

**Háskólinn á Akureyri
Hug- og félagsvísindasvið
Kennaradeild
Leikskólabraut
2011**

„Að tala við börn um dauðann er að tala við þau um lífið“

**Sorg og sorgarviðbrögð barna á leikskólaaldri,
vegna andláts, og
hlutverk leikskóla og leikskólakennara.**

**Dóra Rún Kristjánsdóttir
Þóra Guðrún Jónsdóttir
Lokaverkefni**

**Háskólinn á Akureyri
Hug- og félagsvísindasvið
Kennaradeild
Leikskólabraut
2011**

„Að tala við börn um dauðann er að tala við þau um lífið“

**Sorg og sorgarviðbrögð barna á leikskólaaldri,
vegna andláts, og
hlutverk leikskóla og leikskólakennara.**

**Dóra Rún Kristjánsdóttir
Þóra Guðrún Jónsdóttir
Leiðsögukenndari: Sigrún Sveinbjörnsdóttir
Lokaverkefni til 180 eininga B.Ed.-prófs**

Við lýsum því hér með yfir að við einar erum höfundar þessa verkefnis og það er ágóði eigin
rannsókna

Dóra Rún Kristjánsdóttir

Þóra Guðrún Jónsdóttir

Það staðfestist hér með að lokaverkefni þetta fullnægir að mínum dómi kröfum til B.Ed.-prófs
í kennaradeild

Sigrún Sveinbjörnsdóttir

Útdráttur

Þessi ritgerð, til B.Ed.-gráðu í leikskólakennarafræði, fjallar um sorg og sorgarviðbrögð barna á leikskólaaldri, frá fæðingu til sex ára aldurs, vegna andláts. Dauðinn er hluti af lífinu þá er hægt að gefa sér það að náinn aðili tengdur leikskólastarfi, svo sem starfsmaður eða barn innan skólans, falli frá. Fjallað er um hvað leikskólar og leikskólakennarar geta gert til að aðstoða börn og fjölskyldur þeirra ásamt því að fræða þau um dauðann. Sérstök áherla er lögð á hugtökin sorg og missi. Ritgerðin skiptist í þrjá megin hluta:

Fyrsti hluti fjallar um sorg og sorgarviðbrögð barna á leikskólaaldri. Sorg er eðlilegt viðbragð við missi og hluti af því sem takast þarf á við í lífinu. Skoðaðar eru nokkrar þroskakenningar og í kjölfarið er reynt að gera skilningi barna á dauðanum skil. Tilfinningar sem fylgja sorgarferlinu eru margslungnar og geta verið ólíkar eftir því hvernig hinn látni tengdist barninu. Sorgarviðbrögð barna geta verið margvísleg en þó hafa nokkrir fræðimenn útskýrt sorgarferli, sem greinst geta í nokkur stig með sameiginlegum einkennum sem búast má við að flestir gangi í gegnum í sorgarúrvinnslunni.

Annar hluti fjallar um hvernig leikskólar geta aðstoðað börn og fjölskyldur þeirra í sorg, hvaða leiðir leikskólakennari getur nýtt sér og hvers konar samskipti leikskóla og leikskólakennara við heimili barnanna eru æskileg.

Í þriðja hluta er lagalegt umhverfi leikskólanna skoðað með tilliti til þess hvernig það tekur á áföllum og sorg. Gerð er grein fyrir athugun á leikskólum sem heyra undir Akureyrarbæ. Skoðað var hvort upplýsingar um hugtök sem snúa að sorg og missi séu aðgengileg á heimasíðum þeirra. Einnig voru *Aðalnámskrá leikskóla* (1999) og drög að nýrri *Aðalnámskrá leikskóla* (2010) skoðaðar í sama tilgangi.

Abstract

This essay, for B.Ed.-degree in Early Childhood Education, discusses grief and the grieving process of preschool children, from birth to six years old, when someone close to them dies. Death is a part of life so you can assume that an intimate person connected to the preschool, such as an employee or a child in the school, will pass away. What the preschool and early childhood educators can do to help children and their families and how the children can be taught about death. Special emphasis is put on the concepts of grief and loss. This essay is divided into three main parts:

The first part focuses on the grief and grieving process of children in preschool. Grief is a normal reaction to loss, and part of what we need to face in life. Several developmental theories are viewed and following attempts to make sense of how children define death. Emotions that are accompanied by the grieving process are complex and may be related to how the deceased was associated with the child. Children's grieving process may be various although some scholars have explained the grieving process as stages with common characteristics which have been assumed that most people go through when coping with loss.

The second part deals with how the preschool can help children and their family coping with loss, what ways can the early childhood educator utilized, and what kind of communications is desirable between the preschool, early childhood educators and the children's families.

In the third part the legal environment is examined in terms of how it concerns on trauma and grief. A study was conducted where websites of preschools belonging to Akureyri were viewed and checked whether information related to grief and loss are available there. The Preschool National Curriculum (1999) and the draft of the new Preschool National Curriculum (2010) are examined for that same purpose.

Efnisyfirlit

1. Inngangur	3
2. Aðferðafræði	6
3. Niðurstöður.....	7
3.1 Spurning 1 - Skilningur barna á dauðanum og birtingarmyndir sorgarinnar	8
3.1.1 Þroskakeningar	8
3.1.2 Skilningur barna á dauðanum.....	10
3.1.3 Tilfinningar og tengsl við sorg	13
3.1.4 Sorgarviðbrögð barna	16
3.1.5 Hvernig tengist hinn látni barninu?	18
3.1.6 Sorgarferli og stig í sorgarferlinu	20
3.1.7 Samskipti barna og fullorðinna í sorgarferli	22
3.1.8 Samantekt	23
3.2 Spurning 2 - Leikskóli og leikskólakennarar	24
3.2.1 Hlutverk leikskóla	24
3.2.2 Hvað getur leikskólakennari gert	27
3.2.3 Foreldrasamskipti	36
3.2.4 Samantekt	37
3.3 Spurning 3 - Leikskólar Akureyrarbæjar	37
3.3.1 Lagalegt umhverfi leikskóla.....	38
3.3.2 Leikskólar Akureyrarbæjar	38
3.3.3 Samantekt	40
4. Umræða um niðurstöður.....	41
5. Lokaorð	44
Heimildir	45
Fylgiskjöl.....	51

