börnum í sorg sé mikilvægt að horfa á upplifun barna við ástvinamissi. Þeir nefna að fylgjast

þurfi með hvort um skyndilegt dauðsfall hafi verið að ræða eða hvort aðdragandi hafi verið að áfallinu, til dæmis vegna veikinda. Þeir segja einnig að það sé auðveldara fyrir börn að aðlagast og sætta sig við dauðsfallið þegar skilningur sé til staðar.

Breyting á vitsmuna- og hegðunarviðbrögðum getur átt sér stað eftir að barn hefur misst foreldri. Lancaster (2011) gerði rannsókn á syrgjandi börnum en niðurstöður sýndu að þau höfðu minnkaða matarlyst, erfiðleika með svefn, minnkaða getu til að einbeita sér, minnkaða félagsfærni, sýndu eirðarleysi, námserfiðleika og hegðunarvanda. Rannsóknir sýna að viðbrögð fara eftir aldri barnsins en einkenni sorgar hjá börnum yngri en tveggja ára er að þau eru líklegri til þess að fara aftur í vitsmunaproska. Börn yngri en fimm ára geta sýnt einkenni líkt og minnkaða matarlyst, svefnerfiðleika, magaverki, þarma- og þvagblöðruvandamál. Börn á grunnskólaaldri geta fjarlægst félagslega, sýnt dæmigert mynstur þunglyndis, árásargirni og minnkuð afköst í skóla. Unglingar upplifa sorgina líkt og fullorðnir en eru oft tregir til að sýna tilfinningar sínar þar sem þeir vilja ekki virðast öðruvísi en aðrir (Dyregrov, 2008).

Bugge, Darbyshire, Rokhølt, Haugstvedt og Helseth (2014) gerðu rannsókn á viðhorfum foreldra til sorgarviðbragða barna sinna og hvernig þeir veittu þeim aðstoð. Foreldrar lýstu vandamálum sem komu upp hjá börnum eftir fráfall foreldris. Dæmi sem þeir nefndu voru að börnin ættu erfitt með að sofna og að sofa í eigin rúmi, vöknuðu upp á nóttunni og upplifðu martraðir. Foreldrarnir tóku einnig fram að sorg barnanna endurspegladist oft í sorg hinna fullorðnu en ef foreldrið átti vandan dag þá átti barnið líka vandan dag. Einnig komu foreldrarnir inn á það að þeir hefðu talið að börnin hefðu verið of ung til að muna því þau spurðu ekki um dauðann og héldu því fram að þau vissu ekki hvað dauðinn væri. Heath o.fl. (2008) segja að fullorðnum finnist oft erfitt að tala um dauðann en mikilvægt sé að gefa börnum nákvæm svör. Til lengri tíma litið gerir hálf sögð saga barninu erfiðara fyrir að takast á við sorgina líkt og þegar um sjálfsvíg er að ræða. Thastum, Johansen, Gubba, Olesen og Romer (2008) segja að ef foreldrar tjá ekki tilfinningar sínar til að hlífa börnum sínum þá læra börnin það sem fyrir þeim er haft. Börn á öllum aldurstigum höfðu orð á því að tala um veikindin og mörg töluðu um mikilvægi þess að fá upplýsingar um veikindi foreldris. Þetta kemur heim og saman við niðurstöður Eddu Jóhannsdóttur (2015) en þar kom í ljós mikilvægi þess að barnið væri upplýst um hvað væri í gangi, alveg frá upphafi veikinda þar til að foreldri féll frá. Einnig kom fram að foreldrar ættu oft erfitt með að ræða stöðu mála og töldu þeir sig vera að hlífa barninu. Niðurstöður í rannsókn Bugge, Helseth og Darbyshire (2009) sýna að í

fjölskyldum sem fá aðstoð ef áfall verður öðlast eftirlifandi foreldrið meiri innsýn í hugsanir barnsins og hvað sorgin getur haft mikil áhrif á líf þess. Niðurstöður leiddu einnig í ljós að eftir að þeim hafði verið kennt hvernig ætti að styðja barnið urðu breytingar þess eðlis að minna var um ágreining og þau gátu talað opinskátt um ástand fjölskyldunnar.

3.4 Hvernig á að aðstoða börn í sorg

Sorgarúrvinnsla er byggð á aldri og þroska barnsins (Lancaster, 2011). Þó svo að börn séu of ung til að skilja hvað dauðinn er eru þau ekki of ung til að hafa tilfinningar. Það er mikilvægt að vera heiðarlegur og tala um dauðann. Einnig er mikilvægt að gera börnum grein fyrir að sá sem féll frá komi ekki aftur. Hægt er að fara margar leiðir í sorgarúrvinnslu barna sem misst hafa foreldri en mikilvægt er að börnin geti leitað til einhvers til að fá leiðbeiningar um sorgarferlið og tilfinningar sem geta fylgt sorginni (Barret og Nichols, 2017).

Til þess að geta verið til staðar fyrir barnið er fræðsla sem beinist að börnum í sorg mikilvæg. Foreldrar jafnt sem starfsfólk skólans þurfa að þekkja hvernig börn upplifa dauðann og þær tilfinningar sem fylgja sorginni á hverju aldursbili fyrir sig (Beckett og Taylor, 2010). Upplýsa þarf börn í sorg að sorgarviðbrögð eru eðlilegt ferli sem gerir þeim kleift að vinna úr sorginni og horfa til framtíðar. Einnig er mikilvægt að gera þeim grein fyrir því að það að missa einhvern er varanlegt ástand en sorgin er tímabundin tilfinning sem þau læra að lifa með (Harpham, 2014). Þegar kemur að sorgarúrvinnslu barna er mikilvægt að hafa börnin með í ferlinu sem beinist að þeim látna líkt og að fá að vera viðstatt jarðarför ef aðstæður leyfa og umhirðu á leiði svo eitthvað sé nefnt. Venjur líkt og að halda áfram í skólanum eru mikilvægar en ef sorgin er yfirþyrmandi þarf barnið að fá einstaklingsmeðferð við hæfi til þess að fyrirbyggja áhrifaþætti sem kunna að fylgja sorginni seinna á lífsleiðinni (Grenklo, 2013; Mallon, 2011; Worden, 2010; Edda Jóhannsdóttir, 2015).

3.5 Samantekt

Samkvæmt fræðimönnum telja þeir að einstaklingar geti syrgt frá unga aldri. Börn geta upplifað margs konar tilfinningar þegar foreldri fellur frá líkt og áfall, þrá, reiði, sorg, sektarkennd og kvíða. Mikilvægt er að foreldrar séu opnir og upplýsi barnið ef til dæmis annað foreldrið er alvarlega veikt.

4 Skólinn

Í þessum kafla verður greint frá lögum og reglugerðum sem beinast að börnum sem þurfa sérstaka aðstoð í skólum. Einnig verður fjallað um áfallaáætlanir og hvað starfsfólk skólans getur gert í kjölfar áfalls hjá nemanda.

4.1 Réttindi barnsins, lög og reglugerðir

Börn verja hvað mestum tíma í skólanum og gegnir skólinn því mikilvægu hlutverki sem felst í forvörnum, stuðningi við barnið og fjölskyldu þess (Dyregrov, 2008). Skilningur á sorg er því mikilvægur hjá starfsfólki skólans til þess að fylgjast með ef nemandi er að ganga í gegnum erfitt sorgarferli (Openshaw, 2011).

Í lögum um grunnskóla nr. 91/2008 kemur fram að grunnskólinn eigi að haga störfum sínum í samræmi við þarfir og stöðu nemenda, þroska, velferð og samstarf milli heimilis og skóla með því að tryggja almenna velferð, öryggi nemenda og farsælt skólastarf. Í sömu lögum kemur einnig fram að nemendur sem eiga erfitt með nám sökum tilfinninga- eða félagslegra örðugleika, langveikir nemendur, nemendur með þroska- og geðraskanir og aðrir nemendur með heilsutengdar sérþarfir eigi rétt á sérstökum stuðningi við námið í samræmi við metnar þarfir hvers og eins. Í reglugerð um nemendur með sérþarfir í grunnskóla nr. 585/2010 kemur fram að telji foreldri að barn sitt þurfi á stuðningi að halda í námi er hægt að koma þeirri beiðni til skólastjóra eða umsjónarkennara barnsins. Markmið sérþjónustu sveitarfélaga eru að þroska-, sál-, félags- og kennslufræðileg þekking nýtist í skólastarfi svo hægt sé að fyrirbyggja vanda og stuðla að velferð nemenda. Frumvarp um breytingu á lögum um grunnskóla nr. 91/2008 með síðari breytingum hefur verið lagt fram þar sem ný grein kemur í kjölfar 17. greinar með fyrirsögnina „Stuðningur við grunnskólabörn sem eiga langveikt eða deyjandi foreldri“. Með þessu ákvæði er verið að tryggja að nemendur sem eiga langveikt eða deyjandi foreldri eða hafa misst foreldri óvænt og án fyrirvara, fái stuðning í þeim skóla sem þeir sækja. Stuðningur skal vera í samvinnu við heilbrigðisstofnun og heilsugæslu foreldris eða þá sem annast barnið. Með þessum breytingum er verið að leitast eftir að skólakerfið geti tryggt stuðning við börn í þessum kringumstæðum en rannsókn sem gerð var hér á landi sýndi að nauðsynlegt væri að börn fengju stuðning í sínum skóla (þingskjal nr. 1269/2017-2018). Nýverið kom tillaga til þingsályktunar um aðgerðaáætlun fyrir árin 2019–2022 til að styrkja

stöðu barna og ungmenna og greindi hún frá almennum forvörnum og að sífellt fleiri börn þjáðust af kvíða og vanlíðan. Nauðsynlegt þykir því að aðgengi að sálfræðingum á öllum skólastigum sé bætt til muna (þingskjal nr. 13/2018-2019).

Í *Aðalnámskrá grunnskóla* kemur fram að ef nemendur séu í vanda eigi þeir að geta leitað til starfsmanns innan skólans um stuðning. Starfsmanni, sem barnið leitar til, ber skylda til að leita lausna og koma málefnum barnsins í réttan farveg. Einnig kemur fram að skólar vinni markvisst að forvörnum og stuðli að andlegri, líkamlegri og félagslegri vellíðan nemenda (mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2013). Tekið er sérstaklega fram að skólunum beri að gera forvarnaráætlanir en þær beinast einna helst að fíkní-, áfengis- og tóbaksvörnum, áætlun gegn einelti og öðru ofbeldi, öryggismálum, slysavörnum og agastjórnum. Í áætlununum skal einnig koma fram hvernig bregðast eigi við ef upp koma mál af þessu tagi. Forvarnaráætlun skólans skal kynnt öllu starfsfólki skólans, foreldrum og nemendum. Þegar rýnt er í *Aðalnámskrá grunnskóla* (mennta- og menningarmálaráðuneyti, 2013) og lög um grunnskóla nr. 91/2008 er ekki að finna sérstakan kafla um áfallaáætlun tengda óvæntum atburðum í lífi nemenda sem geta haft áhrif á þá, bæði tilfinninga- og námslega. Aspiranti, Pelchar, McCleary, Bain og Foster (2011) telja að mikilvægt sé að skólar séu með áætlanir sem tengjast öllum mögulegum aðstæðum sem gætu hent nemendum, til dæmis sorg sem getur haft áhrif á nemendur.

4.2 Áfallaáætlun og hvers vegna hún er mikilvæg

Rök fyrir mikilvægi áfallaáætlana liggja fyrst og fremst í því að hægt sé að bregðast fljótt við á vandaðan og faglegan hátt til að hindra óþarfa vandamál og vanlíðan hjá börnum. Vitundarvakning á málefnum sorgarviðbragða í kjölfar andláts hefur orðið vegna fjölgunar á erlendum rannsóknum á áfallaviðbrögðum, sorg og sorgarviðbrögðum. Það leiðir til aukinnar þekkingar og skipulags í skólum í gerð áfallaáætlana, áfallateyma og þjálfun starfsfólks (Knox og Roberts, 2005).

Gyllenswärd (2005) hefur dregið fram þrjú þætti sem þarf að hafa í huga við gerð áfallaáætlana. Þessir þrjú þættir hafa mikla þýðingu fyrir börn og unglinga sem eru að vinna úr afleiðingum áfalls. Þar ber fyrst að nefna að börn og unglingar hafa mikla þörf fyrir andlegt og líkamlegt öryggi sem auðveldar þeim að vinna úr afleiðingum áfalls og að syrgja. Barn sem verður fyrir áfalli þarfnast daglegrar rúttínu og mikilvægt er að einhver fullorðinn geti stutt við bakið á því (Gunnar E. Finnbogason og Hildur Björg Gunnarsdóttir, 2010). Í öðru lagi þarf

barnið að geta tjáð sig um eigin tilfinningar og hugsanir. Það þarf að hlusta á barnið og ræða við það. Ef það er ekki gert, er möguleiki að barnið upplifi að áfallið sem það hafi orðið fyrir sé ekki mikilvægt, það ýti tilfinningum sínum frá og jafnvel telji að áfallið hafi í raun og veru ekki átt sér stað (Dyregrov, 2008).

4.2.1 Innlandar og erlendar rannsóknir á áfallaáætlunum

Nokkrar rannsóknir hafa verið gerðar á áfallaáætlunum í skólum og niðurstöður þeirra benda til mikilvægis þeirra og gagnsemi þegar áföll verða í nemendahóp.

Gunnar E. Finnbogason og Hildur Björg Gunnarsdóttir (2010) könnuðu hvað margir grunnskólar á landinu voru með áfallaáætlun. Í byrjun rannsóknarinnar voru skoðaðar allar vefsíður grunnskóla landsins, alls 172, til að kanna hvort finna mætti áfallaáætlanir. Ef ekki var að finna áfallaáætlun inn á vef skólans var sendur tölvupóstur til skólastjóra til þess að athuga hvort áfallaáætlun væri til staðar. Niðurstöður sýndu að einungis 42 skólar af 172 birtu áfallaáætlun á heimasíðu sinni og eftir svör frá þeim skólastjórnendum sem ekki voru með áfallaáætlun á vef skólans var heildarfjöldi áfallaáætlana 97, 62 skólar tóku ekki þátt og 13 greindu frá því að þeir hefðu ekki áfallaáætlun. Þegar rýnt er í niðurstöður rannsóknarinnar á innihaldi áfallaáætlana kemur í ljós að í 82 áætlunum er greint frá áfallateymi og meðlimir í áfallateymi skólans eru í 90% tilfella skólastjórinn, 61% aðstoðarskólastjóri, 83% hjúkrunarfræðingur, námsráðgjafar 51%, kennarar 40%, ritari í skólanum 38% og deildarstjóri 29%. Aðrar starfsstéttir koma einnig að áfallateyminu sem ekki eru starfsmenn skólans, það eru 56% prestar og sálfræðingar 54%.

Niðurstöður benda einnig til að skilgreining á áfalli sé misjöfn eftir skólum en í flestum áætlunum eru áföll líkt og alvarleg slys, veikindi og dauðsföll tilgreind. Einnig má finna fangelsun ættingja, skilnað foreldra, mannshvarf, kynferðislegt ofbeldi, langvarandi atvinnuleysi, fíknivandamál og fleira. Áhugavert er að sjá að einungis 5% skóla skilgreina sjálfsvíg aðstandenda, starfsfólks skólans eða í nemendahópi sem áfall í áfallaáætlunum. Í flestum áætlunum kemur fram að mikilvægt sé að bjóða nemendum sem verða fyrir áfalli upp á aðstoð líkt og viðtal við hjúkrunarfræðing eða sálfræðing en skortur er á að starfsfólk skólans geti fengið faglega aðstoð. Einungis í einni áfallaáætlun er minnst á erfiða tíma sem geta komið upp hjá börnum, til dæmis á dánardegi, páskum, jólum og afmælum en sorgarviðbrögð geta varað í mörg ár eftir að áfallið átti sér stað (Gunnar E. Finnbogason og Hildur Björg Gunnarsdóttir, 2010).

Elfa María Geirsdóttir (2016) gerði rannsókn sem ber heitið *Viðbrögð leik- og grunnskóla við andlát í fjölskyldu skólabarns*. Rannsóknin var megindleg í fimmtíu skólum sem valdir voru með slembiúrtaki úr öllum leik- og grunnskólum landsins og var svarhlutfall hennar 100%. Spurningar beindust að framkvæmd áfallavinnu skólans, þá hver fyrstu viðbrögð og langtímaviðbrögð væru. Einnig var leitast eftir að kanna tillögur og úrbætur skólastjórnenda varðandi áfallaviðbrögð. Í niðurstöðum rannsóknarinnar kom fram að þrír af hverjum fjórum skólum sem tóku þátt í rannsókninni voru með skriflega áfallaáætlun en fleiri grunnskólar en leikskólar voru með áætlun. Einnig kom fram að algengara var að skólar á höfuðborgarsvæðinu væru með áfallaáætlanir en skólar á landsbyggðinni. Telur rannsakandi að um fjórðungur skóla sé ekki með skrifleg áfallaviðbrögð og einnig að þörf sé á langtímastuðningi barna sem misst hafa foreldri.

Í rannsókn Dyregrov (2008) kemur fram að þegar unnið er út frá fyrirfram ákveðnu verklagi eins og áfallaáætlunum, hjálpar það starfsfólki að vera betur undirbúið þegar áföll verða í nemendahópi. Einnig kemur fram að samstarf á milli stofnana sem koma að málefnum barnsins skili betri árangri en ef slíkt samstarf sé ekki fyrir hendi. Meiri líkur eru á að brugðist sé faglega við og starfsfólk sé undirbúið ef áfallaáætlun er til staðar. Slík áætlun, ef unnið er eftir henni, getur dregið úr óþarfa vanlíðan barna eftir áfall. Niðurstöður í rannsókn sem Holland (2008) gerði sýna sambærilegar niðurstöður en áfallaáætlanir eru til þess fallnar að auka meðvitund og hæfni starfsfólks innan skólans. Einnig kemur fram í niðurstöðum rannsóknarinnar að þekkingarleysi á sorg og sorgarviðbrögðum barna geti valdið hræðslu og óöryggi um hvernig eigi að bera sig að gagnvart viðkomandi sem þarfnast aðstoðar. Holland telur að nauðsynlegt sé að starfsfólk skólans sýni börnum nærgætni, sé vakandi fyrir breyttri hegðun viðkomandi og sjái ef þörf er á frekari sérfræðiþjónustu líkt og sálfræðingi fyrir barnið eða fjölskyldu þess.

Líkt og rannsóknir sýna hér að ofan eru áfallaáætlanir mikilvægar í grunnskólum landsins til þess að hafa betri sýn og þekkingu þegar áföll verða í skólum. Skólar hafa farið þá leið að leita fyrirmynda áfallaáætlana í öðrum skólum, en gott er að hafa hugmyndir annarra til hliðsjónar. Hver og einn skóli þarf að gera áætlun sem hentar hverjum aðstæðum fyrir sig. Til þess að góð áfallaáætlun verði til er mikilvægt að það fari fram samræður í skólasamfélaginu og tekið sé mið af nærsamfélaginu (Gunnar E. Finnbogason og Hildur Björg Gunnarsdóttir, 2010).

4.3 Skólinn og sorg nemenda

Það er ekki síður mikilvægt fyrir kennara að þekkja sorgarviðbrögð barna en þeir verja hvað mestum tíma með nemendum (Openshaw, 2011). Ef börn ná ekki tökum á vandamálum sem fylgja sorginni getur það haft áhrif á skólagöngu þeirra seinna meir (Dyregrov, 2008).

Gott samstarf er grundvöllur þess að tryggja velferð nemenda í skólum en barnið þarf að finna til öryggis frá nánasta umhverfi þegar það missir foreldri. Eftir andlát foreldris er nauðsynlegt að halda daglegum venjum líkt og að mæta í skóla en þá er nauðsynlegt að skólinn hafi samband við aðstandendur og að skóli og heimili vinni náið saman (Nanna Kristín Christiansen, 2010; Mallon, 2011). Barnið þarf að eiga kost á því að leita til einhvers innan skólans sem það getur treyst fyrir tilfinningum, hugsunum og líðan en oft eiga börn erfitt með að tjá sig um ótta og áhyggjur sem fylgja sorginni (Heath o.fl., 2008). Niðurstöður viðtalsrannsóknna um stöðu barna við veikindi og andlát foreldris eftir Sigrúnu Júlíusdóttur og Gunnjónu Unu Guðmundsdóttur (2017) greina frá aðkomu skólans þar sem ömmur lýstu mikilvægi þess að starfsfólk skólans hefði vitneskju um veikindi foreldris og einnig þegar andlátíð bar að. Engin þeirra gat þó greint frá því að um skipulagt ferli hafi verið að ræða og eða lýst áfallaáætlun í skólum. Skólastjórnendur og kennarar brugðust samt sem áður við á skilningsríkan hátt þegar leitað var til þeirra með farsælan farveg fyrir barnið. Einnig er nefnt að yfirleitt hafði móðirin verið búin að hafa samband við skólann og leitað eftir stuðningi þegar barnið var farið að sýna vanlíðan en samkvæmt Heath o.fl. (2008) þurfa foreldrar, kennarar og fagmenn að veita hegðunarbreytingum og hegðunarerfiðleikum athygli. Þegar erfiðleikar koma upp þurfa kennarar og foreldrar að vera í samráði við fagaðila í skólunum til þess að fá stuðning og leiðbeiningar. Áfallaáætlanir eru því mikilvægar svo hægt sé að fylgja verklagsreglum innan skólans og rétt sé staðið að málum (Heath o.fl., 2008). Thomas og Loxley (2007) telja ásamt fleirum að huga þurfi meira að félagslegum þáttum þegar vandi barns kemur upp í skóla en mikilvægt er að skilja, greina og leita lausna á því hvaða umhverfis- og félagslegir þættir hafa áhrif á námstækni, stöðu og þroska nemenda. Niðurstöður rannsóknna hafa sýnt að fráfall foreldris getur haft áhrif á námsárangur og gefa niðurstöður til kynna að sérstaka athygli þurfi að gefa syrgjandi börnum í skólum til að koma í veg fyrir slaka frammistöðu (Berg, Rostila, Saarela og Hjern, 2014; Alahakoon, 2018).

Mikilvægt er að eðlilegt þyki að tala um og spyrja spurninga um veikindi, dauða og sorg í skólastarfi en sorg nemanda getur haft áhrif á þekkinn í heild sinni og er því nauðsynlegt að

epla nemendur í að setja sig í spor annarra (Sadock og Sadock, 2015; Sigrún Aðalbjarnardóttir, 2007). Oft á tíðum forðast fullorðnir að ræða dauðann við börn þrátt fyrir að hann sé óumflýjanlegt ferli lífsins. Fræðsla um dauðann í skólum getur haft jákvæð áhrif og leitt til þess að auðveldara sé fyrir nemendur að ræða sína upplifun ef upp kemur að nemandi missir foreldri. Börn sem upplifa að ekki megi tala um dauðann geta átt erfitt með að tjá tilfinningar sínar í skólanum. Það getur aukið á vanlíðan og barnið upplifað að skólinn sé ekki lengur sá griðastaður þar sem það finnur fyrir stuðningi og öryggi (Schonfeld, 2010).

Í *Aðalnámskrá grunnskóla frá árinu 2007* (menntamálaráðuneytið, 2007) kemur fram að námsgreinin lífsleikni eigi að efla þroska barna með því að rækta sálrænan styrk, andleg verðmæti og líkamlegt heilbrigði. Einnig kemur fram að lögð sé áhersla á siðvit, borgaravitund, félagsþroska og að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum. Eitt af áhersluatriðum lífsleikni er að skólinn eigi að skapa nemendum öruggt og jákvætt umhverfi en það einkennist af samvinnu milli nemenda og starfsfólks skólans. Markmið lífsleikni í lok fjórða bekkjar eru að nemendur eigi að geta greint frá tilfinningum sínum líkt og hamingju, gleði, sorg og reiði og geti greint frá því hvaða umhverfisþættir geta haft jákvæð og neikvæð áhrif á líf þeirra (Menntamálaráðuneytið, 2007). Skólar geta nýtt sér verkefni sem finna má á heimasíðu landlæknis en þar er að finna námsefni í lífsleikni sem heitir *Vinir Zippýs*. Verkefnið var þýtt yfir á íslensku og forprófað í þremur leik- og grunnskólum árið 2005–2006 og er námsefnið kennt í mörgum leik- og grunnskólum landsins. Námsefnið gengur út á það að tileinka sér aðferðir sem börn geta nýtt sér til að takast á við vandamál sem geta komið upp í daglegu lífi. Rannsóknir sýna að góður árangur er af námsefninu þrátt fyrir mismunandi menningarheima. Þau börn sem tóku þátt í verkefninu sýndu miklar framfarir í að takast á við vandamál á jákvæðan hátt samanborið við þau börn sem ekki tóku þátt. Námsefnið hentar börnum á leikskóla og upp í yngstu bekki grunnskóla og byggir á sex þáttum þar sem sérstök saga tengist hverjum þætti. Zippý er „gælufuga“ sem á nokkra vini af báðum kynjum. Í sögunni þurfa þau að takast á við ýmislegt sem þekkist vel hjá ungum börnum, líkt og að eignast og missa vini, einelti, breytingar, missi og að byrja upp á nýtt. Þegar rýnt er í námsþættina sex tengjast þeir allir sorginni og því vel hægt að nota þá í vinnu með börnum sem hafa upplifað sorg. Námsþættir eru tilfinningar, tjáning og boðskipti, vinátta, ágreiningsefni, breytingar og missir og að lokum farsælar lausnir. Greint verður þó einungis frá verkefni sex og sjö í þætti fimm um breytingar og missi hér að neðan (Embætti landlæknis, e.d.-b, 2014, 2017).

Verkefni sex ber heitið „*Að muna og minnst*“ en markmið þess er að hjálpa barninu að takast á við missi og sorg. Verkefnið er byggt þannig upp að foreldri/umönnunaraðili skrifar bréf til hins látna og í bréfinu koma fram góðar minningar sem þau hafa átt saman. Foreldrið/umönnunaraðili getur tjáð tilfinningar sínar með orðum og barnið teiknað og farið til dæmis með bréfið í kistu hins látna fyrir kistulagningu eða að leiði. Sjöunda og síðasta verkefnið í þessum þætti nefnist „*Þú getur reitt þig á mig*“ sem á að auka færni og getu barns til að hjálpa öðrum sem hafa misst einhvern nákominn sér og eru að takast á við sorg. Verkefnið beinist að því að setja sig í spor annarra og hvað sé hægt að gera til þess að aðstoða þann sem er að syrgja en ýmislegt gæti komið upp líkt og senda gjöf, blóm, kort eða bréf. Mikilvægt er að hvetja börnin til að koma með eins margar hugmyndir og þeim dettur í hug svo að lokum sé hægt að velja úr það sem er viðeigandi og hrinda því í framkvæmd (Embætti landlæknis, 2014).

4.3.1 Kennarinn og sorg nemenda

Ef barn missir foreldri eða einhvern nákominn sér er mikilvægt að skólinn hugi að þeim verkferlum sem fara af stað gagnvart barninu, bekknum og starfsfólki skólans. Mikilvægt er að halda fund með starfsfólki skólans og greina þeim frá aðstæðum barnsins, gefa leiðbeiningar um hvernig eigi að styðja það og hvernig upplýsingagjöf eigi að fara fram. Mælt er með því að hafa samband við foreldra bekkjarins og veita þeim upplýsingar í gegnum tölvupóst, síma eða á fundi um andlátíð áður en bekknum er greint frá aðstæðum. Upplýsingar af þessu tagi geta leitt til tilfinningalegs ójafnvægis hjá nemendum (Schonfeld, 2010).

Upplýsingaflæði á milli kennara og starfsfólks skólans við nánustu aðstandendur barnsins er nauðsynlegt til þess að meta stöðu barnsins eftir andlát foreldris. Samvinna skóla og heimilis er mikilvæg, stuðla þarf að því að barnið fái viðeigandi aðstoð til að vinna úr sorginni með því að meta aðstæður reglulega til þess að geta metið hvort þörf sé á utanaðkomandi stuðningi (Mallon, 2011). Börn á grunnskólaaldri eru farin að skilja að dauðinn sé óafturkræfur og endanlegur en til að kennari geti verið fær um að geta mætt barninu þar sem það er statt í sorgarferlinu er mikilvægt að þekkja aldurs- og þroskamun. Mælt er með því að kennari eða annar starfsmaður skólans hafi samband við barnið og fjölskyldu þess áður en barnið kemur aftur í skólann. Mikilvægt er að beita ekki þrýstingi á barnið að koma aftur heldur sé því sýndur stuðningur. Barninu gæti fundist óþægilegt að koma í skólann vegna athygli sem það gæti

fengið. Mikilvægt er því að tala við bekkinn um hvernig eigi að nálgast barnið og samhryggjast því. Með því að undirbúa komu barnsins er gott að ræða við börnin í bekknum og gefa þeim kost á að spyrja spurninga en með því getur myndast umræða um hvernig best sé að bregðast við þegar barnið mætir aftur í skólann. Nauðsynlegt er því að kennarinn sé til taks fyrir nemendurna með því að vera tilbúinn að hlusta og fylgjast með viðbrögðum með tilliti til faglegrar aðstoðar (Schonfeld, 2010; Wood, 2008).

Reynst hefur gagnlegt að hafa fagaðila sem hefur sérhæft sig í sorg barna með kennaranum til þess að forðast óæskileg viðbrögð gagnvart barninu og bekkjarfélögum eða að forðast misskilning. Kennarar og starfsfólk skólans gleymast oft þegar barn missir foreldri en dauðsfallið getur haft mikil áhrif á kennarann, þá sérstaklega ef hann er tengdur því á einhvern hátt, sem getur leitt til þess að hann eigi erfitt með að takast á við eigin viðbrögð og tilfinningar. Í litlum bæjarfélögum er nándin oft á tíðum mikil og gerir það erfiðara fyrir kennarann að sinna sínum skyldum í starfi en þegar um slík mál er að ræða er gagnlegt að fá aðstoð fagaðila (Schonfeld, 2010; Dyregrov, 2008).

4.4 Skólafélagsráðgjöf

Félagsráðgjafar eru í fáum skólum landsins og sinna oft á tíðum störfum námsráðgjafa. Þrátt fyrir að greinargerðir og skýrslur sýni nauðsyn þeirra hefur skólafélagsráðgjöf ekki enn orðið lögvernduð stétt innan skólans (þingskjal nr. 1030/2007-2008).

Félagsráðgjafar vinna út frá heildarsýn þar sem þeir horfa á margbreytileika einstaklings og samfélagið sem þeir tengjast. Vinna þeirra er því fjölbreytt, hafa þeir tök á því að vinna út frá margs konar starfsaðferðum og geta því gegnt lykilhutverki í að aðstoða barn sem misst hefur foreldri (Lára Björnsdóttir, 2006; Farley, Smith og Boyle, 2012; Quinn-Lee, 2014). Félagráðgjafar í skólum geta gegnt mikilvægu hlutverki með öðrum starfsstéttum innan skólans þar sem þeir hafa áhrif á stefnumótun barna í áhættuhópi. Starf félagsráðgjafa byggist að mestu á þverfaglegu samstarfi og vinnur því skólafélagsráðgjafi til dæmis með skólameistara, áfengis- og vímuefnaráðgjafa, forvarnarfulltrúa, sálfræðingi og forvarnarfulltrúa. Skólafélagsráðgjafar geta unnið með margs konar efnivið til þess að aðstoða börn í sorg og þeim afleiðingum sem sorgin getur haft í för með sér, líkt og verkefni úr Vinum Zippýs sem greint er frá hér að ofan. Einnig geta skólafélagsráðgjafar nýtt greiningarkerfi ESTER, sem er matstæki á áhættu- og verndandi þáttum. Styrkleikar barnsins eru metnir til að styðja við verndandi þætti, áhættuþættir eru einnig metnir hversu alvarlegir og áberandi þeir

eru óháð öðrum þáttum. Þegar búið er að greina og meta þarf barnsins er gerð áætlun (Andershed og Andershed, 2014). Starf skólafélagsráðgjafa felst í að veita nemendum, nemendahópum og fjölskyldum ráðgjöf til þess að finna úrlausnir í samstarfi við þau. Félagráðgjafar vinna mikið út frá vistfræðikenningu Bronfenbrenner en það gerir þeim kleift að sjá vandamálið í stærra samhengi og geta þeir þar af leiðandi unnið náið með þeim sem standa barninu næst (Hess o.fl., 2012; Jarolmen, 2014; Dupper, 2003). Mikilvægt er að börn viti að þeim sé hjálpað þegar þörf er á og þau finni fyrir stuðningi í skólanum, því gegna félagráðgjafar innan skólans mikilvægu hlutverki (Mallon, 2011).

4.4.1 Rannsóknir á mikilvægi sérfræðipjónustu innan skóla

Til þess að barn fái aðstoð sem það þarfnast á erfiðum tímum líkt og eftir að hafa misst foreldri er mikilvægt að aðstoðin sé í höndum einstaklinga sem hafa þekkingu á sviði sorgar og sorgarviðbragða. Því er vert að skoða rannsóknir um mikilvægi starfsfólks með sérþekkingu á því sviði.

Quinn-Lee (2014) gerði rannsókn á upplifun skólafélagsráðgjafa þegar unnið var með börnum í sorg. Markmið rannsóknarinnar var að skilja starf skólafélagsráðgjafa og hvaða starfi þeir gegndu með börnum sem syrgðu. Fimmtíu og níu skólafélagsráðgjafar frá Minnesota tóku þátt í netkönnun en tuttugu og tveir einstaklingar voru valdir úr þeim hópi í eigindlega rannsókn. Niðurstaða þemagreiningar leiddi í ljós fjögur meginþemu í svörum félagráðgjafanna.