Töfluskrá

Tafla 1 Upplýsingar á heimsíðum leikskóla Akureyrarbæjar	39
--	----

1. Inngangur

Þegar ákveða átti hvaða viðfangsefni ætti að taka fyrir í vinnu við lokaverkefni fór hugurinn að reika um það efni sem við, sem tilvonandi leikskólakennarar, erum búnar að fara í gegnum í náminu. Viðfangsefnið börn og sorg var tekið fyrir sem hluti af stærra námskeiði í deildarstjórnun og vildum við skoða það efni nánar, sérstaklega með tilliti til þess hvernig sorg barna á leikskólaaldri, sem misst hafa einhvern vegna dauðsfalls, birtist. Dauðinn er fyrirbæri sem mörgum finnst erfitt að ræða um og takast á við en snertir alla einhvern tímann á lífsleiðinni. Dauðinn snertir líka börn á leikskólaaldri en þau eins og aðrir geta misst foreldri, systkini, ömmur og afa, vini og jafnvel gæludýr. Yeagley (1994) heldur því fram að missir eigi sér stað um leið og við yfirgefum örugga staðinn í móðurlífinu við fæðingu og eftir það verðum við fyrir margskonar missi bæði stórum sem smáum. Hvort sem missirinn er mikill eða lítill þá verður einstaklingurinn fyrir tímabundnu sálrænu áfalli, þar sem hann er ekki undir það búin þegar óvænt áfall dýnur yfir (bls. 14-15). Missir getur átt við fleiri þætti en dauðsfall og hefur Goldman (2000) skipt honum niður í sjö þætti en þeir eru vegna: sambandsslita, sjálfsins, venja, breytinga á umhverfi, hæfileika og/eða getu svo sem vegna fötlunar eða slyss, verndar fullorðinna í framtíðinni og utanaðkomandi þátta svo sem þegar barn týnir uppáhalds bangsanum sínum. Missir getur því átt sér stað vegna þess að vinur hefur flutt í burtu eða vegna dauða einhvers nákomins, svo sem fjölskyldumeðlims eða jafnvel gæludýrs (bls. 6-9; 16; 20; Favazza og Munson, 2010, bls. 87). Missir, þar á meðal vegna dauðsfalls og sorgin sem því fylgir, er því eitthvað sem leikskólakennari þarf líklega að takast á við á starfsferli sínum hvort sem það er hjá leikskólabarni, foreldri, samstarfsmanni eða tengt honum sjálfum.

Í bókinni *Life-span development* eftir Santrock (2008) kemur fram að sorg sé eðlilegt viðbragð við missi og því hluti af þeim verkefnum sem við tökumst á við í lífinu. Líklega er mismunandi eftir einstaklingum hvernig þeir bregðast við missi en aldur, þekking, trú og lífsreynsla hafa meðal annars áhrif á það hvernig tekist er á við sorgina. Einnig skiptir máli í hvernig samfélagi einstaklingur býr þar sem þau eru mjög misjöfn og bregðast mismunandi við dauða og sorg. Það getur farið eftir trúarbrögðum og menningarheimum hvernig litið er á dauðann til að mynda hvort hann sé eitthvað sem ber að hræðast, refsing eða leit að hamingju (bls. 683). Þar sem við komum til með að starfa með ungum börnum vildum við kynna okkur betur hvernig dauðinn og sorgin snerta yngstu börnin, frá fæðingu til sex ára aldurs og hvernig leikskólakennarar geta aðstoðað eða leiðbeint börnunum í gegnum sorgina.

Ef leitað er að skilgreiningum á hugtakinu sorg þá er það samkvæmt *Íslenskri orðabók*: „1 hryggð, harmur, tregi. 2 það að syrgja.” og skilgreiningin á harma er: „s trega, vera hryggur yfir: *h. e-n* sakna *e-s*, sjá eftir *e-m*; kenna í brjósti um *e-n*.” (Árni Böðvarsson, 1983, bls. 345; 930). Þessar skilgreiningar eru ekki mjög lýsandi fyrir það ferli sem sorginni fylgir en í grein frá árinu 2006, eftir fjóra barnasálfræðinga, má finna þá skilgreiningu að sorg sé ferli sem tekur við þegar maður er sviptur einhverjum vegna dauðsfalls og vísar til þess að vera syrgjandi eða með öðrum orðum: það að syrgja er ferli þar sem unnið er úr sorg (Sood, Razdan, Weller og Weller, 2006, bls. 115). Eins má sjá að í kennslubók í uppeldisfræði fyrir íslenska framhaldsskóla er talað um að það að syrgja sé að kljást við missinn og að takast á við þann ótta sem breytingin hefur í för með sér hjá einstaklingnum sjálfum (sjálfinu) (Guðrún Friðgeirsdóttir og Margrét Jónsdóttir, 1998, bls. 229).