Fyrsta þemað var hindranir til að hjálpa syrgjandi nemendum. Sumar af þeim hindrunum voru minniháttar, til að mynda að erfitt var að ná í foreldra barnsins vegna vinnu. Aðrar hindranir voru þó viðameiri og höfðu bein áhrif á skólafélagsráðgjafann til að geta hjálpað barninu, líkt og að foreldrar töldu að það væri ekki í þeirra verkahring að hjálpa þeim í gegnum sorgina. Einnig kom fram að kennarar eiga það til að vilja ekki að börn fari út úr tímum hjá þeim og telja að stöðugleiki sé hentugastur fyrir barnið á þessum erfiðu tímum.

Í öðru lagi var að geta vísað barninu til annarra fagaðila. Allir sem tóku þátt í rannsókninni tóku undir að mikilvægt væri að geta vísað barninu til annarra fagaðila ef þörf væri á frekari meðferð. Ástæðan væri sú að það væri ekki nægilegt fjármagn í menntakerfinu og lítill tími fyrir langtíma sorgarráðgjöf innan skólans. Sumir töldu að þeir væru ekki tilbúnir að vinna með einstaklingum sem þyrftu aðstoð vegna sorgar. Nemendur þurfa fjölskyldumeðferð til þess að komast í gegnum þennan erfiða tíma og nemendur þurfa fagaðila sem er ekki einungis í

skólum því skólar eru árstíðabundnir og fara í frí. Quinn-Lee vísar þó til veikleika rannsóknarinnar þar sem að einungis 22 tóku þátt í rannsókninni. Rannsóknin getur þó hjálpað starfsfólki í skólum að sjá hvernig skólafélagsráðgjafar geta unnið með börnum í sorg og hvað sé ábótavant hvað varðar tíma, sveigjanleika, frekari fræðslu og fleira. Rannsóknin getur einnig hvatt skólastjórnendur, skólafélagsráðgjafa, kennara og annað starfsfólk í skólum til umræðu um hindranir sem gætu leitt til þess að erfiðara yrði að hjálpa börnum sem syrgja (Quinn-Lee, 2014).

Rannsókn sem Sigurbjörg J. Helgadóttir o.fl. (2006) gerðu á starfi náms- og starfsráðgjafa í grunnskólum Reykjavíkur sýndi að komur til náms- og starfsráðgjafa jukust eftir því sem nemendurnir urðu eldri. Algengast var að nemendurnir kæmu vegna kvíða og þunglyndis, vanlíðanar, samskiptavanda í skóla eða heima fyrir og að lokum til að fá leiðbeiningar um nám og starfsval eftir grunnskóla. Einnig kom fram að mikill tími færi í einstaklingsráðgjöf en 43% svarenda töldu sig undirbúna fyrir starfið á meðan hinir töldu skort á persónulegri ráðgjöf um hvernig ætti að bera sig að gagnvart yngri börnum. Sigrún Júlíusdóttir o.fl., (2015) tóku viðtöl í rýnihópum við fagfólk um stöðu barna við andlát foreldris. Niðurstöður rýnihópanna voru meðal annars að þörf væri á fleira fagfólki með sérþekkingu á sorg og sorgarúrvinnslu. Einnig þyrfti að auka umræðuna í samfélaginu en mikil þörf væri á sorgarmiðstöð á Landspítalanum. Tilkoma sorgarmiðstöðvar getur leitt til samstarfs aðila innan sem utan spítalans en með þeirri þróun vinna opinber þjónustukerfi saman; heilbrigðis-, félags-, skóla- og réttarkerfi.

4.5 Samantekt

Skólinn gegnir mikilvægu hlutverki þegar kemur að barni sem misst hefur foreldri og þarf hann að vera viðbúinn þeim áföllum sem þau geta orðið fyrir. Mikilvægt er að hafa áfallaáætlanir í skólum en þær eru til þess fallnar að hægt sé að bregðast við aðstæðum sem verða innan skólans á faglegan hátt. Einnig er mikilvægt að hafa einstakling sem hefur þekkingu á sviði sorgar og sorgarviðbragða til þess að veita barni, starfsfólki og foreldri aðstoð.

5 Sorgarsamtök

Hér á landi starfa samtök sem sérhæfa sig í stuðningi fyrir börn sem misst hafa foreldri. Foreldrar geta nýtt sér aðstoðina til þess fá upplýsingar um sorgarferli barnsins og hvað ber að varast. Upplýsingaöflun foreldris getur fyrirbyggt vanda sem getur átt sér stað í sorgarferli barnsins ef þekkingarleysi er til staðar.

Ljónshjarta var stofnað 23. nóvember árið 2013 en samtökin eru stuðningur við fólk á aldrinum 20-50 ára sem misst hefur maka og börnum þeirra. Markmið samtakanna er að vera vettvangur þar sem fólk getur hjálpað öðrum í sorginni en það tekur á að vera í djúpri sorg og þurfa á sama tíma að sinna börnum og heimili. Ljónshjarta aðstoðar einstaklinga að fá upplýsingar um leiðir í sorgarvinnu fullorðinna og barna og einnig ráðleggingar um réttindi sín í kerfinu. Samtökin halda úti heimasíðu með fræðsluefni, halda fyrirlestra og bjóða upp á samverustundir þar sem fullorðnir, unglingar og yngri börn hittast (Ljónshjarta, e.d.).

Ný döggun var stofnuð 8. desember árið 1987 og felst starfsemi samtakanna í að styðja við þá sem syrgja eftir ástvinamissi. Markmið þeirra er fyrst og fremst að styðja þá sem syrgja, veita ráðgjöf, fræðslu og upplýsingaþjónustu um sorg og sorgarviðbrögð. Í samtökunum starfa reyndir aðilar sem hafa starfað við að veita stuðning, ráðgjöf og sálgæslu (Ný döggun, stuðningur í sorg, e.d.-a). Samtökin eru einnig með stuðningshóp fyrir börn sem misst hafa foreldri (Ný döggun, stuðningur í sorg, e.d.-b).

Samhygð var stofnuð í desember árið 1989 á Akureyri af hópi fólks sem kynnst hafði sambærilegum félagsskap í Reykjavík og taldi mikla þörf á sjálfshjálparhóp á landsbyggðinni. Félagið starfar einu sinni í mánuði frá september til júní en áætlað er að hafa 6-7 erindi yfir starfsárið. Markmið félagsins er að veita stuðning fyrir þá sem leita sér hjálpar eftir áföll líkt og ástvinamissi, fötlun, alvarleg veikindi, skilnað, atvinnumissi og gjaldþrot (Samhygð, samtök um sorg og sorgarviðbrögð, e.d.).

Krabbameinsfélag Íslands var stofnað 27. júní 1951. Forgangsverkefni Krabbameinsfélagsins er að veita sjúklingum og aðstandendum þeirra stuðning en ráðgjafarþjónusta Krabbameinsfélagsins hóf störf árið 2007 og vinnur náið með stuðningshópum félagsins (Krabbameinsfélagið, e.d.-a). Margir stuðningshópar eru innan félagsins líkt og Kraftur og Styrkur (Krabbameinsfélagið, e.d.-b).

Kraftur var stofnaður 1. október 1999. Kraftur hefur það að markmiði að styðja við ungt fólk á aldrinum 18-40 ára sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra. Haldið er úti jafningjastuðningi, fræðslu, samveru, hagsmunagæslu, að veita upplýsingar og stuðla að samvinnu félagasamtaka og þeirra sem koma að málefnum tengdum sjúkdómnum (Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra, e.d.-a). Kraftur hefur látið þýða og gefið út bókina *Þegar foreldri fær krabbamein*. Bókin er til þess að auðvelda foreldrum og aðstandendum að ræða veikindin og takast á við þær áskoranir sem þeim fylgir. Bókin *Begga og áhyggjubollinn* fylgir bókinni en hún er ætluð börnum í samræmi við aldur og þroska þeirra (Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra, e.d.-b).

Styrkur var stofnaður árið 1987 og er samtök fyrir einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein og aðstandendur þeirra. Markmið samtakanna eru að veita stuðning, efla samhjálp, minnka fordóma og vinna að sameiginlegum baráttumálum (Krabbameinsfélagið, e.d.-c).

Ljósíð er stuðnings- og endurhæfingarmiðstöð fyrir einstaklinga sem greinst hafa með krabbamein og aðstandendur þeirra. Markmið samtakanna er að veita fólki sérhæfða endurhæfingu og stuðning með því að byggja það upp líkamlega og andlega. Starfsemin miðar að auknum lífsgæðum og lífsgleði og minna er einblínt á sjúkdóma og veikindi (Ljósíð, e.d.-a). Ljósíð er meðal annars með námskeið fyrir börn á aldrinum 6–13 ára sem eiga það sameiginlegt að vera aðstandandi krabbameinsgreindra en þar er áhersla lögð á að mæta þörfum hvers og eins (Ljósíð, e.d.-b).

Í lokin má einnig nefna nýtt verkefni en hópur fólks á vegum Vídalínskirkju í Garðabæ bauð 30 börnum og unglíngum sem misst höfðu ástvin upp í Kjós til að dvelja í sumarþúðum. Jóna Hrönn Bolladóttir sóknarprestur í Garðabæ og Heiðrún Jensdóttir leiðtogi í kirkjustarfi þar eru stofnendur þessarar kærleikspjónustu. Verkefnið er hugsað sem jafningjaverkefni þar sem börnin finna að þau eru ekki ein í sorginni með því að fá tækifæri til þess að tjá tilfinningar sínar og vera til stuðnings fyrir aðra í sömu stöðu (Elínros Línadal, 2018).

5.1 Samantekt

Mörg samtök eru til sem sérhæfa sig í stuðningi fyrir börn og fjölskyldur þeirra, til dæmis Ljónshjarta, Ný döggun, Samhygð, Krabbameinsfélag Íslands og Ljósíð. Mikilvægt er að foreldrar fái upplýsingar um þá aðstoð sem er til staðar svo hægt sé að vinna með þeim á erfiðum tímum.

6 Aðferðafræði

Í þessum kafla verður fjallað um þá rannsóknaraðferð sem beitt var við gerð þessarar rannsóknar. Tilgangur rannsóknarinnar er að varpa ljósi á upplifun og reynslu foreldra barna í grunnskóla varðandi aðstoð í skólum þegar barn missir foreldri, hvaða áhrif sorg hefur á börn og hvernig má bæta þjónustu innan skólans. Aðferðafræðikaflinn skiptist í fjóra kafla. Fyrst er fjallað um rannsóknaraðferðir. Í kafla tvö er farið yfir gagnaöflun og kafla þrjú er úrtaksaðferð og framkvæmd rannsóknar útskýrð. Að lokum í kafla fjögur er greint frá takmörkunum og siðferðilegum álitamálum rannsóknarinnar.

6.1 Rannsóknaraðferðir

Á sviði félagsvísinda er hægt að notast við tvær rannsóknaraðferðir, eigindlegar og megindlegar aðferðir. Aðferðin sem notuð er við gerð rannsóknar þarf að varpa ljósi á markmið hennar. Til þess að svara rannsóknarspurningunum sem hér er lagt upp með verður eigindleg rannsóknaraðferð (e. qualitative research) notuð. Í eigindlegum rannsóknum er leitast við að skilja og lýsa tilteknum mannlegum fyrirbærum og gerir það rannsakandanum kleift að skoða reynslu fólks (Hennink, Hutter og Bailey, 2011). Með eigindlegum aðferðum skoðar rannsakandinn persónulega þætti með því að skilja hvað er að gerast hér og nú en ekki að spá fyrir um eitthvað sem gæti orðið (Sigríður Halldórsdóttir, 2013-a; Padgett, 2008). Til þess að auka trúverðugleika við notkun eigindlegrar rannsóknaraðferðar þarf úrtakið að vera nógu stórt svo rannsakandinn fái mettun (e. saturation) sem lýsir sér á þann veg að eitthvað nýtt varðandi viðfangsefnið sem hann er að rannsaka er hætt að birtast (Sigríður Halldórsdóttir og Sigurlína Davíðsdóttir, 2013).

6.2 Gagnaöflun

Í eigindlegum rannsóknaraðferðum getur gagnaöflun farið fram með til dæmis greiningu fyrirbyggjandi gagna og viðtölum en samræmi þarf að vera á milli gagnasöfnunaraðferðar og rannsóknaraðferðar (Padgett, 2008; Sigríður Halldórsdóttir, 2013-a).

Við vinnslu rannsóknarinnar var notast við fyrirbærafræði (e. phenomenology) en fyrirbærafræði er notuð til þess að reyna að skilja viðmælendur og sjá viðfangsefnið með

þeirra augum. Með þessari aðferð fær rannsakandi oft upplýsingar sem erfitt er að afla með öðrum hætti (Sigríður Halldórsdóttir, 2013-b).

Rannsakandi notaði helstu aðferð í eigindlegum rannsóknum sem eru hálfstöðluð (e. semi-structured) viðtöl en þau henta vel til þess að fá fram upplifun viðmælenda á rannsóknarefninu og til þess að fá þeirra sýn og sameiginlega reynslu (Helga Jónsdóttir, 2013; Lichtman, 2013). Viðtalsrammi var notaður til hliðsjónar og viðmælendur fengu frelsi til þess að koma skoðunum sínum á framfæri en hægt er að skoða viðtalsrammann í heild sinni í viðauka I. Viðtöl í eigindlegum rannsóknum einkennast af dýpt í umfjöllun um viðfangsefnið út frá ólíkum sjónarhornum svo hægt sé að fá fram mörg blæbrigði en ávallt skal hafa í huga tilgang rannsóknarinnar (Kvale og Brinkmann, 2009). Rannsakandi reyndi að fylgja hugmyndum um hvernig ætti að framkvæma eigindleg viðtöl líkt og að reyna að skilja tilfinningar viðmælenda sem þeir bera til rannsóknarefnisins og nota virka hlustun. Lykilatriði í árangursríkum viðtölum er góð hlustun en rannsakandi þarf að geta túlkað tjáningu viðmælenda bæði með og án orða, sýna samhygð, hlýju, einlægni, virðingu, heiðarleika og traust (Helga Jónsdóttir, 2013).

6.3 Þátttakendur og framkvæmd rannsóknar

Val á úrtaksaðferð fyrir rannsóknina var blanda af markmiðs- (e. purposive sample) og hentugleikaúrtaki (e. convenience sample). Markmiðsúrtak er þegar rannsakandi velur úrtakið með markmið rannsóknarinnar að leiðarljósi en hentugleikaúrtak er notað þegar rannsakandi velur þátttakendur þar sem auðvelt er að ná til þeirra (Þórólfur Þórlindsson og Þorlákur Karlsson, 2013).

Rannsóknin hófst á fræðilegri gagnasöfnun 21. maí 2018 við gerð rannsóknaráætlunar. Í framhaldi af því var gerður viðtalsvísir, kynningarbréf og upplýst samþykki. Ekki var þörf á tilkynningu til Persónuverndar þar sem rannsóknin snertir ekki viðkvæmar persónuupplýsingar heldur álit viðmælenda á þjónustu innan skólans. Sorgarsamtökin Ljónshjarta aðstoðuðu rannsakanda að nálgast viðmælendur en þeim var sent kynningarbréf um markmið og afmörkun rannsóknarinnar (sjá viðauka II). Allir þátttakendur rannsóknarinnar eiga það sameiginlegt að eiga barn sem var í grunnskóla þegar það varð fyrir því áfalli að missa foreldri. Forsendur þess að geta tekið þátt voru þær að minnsta kosti þrjú ár urðu að vera liðin frá því foreldrið féll frá.

Þátttakendur voru 6 konur og 1 karl og voru börn þeirra á aldrinum 5–15 ára þegar áfallið varð. Viðtölin fóru fram á tímabilinu 12. september til 18. október 2018. Viðmælendur fengu sjálfir að velja hvar viðtalið fór fram og skrifuðu þeir undir upplýst samþykki (sjá viðauka III) áður en viðtalið hófst. Gögn sem rannsakandi nýtti við gerð rannsóknarinnar eru viðtöl sem tekin voru upp á síma rannsakanda og færð í tölvu um leið og viðtalinu var lokið, en viðtölin stóðu yfir í 20–120 mínútur.

Rannsakandi notaði opna kóðun (e. open coding) en þá eru gögn lesin nokkrum sinnum yfir svo rannsakandinn sjái hvort það sé eitthvað sameiginlegt í viðtölunum. Út frá viðtölunum eru fundin þemu en mikilvægt er að rannsakandinn sé ekki með fyrirframgefna hugmyndir um þemu (Padgett, 2008). Sigríður Halldórsdóttir (2013-b) greinir frá sjö aðferðum Colaizzi um ferli á greiningu á gögnum í fyrirbærafræðilegum aðferðum en hér verður greint frá fyrstu fjórum aðferðunum: Viðtölin eru öll lesin yfir til þess að fá tilfinningu fyrir þemum. Lykilsetningar eru teknar úr hverju og einu viðtali, setningar og málsgreinar sem tengjast fyrirbærinu sem verið er að rannsaka. Rannsakandi reynir að finna merkingu lykilsetninga og að lokum er klasi af þremur settur saman þar sem myndast ein heild.

Farið var eftir þessu ferli í fjórða yfirlestri og skrifaðar voru athugasemdir og glósur sem hjálpuðu til þess að fá enn betri sýn á fyrirliggjandi gögn. Rýnt var í efnið með það í huga að finna tengsl milli viðtalsins og spurninga úr viðtalsvísi og þemun voru greind með mismunandi litum.

6.4 Takmarkanir og siðferðileg álitamál

Meginreglur siðfræði rannsókna eru fjórar og voru þær hafðar að leiðarljósi við vinnslu rannsóknarinnar. Í fyrsta lagi er það *sjálfræðisreglan* (e. the principle of respect for autonomy) en hún felst í því að mikilvægt er að þátttakendur séu upplýstir um hvað felst í þátttöku í rannsókninni og að þeir megi hætta við þátttöku hvenær sem er í ferlinu. Þegar óskað er eftir þátttakendum er mikilvægt að upplýsingar, líkt og hver tilgangur rannsóknarinnar sé og hver standi að henni, liggi fyrir og þeir fái einnig tækifæri til þess að fá svör við þeim spurningum sem þeim liggur á hjarta. Regla númer tvö er *skaðleysisreglan* (e. the principle of non-maleficence) sem fjallar um að heilbrigðisstarfsfólk eigi að forðast að valda skaða sem felur í sér ónauðsynlega hættu fyrir þátttakanda við gerð á rannsókn. Rannsakandinn þarf að ganga úr skugga um að áhætta sé innan marka og að ávinningur þátttakenda sé nægur til að réttlæta rannsóknina. Þriðja reglan er *velgjörðarreglan* (e. the principle of beneficence) en hún felur í

sér að fórna sem minnstu og láta sem best af sér leiða en samkvæmt velgjörðarreglunni á rannsakandinn einungis að gera rannsóknir sem eru ávinningur fyrir mannkynið. Fjórða og síðasta reglan er *réttlætisreglan* (e. the principle of justice) en hún felur í sér að þeir sem eru í veikari stöðu í samfélaginu skulu vera verndaðir fyrir áhættu. Þegar unnið er að rannsókn geta þessar fjórar meginreglur skarast en ávallt skal hafa þær að leiðarljósi. Alltaf er þó hættu á því að þátttakandi finni fyrir tilfinningalegu ójafnvægi meðan á viðtalinu stendur. Það er þá í höndum rannsakandans að beina viðtalinu í réttan farveg (Sigurður Kristinsson, 2013).

Mögulegt er að vanlíðan komi upp hjá viðmælenda eftir viðtalið en nauðsynlegt er að geta vísað viðmælenda til fagaðila ef þörf er á (Padgett, 2008). Rannsakandi hafði því upplýst þátttakendur að þeir ættu þess kost að leita til Sigríðar Kristínar Helgadóttur prests og forstöðumanns í Fríkirkjunni í Hafnarfirði. Þátttakandi þarf að vera vera viss um að persónuupplýsingar séu eingöngu aðgengilegar rannsakanda og þarf því að gæta fyllstu varúðar gagnvart meðferð á þeim gögnum (Sigurður Kristinsson, 2013). Þessi rannsókn er unnin samkvæmt siðareglum félagsráðgjafar og Vísindasiðareglum Háskóla Íslands þar sem fyllsta trúnaðar er gætt (Embætti landlæknis, e.d.-a; Háskóli Íslands, 2014).

Takmarkanir beinast að úrtaksstærð því einungis voru tekin viðtöl við sjö einstaklinga og því ekki marktækar niðurstöður sem koma fram. Rannsóknin er hins vegar ekki til þess gerð að alhæfa heldur að fá fram sýn foreldra á þjónustu í skólum fyrir börn sem misst hafa foreldri. Rannsakandi þarf einnig að huga að hlutleysi þar sem rannsakandi tengist viðfangsefni rannsóknarinnar og er því mikilvægt að leiða þátttakendur ekki áfram í viðtölunum. Kynjahlutfall viðmælenda gæti einnig talist sem takmörkun en einungis einn karlmaður tók þátt á móti sex konum. Einnig gæti aldursbil barna og upplifun þeirra á sorginni verið takmarkandi þar sem að sorg barna er mismunandi eftir aldri.

7 Niðurstöður

Í þessum kafla verður greint frá helstu niðurstöðum úr viðtölum. Rannsóknin er eigindleg og þátttakendur eru sjö, sex mæður og einn faðir. Niðurstöður gefa til kynna sameiginlega þætti sem foreldrarnir greina frá í viðtölum. Börnin voru á aldrinum 5–15 ára þegar áfallið átti sér stað, fimm stelpur og fimm strákar.

7.1 Bakgrunnur þátttakenda

Tekin voru viðtöl við sjö einstaklinga sem höfðu það sameiginlegt að eiga barn á grunnskólaaldri þegar það missti foreldri. Gætt er nafnleyndar og hefur öllum nöfnum viðmælenda verið breytt.

Viðmælandi sem er kölluð Elísabet missti manninn sinn úr krabbameini. Þau eiga fjögur börn saman en einungis verður greint frá yngsta barninu hér, en hann var 6 ára þegar faðir hans dó og er nú 8 ára.

Viðmælandi tvö er kölluð Stefanía, hún missti einnig manninn sinn úr krabbameini. Þau eiga saman tvö börn en einungis verður greint frá eldra barninu, en hún var 9 ára þegar faðir hennar dó og er nú 15 ára.

Viðmælandi þrjú er kölluð Anna en maðurinn hennar dó skyndilega á heimili þeirra. Þau eiga þrjú börn en einungis verður greint frá elsta barninu sem var 14 ára þegar pabbi hennar dó og er nú 21 árs.

Viðmælandi fjögur er kölluð Helena en barnsfaðir hennar dó úr krabbameini. Strákurinn hennar var 10 ára þegar faðir hans lést og er nú 13 ára.

Viðmælandi fimm er kölluð Stella en maðurinn hennar dó úr krabbameini. Þau eiga tvö börn saman en hún eitt úr fyrra sambandi. Drengurinn var 8 ára og stúlkan 11 ára þegar faðir þeirra lést en þau eru nú 14 og 17 ára.

Viðmælandi sex er kölluð Inga en maðurinn hennar dó skyndilega á heimili þeirra. Þau eiga saman tvö börn og hann tvö úr fyrra sambandi. Einungis verður greint frá þremur börnum þar sem þau voru grunnskólaaldri þegar áfallið átti sér stað. Þau voru 5, 10 og 15 ára. Nú eru þau þrettán, átján og tuttugu og þriggja ára.

Viðmælandi sjö er kallaður Jón en konan hans dó skyndilega á heimili þeirra. Þau eiga saman tvær stúlkur sem voru 7 og 10 ára þegar móðir þeirra féll frá. Þær eru nú 10 og 13 ára.

Hér á eftir verður fjallað um þau þemu sem komu fram í viðtölunum. Þau þemu sem komu fram eru sálfélagslegir þættir, skólinn og sorgin, þjónusta utan skólans og það sem betur mátti fara.

7.2 Sálfélagslegir þættir

Þrátt fyrir að börnin væru á mismunandi aldri og að mislangt væri frá því að fráfall foreldris átti sér stað þá áttu mörg börnin það sameiginlegt að eiga við sálrænan og félagslegan vanda að etja samkvæmt foreldrum þeirra. Í þessum kafla verður greint frá þáttum sem tengjast sálrænum og félagslegum vanda. Þeir eru tilfinningalegt ójafnvægi, reiði og sektarkennd, áhættuhegðun, tilfinningaleg lokun, náms- og félagsleg staða og mikilvægi þess að upplýsa börnin um veikindi foreldris til að sporna við sálfélagslegum vanda seinna á lífsleiðinni.

7.2.1 Tilfinningalegt ójafnvægi

Fjórir viðmælendur upplifðu kvíða, hræðslu eða einhvers konar óöryggi hjá börnum þeirra eftir fráfall foreldrisins. Stella lýsti hvernig kvíðinn tók yfir hjá drengnum hennar:

Hann fær þennan kvíða að fara á æfingar þegar ég var að skutla honum, hann allt í einu fór að titra, allt í einu fór að gerast eitthvað hjá honum. Hann var með sínum félögum í fótbolta en svo var hann farinn að fá kvíðaköst þannig leiðin hjá honum, leið svona niður á við.

Elísabet lýsti hvernig óöryggi og hræðsla hafði áhrif á drenginn sinn:

Það fóru að koma alls konar óöryggi, hræðsla upp eftir þetta ... Fyrst var hann ofsalega flughræddur svo leið það hjá, svo var hann voða hræddur við alls konar hljóð núna og svona óöruggur, þorir ekki að hafa slökkt ljós, þorir ekki að fara að sofa, alls konar vesen. Hann kemur upp í til mín hverja einustu nótt ... Verður óöruggur þegar ég fer eitthvert þannig ég finn svona helst óöryggi og hræðslu. Þarf rosalega lítið til að vera hræddur, þó hann virki voða cool út á við þá er hann alveg skíthræddur.

Sex viðmælendur gátu greint frá breytingum hjá börnum sínum bæði á tímamótum sem og einstökum atburðum sem höfðu áhrif á endurupplifun sorgarinnar hjá þeim. Stefanía sagði frá hvernig stórir dagar í lífi stelpunnar hennar, líkt og ferming, jól og dánardagurinn hefði haft áhrif á tilfinningar hennar:

Hún fermist, það var rosalegt áfall og líka fyrir mig, þá hrundi ég þínu. Jól númer tvö eru miklu erfiðari en jól númer eitt, þetta bara kikkar inn, skilurðu. Dánardagurinn er erfiður

og mun alltaf verða erfiður. Maður var eitthvað í upphafi að reyna að gera hann eitthvað þægilegan svo í dag er maður bara búinn að sætta sig við það að þessi dagur verður alltaf ömurlegur. Og núna er það bara þannig að þessi dagur á bara að líða og yfirleitt svona vikuna fyrir daginn sjálfan, hún er ömurleg. Svo þegar kemur að deginum þá er maður búinn að taka það út. En þá viku verða allir svolítið öfugsúnir og ómögulegir og þau jafnvel vildu ekki fara í skólann á dánardaginn, þú veist ...

Inga sagði frá því þegar strákurinn hennar endurupplifði áfallið í skólanum:

Það var einu sinni sem hann lenti í því að þessi eldri, að hann þurfti að fara út úr tíma en af því kennarinn var meðvitaður og þá eiginlega, hún að fyrra bragði sá hvað væri að gerast í mynd sem þau voru að horfa á og bauð honum að fara út og þá var hann alveg að bugast. Þá var hann bara kominn á endurupplifun á áfallinu sínu en enginn tekur eftir því því hann meikar ekki að láta hina krakkana sjá og ef kennarinn er ekki meðvitaður þá bara, taugakerfið hjá þessu barni að sko springa. *Þetta eru bara eðlileg viðbrögð við óeðlilegu ástandi.*

7.2.2 Reiði og sektarkennd

Nokkrir viðmælendur greindu frá því að börnin hefðu upplifað reiði eða sektarkennd eftir fráfall foreldris. Þau börn sem upplifðu einhvers konar sektarkennd fundu mikla reiði sem beindist oft að þeim sem stóðu þeim næst. Nokkrir höfðu orð á því að kannski væri þetta bara hluti af þroskastigunum og voru ekki viss um að þetta tengdist sorginni. Anna lýsti því hvernig dóttir hennar sýndi reiði en sektarkenndin gæti hafa spilað stóran þátt í því:

Þegar leið á þá kom svona reiði upp hjá henni sem ég veit ekki hvort það hefði komið upp ef hún hefði ekki misst þabba sinn... ég man bara hún lúkaði eins og hún hefði þetta allt á hreinu. En svo kom bara svolítið í ljós að hún hafði það ekki. Mér skilst að það sé mjög eðlilegt eins og þessi reiði getur komið upp seinna meir og einmitt reiðin fór mest gegn mér þú veist, en ég meina hver annar hefði átt að fá hana þannig við tókum mjög erfið ár, sem betur fer er það alveg hætt í dag.

Helena lýsti því hvernig reiðin braust út og þá sérstaklega í skólanum:

Hegðun í skólanum var mjög slæm, mikil reiði og svona sem já, og já svona skilningsleysi fannst honum. Það skildi hann enginn í skólanum og þá bara einhvern veginn hvað segir maður, kom það út í einhverri reiði, mikilli reiði.

Fjögur börn höfðu upplifað sektarkennd, að hafa ekki getað bjargað foreldrinu og einnig að hafa hegðað sér á ákveðinn hátt við þann sem féll frá. Anna sagði frá því að dóttir hennar hefði upplifað mikla sektarkennd í kjölfar andláts föður síns, hún lýsti ástæðu þess:

Hún vaknaði um nóttina og hérna labbar fram hjá honum og hélt að hann hefði sofnað svona í sófanum og það hefur setið svolítið í henni því þá heyrðist eitthvað svona kurr sem hún hélt að væru bara hrotur eða eitthvað. Hún labbar þarna og fer á klósettið og fer

aftur inn í rúm og fer að sofa, þetta hefur eða sat svolítið í henni um tíma. Hún, ég man að hún talaði svolítið mikið um, á sínum tíma upplifði hún rosalega mikið samviskubit ekki bara af því hún labbaði framhjá honum heldur líka að, þú veist hvernig sambönd geta verið milli unglings og foreldris, hún var kannski ný búin að tuða í honum æi þú veist, skilurðu. Það lá líka svolítið á henni svona samviskubit.

Inga sagði einnig frá því að hún væri hrædd um að sonur hennar kenndi sér um að hafa ekki náð að bjarga honum og því lagði hún mikla áherslu á að segja honum reglulega að það hefði enginn getað komið í veg fyrir það sem gerðist. Hún sagði:

Hann hafði áhyggjur af því að hann væri með svona, gæti fengið svona misheppnaði björgunarmaðurinn upplifunina sem er þekkt syndrom að hann muni einhvern tímann ásaka sig fyrir að hafa ekki, þannig að ég hef svo mikið verið að innprenta í hann að það hafi enginn getað bjargað honum, ég þarf alltaf að gera það með reglulegu millibili að fyrra bragði.

Stella greindi einnig frá því að börnin hennar hefðu upplifað sektarkennd sem risti djúpt:

Þau voru bæði að berjast við brjálað samviskubit af því að morguninn sem pabbi þeirra dó þá vorum við búin að vera vakandi alla nóttina og X var hjá okkur og strákurinn vaknar og hann er svo glaður og ég fer fram og fimm mínútum seinna kemur X niður og tilkynnir að pabbi hans sé dáinn og hann fékk svo mikið samviskubit að hafa verið svona glaður. Hún bauð ekki pabba sínum góða nótt, hún var komin upp í rúm og hugsaði bara æi ég knúsa hann bara á morgun og þá var hann dáinn.

7.2.3 Áhættuhegðun

Í niðurstöðum viðtala kom í ljós tenging milli reiði og áhættuhegðunar/hegðunarerfiðleika. Barn getur sýnt mikla reiði sem brýst út í áhættuhegðun, byrjað að drekka, eyðileggja hluti, sýna sjálfskaðandi hegðun og hegðunarerfiðleika í skólanum. Stella greindi frá þeirri áhættuhegðun og hegðunarerfiðleikum sem sonur hennar fór í gegnum:

Leiðin hjá honum, leið svona niður á við og hann var með læti í tímum og svona. Ég veit ekki hvað ég keypti margar fjarstýringar á Playstation, það er enn ein hurð brotin inni í svefnherbergi inni hjá mér það var svo margt sem gekk á, hann missti sig ef það gekk ekki upp til dæmis nettengingin eða eitthvað þá bara varð allt vitlaust sko. Það gekk á ýmsu þú veist, hlutir eyðilagðir, hann var brjálaður, það þurfti að hringja á lögregluna hann var kominn með hníf og ætlaði að skaða sig og hérna, þannig að við gengum alveg í gegnum það með hann.

Helena lýsti því einnig að hegðun í skóla var slæm á þessum tíma og átti sonur hennar það til að eyðileggja hluti:

Þær voru að henda honum út úr tíma, senda hann til skólastjórans og iðulega fór hann bara heim sko, hann labbaði bara út og heim. Ég fór einu sinni og sótti hann og þá var

hann búinn að þú veist, rispa heilan vegg og lá bara starandi út í loftið þú veist, þannig að greinilega var hann að taka út einhverja reiði þarna.

Anna greindi einnig frá áhættuhegðun dóttur sinnar en tók fram að hún hefði verið á erfiðum aldri og því ekki víst að fráfall föður hennar væri afleiðing þeirrar hegðunar:

Hún náttúrulega á mjög erfiðum aldri þarna er hún líka þú veist, byrja að prófa að drekka og allt þetta. Svo veit maður ekki ef þetta hefði ekki gerst þú veist, hefði hún farið í þetta svona snemma. Fannst hegðun hennar orðin svo neikvæð þá fann ég sjálf sálfræðing og þá einhvern veginn... Hún tjáði sig ekki alveg að fullu við sálfræðinginn þannig hann útskrifaði hana mjög fljótt. Um já eftir það fór allt svolítið niður á við. Já hún fór að reykja gras, þetta var bara hræðilegt tímabil. En þá kom upp þessi reiði já, tjáði sig meira um þú veist, já hvað henni hefði liðið illa á þessum tíma sem hún tjáði sig ekkert um áður.