Ýmsir sérfræðingar hafa rætt um að hæfnin til að syrgja hefjist í bernsku þegar sjálfið þroskast og barnið verður fært um að skilja endanlegan dauða. Mikil og oft misvísandi umræða hefur verið ríkjandi meðal sérfræðinga um hvenær börn öðlist slíka hæfni. Worden (1996) ræðir meðal annars um sálfræðingana Wolfenstein, Bowlby og Furman. Þar kemur fram að bandaríski sálfræðingurinn Martha Wolfenstein telur að hæfnin til að syrgja hefjist ekki fyrr en á unglingsárum þegar fullum þroska er náð. Á hinn bóginn heldur breski sálfræðingurinn John Bowlby því fram að ungabörn allt niður í sex mánaða gömul upplifi sorgarviðbrögð sem líkjast sorgarviðbrögðum hinna fullorðnu. Mitt á milli fræðimannanna Wolfenstein og Bowlby nefnir Worden bandaríska sálfræðinginn Robert A. Furman en hann telur að hæfnin til að syrgja hefjist í kringum þriggja og hálf til fjögurra ára aldur (bls. 9-10). Toni Griffith (2003), bandarískur félagsráðgjafi sem hefur sérhæft sig í sorgarmálefnum barna og er stofnandi samtakanna of Continuing Support Services fyrir syrgjandi börn. Hún talar um að börn séu samþykkt sem syrgjendur nú á tímum og viðbrögð þeirra allt niður í tveggja ára aldur eru viðurkennd. Börnin sýna viðbrögð við atvikum sem valda breytingum en viðbrögðin geta til dæmis verið hræðsla og kvíði. Talað er um að börn séu hinir gleymdu syrgjendur þar sem sorgarviðbrögð þeirra eru oft ekki þau sömu og fullorðinna og því oft ekki viðurkennd sem slík (bls. 217; 225).

Schaffer (1996) fjallar um geðtengsl í bók sinni *Social Development* en þau eru nán og sterk tilfinningaleg bönd sem barn myndar við umönnunaraðila sína. Geðtengsl myndast yfirleitt við foreldra eða aðra nána umönnunaraðila sem sinna barninu og tilfinningum þess en tengslin eru gagnkvæm og samsett af tilfinningum, viðhorfum og trú. Geðtengslin hjá ungum börnum einkennast af því að þau halda upp á ákveðnar manneskjur, sækjast eftir líkamlegri nálægð við þá sem veita öryggi og þægindi ásamt því sem aðskilnaðarkvíði gerir vart við sig

verði þau óörugg. Schaffer skrifar einnig um Bowlby, sem var með þeim fyrstu sem setti fram kenningar um geðtengslamyndun. Schaffer telur að Bowlby haldi því fram að geðtengsl séu hluti af náttúrulegu ferli sem barn fer í gegnum. Sterk tengsl við náinn umönnunaraðila skiptir miklu máli fyrir ungabarnið og umhverfi þess en það hvernig um það er hugsað er mikilvægt fyrir afkomu þess. Því skipta grátur, eftirfylgni og nálægð barnsins við umönnunaraðila máli til þess að ná athygli hans. Bowlby telur geðtengslamyndunina fara að mestu fram fyrstu tvö æviár barns og þau fara í gegnum fjögur þrep. Á fyrsta þrepi eru nýfædd til tveggja mánaða gömul börn en þau snúa sér að hverjum sem er og greina ekki á milli fólks. Á öðru þrepi eru tveggja til sjö mánaða gömul börn og eru þau farin að geta greint á milli fólks sem þau þekkja. Á þriðja þrepi eru börnin sjö til 24 mánaða á ákveðnu tengslamyndunartímabili þar sem þau eru mjög viðkvæm fyrir aðskilnaði, hræðsla við ókunnuga og vilja helst vera hjá fáum umönnunaraðilum. Á fjórða þrepi eru börn 24 mánaða og eldri og tengslin eru meira í báðar áttir þar sem þau eru farin að skilja þarfir umönnunaraðila betur og taka mið af því (bls. 127-129). Fram kemur hjá Ainsworth, Blehar, Waters og Wall (1978) að aðskilnaður frá umönnunaraðila valdi miklu uppnámi og mótmælum barns. Barnið reynir að hrópa, gráta eða leita að umönnunaraðilanum en það er gert til að sækjast eftir tengslunum og örygginu sem fylgir umönnunaraðilanum. Eftir því sem aðskilnaðurinn varir lengur verða mótmælin hljóðlátari eða hlé eru gerð á milli en jafnvel hætta þau alveg (bls. 18). Börn sýna viðbrögð við aðskilnaði frá tengdum einstaklingum, en túlka mætti þessi viðbrögð sem sorgarviðbrögð.

Foreldrar og kennarar geta gegnt mikilvægu hlutverki þegar aðstoða þarf barn sem er að takast á við missi. Þar sem við viljum geta aðstoðað börn í sorg er gott að geta frætt þau um dauðann/dauðsföll á viðeigandi hátt og viljum við kynna okkur hvernig best sé að standa að því. Við viljum líka kynna okkur hvaða birtingarmyndir sorg barna getur tekið en séum við meðvitaðar um slíkt getum við aðstoðað börnin betur í sorg sinni. Að lokum ætlum við að kynna okkur hvort leikskólar Akureyrarbæjar hafi sýnilegar á heimasíðum sínum upplýsingar og viðbragðsáætlanir í tengslum við sorg og áföll í skólanum.

Rannsóknarspurningar okkar eru því þessar:

1. Hvernig skilja börn á leikskólaaldri dauðann og hvaða birtingarmyndir getur sorg barna tekið?
2. Hvað getur leikskólinn og leikskólakennarar gert fyrir barn í sorg og hvernig haga má fræðslu um dauðann?
3. Hvaða upplýsingar um áföll og sorg barna, vegna dauðsfalls, er að finna á leikskólum Akureyrarbæjar?

2. Aðferðafræði

Notast var við gagnasöfn á internetinu við leit að greinum en aðallega voru eftirfarandi gagnasöfnin nýtt: EBSCOhost, ERIC, ProQuest og Philosopher's Index ásamt fræðasetrinu GoogleScholar. Við leit að ritryndum greinum var notast við leitarorðin: preschool children and grief, death and dying, children and youth, grieving children, grieving preschool children og bereavement and early childhood education. Einnig var notast við tiltæk íslensk rit byggð á rannsóknum eða reynslu höfundanna.

Ákveðið var að skoða heimasíður leikskóla Akureyrarbæjar og sjá hvað fram kemur á þeim varðandi áföll, úrræði og hvort innan allra leikskólanna starfi hópur sem tekur á málefnum tengdum áföllum og sérhæfir sig í þeim, svo sem áfallaráð eða Litli rauði kross. Einnig var athugað hvort starfsfólk fengi fræðslu eða námskeið sem snúa að þessum málum. Ákveðið var að skoða heimasíður leikskólanna vegna þess að internetið er miðill sem margir virðast í dag nýta sér til upplýsingaöflunar. Farið var á vefsíðu Akureyrarbæjar, www.akureyri.is, og fundnir þeir 14 leikskólar sem tilheyra Akureyrarbæ og vefsíður þeirra, undir tengiliðnum leikskólar (Heimasíða Akureyrarbæjar, e.d.).