7.2.4 Tilfinningaleg lokun

Foreldrar fimm barna upplifðu að fráfall foreldris hefði haft áhrif á getu þeirra til að opna sig og ræða um tilfinningar sínar. Eitt foreldri lýsti áhyggjum sínum af vandamálum sem gætu komið í kjölfar þess að syrgja ekki, líkt og að leita í vímuefni seinna á lífsleiðinni. Stefanía sagði að dóttir hennar hefði ekki tjáð sig mikið en lýsti því hvernig hún brást við þegar dóttir hennar byrjaði að tala um föður sinn:

Hún meira svona sagði ekki neitt en kom svona inn á milli, við vorum kannski úti að keyra og þá opnaðist inn á eitthvað hjá henni og þá hélt ég bara áfram að keyra ... þú veist, það er svo mikilvægt að stökkva á þegar hún var að tala skilurðu, það er svo erfitt að þvinga þau til þess að tala.

Stella lýsti þeim tilfinningum sem dóttir hennar hélt fyrir sig, en nú væri hún meðvitaðri um tilfinningar sínar:

En svo er eins og með hana, hún plummar sig rosalega vel, hún er í framhaldsskóla, á kærasta og er ógeðslega flott stelpa en undir niðri kraumar sársauki og sorgin. Hún er ennþá lokuð en hún er meðvitaðri um tilfinningar sínar og ég þekki hana... þegar það er sorg eftir þabba sínum eða eitthvað rífrildi í skólanum.

Stella og Helena lýstu því báðar að drengirnir þeirra hefðu notað tölvuna meira sem flóttaleið frá sorginni. Helena nefndi að strákurinn hennar hefði stundað æfingar af krafti til þess að flýja aðstæður. Stella lýsti ástandinu svona:

Hann fór bara inn í tölvuna, það eru flóttaleiðir þegar þeim líður illa, skilurðu. Hann er náttúrulega lokaðri ... Hann var bara kominn á þennan stað að þetta var orðið svo sárt að hann var bara inni í tölvuheiminum. Þetta var hans flótti að gleyma út af því þetta var orðið svo sárt. En svo var þetta orðið þannig að þetta var orðið svo sárt af því hann mundi

ekki eftir pabba sínum. Svo kemur þetta, hann man ekki röddina hans, man ekki hláturinn hans, ég er búin að sýna vídeó.

7.2.5 Náms- og félagsleg staða

Öll börnin áttu það sameiginlegt að félagsleg staða þeirra hafði ekki breyst nema hjá einum. Námsstaða breyttist hjá þremur en þeir einstaklingar voru annars vegar ekki sterkir námslega séð eða með undirliggjandi vanda fyrir áfallið.

Elísabet og Stefanía lýstu því báðar að börnin þeirra hefðu verið vel stödd félags- og námslega og ekkert hefði breyst í þeim efnum. Elísabet sagði:

Sko, hann er mjög vel félagslega staddur og er mjög, námslega mjög vel staddur og er eiginlega framúrskarandi í námi, þannig að sem betur fer.

Anna og Helena sögðu hins vegar að þrátt fyrir að félagslegi þátturinn hefði ekki breyst þá hefði námsáhugi farið dvínandi. Helena sagði:

Félagslega engin áhrif myndi ég segja allir bara ... það var mikil samstaða fannst mér, og engin áhrif eftir það heldur. En þetta hafði gríðarleg áhrif á skólann og námsstöðu hans fyrst sko. Alveg fyrstu tvö árin myndi ég segja en núna fyrst er hann að komast aftur á rétt ról.

7.2.6 Mikilvægi þess að barn sé upplýst um aðstæður veiks foreldris

Þeir foreldrar sem upplifðu aðdraganda að fráfalinu töluðu allir um að þeir hefðu upplýst börnin um ástand veika foreldrisins. Ástæða þess var sú að seinna meir gæti það haft áhrif á barnið ef einungis væri sögð hálf saga. Sumir greindu frá því að þeir hefðu ekki sagt þeim að foreldrið myndi deyja. Ástæða þess var annars vegar sú að atburðarásin gerðist einfaldlega of hratt og einnig að þau hefðu verið að halda í vonina um breyttar aðstæður. Elísabet sagði frá syni sínum og vangaveltum hans eftir að hann varð eldri:

Já hann var mjög involveraður í öllu sko, við þössuðum alveg að uppfæra hann alltaf en við sögðum honum aldrei að hann gæti dáíð, en hann spurði mig um daginn, þessi átta ára: „Af hverju sögðuð þið mér aldrei að hann gæti dáíð“? Ég held bara af því við héldum svo mikið í vonina að við sáum það ekki fyrir okkur að hann myndi deyja.

Helena lýsti því að allt gerðist svo hratt en sonur hennar hefði haldið að pabbi sinn væri hættur að vera veikur:

Sko, hann var látinn vita það að hann væri með krabbamein en svo bara var það kannski ekki alveg nógu skýrt nema bara þarna í lokin hversu alvarlegt þetta var og ég fattaði það

kannski svolítið eftir á þegar hann sagði að rétt áður en hann hélt að hann væri, þú veist, að honum hefði batnað, það gleymdist svolítið að láta hann vera meira inni í þessu og kannski láta hann vita hversu alvarlegt þetta var. Þetta er náttúrulega bara svo ótrúlega erfitt að segja frá því ... hann vildi alltaf segja honum það sjálfur og við gerðum nokkrar tilraunir til þess en svo gekk það ekki, þá var liðinn svolítill tími eða þú veist, við vorum að treina þetta svolítið lengi. Og svo endaði með því að ég sagði honum frá því, hann treysti sér ekki til þess, hann vildi það en gat það ekki.

Stefanía sagði frá þeirri erfiðu stund þegar börnunum var sagt hversu veikur pabbi þeirra væri en þeim hefði verið bent á að hafa börnin alltaf vel upplýst um ástand hans:

Það var mælt með því að hann myndi sjálfur segja þeim, því það er betra ef að foreldri segir börnunum sínum sjálft frá því að það sé að deyja ... hann gerði það sjálfur, það var rosalega erfið stund en það er talið að það sé betra fyrir börnin manns að þau heyri það frá pabbanum. Og ég vissi það allan tímann að hérna, að ég ætlaði að tækla þetta á þann hátt að þegar hann veikist sögðum við alltaf satt og rétt frá og maður lofaði aldrei. Ef það var spurt deyr pabbi þá sagði ég ég veit það ekki, þú veist, þú ferð aldrei á bak við börnin þín, börn eru mjög klár og það er miklu verra fyrir þau að gefa þeim einhverjar falskar vonir og rífa það svo af þeim, þá treysta þau þér ekki.

7.3 Skólinn og sorgin

Skólinn gegnir mikilvægu hlutverki í sorg barna. Í þessum kafla verður fjallað um þemu í tengslum við skólann og sorgina, þau eru stuðningur, áfallaáætlun, þekkingarleysi starfsfólks og upplýsingaflæði.

7.3.1 Stuðningur

Misjafnt var hvernig staðið var að stuðningi þegar börnin mættu aftur í skólann. Fimm foreldrar áttu það sameiginlegt að barn þeirra fékk ekki viðeigandi aðstoð. Stella og Jón skáru sig úr hvað varðar eftirfylgni og ánægju þeirra varðandi stuðning skólans. Stella sagði frá sinni upplifun varðandi aðstoð innan skólans:

Sko í framhaldinu þá er skólinn búinn að standa sig rosalega vel, alveg 150%, hann er ekki búinn að eiga auðvelt með þetta, þú veist. En það var samt ekki gefist upp á honum, það var enginn sem gafst upp á honum, mér fannst það æðislegt.

Elísabet, Stefanía, Inga og Anna voru sammála um að skólinn hefði ekki veitt börnum þeirra neinn stuðning og þurftu þau að leita sér aðstoðar utan skólans. Elísabet lýsti því hvernig hún þurfti að leita eftir aðstoð sjálf utan skólans:

Hann fékk engan stuðning. Ég óskaði eftir hjálp, sendi póst og spurði hvort hann ætti rétt á einhverri þjónustu. Mér var bara bent á að leita eitthvert annað sko, það var ekki neitt í boði, ekkert á vegum sveitarfélagsins eða neitt.

Helena sagði frá því að það hefði ekki verið fyrr en hegðun hans fór að breytast, þá loksins hefði hann fengið einhverja aðstoð frá skólanum:

Já, það var bara eftir að hegðunin fór að breytast, þá var allt sprungið og allt fór í háa loft sko, og enginn vissi hvernig ætti að dila við hann eða þú veist. En þá var gripið til og það var örugglega bara gert því ég fór alla leið og talaði við bæði skólastjórann og fræðslustjórann hérna í bænum. Fór á fund með honum og þá fór allt í gang. En eins og ég segi þá hefði ég viljað að þetta hefði verið strax gert, tala við hann hvað hann vill gera áður en allt sprakk í háa loft, þetta skemmdi náttúrulega svolítið út frá sér.

7.3.2 Tilvist áfallaáætlunar

Sex foreldrar áttu það sameiginlegt að hafa ekki fengið kynningu á áfallaáætlun skólans og meirihluti foreldra vissi ekki hvort ákveðið verklagsferli færi í gang þegar barn missti foreldri. Foreldrarnir voru spurðir hvort þeir vissu hvað áfallaáætlun væri og hvort farið væri eftir henni. Eins og kom fram hjá þeim Elísabetu, Helenu og Jóni vissu þau ekki hvort áfallaáætlun væri í skólum barna þeirra. Anna tók í sama streng:

Hef ekki hugmynd, nei ekki hugmynd. En svo þegar ég fer að spá í bara, þú veist, skóla barnanna minna í dag, ég hef ekki hugmynd.

Stefanía nefndi að hún væri ekki viss um að starfsfólk skólans þekkti áfallaáætlunina. Stella tók undir þetta en hún upplifði að ekki hefði verið farið eftir áfallaáætlun í sínu tilfalli, hún upplifði hins vegar að hún væri að gera áætlun fyrir starfsfólkið því það vissi ekki hvað ætti að gera:

Nei, ég held ekki, ég veit ekki til þess. Ég held ekki, það var ég sem kom með áætlun fyrir þau þú veist, í rauninni því þau vissu... það var eins og þetta væri fyrsta skiptið sem að sko einhver kom og vildi láta gera eitthvað. En já nei, það var engin áætlun, ég held að það sé engin áætlun, ég held ekki.

Inga var viss um að eina skipulagða verkferlið væri að fá prest inn í bekkinn áður en sonur hennar kæmi aftur í skólann:

Ég held að áfallaáætlunin sem var á þessum tíma hafi einfaldlega verið sú að presturinn kom í bekkinn áður en að barnið kæmi til baka, ég held að það hafi verið áfallaáætlun en ég veit ekki betur en svo gott sem ég veit þá var það eina áfallaáætlunin.

7.3.3 Þekkingarleysi starfsfólks á sorg

Foreldrarnir voru sammála um að starfsfólk skólans hefði ekki þekkingu á sviði sorgar og gerðu sér fulla grein fyrir því að ástæða þess var vegna fræðsluleysis í þessum málaflokki. Þekkingar-

og tillitsleysi var einkennandi í svörum foreldra. Inga sagði einnig mikilvægt að veita þeim einstaklingum eftirfylgni sem sýndu engin ummerki um vanlíðan, þau börn væru að takast á við sorgina á annan hátt. Elísabet taldi að ástæða þess að þekkingu á þessum málaflokki væri ábótavant væri líklega vegna tímaleysis starfsfólks:

Ég ætla kannski ekki að segja að allir hafi ekki hæfni eða þekkingu en þau fá bara ekkert andrúm til þess held ég og það er ekki inni í þeirra dagsskipulagi að takast á við svona. Ég ímynda mér það að þau fái örugglega ekki tíma þú veist, já það er ekki gert ráð fyrir því.

Stefanía og Inga sögðu að starfsfólk skólans hefði ekki næga þekkingu á sorg barna og upplifðu þær báðar að þessi málaflokkur væri tabú og að fólki þætti erfitt að tala um þetta. Inga sagði einnig að fólk héldi að þetta væri svo lítil hópur:

Nei, engan veginn og skiljanlega, mér finnst það ekkert skrítið en mér finnst kannski svona flokkur sem hefur orðið útundan í því að einhverjir virðast halda að þetta séu svo fá börn að þetta sé svo sjaldan sem þetta komi fyrir þannig þetta er enn þá svona, ég upplifi þetta sem algjört tabú fyrir þeim og það bara eitthvað þú veist. Ef maður fer að tala um þá þekkingu sem maður hefur aflað sér þá finnst mér allir koma alveg ofan af fjöllum. Mér finnst þetta bara svona, bara eins og þeir viti bara ekkert, viti ekki neitt af þessu. Finnst fólk bara ekki vita hvernig það á að dýla við þetta og best bara að tala ekki um þetta.

Inga talaði líka um að ekkert sérstakt tillit væri tekið til aðstæðna þó svo að sjö ár væru liðin frá áfallinu. Endalausar tilfærslur í bekknum hefði ekki verið það sem sonur hennar þurfti á að halda og barðist hún fyrir því að hann fengi að vera með vinum sínum. Inga sagði:

Nei, mér fannst ekkert sérstakt tillit tekið og ég hef stundum undrað mig á því að það sé ekki bara tekið tillit til þess líka í dag skilurðu, mér finnst þó það séu liðin 7 ár þá finnst mér allt í lagi að þegar það er verið að stokka upp til dæmis bekki og vinahópa ... þegar ég leitaði útskýringa þá bara já, það er bara ekki hægt ef allir kæmu til að fá að breyta, og ég bara nei, þú skilur ekki... ég hef geðveikar áhyggjur af honum ef hann er ekki með vinum sínum að hann geti ekki höndlað það. Börn þola nú rosa mikið sagði hún, ég bara really, eigum við að fara þangað, erum við ekki búin að þola nóg, ertu að djóka eða? Rosalega oft hef ég fengið að börn þoli miklu meira breytingar og ég bara mmhmm.

Anna var á sama máli og vísaði í að kerfið væri ekki nægilega tilbúið til þess að vinna með þennan málaflokk:

Nei, eða það var allavega ekki mín upplifun sko. Ég bara já, svona þú veist eftir á að hyggja finnur maður þú veist, þirring hvað einmitt kerfið er illa tilbúið. Þegar hún já, þegar hún byrjaði að sýna þessa reiði í skólanum að þá var aldrei þú veist, þá var hún bara vond. Þá þurfti ég að setjast niður með kennaranum, ræða við hann og segja honum söguna og þá

kom loksins skilningur, þetta er manneskja sem hefur upplifað hitt og þetta og þá breyttist allt.

Helena talaði um að kennararnir vissu ekki hvernig þeir ættu að taka á syni hennar þegar hann yrði reiður eða væri með læti í tíma. Helena þurfi að leiðbeina þeim hvernig best væri að komast að honum með því að spjalla við hann, tengjast honum og setja sig í hans spor. Einnig var henni bent á að senda hann í greiningarferli en á þessum tíma átti hann mjög erfitt í skólanum:

Það komu nýir kennarar og þær voru bara ótrúlega strangar við hann og þú veist, vissu ekki alveg hvernig þær áttu að vera og þær voru alltaf að segja við vitum ekki hvernig við eigum að bregðast við þegar hann verður svona reiður og allt það. Hann upplifði skilningsleysi. Ég var alltaf að segja þeim að spjalla bara við hann skilurðu, um þetta og reyna að tengjast honum. Mér var bent á að senda hann í alls konar greiningar hérna með athyglisbrest, ofvirkni og eitthvað, ég þáði það bara og hann fór í það sko. Ekki hjá greiningarstöð heldur bara hjá sálfræðingnum og það kom ekkert út úr því, hann væri yfir meðalgreind og ekkert að, skilurðu.

Það var svo ekki fyrr en að nýr kennari kom sem setti sig í spor hans að allt byrjaði að ganga betur:

Næsti kennari gerði það. Það kom karlkyns kennari og hann byrjaði veturinn á því að spjalla um þetta og segja hvað honum þætti leiðinlegt hvað hefði komið fyrir og svona tengdist honum strax þannig hann treysti honum 100%, hann treysti aldrei kennurunum sko.

7.3.4 Upplýsingaflæði milli starfsfólks

Upplýsingaflæði milli starfsfólks var ábótavant. Nokkrir foreldrar töldu að aðstæður hefðu komið upp sem hefði mátt koma í veg fyrir ef upplýsingaflæði hefði verið milli starfsfólks. Stefanía talaði um mikilvægi þess að upplýsa alltaf starfsfólk skólans um þau börn sem hefðu orðið fyrir áfalli og nefndi hún að starfsdagar í byrjun skólaárs væru tilvaldir fyrir upplýsingagjöf til starfsfólks. Hún sagði einnig frá aðstæðum sem hefði mátt koma í veg fyrir ef upplýsingaflæði hefði verið í lagi:

Á hverju einasta ári, það þarf að minnast á þau, í hvaða bekk þau eru og þau hafa gengið í gegnum þetta, öll börn sem hafa gengið í gegnum áfall, skilurðu. Og ef það koma nýir kennarar þá þurfa ný og gamli kennarinn að tala saman, þetta þarf að vera svo rosalega upp á borðum. Það þurfa allir að vita af þessum börnum. Til dæmis þá lendir mín stelpa í því að sama ár og pabbi hennar deyr fer ég út að hlaupa á meðan hún er í skólanum og hún verður lasin, er með hita og eitthvað níu ára þá, nýbúin að missa pabba sinn og er send til hjúkkunnar sem mælir hana og það kemur í ljós að hún sé með hita. Hjúkkan hringir í mig og ég er bara úti að hlaupa með tónlist og ekki með símann á mér. Hún hringir

og hringir og ég ansa ekki, þá segir hún heyrðu eigum við ekki bara að hringja í pabba þinn, þú veist og ef að upplýsingaflæðið hefði verið í lagi þá hefði þetta ekki gerst.

Anna sagði einnig frá samskiptaleyfi á milli kennara, dóttir hennar skipti um kennara á hverju ári frá áttunda til tíunda bekk og aldrei bárust upplýsingar á milli kennara:

Hérna, hún missir pabba sinn í lok áttunda bekkjar, svo kemur níundi bekkur og enginn vissi neitt. Þú veist, það var ekki sagt neitt þó að bara þú veist, af því þetta er svo stuttur tími á milli. Það var ekkert, ég þurfti alltaf að byrja frá núlli. Tíundi bekkur aftur nýr kennari og ég þurfti aftur að byrja upp á nýtt þannig að já það fylgdi enginn svona skilningur.

Inga tók undir þetta og sagði að litlar sem engar upplýsingar hefðu fylgt með drengnum sínum þegar hann var að skipta um kennara:

Hann hérna, hann er búinn að lenda í því að fá nýjan kennara alveg síðan hann kom, sem sagt hann er búinn að skipta um nýjan kennara á hverju einasta ári, alla sína skólagöngu. Sem er náttúrulega bara frábært eða þannig. Það er bara alls ekkert frábært og þá hefur það mjög oft verið þannig að þegar maður kemur að nýjum kennara að það fylgja engar nýjar upplýsingar, það bara fylgir ekki með. Ég er ekki frá því nema að kannski ein setning fylgi með þegar þeir voru að flytja yfir um skóla en ég er ekki viss, en ég held að það sé bara námsárangur. Þannig hann þurfti alltaf að, hann var að koma í nýjan bekk og enginn vissi að hann væri pabbalaus þannig það þurfti að byrja að fræða kennarann um þetta.

Helena sagði frá því þegar hún lét skólann vita að barnsfaðir hennar hefði dáið um kvöldið og af stað fór tölvupóstur á vegum skólans til foreldra bekkjarins. Helenu þótti þó skrítið að ekki hefði verið talað við hana áður en pósturinn var sendur því ekki voru réttar upplýsingar í bréfinu:

Ég lét vita og svo bara póstur sendur um kvöldið en þú veist, það hefði mátt tala við mig áður en það var sent því það voru ekki réttar upplýsingar og margir héldu að þetta hefði verið fósturpabbi hans sem dó... það hefði mátt nafngreina og hann og þú veist, það var ekki sagt rétt frá hvar hann dó og svona þú veist, það var bara sagt eitthvað fannst mér sko. Þannig að það hefði mátt nafngreina hann og senda þetta á mig fyrst. Þetta var þínu sjokk ... þínu klaufalegt en ég vona bara að þau hafi lært eitthvað af þessu.

7.4 Þjónusta utan skólans

Þjónustu í skólum var ábótavant og var foreldrum yfirleitt bent á aðstoð innan þjónustumiðstöðvar. Hins vegar leituðu margir sjálfir að aðstoð fyrir barnið hjá sálfræðingi sem í mörgum tilfellum bar engan árangur. Þeir foreldrar sem misstu maka skyndilega furðuðu sig á framboði á aðstoð. Anna sagði að aðstoð væri af skornum skammti þegar andlát yrði á

heimili og hefði hún þurft að hafa mikið fyrir því að leita sér aðstoðar, bæði fyrir sig og dóttur sína:

Þetta er bara svo mismunandi, þarna deyr hann heima en upp á spítala, þar er áfallateymi. Það er ekkert þegar það er heimahús, það er bara ekkert. Jú, það kom prestur heim en hann var samt ekki áfallahjálpar, þannig þú veist. Og já, maður var alltaf að leita þú veist, hvert get ég farið.

Inga sagði einnig að hún hefði þurft að leita mikið sjálf að aðstoð fyrir börnin sín:

Þegar fólk deyr fyrir utan spítalann þá er enga hjálpar að finna. Þetta er bara ertu að djóka og bara þá kostar það náttúrulega alls staðar. En ég fór svo bara sjálf með þá í listþerapíu og einhvern tímann í leikþerapíu og eitthvað bara að prófa en þú veist, ég get ekki sagt um það hvort það hafi hjálpað en ég veit það bara að þeir vildu ekki mæta aftur og þá bara fórum við ekki.

Helena sagði einnig að hún hefði beðið prest um að koma til þess að ræða við hann eftir andlátinu en ekkert hefði gerst. Henni var þó boðin aðstoð frá þjónustumiðstöðinni heim sem hún taldi ekki þörf á:

En við fengum engan prest eftir andlát eða neitt, ekkert hérna í bænum eða í bæjarfélaginu sem hann lést. Þegar hann dó, það var enginn sem talaði við hann. Ég var samt búin að láta prestinn hérna vita, mér fannst það mjög sérstakt... Og já, svo var mér bent á hvort ég vildi fá aðstoð heim frá félagsþjónustunni, ég tók því mjög illa á þeim tíma, það hefði ekki þurft því þetta var ekkert hérna, engin hegðun svona hegðunarbreytingar heima, þannig að já. En þau bentu mér á listmeðferðarfræðinginn.

7.5 Það sem betur mátti fara/breytingar til hins betra

Þegar foreldrarnir voru spurðir að því hvað hefði betur mátt fara bar helst á góma aðstoð, sérfræðipækking, verkferlar, upplýsingar og tengsl milli skóla og þjónustumiðstöðvar. Elísabet sagði frá því að ef að aðstoðin hefði verið í skólanum og partur af rútínu sem strákurinn hennar fengi hefði hún ekki þurft að leita sér aðstoðar út um allan bæ. Hún sagði:

Það hefði verið mjög gott ef að hann hefði getað fengið hjálpar inni í skólanum, þá meina ég eins og sálfræðihjálpar. Bara upp á þetta dagskipulag að þurfa ekki að fara út um allan bæ og sækja sér hjálpar hingað og þangað og að þetta yrði svona partur af rútínu, að þessa daga fer hann alltaf þarna og fær hjálpar í skólanum ... það er alltaf sagt peningar, peningar, peningar, auðvitað vantar peninga til þess að geta bætt ... Vinkona mín er félagsráðgjafi og hún var að byrja að vinna í skóla þannig þetta er ný staða í þessum skóla og mér finnst það frábært, frábært hvað hún er að gera og hjálpa börnunum. Þetta mætti setja inn í alla skóla.

Anna sagði að henni hefði liðið betur vitandi af því að stelpan hennar hefði einhvern til að leita til á þessum erfiða tíma:

Sko já, ég vildi óska þess að það hefði verið talað sín á milli, milli ára, það hefði verið stór plús. Bara að það sé hæfur einstaklingur sem sinnir skólasálfræði eða þú veist, ég veit að staðan er að verða betri í dag en hérna já á þessum tíma ... mér hefði liðið ofboðslega vel ef ég hefði vitað af henni í öruggum höndum hjá einhverjum skólasálfræðingi.

Stefanía og Inga voru sammála um að verkferlar væru mikilvægir í þessu samhengi til þess að allir væru upplýstir um stöðu barnsins. Inga bætti einnig við að bæta þyrfti sérfræðipækkingu í skólum:

Mér finnst líka svona að það þurfi að vera verklag. Líka að það sitji kannski þriðji aðilinn sem getur hjálpað til við þessa fundi. Eins og ég segi, sem ég er búin að nefna... að það fylgi meiri upplýsingar og það að starfsfólkið fái fræðslu til þess að vera undir það búíð að geta séð aðstæður svolítið fyrirfram.

Helena var sammála um að ákveðið verklag þyrfti að vera til staðar þegar barnið mætti aftur í skólann:

Ég myndi vilja að það væri einhver svona áætlun í skólum sem færi strax í gang með börn sem eru að mæta aftur eftir áfall eða eitthvað þú veist, að það væri bara manneskja sem myndi bara sjá til þess að barninu liði vel og myndi ræða við barnið, hvernig þau vilja hafa fyrstu vikurnar eftir þetta, eða þú veist. Láta börnin svolítið stjórna þessu sjálf fyrst um sinn án þess að vera að gefa þeim allt of frjálstan tauminn. Þannig að já, ég hugsa að það hefði verið betra að þau hefðu fengið fræðslu strax frá einhverjum fagaðila hvernig ætti að bregðast við áður en allt færi í háa loft.

Stella vildi koma því á framfæri að mikilvægt væri að upplýsa foreldra barna í bekknum ef alvarleg veikindi væru hjá foreldri einhvers í bekknum svo hægt væri að undirbúa þau fyrir spurningar sem gætu komið upp hjá börnum þeirra:

Þetta þarf að komast inn í skólareglur... Það vantar upp á í öllum skólum að þetta sé bara inn í þegar alvarleg veikindi eru að skólinn fái að fylgjast með og fái að upplýsa aðra foreldra þú veist, út af því að þegar kemur að dauðanum, hvernig eiga börnin að bregðast við, hvernig eiga foreldrarnir að bregðast við, mér finnst þetta mjög mikilvægt.

Jón var virkilega ánægður hvernig staðið var að öllu gagnvart stelpunum sínum en hafði þó orð á því að kerfin þyrftu að samstilla sig:

Mér fannst allt innan skólans mjög fínt en tengingin og úrræðin frá skólanum yfir í annað vantaði. Ég veit ekki hvort skólinn hafi getað gert það betur skilurðu, nema að því leyti að það kannski svona brotalöm, tengingin milli skóla og þjónustumiðstöðvar og heilsugæslu kannski.

8 Umræða

Megintilgangur rannsóknarinnar er að safna upplýsingum um sorgarviðbrögð barna sem misst hafa foreldri en einnig að fá upplifun og reynslu eftirlifandi foreldris varðandi þjónustu innan skóla.

Í þessum kafla verður rýnt í niðurstöður rannsóknarinnar og tengt við fræðilegan kafla verkefnisins þar sem við á. Rætt verður hvort upplifun og reynsla foreldra sé í samræmi við rannsóknir þeirra fræðimanna sem vitnað hefur verið í.

Þær rannsóknarspurningar sem lagt var upp með eru: Hvaða áhrif hefur sorg á börn? Hver er upplifun foreldra varðandi sorgarráðgjöf í skólum? Hvað er hægt að gera til þess að bæta þjónustu innan skólans?

Niðurstöður byggja á viðtölum við sjö viðmælendur sem eiga það sameiginlegt að eiga barn á grunnskólaaldri þegar það missti foreldri. Börnin voru á misjöfnum aldri þegar áfallið átti sér stað, eða á aldrinum 5–15 ára. Styrkleikar rannsóknarinnar eru fyrst og fremst hvað foreldrarnir voru viljugir til þess að opna sig um reynslu sína af aðstoð í skólum. Rannsóknin sýnir mikilvægi þess að starfsfólk skóla sé meðvitað um sorg og sorgarviðbrögð barna svo hægt sé að veita þeim viðeigandi aðstoð á þessum erfiða tíma. Það er mikilvægt að fá viðhorf foreldra til þjónustu í skólum til þess að auka gæði þjónustunnar og til að sporna við frekari erfiðleikum seinna á lífsleiðinni.

Helstu annmarkar rannsóknarinnar eru meðal annars reynsluleysi rannsakandans í viðtalstækni og að viðmælendum gæti þótt erfitt að rifja upp þennan erfiða tíma. Ekki er hægt að alhæfa um niðurstöður rannsóknarinnar vegna fjölda viðmælenda en hægt er að tengja ýmsa þætti við erlendar rannsóknir. Einnig má nefna kynjahlutfall viðmælenda og aldur barna í tengslum við það hvernig þau upplifðu sorgina, en breitt aldursbil er á milli þeirra.

8.1 Sálfélagslegir þættir

Skammtímaáhrif sorgar geta haft í för með sér andleg og sálræn vandkvæði líkt og þunglyndi, hræðslu, kvíða, öryggis- og varnarleysi, hegðunar- og félagslega erfiðleika, að eiga erfitt í skóla og að ráða við innri líðan og tilfinningar (Alahakoon; 2018; Stroebe o.fl., 2011; Kübler-Ross og Kessler, 2005). Þetta er í samræmi við niðurstöður þessarar rannsóknar en þar kom í ljós að meirihluti viðmælenda greindi frá að börnin sýndu sálfélagslegan vanda eins og tilfinningalegt

ójafnvægi, reiði og sektarkennd, áhættuhegðun, tilfinningalokun og félags- og námserfiðleika. Einnig töluðu foreldrarnir um mikilvægi þess að upplýsa börn sín um veikindi foreldris því það gæti haft sálfélagsleg áhrif seinna meir. Þessar niðurstöður er hægt að tengja við rannsókn Eddu Jóhannsdóttur (2015) en þar kom fram mikilvægi þess að hafa barnið upplýst um hvað væri í gangi frá upphafi veikinda.

Viðmælendur upplifðu kvíða, hræðslu eða einhvers konar óöryggi hjá börnum sínum eftir fráfall foreldris. Einnig kom fram að kvíðinn hafði hamlandi áhrif á félagslega getu. Einkenni óöryggis voru ýmis; flughræðsla, myrkfælni, hræðsla við ýmis hljóð og við að sofa annars staðar. Þetta kemur heim og saman við rannsókn Bugge o.fl. (2014) en þar komu í ljós vandamál sem komu upp hjá börnum eftir fráfall foreldris.

Sex viðmælendur sáu breytingu á einhverjum tímamóti í lífi barnsins þegar um stóra viðburði var að ræða, líkt og fermingu, jól og afmæli. Einnig fundu þeir fyrir tilfinningalegu ójafnvægi í kringum dánardag foreldris og ef upp komu aðstæður sem minntu barnið á foreldrið. Þetta kemur heim og saman við niðurstöður Lancaster (2011) og Sadock og Sadock (2015) en þar kemur í ljós að börn upplifa oft sorgina aftur á tímamótum í lífi sínu, líkt og útskrift, giftingu og fæðingu barna sinna.

Þrír viðmælendur greindu frá því að reiði barnsins beindist yfirleitt að eftirlifandi foreldrinu en voru samt meðvitaðir um að reiðin tengdist ekki þeim beint. Einn viðmælendi sagði frá þeirri reiði sem braust út, þá sérstaklega innan skólans. Þetta samræmist því sem Leighton (2008) segir, að reiði og sektarkennd séu eðlileg viðbrögð við sorg og geti komið upp án nokkurra undanfara. Reiðin getur beinst að foreldrinu sem lést, öðrum fjölskyldumeðlimum, vinum, þeim sjálfum og jafnvel guði. Fjögur börn upplifðu sektarkennd eftir að foreldrið lést en það var ýmist vegna þess að þau gátu ekki bjargað foreldrinu, sögðu ekki góða nótt eða höfðu hegðað sér á ákveðinn hátt rétt áður en foreldrið lést. Það kemur heim og saman við rannsóknir Alahakoon (2018) um að börn geti upplifað sektarkennd því þau gátu ekki hjálpað foreldrinu.

Foreldrar greindu frá áhættuhegðun í kjölfar fráfalls foreldris sem lýsti sér í hegðunarerfiðleikum í skóla, að byrja að drekka áfengi, eyðileggja hluti og sýna sjálfskaðandi hegðun. Þetta samsvarar niðurstöðum rannsóknar sem Lancaster (2011) gerði á syrgjandi börnum en þar kom meðal annars fram hegðunarvandi.

Rannsóknir sýna að ung börn geta byrgt sorgina inni í langan tíma án nokkurra ummerkja og hún brotist út án fyrirvara (Leighton, 2008). Það er því mikilvægt að fylgjast einnig með þeim börnum sem sýna engin ummerki um vanlíðan við andlát foreldris því það getur breyst þegar þau verða eldri. Sorg barna varir oft á tíðum lengur en hjá fullorðnum en ástæðan er sú að börn hugsa ekki stöðugt um þann sem féll frá heldur einbeita sér frekar að áhugamálum sínum (Sadock og Sadock, 2015; Akerman og Statham, 2011). Þetta samræmist niðurstöðum þessarar rannsóknar en fimm foreldrar upplifðu að fráfall foreldris hefði haft áhrif á getu þeirra til þess að opna sig og ræða um tilfinningar sínar. Tveir viðmælendur nefndu að drengirnir þeirra notuðu tölvuna sem ákveðna flóttaleið frá sársaukanum. Foreldrar höfðu áhyggjur af því að börnin væru ekki að vinna úr sorginni en einn viðmælandi lýsti því að fyrst sorgin væri ekki sjáanleg þá væri þetta erfiðara og tók dæmi að algengt væri að börn sem fengju ekki útrás eftir áfall leituðu í eiturlyf.