Útbúin var tafla þar sem fram komu helstu niðurstöður athugunarinnar. Hún var gerð á þann hátt að eftir heimildaleit tókum við saman þau hugtök sem okkur fannst einkennandi fyrir sorg barna. Okkur fannst að þessi atriði ættu að vera til staðar fyrir einstaklinga sem leita eftir upplýsingum um viðbrögð starfsfólks við dauðsfalli sem tengist leikskólanum. Leitað var að eftirfarandi orðum á heimasíðum leikskólanna: áfall/áföll andlát/dauðsfall, missir, sorg, viðbragðsáætlun/verklag, Litli rauði kross/áfallaráð/áfallateymi og fræðsla/námskeið. Hugtakið áfall var valið sökum þess að einstaklingar verða fyrir slíku þegar einhver nákominn þeim deyr. Þar sem við vildum skoða tiltekna tegund áfalls, það er vegna andláts og dauðsfalls voru þau hugtök valin. Missir var tekinn fyrir þar sem fólk getur orðið fyrir margvíslegum missi þegar einhver í kringum það fellur frá. Sorgin fylgir dauðsfalli og missi og er því hluti af því sem leikskólakennari þarf að takast á við. Þar sem við teljum mikilvægt að leikskólar séu vel undirbúnir þegar takast þarf á við áföll ákváðum við að kanna hvort einhverjar viðbragðsáætlanir eða verklag væri til staðar þegar áfall ber að. Við höfum kynnst starfshópum innan leikskóla sem nefnast Litli rauði kross og hafa þeir því hlutverki að gegna að sjá um öryggismál og áfallahjálp innan leikskólans en því var leitað eftir þessu heiti. Einnig eru heitin áfallaráð og áfallateymi þekkt innan leikskóla sem gegna sama hlutverki. Þar sem við teljum mikilvægt að leikskólakennarar séu meðvitaðir um sorg og sorgarviðbrögð barna vildum við athuga hvort þeir fengju fræðslu eða námskeið varðandi það.

3. Niðurstöður

Það hefur verið mikil umræða í gegnum tíðina um getu barna til að syrgja. Goðsagnir um sorg barna geta verið til staðar vegna þess að ráðgjöf og þjónusta fyrir syrgjandi börn er lítil. Andstæðar skoðanir heilbrigðisstarfsfólks sem og óraunhæfar væntingar samfélagsins, geta gert sorgarferli barna erfiðara en þörf er á en börnum sem strax er veitt afskipti, ástúð og skilningur ná að jafna sig frekar á missinum (Auman, 2007, bls. 36). Ýmsar goðsagnir eru á sveimi um sorg barna en reynt verður að afhjúpa þær um leið og rannsóknarspurningunum er að svarað til þess að auka skilning á þörfum þeirra sem eru að takast á við sorg.

Eftirtalin dæmi eru goðsagnir um sorg barna:

- Börn geta ekki syrgt.
- Börn eiga eða eiga ekki að mæta á jarðarfirir.
- Börn fara í gegnum ákveðið sorgarferli.
- Börn upplifa sjaldan missi.
- Fullorðnir einstaklingar eiga að forðast umræðuefni sem veldur því að börn gráti.
- Börn ná sér fljótt eftir missi.
- Barn sem leikur sér, er ekki syrgjandi.
- Börn verða að komast yfir sorgina og halda áfram.
- Kennarar og foreldrar eru ávallt reiðubúnir og hæfir til að útskýra og segja börnum frá missi og sorg.
- Sorg fullorðinna einstaklinga hefur ekki áhrif á syrgjandi barn.
- Börn verða fyrir varanlegum skaða eftir þýðingarmikinn missi.
- Ung börn sem upplifa ástvinamissi muni eiga í erfiðleikum með að aðlaga sig að aðstæðum í tengslum við missi á fullorðinsárum.

(Auman, 2007, bls. 36; Favazza og Munson, 2010, bls. 97; Kirwin og Hamrin, 2005, bls. 66; Morrow, 2008).

Hér á eftir má sjá þær niðurstöður sem greindar voru úr rannsóknargögnum og var þeim skipt niður í þrjú kafla, þar sem reynt er að svara hverri spurningu fyrir sig. Fyrst verða teknar fyrir niðurstöður við spurningu 1: Hvernig skilja börn dauðann og hvaða birtingarmyndir sorg barna getur tekið.

3.1 Spurning 1 - Skilningur barna á dauðanum og birtingarmyndir sorgarinnar

Hér verður fjallað um það efni sem við kynntum okkur til að svara spurningu 1: Hvernig skilja börn á leikskólaaldri dauðann og hvaða birtingarmyndir getur sorg barna tekið? Leitast var við að svara spurningunni með eftirfarandi þáttum: Fyrst verða kynntar nokkrar þroskakennningar. Næst verður rætt um skilning barna á dauðanum og tilfinningar sem tengjast sorg. Þá verður fjallað um sorgarviðbrögð barna og hvernig tengsl syrgjandi barns við hinn látna skipta máli. Í lokin verður fjallað um kenningar nokkurra fræðimanna um sorgarferli ásamt stigum þeirra og samskipti barna og fullorðinna vegna missis.

3.1.1 Þroskakennningar

Í þessum kafla verður fjallað um þroskakennningar Erikson, Piaget og Bronfenbrenner en geðtengslakenning Bowlby var kynnt í 1. kafla. Aðeins verða teknir fyrir þeir þættir sem snúa að börnum á leikskólaldri.

Sorgarferli barna er talið vera frábrugðið sorgarferli fullorðinna og eru fjögur hugtök tengd skilningi barna á dauðanum. Þau eru óafturkræfni, endanleiki, óhjákvæmileiki og orsakasamhengi. Skilningur barna á hugtökunum breytist eftir því á hvaða þroskaskeiði þau eru (Busch og Kimble, 2001, bls. 414; Hopkins, 2002, bls. 41; McEntire, 2003, bls. 2; Willis, 2002, bls. 221).

Í þroskasálfræðibók Santrock (2008), *Life-span development*, er sálfélagslegri kenningu þýska sálfræðingsins Erik Erikson lýst. Hann skiptir kenningu sinni upp í átta stig í sálfélagslegum þroska og telur hann að vitrænir þættir þróist vegna félagslegs umhverfis og að þroskaferillinn nái yfir allt lífið. Á hverju stigi þarf einstaklingurinn að takast á við sálfélagslega kreppu. Hér verður fjallað um fyrstu fjögur stigin þar sem þau ná frá fæðingu til um tíu eða tólf ára aldurs. Fyrsta stigið er traust eða vantraust þar sem einstaklingurinn tekst á við það að mynda traust við umönnunaraðila sína á fyrsta aldursári. Á aldrinum eins til þriggja ára tekst barnið á við annað stigið sem er sjálfstæði gegn blygðun. Á þessu stigi er það að takast á við að mynda sjálfstæði sitt en sé því refsað of mikið getur það þróað með sér blygðunarkennd. Á þriðja stiginu, á aldrinum þriggja til fimm ára, er barnið að takast á við frumkvæði eða sektarkennd. Hér tekst það á við nýjar áskoranir og aukna ábyrgð. Því getur sektarkennd komið fram sé barnið ekki ábyrgðarfullt eða aukið frumkvæði þegar því tekst að takast á við ábyrgðina. Á fjórða aldursbilinu, fimm til tíu eða tólf ára, er barnið að takast á við framtakssemi eða vanmáttarkennd. Hér er barnið mjög áhugasamt um að auka þekkingu sína

og öðlast nýja hæfileika sem getur þróast þannig að það upplifi sig sem vanmáttugt séu kröfur þess ekki uppfylltar (bls. 41).

Í bókinni *Development Across the Life Span*, (Feldman, 2006) er fjallað um svissneska sálfræðinginn Jean Piaget. Það sem vakti áhuga Piaget var hvernig börn hugsa en hann taldi að þau lærðu með því að framkvæma og að greindin birtist í athöfnum. Hann taldi að grunnatriði þess hvernig við skiljum heiminn væri vegna huglægrar gerðar sem kallast skemu sem er skipulögð hugsun sem barnið byggir utan um reynslu sína og umhverfi. Piaget setti fram kenningu um vitrænan þroska. Hann taldi börn öðlast skilning eftir ákveðinni stigskiptingu, sem eigi sér stað frá fæðingu til fullorðinsára, en á hverju stigi eykst magn upplýsinga, ásamt skilningi og þroska. Samkvæmt honum tileinkar barnið sér þekkingu í gegnum samlögun og aðhæfingu. Barnið notar samlögun til að aðlaga nýja þekkingu frá umhverfinu út frá þeirri reynslu sem það býr yfir en með aðhæfingu verður barnið að aðlaga fyrri reynslu og þekkingu að nýrri þekkingu til þess að koma á jafnvægi. Piaget skipti kenningunni niður í fjögur stig: skynhreyfistig, foraðgerðastig, stig hlutbundinna aðgerða og stig formlegra aðgerða. Hér verður fjallað um fyrri tvö stigin. Skynhreyfistig á sér stað frá fæðingu til tveggja ára aldurs en þá fer fram upplýsingaöflun í gegnum skyn- og hreyfiskemu barnsins, einföld viðbrögð og svörun. Á átta til tólf mánaða aldri gera þau sér grein fyrir því að hlutir eru til þó þeir séu ekki sjáanlegir, svo sem þegar farið er í feluleik. Foraðgerðastig á sér stað frá tveggja til sjö ára aldurs; þá þroskast táknbundin hugsun og tungumálanotkun ásamt minni og ímyndunaraflí. Eitt af því sem einkennir foraðgerðarstigið er að börn skilja ekki að aðrir geti haft aðra skoðun en þau og því er hægt að tala um eðlislæga sjálfhverfni þar sem þau sjá aðeins eina hlið og taka ekki mark á sjónarhornum annarra. Börn á aldrinum tveggja til sjö ára lifa í núinu og eiga í erfiðleikum með að átta sig á því hvernig atburðir tengjast saman. Dæmi um það er þegar kex er brotið í tvennt fyrir framan barnið en það áttar sig þó ekki á því að þessir tveir helmingar hafi verið ein heild. Þetta gæti tengst því að þau hugsa aðeins um einn hlut í einu og á það sem þau sjá hug þeirra allan (bls. 23; 158-160; 235-238).

Feldman (2006) fjallar einnig um bandaríska sálfræðinginn Urie Bronfenbrenner en hann setti fram kenningu sem byggist á því að umhverfisþættir hafi áhrif á barnið og umvefji það, svokallaða vistfræðikenningu um þroska. Bronfenbrenner heldur því fram að við getum ekki skilið lífshlaupið fyrr en við höfum áttað okkur að fullu á því hvernig þættirnir virka saman. Innst er persónulegt svið þar sem einstaklingurinn er. Utan um hann er nánasta umhverfi barnsins, smákerfi sem samanstendur af þeim sem barnið hefur mestu tengslin við eins og fjölskylda, skóli og félagar sem hafa mikil áhrif á þroska þess. Nærkerfið

samanstendur af tengslum ólíkra aðila sem standa barninu næst eins og foreldrar, börn, nemendur og kennarar. Útkerfið snertir barnið ekki með beinum hætti en hefur þó óbein áhrif á þroska þess en það vísar til stofnanauppbyggingar samfélagsins og má þá nefna nærsamfélag, fjölmiðla og vinnustaði foreldra. Stórkerfið samanstendur af opinberum stofnunum, samfélaginu í heild, stjórnvöldum, trúar- og stjórnmálakerfum. Ysta kerfið er félagssögulegar aðstæður vegna áhrifa tíma og sögu á vöxt og þroska einstaklingsins. Þessi kerfi tengjast öll saman og hafa áhrif hvert á annað. Það er ekki nóg að breytingar eigi sér stað á einum stað í kerfinu heldur verða öll kerfi að vinna saman (bls. 8-9).