Þátttaka barna í ferli veikinda foreldrisins getur haft mikið að segja í jákvæðri þróun sorgarferlis. Niðurstöður rannsóknar Thastum o.fl. (2008) sýna að börn á öllum aldurstigum höfðu orð á því að tala um veikindin og mikilvægi þess að fá upplýsingar um veikindi foreldris. Thastum o.fl. greina einnig frá því að ef foreldri tjáði ekki tilfinningar sínar til þess að hlífa barninu sínu þá lærðu þau slíkt hið sama. Hægt er að tengja þetta við niðurstöður þessarar rannsóknar en foreldrum var bent á að upplýsa ávallt barnið um veikindin í þeim tilfellum þar sem aðdragandi var að fráfallinu.

Öll börnin nema eitt áttu það sameiginlegt að félagsleg staða þeirra breyttist ekki. Námsstaða breyttist hjá þremur en þeir einstaklingar voru ekki sterkir námslega eða með undirliggjandi vanda fyrir áfallið. Hægt er að tengja þessar niðurstöður við rannsókn Berg o.fl. (2014) en þær sýna að fráfall foreldris getur haft áhrif á námsárangur og mikilvægt sé að veita syrgjandi börnum athygli til þess að sporna við slakri frammistöðu í skóla.

Fyrsta rannsóknarspurningin er: „Hvaða áhrif hefur sorg á börn?“ Niðurstöður sýna að sorgarviðbrögð og líðan barnanna er sambærileg við það sem komið hefur fram í erlendum rannsóknum. Viðmælendur greindu frá kvíða, óöryggi, tilfinningalegri lokun, áhættuhegðun og erfiðleikum í skóla.

8.2 Skólinn og sorgin

Niðurstöður þessarar rannsóknar sýna að flestir viðmælendur upplifðu enga aðstoð og oft ekki fyrr en að foreldri bað um aðstoð fyrir barnið. Samkvæmt lögum um grunnskóla nr.

91/2008 á skólinn að veita stuðning bæði til nemenda og foreldra en frumvarp liggur fyrir um breytingu á lögnum til að bæta við stuðningi til grunnskólabarna sem eiga langveikt eða deyjandi foreldri. Tilkoma þessara breytinga gerir það að verkum að skólakerfið geti tryggt stuðning við börn í sorg (þingskjal nr. 1269/2017-2018).

Einungis tveir foreldrar höfðu orð á því að vera ánægðir með eftirfylgni og stuðning í skólum. Þekkingarleysi starfsfólks getur tengst því að skólar séu ekki með áfallaáætlun. Dyregrov (2008) segir að áfallaáætlanir séu til þess fallnar að starfsfólk skólans geti brugðist við á faglegan hátt og það auki öryggi foreldra og nemenda. Allir foreldrarnir nema einn áttu það sameiginlegt að hafa ekki verið kynnt áfallaáætlun skólans eða hvort visst verklag færi í gang þegar barn missir foreldri. Schonfeld (2010) nefnir að mikilvægt sé að verkferlar séu til staðar sem snúi að barninu, bekknum og starfsfólki skólans.

Foreldrar voru sammála um að starfsfólk skólans hefði ekki þekkingu á sviði sorgar. Þeir upplifðu að því þætti óþægilegt að tala um dauðann, að tillitsleysi starfsfólks væri sökum fræðsluleysis og einnig nefndu foreldrar að peningaskortur og tímaleysi væru meðal annars ástæður þess að geta ekki veitt börnum aðstoð. Hægt er að tengja svör foreldra við rannsókn Quinn-Lee (2014) sem fjallaði um upplifun félagsráðgjafa þegar unnið var með börnum í sorg. Rannsóknin er til þess fallin að hjálpa starfsfólki skólans að sjá hverju sé ábótavant hvað varðar tíma, sveigjanleika, frekari fræðslu og fleira þegar unnið er með börnum í sorg.

Upplýsingaflæði milli starfsfólks og foreldra er ábótavant að mati foreldra en upp komu aðstæður sem hefði verið hægt að koma í veg fyrir ef upplýsingaflæði hefði verið á milli starfsfólks skólans, þá helst milli kennara. Líkt og kemur fram hjá Bronfenbrenner (1979) eru góð samskipti foreldra og skóla grunnur að góðum námsárangri og aðlögun í skólanum. Mallon (2011) styður það að upplýsingaflæði milli kennara, starfsfólks og aðstandenda þurfi að vera til staðar svo að barnið fái viðeigandi aðstoð til að vinna úr sorginni.

Önnur rannsóknarspurningin er: „*Hver er upplifun foreldra varðandi sorgarráðgjöf barna í skólum?*“ Niðurstöður rannsóknarinnar sýna að foreldrar upplifðu ekki nægilega aðstoð fyrir börn þeirra og margt þyrfti að breytast. Þekkingarleysi á sorg og skortur á upplýsingaflæði starfsfólks spilar stóran þátt í aðgerðaleysi skólans að mati foreldra í rannsókninni.

8.3 Hvað mátti betur fara

Foreldrar voru með skýra mynd af því hverju þyrfti að breyta til þess að börn í sömu stöðu fengju viðeigandi aðstoð. Foreldrar nefndu að þörf væri á sérfræðipækkingu í skólum en foreldrum fannst vanta einhvern hæfan einstakling til þess að vinna með þessum börnum. Þeir töluðu einnig um að leiðbeina þyrfti starfsfólki skólans um það hvernig ætti að aðstoða börn í sorg. Þetta kemur heim og saman við aðrar rannsóknir en þær sýna að ekki er nægileg þekking hvernig á að takast á við ýmis persónuleg vandamál nemenda innan skólans og þörf er á fjölbreyttari fagstéttum innan hans (Sigrún Harðardóttir, 2015; Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2015). Einnig kemur fram í aðgerðaáætlun um að styrkja stöðu barna og ungmenna að sífellt fleiri börn þjást af kvíða og vanlíðan og er því nauðsynlegt að bæta aðgengi að sálfræðingum á öllum skólastigum (Þingskjal nr. 13/2018-2019).

Foreldrar nefndu að til þess að bæta gæði þjónustunnar í skólum þyrftu að vera ákveðnir verkferlar til staðar. Foreldrar nefndu verkferla líkt og að veita foreldrum nemenda í bekk upplýsingar þegar foreldri væri mikið veikt eða hefði fallið frá, einnig þegar barnið mætti aftur í skólann og að mikilvægar upplýsingar fylgdu barninu þegar skipt væri um kennara. Rannsóknir sýna að ef notaðir eru fyrirfram ákveðnir verkferlar verður inngríp skilvirkara og starfsfólk bregst rétt við (Gunnar E. Finnbogason og Hildur Björg Gunnarsdóttir, 2010; Dyregrov, 2008; Holland, 2008). Eitt foreldrið nefndi að skólasamfélagið þyrfti að samstillast sig við til dæmis þjónustumiðstöðvar og heilsugæslu. Sambærilegar niðurstöður komu úr rannsókn eftir Sigrúnu Júlíusdóttur o.fl. (2015) en þar kom fram að þörf væri á tengingu milli grunnþjónustukerfa.

Þriðja rannsóknarspurningin er: „Hvað er hægt að gera til þess að bæta þjónustu innan skólans?“ Niðurstöður sýndu einna helst að mikil vöntun væri á sérfræðipækkingu innan skólans og þyrfti að bæta úr því. Einnig kom fram að nauðsynlegt væri að hafa ákveðna verkferla svo það auðveldaði starfsfólki að vinna með börnum í sorg. Ef verkferlar væru til staðar þá myndi upplýsingaflæði milli starfsfólks batna til muna.

9 Lokaorð

Þegar barn missir foreldri í æsku getur það haft í för með sér sálræna og lífeðlislega erfiðleika á fullorðinsárum. Andlegir og sálrænir þættir geta verið afleiðingar skammtímaáhrifa sorgar og má þar helst nefna kvíða, þunglyndi og hræðslu, hegðunar- og félagslega erfiðleika og vandamál tengd skóla. Stuðningur í skólum eftir foreldramissi hefur ekki mikið verið rannsakaður hér á landi en sambærileg rannsókn var gerð á stöðu barna við andlát foreldris (Sigrún Júlíusdóttir o.fl., 2015).

Höfundur telur mikilvægt að opna umræðu um hvort skólar séu með viðeigandi aðstoð fyrir börn í sorg en það getur leitt til þess að stjórnendur skólans rýni betur í verkferla skóla ef nemandi missir foreldri. Ýmsar spurningar og vangaveltur hafa komið upp við gerð þessarar rannsóknar. Hver er ástæða þess að upplýsingaflæði innan skóla er oft ekki nægilega gott? Er ástæðan sú að sérstakir verkferlar eru ekki til staðar sem leiðir til þekkingarleysis og skorts á aðstoð í þessum málaflokki?

Niðurstaða þessarar rannsóknar sýnir að börn sem misst hafa foreldri glíma við ýmiss konar sálfélagslegan vanda. Áhugavert er að sjá að í mörgum tilfellum þar sem börnin voru ung þegar áfallið átti sér stað áttu þau erfiðara með að vinna úr sorginni en oft halda foreldrar að börnin séu of ung til þess að skilja. Fróðlegt væri að kanna hvort munur er á upplifun kynja þegar foreldri fellur frá. Samkvæmt þessari rannsókn bendir ekkert til þess að þar sé munur en það stangast á við fræðin þar sem í niðurstöðum annarra rannsókna eiga stúlkur við meiri sálfélagslegan vanda að stríða en strákar eftir fráfall foreldris.

Í niðurstöðum rannsóknarinnar kemur fram að starfsfólk skólans hefur ekki þekkingu á sorg og sorgarviðbrögðum. Til þess að starfsfólk skóla geti brugðist rétt við og veitt barninu viðeigandi aðstoð þarf starfsfólk að vera upplýst um hver sorgarviðbrögð barna eru. Áfallaáætlanir sem farið er eftir eru mikilvægar í öllum skólum svo hægt sé að koma í veg fyrir vandamál sem fylgja oft sorginni. Eins og fram kemur í niðurstöðum er þörf á frekari sérfræðiþekkingu innan skólans. Starf skólafélagsráðgjafa væri góð viðbót inn í skóla landsins en þeir vinna út frá heildarsýn og eru vel til þess fallnir að vinna með börnum í sorg. Höfundur þykir því nauðsynlegt að lögvernda starfið.

Það er von höfundar að frumvarp verði samþykkt um stuðning við grunnskólabörn sem eiga langveikt eða deyjandi foreldri en það kæmi ef til vill af stað meira skipulagi á verkferlum í skólum.

Arndís Ósk Valdimarsdóttir

Heimildaskrá

- Akerman, R. og Statham, J. (2011). *Childhood bereavement: A rapid literature review. Research Report*. Sótt af <http://webarchive.nationalarchives.gov.uk/20130401151715/https://www.education.gov.uk/publications/eOrderingDownload/Childhood%20bereavement%20literature%20review.pdf>
- Alahakoon, D. T. D. (2018). Childhood bereavement following parental death. *International Journal of Scientific and Research Publication*, 8(8), 478-483. doi:10.29322/IJSRO.8.8.2018.p8059
- Andershed, H. og Andershed, A.-K. (2014). Mat á áhættu- og verndandi þáttum tengdum frávíkshæðun barna (Jón Thordarson, Sigrún Ólafsdóttir og Þórarinn Viðar Hjaltason þýddu). Í Páll Ólafsson (ritstjóri), *ESTER* (bls. 33-34). Sótt af <http://www.bvs.is/media/fagfolk/ESTER-Handbok-2.pdf>.
- Archer, J. (2011). Theories of grief: Past, present, and future perspectives. Í M. S. Stroebe, R. O. Hansson, H. Schut og W. Stroebe (ritstjórar), *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (2. útgáfa) (bls. 45-65). Washington: American Psychological Association.
- Aspiranti, K. B., Pelchar, T. K., McCleary, D. F., Bain, S. K. og Foster, L. N. (2011). Development and reliability of the comprehensive crisis plan checklist. *Psychology in the Schools*, 48(2), 146-155. <https://doi.org/10.1002/pits.20533>
- Barret, T. og Nichols, M. L. (2017). Defining loss: Preparing to support bereaved students. Í J. A. Brown og S. R. Jimmerson (ritstjórar), *Supporting Bereaved Students at School* (bls. 10-21). Sótt af https://books.google.is/books?hl=en&lr=&id=Cit1DgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=grieving+children+what+can+schools+do&ots=go1RK4pWpg&sig=Xcf30jhz0W25lobp6tttyAuuBm4&redir_esc=y#v=onepage&q=grieving%20children%20what%20can%20schools%20do&f=false
- Beckett, C. og Taylor, H. (2010). *Human growth and development* (2. útgáfa). London: SAGE.
- Berg, L. Rostila, M., Saarela, J. og Hjern, A. (2014). Parental death during childhood and subsequent school performance. *Pediatrics*, 133(4), 682-689. Sótt af <http://pediatrics.aappublications.org/content/pediatrics/early/2014/03/05/peds.2013-2771.full.pdf>
- Berk, L. E. og Roberts, W. (2009). *Child development* (3. útgáfa). Toronto: Pearson.
- Black, P. J., Woodworth, M., Tremblay, M. og Carpenter, T. (2012). A review of trauma-informed treatment for adolescent. *Canadian Psychology*, 53(3), 192-203.

- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1* (2. útgáfa). New York: Basic Books.
- Brendtro, L. K. (2006). The vision of Urie Bronfenbrenner: Adults who are crazy about kids. *Reclaiming Children and Youth, 15*(3), 162-166.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge: Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. Í M. Gauvain og M. Cole (ritstjórar), *Readings on the development of children* (2. útgáfa) (bls. 37-43). New York: Freeman.
- Bugge, K. E., Darbyshire, P., Røkholt, E. G., Haugstvedt, K. T. S. og Helseth, S. (2014). Young children's grief: Parent's understanding and coping. *Death Studies, 38*(1), 36-43. doi:10.1080/07481187.2012.718037
- Bugge, K. E., Helseth, S. og Darbyshire, P. (2009). Parent's experiences and a family support program when a parent has incurable cancer. *Journal of Clinical Nursing, 18*(24), 3480-3488.
- Cullberg, J. (1975/1990). *Kreppa og þroski: athugun frá viðhorfi sálgreiningar og félagsgeðlæknisfræði* (Brynjólfur Ingvarsson þýddi). Akureyri: Bókaförlag Odds Björnssonar.
- Dupper, R. D. (2003). *School social work: Skills and intervention for effective practice*. New Jersey: Wiley.
- Dyregrov, A. (2008). *Grief in children. A handbook for adults* (2. útgáfa). London: Jessica Kingsley.
- Edda Jóhannsdóttir. (2015). *Staða barns við andlát foreldris. Staða þekkingar, þjónustu og löggjafar* (óútgefin meistararitgerð) Sótt af https://skemman.is/bitstream/1946/23342/1/FRG442L_MA%20ritger%C3%B0_Edda%20J%C3%B3hannsd%C3%B3ttir.pdf
- Elfa María Geirsdóttir. (2016). *Viðbrögð leik- og grunnskóla við andlát í fjölskyldu skólabarns* (óútgefin meistararitgerð). Sótt af https://skemman.is/bitstream/1946/26413/4/FRG442L_MA%20ritger%C3%B0_Elfa%20Geirsd%20Mar%C3%ADa%20Geirsd%C3%B3ttir_lokaskjal.pdf
- Elínrós Línadal. (2018, 29. apríl). Börn sem hafa misst ástvin. *Mbl.is*. Sótt af https://www.mbl.is/born/frettir/2018/04/29/born_sem_hafa_misst_astvin/
- Ellis, J., Dowrick, C. og Lloyd-Williams, M. (2013). The long-term impact of early parental death: lesson from a narrative study. *Journal of the Royal Society of Medicine, 106*(2), 57-67. doi:10.1177/0141076812472623
- Embætti landlæknis. (2014). Vinir Zippýs. Sótt af <https://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/verkefni/item17786/Vinir-Zippys>

Embætti landlæknis. (2017). Vinir Zippýs – Sagan. Sótt af <https://www.landlaeknir.is/um-embættid/greinar/grein/item17834/Vinir-Zippys---Sagan>

Embætti landlæknis. (e.d.-a). Siðareglur félagsráðgjafa. Sótt af <https://www.landlaeknir.is/gaedi-og-eftirlit/heilbrigdisstarfsfolk/starfsleyfi/sidareglur/item13340/>

Embætti landlæknis. (e.d.-b). Zippý – Námsþáttur 5 – verkefni. Sótt af <https://www.landlaeknir.is/um-embættid/greinar/grein/item17868/Zippy---Namsthatur-5---Verkefni#five>

Farley, O. W., Smith, L. L. og Boyle, S. W. (2012). *Introduction to social work* (12. útgáfa). Boston: Pearson.

Grenklo, T. B. (2013). *Teenagers losing a parent to cancer: Experience, modifiable risk-factors and long-term outcome*. Stokkhólmur: Karolinska Institutet, Department of Oncology and pathology, clinical cancer epidemiology.