Proskakenningar segja til um hvernig börn geta brugðist við ýmsum aðstæðum í lífinu en gott er að hafa þessi atriði í huga þegar kemur að því að átta sig á hver skilningur barna á dauðanum er.

3.1.2 Skilningur barna á dauðanum

Börn upplifa oft dauðann í umhverfi sínu, jafnvel á dulinn hátt, meðal annars í bókum, kvikmyndum, sjónvarpi eða tölvuleikjum, ásamt því sem þau upplifa missi á borð við að fara í nýjan skóla, gæludýr deyr eða þegar flutningar eiga sér stað. Við þessar breytingar þarf barnið að kveðja það sem það þekkir og kynnast nýjum aðstæðum (Favazza og Munson, 2010, bls. 88). Börn virðast því upplifa missi við ýmsar aðstæður en það hvernig áfallið ber að hefur áhrif á barnið, til dæmis dauðsfall vegna áverka eða langtíma veikinda. Slík upplifun getur verið sársaukafull og breytt sýn barnsins, á heiminn, að eilífu (Busch og Kimble, 2001, bls. 414).

Fræðimenn hafa lengi velt því fyrir sér hvernig börn skilja dauðann og hvernig hægt sé að hjálpa þeim að takast á við hann en margar greinar hafa birst síðustu 65 ár um þetta efni. Þegar leitað er leiða til að ná til syrgjandi barna er nauðsynlegt að skilja hvernig börn gera sér hugmynd um dauðann. Sú þekking er mikilvæg fyrir fullorðna einstaklinga sem vilja aðstoða börn í sorgarferli þeirra á sem skilvirkastan hátt. Eftir því sem börn ná auknum þroska átta þau sig á algildum dauðans, það er að allir munu deyja, að ekki sé hægt að forðast dauðann og ekki sé hægt spá fyrir um hvenær dauðann ber að (Busch og Kimble, 2001, bls. 414; Mercurio og McNamee, 2006, bls. 154; Morgan og Roberts, 2010, bls. 206). Til að mynda skilja fullorðnir einstaklingar dauðann á þann hátt að hann er endanlegur og óafturkræfur. Þeir átta sig á því að allir lifandi hlutir deyja og að dauðinn táknar endalok lífsins þannig að líkaminn hættir að starfa (Himebauch, Arnold og May, 2008, bls. 242; Morgan og Roberts, 2010, bls. 207; Slaughter, 2005, bls. 179).

Atle Dyregrov (2008) er norskur sálfræðingur og forstöðumaður áfallahjálparmiðstöðvarinnar í Bergen (The Center for Crisis Psychology), Noregi. Hann er einnig meðlimur í framkvæmdarstjórn The Children and War Foundation og einn af stofnendum the European Society for Traumatic Stress Studies. Dyregrov hefur einnig verið starfandi sem ráðgjafi hjá Barnahjálpi Sameinuðu þjóðanna, UNICEF, til margra ára þar sem hann hefur unnið í ýmsum áttakalöndum. Hann hefur einnig gefið út fjölda greina, skýrslna og bóka um áfallahjálpi og sorg barna ([baksíða]; United Nations, 1996). Dyregrov (2008) bendir á að börn á leikskólaaldri fari í gegnum mörg mikilvæg þroskaskið, svo sem að mynda traust, öryggi og tengsl við fólk. Börnin eru líka að ná tökum á líkama sínum og hvötum, öðlast sjálfstæði og sjálfsmýnd ásamt því að þau eru að öðlast meiri skilning á heiminum. Þessi aldurshópur er því á mjög viðkvæmu stigi fyrir því að lenda í miklum áföllum líkt og dauðsfall er (bls. 15; 71). Black (1998) tekur fram að hafi börn verið frædd um dauðann áður en þau upplifa dauðann persónulega eru þau betur undir áfallið búin heldur en önnur börn (bls. 933).

Mia Lynn Mercurio og Abigail McNamee (2006), uppeldis- og menntunarfræðingar, nefna að aldur sé ein leið til að áætla hvernig barn getur brugðist við dauðsfalli en viðbrögð barna geta verið mismunandi eftir því hvernig, hvar og hvenær börnin eru upplýst um missinn. Þeir mæla með því að sá sem er barninu næstur segi því frá missinum, geri það eins fljótt og auðið er og deili upplýsingunum með barninu á rólegum nótum. Mikilvægt sé að gefa barninu kost á því að spyrja spurninga, deila áhyggjum og tjá tilfinningar sínar (bls. 154).

Sumir telja að börn yngri en tveggja ára geti syrgt og aðskilnaðarkvíði gert vart við sig hjá þeim, og því sé mikilvægt að halda daglegum venjum í föstum skordum til að viðhalda öryggiskennd þeirra (Himebauch, Arnold og May, 2008, bls. 242). Líkt og fram kemur í 1. kafla mótmæla yngstu börnin fyrst um sinn aðskilnaði frá foreldrum með miklum gráti og köllum uns þau átta sig á því að það ber ekki árangur og verða þá örvæntingafull. Sorgarviðbrögðin eru helst líkamleg, svo sem svefnörðugleikar, að pissa undir, hægðatregða eða lystarleysi (Black, 1998, bls. 931-932). Aðrir telja aftur á móti að börn undir þriggja ára aldri hafi ekki skilning á dauðanum en þau bregðist aðeins við þeim tilfinningum sem fyrirfinnast í umhverfi þeirra (Willis, 2002, bls. 222).

Talið er að börn fram til fimm ára aldurs séu sérstaklega viðkvæm fyrir aðskilnaði og séu oft enn viðkvæmari fyrir honum ef reynt er að fegra hlutina fyrir þeim, svo sem að segja þeim að einstaklingur sé sofnaður svefninum langa eða farinn í langt ferðalag (Dyregrov, 2008, bls. 16). Talið er að börn yngri en fimm ára skilji dauðann aðeins á þann hátt að manneskjan sé farin þar sem þau hafa ekki þann vitsmunalega þroska sem þarf til að skilja að

dauðinn er endanlegur (Griffith, 2003, bls. 219; Sood, Razdan, Weller og Weller, 2006, bls. 115; Wolraich, Aceves, Feldman og Hagan, 2000, bls. 446). Börn yngri en fimm ára gætu því spurt aftur og aftur hvenær sá látni komi til baka þar sem þau trúa því að dauðinn sé afturkræfur og tímabundinn; þau hafa líka tilhneigingu til að trúa á töfra og eru sjálfhverf í hugsun (Himebauch, Arnold og May, 2008, bls. 242; Morgan og Roberts, 2010, bls. 207; Wolraich, Aceves, Feldman og Hagan, 2000, bls. 446). Börn á leikskólaaldri verða jafnvel fyrir áfalli þegar einhver deyr í kringum þau þar sem þau halda að dauðinn gangi til baka og komi ekki fyrir í þeirra umhverfi eða lífi. Hugsanir um hinn látna og vangaveltur um hvenær hann komi aftur geta verið til staðar hjá börnunum þó að sjáanleg sorgarviðbrögð virðist ekki mjög átakanleg (Mercurio og McNamee, 2006, bls. 154). Börnin reyna að ímynda sér þann látna og fá hann til baka bæði andlega og líkamlega, svo sem með því að fara í ímyndunarleik þar sem sá látni deyr en lifnar aftur við (Griffith, 2003, bls. 219).

Þetta er í góðu samræmi við það að börn fram að fimm eða sex ára aldri eiga í erfiðleikum með að átta sig á ýmsum hugtökum tengdum tíma og ekki síst hugtök líkt og „að eilífu“ þar sem þau eiga jafnvel enn í erfiðleikum með að skilja hugtakið „dagur“. Börnin lifa í núinu en það gerir það að verkum að þau átta sig ekki á tímahugtökum sem ná til lengri tíma (Willis, 2002, bls. 222; Kastenbaum, 2000, bls. 31-32; Dyregrov, 2008, bls. 72). Um fimm til sjö ára aldur skilja flest börn að munur er milli þess að einstaklingur sé farinn tímabundið eða hann sé dáinn. Þau eru farin að skilja að dauðinn er óafturkræfur og algildur ásamt því að aðskilnaðurinn er til langs tíma og látnir einstaklingar eru öðruvísi útlits en þeir lifandi (Black, 1998, bls. 932; Sood, Razdan, Weller og Weller, 2006, bls. 115). Það er yfirleitt við fimm ára aldurinn sem börn byrja að skilja líkamann og þann líffræðilega tilgang sem hann hefur til að viðhalda lífi. Því breytist skilningur þeirra á dauðanum þegar líffræðileg þekking þeirra eykst á líkamsstarfsemi (Slaughter, 2005, bls. 183). Eftir fimm ára aldur gera þau sér grein fyrir að utanaðkomandi atvik, svo sem slys eða ofbeldi, geti valdið dauðsfalli og einnig að aðrir þættir eins og sjúkdómar og hár aldur geti valdið dauðsföllum. Hins vegar eru þau ekki enn farin að gera sér grein fyrir því að þau sjálf muni deyja og einnig hafa þau enn nokkra trú á „töfrum“, til dæmis að sá látni geti séð eða heyrt í þeim (Dyregrov, 2008, bls. 19; McEntire, 2003, bls. 5). Börn á aldrinum sex til átta ára gera sér grein fyrir því að dauðinn er óafturkræfur og halda því fram að það komi aðeins fyrir aðra, það er að aðrir geti misst, en ekki þau sjálf. Þegar börn eru orðin níu til ellefu ára viðurkenna þau dauðann sem óhjákvæmilegan fyrir alla, þar á meðal sig sjálf, að allt sem er lifandi deyr og dauðinn er endanlegur (Mercurio og McNamee, 2006, bls. 154).

Eðlislæg sjálfhverfni barna á leikskólaaldri, samkvæmt Piaget, getur orðið til þess að þau persónugeri dauðann og líti á hann sem refsingu eða kenna sjálfum sér um dauða einstaklings. Hugsanir á borð við: „hvað gerði ég sem orsakaði þetta“, „ef ég hefði gert þetta (eða ekki gert) þá væri hún/hann kannski á lífi“, „ef ég hefði verið betri við hann/hana“ og jafnvel einnig hugsanir á borð við að hafa ekki elskað einstaklinginn nóg geta skotið upp kollinum. Tryggja þarf að barnið fái sem áreiðanlegustu upplýsingar um hvað orsakaði dauðann svo ekki komi upp slíkar hugmyndir og sektarkennd hjá því (Dunning, 2006, bls. 502; Griffith, 2003, bls. 221; Wolraich, Aceves, Feldman og Hagan, 2000, bls. 446).

Skilningur barna á dauðanum breytist með auknum þroska en ýmsar tilfinningar fylgja sorginni sem börn þurfa að átta sig á og takast á við.

3.1.3 Tilfinningar og tengsl við sorg

Eitt af því erfiðasta sem fólk tekst á við er að vera barni í sorg innan handar en það er ekki síst vegna þess hversu mjög við viljum vernda þau fyrir þeim sársauka sem fylgir missi (Morgan og Roberts, 2010, bls. 206). Foreldrar vonast til að geta verndað börn sín gegn áföllum í lífinu en öll börn upplifa sársauka og oft yfirþyrmandi tilfinningar í tengslum við sorg (Heath, Leavy, Hansen, Ryan, Lawrence og Sonntag, 2008, bls. 259-260). Stundum er tilfinningum barna um dauðann vísað frá. Þetta er gert á þeirri forsendu að hugmyndin um dauðann sé ofar skilningi þeirra eða því haldið fram að sannleikurinn muni gera þeim meira illt en gott (Davis og Yehieli, 1998, bls. 384). Þetta er ekki skynsamlegt; sorg barna er best meðhöndluð í nærveru fullorðins sem er fær um að uppfylla þarfir barnsins og getur aðstoðað barnið til að tjá tilfinningar sínar í tengslum við missinn (Worden, 1996, bls. 17). Mikilvægt er að hlusta á börnin og hvetja þau til að tjá tilfinningar sínar og þá skiptir miklu máli að virða þær (Westmoreland, 1996, bls. 159-160).