Gunnar E. Finnbogason og Hildur Björg Gunnarsdóttir. (2010). Tilvist og uppbygging áfallaáætlana í grunnskóla. *Ráðstefnurit Netlu – Menntavika 2010*. Reykjavík: Menntavísindasvið Háskóla Íslands.

Gyllenswärd, G. (2005). Barn i kris. Barn med trauma. *Religion & Livsfrågor*, 2005(1),12-16.

Harpham, W. S. (2014). *Þegar foreldri fær krabbamein – um börn og alvarleg veikindi* (Karl Emil Gunnarsson þýddi). Reykjavík: Vaka – Helgafell.

Háskóli Íslands. (2014). Vísindasiðareglur Háskóla Íslands. Sótt af https://www.hi.is/sites/default/files/atli/pdf/log_og_reglur/vshi_sidareglur_16_1_2014.pdf?fbclid=IwAR0U9aPErFD1C5ba4BvdPigDdg6uyd1zPdnTbIEETarjwEGuLLYQZ_4_d4

Heath, M. A., Leavy, D., Hansen, K., Ryan, K., Lawrence, L. og Sonntag, A. G. (2008). Coping with grief: Guidelines and resources for assisting children. *Intervention in School & Clinic*, 43(5), 259-269.

Helga Jónsdóttir. (2013). Viðtöl í eiginlegum og meginlegum rannsóknum. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri), *Handbók í aðferðarfræði rannsókna* (bls. 137-153). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.

Hennink, M., Hutter, I. og Bailey, A. (2011). *Qualitative research methods*. London: SAGE.

Hess, R. S., Magnuson, S. og Beeler, L. (2012). *Counseling children and adolescents in schools*. Thousand Oaks: SAGE.

Holland, J. (2008). How schools can support children who experience loss and death. *British Journal of Guidance & Counselling*, 36(4), 411-424.

Jarolmen, J. (2014). *School social work: A direct practice guide*. Thousand Oaks: SAGE.

- Jenson, J. og Fraser, M. W. (2011). A risk and resilience framework for child, youth and family policy. Í J. M. Jenson og M. W. Fraser (ritstjórar), *Social policy for children and families: A risk and resilience perspective* (2. útgáfa) (bls. 5-24). Thousand Oaks: SAGE.
- Knox, K. S. og Roberts, A. R. (2005). Crisis intervention and crisis team models in schools. *Children & Schools*, 27(2), 93-100.
- Krabbameinsfélagið. (e.d.-a). Um Krabbameinsfélagið. Sótt af <https://www.krabb.is/starfsemi/um-felagid/um-krabbameinsfelagid/>
- Krabbameinsfélagið. (e.d.-b). Stuðningshópar. Sótt af <https://www.krabb.is/radgjof-studningur/studningur/studningshopar/>
- Krabbameinsfélagið. (e.d.-c). Styrkur. Sótt af <https://www.krabb.is/starfsemi/studningshopar/styrkur/styrkur>
- Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra. (e.d.-a). Félagið. Sótt af <https://www.kraftur.org/felagid/>
- Kraftur, stuðningsfélag fyrir ungt fólk sem greinst hefur með krabbamein og aðstandendur þeirra (e.d.-b). Bækur frá Krafti. Sótt af <https://www.kraftur.org/vara/tegar-foreldri-faer-krabbamein-aukabok-fylgir/>
- Kübler-Ross, E. (1969). *On death and dying*. London: Tavistock.
- Kübler-Ross, E. og Kessler, D. (2005). *On grief and grieving: Finding the meaning of grief through the five stages of loss*. New York: Scribner.
- Kvale, S. og Brinkmann, S. (2009). *Interviews. Learning the craft of qualitative research interviewing* (2. útgáfa). Thousand Oaks: SAGE.
- Lancaster, J. (2011). Developmental stages, grief, and a child's response to death. *Pediatric Annals*, 40(5), 277-81. doi:10.3928/00904481-20110412-09
- Lára Björnsdóttir. (2006). Heildrænt skipulag í heilbrigðis- og félagsþjónustu. Í Sigrún Júlíusdóttir og Halldór Sig. Guðmundsson (ritstjórar), *Heilbrigði og heildarsýn, félagsráðgjöf í heilbrigðisþjónustu* (bls. 49-61). Reykjavík: Háskólaútgáfan og Rannsóknasetur í barna- og fjölskylduvernd.
- Leighton, S. (2008). Bereavement therapy with adolescents: Facilitating a process of spiritual growth. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 21(1), 24-34.
- Lichtman, M. (2013). *Qualitative research in education. A user's guide* (3. útgáfa). London: SAGE.
- Ljónshjarta. (e.d.). Félagið. Sótt af <http://ljonshjarta.is/felagid/>
- Ljósið. (e.d.-a). Um Ljósið. Sótt af <http://ljosid.is/um-ljosid/>

- Ljósið. (e.d.-b). Aðstandendanámskeið fyrir börn 6-13 ára. Sótt af <http://ljosid.is/2018/01/25/adstandendanamskeid-fyrir-born-6-13-ara/>
- Luecken, L. J. (2000). Parental caring and loss during childhood and cortisol responses to stress. *Psychology & Health, 15*(6), 841-851.
- Luecken, L. J. (2011). Long-term consequences of parental death in childhood: Psychological and physiological manifestations. Í M. S. Stroebe, R. O. Hansson, H. Schut og W. Stroebe (ritstjórar), *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (2. útgáfa) (bls. 397-416). Washington: American Psychological Association.
- Lög um grunnskóla nr. 91/2008.
- Mallon, B. (2011). *Working with bereaved children and young people*. Los Angeles: SAGE.
- Mennta- og menningarmálaráðuneyti. (2013). *Aðalnámskrá grunnskóla: Almennur hluti 2011: Greinasvið 2013*. Reykjavík: Höfundur.
- Menntamálaráðuneytið. (2007). *Aðalnámskrá grunnskóla 2007: Lífsleikni*. Reykjavík: Höfundur.
- Nanna Kristín Christiansen. (2010). *Skóli og skólaforeldrar: Ný sýn á samstarfið um nemandann*. Reykjavík: Höfundur.
- Neville, H. A. og Mobley, M. (2001). Social identities in context: An ecological model of multicultural counseling psychology processes. *The Counseling Psychologist, 29*(4), 471-486.
- Ný döggun, stuðningur í sorg. (e.d.-a). Saga félagsins. Sótt af <http://www.sorg.is/um-felagidh/saga-felagsins>
- Ný döggun, stuðningur í sorg. (e.d.-b). Foreldramissir. Sótt af <http://www.sorg.is/separator-support-groups/parent-loss>
- Openshaw, L. L. (2011). School-based support groups for traumatized students. *School Psychology International, 32*(2), 163-178. Sótt af <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/0143034311400830>
- Padgett, D. K. (2008). *Qualitative methods in social work research* (2. útgáfa). New York: SAGE.
- Prigerson, H. G., Vanderwerker, L. C. og Maciejewski, P. K. (2011). A Case for inclusion of prolonged grief disorder in DSM-V. Í M. S. Stroebe, R. O. Hansson, H. Schut og W. Stroebe (ritstjórar), *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (2. útgáfa) (bls. 165-185). Washington: American Psychological Association.
- Quinn-Lee, L. (2014). School social work with grieving children. *Children & Schools, 36*(2), 93-103. doi:10.1093/cs/cdu005

Reglugerð um nemendur með sérþarfir í grunnskóla nr. 585/2010.

Rutter, M. (2013). Annual research review: Resilience-clinical implication. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(4), 474-487. doi: 10.1111/j.1469-7610.2012.02615.x

Sadock, B. J. og Sadock, V. A. (2015). *Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry behavioral sciences/clinical psychiatry* (11. útgáfa). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Samhygð, samtök um sorg og sorgarviðbrögð. (e.d.). Sótt af <https://www.akureyrarkirkja.is/is/safnadarstarf/samhygd-samtok-um-sorg-og-sorgarvidbrogd>

Schonfeld, D. (2010). *The grieving student. A teacher's guide*. USA: Paul H. Brookes Publishing.

Shear, M. K. (2009). Grief and depression: Treatment decision for bereaved children and adults. *The American Journal of Psychiatry*, 166(7), bls. 746-748.

Sigríður Halldórsdóttir og Sigurlína Davíðsdóttir. (2013). Réttmæti og áreiðanleiki í megindlegum og eigindlegum rannsóknum. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri), *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 211-227). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.

Sigríður Halldórsdóttir. (2013a). Yfirlit yfir eigindlegar rannsóknaraðferðir. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri), *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 239-249). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.

Sigríður Halldórsdóttir. (2013b). Fyrirbærafræði sem rannsóknaraðferð. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri), *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 281-297). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.

Sigrún Aðalbjarnardóttir. (2007). *Virðing og Umhyggja: Ákall 21. aldar*. Reykjavík: Heimskringla.

Sigrún Harðardóttir. (2015). Velferð nemenda – hlutverk skólafélagsráðgjafa. *Tímarit félagsráðgjafa*, 9(1), 7-12.

Sigrún Júlíusdóttir og Gunnjóna Una Guðmundsdóttir. (2017). Samskipti við skólann. Í Sigrún Júlíusdóttir (ritstjóri), *Foreldri fær krabbamein – viðkvæm staða barns: 2.bindi. Niðurstöður viðtalsrannsóknar 2015-2017. Annar hluti rannsóknarverkefnisins um stöðu barna við veikindi og andlát foreldris* (bls.47-48). Reykjavík: Rannsóknarstofnun í barna- og fjölskylduvernd.

Sigrún Júlíusdóttir, Edda Jóhannsdóttir og Gunnjóna Una Guðmundsdóttir. (2015). *Það skiptir öllu máli hvernig við undirbúum börnin*. Sótt af http://www.rbf.is/sites/www.rbf.is/files/ritrod_rbf_stada_barna_vid_andlat_foreldris-nytt.pdf

- Sigurbjörg J. Helgadóttir, Guðbjörg Vilhjálmsdóttir, Hildur Björk Svavarsdóttir og Gerður G. Óskarsdóttir. (2006). *Greining á starfi: Náms- og starfsráðgjafar í grunnskólum Reykjavíkur*. Sótt af http://reykjavik.is/sites/default/files/yomis_skjol/skjol_utgefid_efni/namsradgjafarskyrsla.pdf
- Sigurður Kristinsson. (2013). Siðfræði rannsókna og siðanefndir. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri), *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 71-88). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.
- Stroebe, M. S., Hansson, R. O., Schut, H. og Stroebe, W. (2011). Bereavement research: contemporary perspectives. Í M. S. Stroebe, R. O. Hansson, H. Schut og W. Stroebe (ritstjórar), *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (2. útgáfa) (bls. 3-25). Washington: American Psychological Association.
- Teater, B. (2010). *An introduction to applying social work theories and methods*. Maidenhead: McGraw-Hill, Open University Press.
- Thastum, M., Johansen, M. B., Gubba, L., Olesen, L. B. og Romer, G. (2008). Coping, social relations, and communication: A qualitative exploratory study of children of parents with cancer. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 13, 123-139.
- Thomas, G. og Loxley, A. (2007). *Deconstructing special education and constructing inclusion* (2. útgáfa). Berkshire: McGraw-Hill Education.
- Weiss, R. S. (2011). The nature and causes of grief. Í M. S. Stroebe, R. O. Hansson, H. Schut og W. Stroebe (ritstjórar) *Handbook of bereavement research and practice: Advances in theory and intervention* (2. útgáfa) (bls. 29-44). Washington: American Psychological Association.
- Wood, F. B. (2008). Helping young children cope. *YC Young Children*, 63(5), 28-31.
- Worden, J. W. (2010). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (4. útgáfa). New York: Routledge.
- Þingskjal nr. 1030/2007-2008. Umsagnir fagdeildar félagsráðgjafa á fræðslu- og skólasviði (FFS) Félagsráðgjafafélags Íslands vegna frumvarps til laga um leik-, grunn- og framhaldsskóla.
- Þingskjal nr. 1269/2017-2018. Frumvarp til laga um breytingu á ýmsum lögum vegna réttar barna sem aðstandenda.
- Þingskjal nr. 13/2018-2019. Tillaga til þingsályktunar um aðgerðaáætlun fyrir árin 2019-2022 til að styrkja stöðu barna og ungmenna.
- Þórólfur Þórlindsson og Þorlákur Karlsson. (2013). Úrtök og úrtaksaðferðir í meginlegum rannsóknum. Í Sigríður Halldórsdóttir (ritstjóri), *Handbók í aðferðafræði rannsókna* (bls. 113-136). Akureyri: Háskólinn á Akureyri.

Viðauki I. Viðtalsvísir

1. Núverandi fjölskyldustaða?
2. Hvað var barnið þitt gamalt þegar foreldrið lést?
3. Hvað er barnið gamalt núna?
4. Voru foreldrar saman eða fráskilin þegar áfallið varð?
5. Hvernig lést foreldrið?
6. Getur þú lýst aðdraganda andlátsins?
7. Hvernig hafði andlátið áhrif á daglegt líf barnsins?
8. Hvenær fór barnið aftur í skólann eftir andlátið?
9. Fékk barnið einhvern stuðning í skólanum, hvernig var því háttað?
10. Var þér bent á einhverjar leiðir til þess að fá aðstoð?
11. Telur þú að starfsfólk skólans hafi nægilega þekkingu og hæfni til þess að aðstoða börn í sorg?
12. Fékkst þú upplýsingar hvernig barninu gekk eða leið fyrstu vikurnar í skólanum?
13. Upplifir þú að tekið hafi verið tillit til þeirra afleiðinga sem foreldramissirinn hafði fyrir barnið þitt?
14. Eru áfallaáætlanir í skólanum hjá barninu þínu?
15. Hvernig hefði skólinn/starfsfólk skólans getað aðstoðað barnið þitt öðruvísi?
16. Eitthvað að lokum?

Viðauki II – Upplýsinga- og kynningarbréf



Ágæti viðtakandi

Undirrituð er að fara að framkvæma rannsókn sem er meistaraverkefni mitt við Félagsráðgjafardeild Háskóla Íslands. Ábyrgðaraðili og leiðbeinandi rannsóknarinnar er Dr. Steinunn Hrafnisdóttir prófessor við Félagsráðgjafardeild Háskóla Íslands.

Tilgangur rannsóknarinnar er að fá sýn eftirlifandi foreldris á þeirri aðstoð og stuðningi sem börn þeirra fengu í skólakerfinu þegar þau misstu foreldri sitt.

Rannsóknin er eigindleg og tekin verða hálf stöðluð viðtöl við viðmælendur. Fyllsta trúnaðar og nafnleyndar verður gætt en farið verður með persónuupplýsingar og skráningu þeirra í samræmi við lög nr. 90/2018 um persónuvernd. Viðtalið er hljóðritað og síðan afritað orðrétt og þeim eytt að rannsókn lokinni.

Óskað er eftir foreldri sem á barn á grunnskólaaldri sem misst hefur foreldri á meðan það var í grunnskóla, minnsta kosti þrjú ár þurfa að vera liðin frá áfallinu.

Áætlaður tími á hvert viðtal er 30-45 mínútur og ber þátttakendum ekki skylda til að svara öllum spurningum og geta hætt í ferlinu hvenær sem er þrátt fyrir upplýst samþykki. Mikilvægt er að þátttakendum líði sem best á meðan viðtalinu stendur og velja þeir því sjálfir staðsetningu og tíma sem hentar þeim. Ef þátttakandi upplifir erfiðar tilfinningar og vanlíðan eftir viðtalið geta þátttakendur leitað til Sigríðar Kristínar Helgadóttur prests og forstöðumanns í Fríkirkjunni í Hafnarfirði. Það er von mín að þú viðtakandi sjái þér fært um að taka þátt í þessari rannsókn til þess að fá betri innsýn inn í hvort eða hver aðstoðin sé í grunnskólum fyrir börn sem misst hafa foreldri. Ef einhverjar spurningar vakna má hafa samband við:

Ábyrgðaraðila: Steinunni Hrafnisdóttur prófessor. steinhra@hi.is. Sími 525-5266.

Rannsakanda: Arndís Ósk Valdimarsdóttir MA nema í félagsráðgjöf. aov7@hi.is.
Sími 866-4094.

Félagsvísindasvið- Félagsráðgjafardeild

Háskóli Íslands: Sæmundargötu 2 101 Reykjavík

Rannsakandi mun hafa samband símleiðis eða í gegnum tölvupóst

Viðauki III – Upplýst samþykki fyrir þátttöku í rannsókn

Upplýst samþykki vegna rannsóknar

Með undirskrift minni er ég samþykk/ur þátttöku og hef ég nú þegar lesið þessar upplýsingar í kynningarbréfi og fengið svör við spurningum sem hafa vaknað varðandi rannsóknina. Ávinningur minn af þátttöku í rannsókninni felst í því að fá tækifæri til þess að ræða reynslu mína og upplifun. Undirskrift mín gefur einnig til kynna að ég hafi ákveðið að taka þátt í rannsókninni, séð og fengið afhent afrit af þessu upplýsta samþykki. Undirritun samþykkis er skilyrði fyrir þátttöku í rannsókninni.

Dagsetning

Undirskrift þátttakanda

Undirskrift leiðbeinenda

Undirskrift rannsóknaraðila