Séra Sigurður Pálsson (1998) bendir á að það geti reynst mörgum erfitt að aðstoða þann sem misst hefur. Með tímanum minnkar sársaukinn og söknuðurinn, þó hann verði áfram hluti af lífinu og eftir standi minningar. Athafnasemi og tengsl við aðra verða eðlileg og framtíðin fer aftur að skipta máli. Bæði börn og fullorðnir sem ná að vinna vel úr sorg sinni halda inn í framtíðina sterkari en áður (bls. 44-45).

Börn á leikskólaaldri þurfa oft aðstoð við að koma orðum á og átta sig á þeim tilfinningum sem þau eru að upplifa. Þetta á sérstaklega við börn frá fæðingu til tveggja eða þriggja ára aldurs sem eru jafnvel ekki byrjuð að tala ásamt þeim sem eldri eru en hafa ekki náð góðu valdi á tungumálinu. Það að börnin eigi erfitt með að tjá sig getur valdið því að fólk

í kringum þau átti sig ekki á baráttu barnanna við erfiðar tilfinningar á borð við sorg (Dunning, 2006, bls. 505; Griffith, 2003, bls. 217–218). Börn virðast oft forðast tilfinningar sem eru þeim erfiðar en talið er eðlilegt að börn sýni ekki sorgarviðbrögð við missi, að minnsta kosti ekki fyrst í stað. Þau hafa takmarkað vald á þeim sársauka sem fylgir missinum og viðurkenningu hans og geta því viðbrögðin komið smám saman en slík viðbrögð eru sjaldgæf hjá fullorðnum, það er að sýna ekki strax sjáanleg viðbrögð við missi (Sood, Razdan, Weller og Weller, 2006, bls. 116-117).

Fjölmargir þættir hafa áhrif á það hvernig tiltekin einstaklingur bregst við sorg og einkum virðast börn oft varnarlaus og saklaus þegar sorgin ber að dyrum en aldur, þroski og lífsreynsla hafa einnig áhrif. Til dæmis mun barn sem ekki hefur þróað vitsmunaleg hugtök um óafturkræfni og hið endanlega eiga erfitt með að viðurkenna raunverulegan missi, þegar það tekst á við tilfinningaleg áhrif hans, líkt og fram kemur hjá Piaget. Það er nauðsynlegt að viðurkenna og vinna úr fjölbreyttum tilfinningum í tengslum við missinn annars gæti áhrifa þeirra verið vart með öðrum hætti til að mynda með afbrigðilegri hegðun (Heath o.fl., 2008, bls. 259-260; Worden, 1996, bls. 12; 14). Börn eru oftast en ekki ringluð yfir því sem um er að vera og eiga í erfiðleikum með að skilja þær tilfinningar sem þau eru að kljást við. Mörg börn eru að kljást við vissar tilfinningar í fyrsta skipti á ævinni. Af þessu leiðir oft ýmis hegðan sem verður vegna þess glundroða sem á sér stað innra með börnunum (Willis, 2002, bls. 222). Upplifun tengd sorginni lýsir sér gjarnan sem tilfinning fyrir reiði, sektarkennd og kvíða, sem þau takast á við smám saman. Hæfni barns til að vinna úr sársauka gagnvart missinum verður fyrir áhrifum af að fylgjast með hvernig þeir fullorðnu ganga í gegnum sorgarferlið. Ef barnið sér fullorðinn einstakling tjá sorg án þess að vera gagntekin af henni getur það verið gagnleg fyrirmynd fyrir barnið. Á hinn bóginn ef barn sér hinn fullorðna ekki ráða við sorgina getur það vakið upp ótta hjá því gagnvart eigin tilfinningum (Worden, 1996, bls. 12; 14).

Sorgarviðbrögð barna eru undir áhrifum félagsmótunar en þau læra með því að fylgjast með hvernig aðrir bregðast við í svipuðum aðstæðum. Í sumum menningarheimum er aðeins leyfð takmörkuð tilfinningaleg tjáning. Þar að auki hafa félagsaðstæður áhrif á mismunandi tilfinningalega tjáningu kynjanna. Yfirleitt er konum og stúlkum leyft að tjá tilfinningar sínar, og þær eru jafnvel hvattar til þess, en karlmenn og drengir hafa ekki eins mikið frelsi til að tjá tilfinningar (Heath o.fl., 2008, bls. 259-260). Það hvernig dauðsfallið bar að, til dæmis hvort það var óvænt, sársaukafullt eða ofbeldisfullt, skiptir máli fyrir skynjun fjölskyldunnar á og áhrif þess á sorg viðkomandi (Sood, Razdan, Weller og Weller, 2006, bls. 117). Mikilvægt er að fjölskylda sem orðið hefur fyrir missi ræði saman en tilfinningaleg bönd hennar styrkjast á þann hátt og hjá börnum fer fram tilfinningaleg úrvinnsla. Með þeim hætti er minna haldið

leyndu fyrir börnunum og hlutirnir útskýrðir fyrir þeim um leið (Dyregrov, 2008, bls. 118-119; Raveis, Siegel og Karus, 1999, bls. 168). Fullorðnum einstaklingum finnst oft erfitt að ræða erfiðar tilfinningar opinskátt og þeir eru jafnvel hræddir við að það leiði til enn meiri sorgar. Þegar tilfinningar eru ræddar eru þær viðurkenndar og greindar og það minnkar oft þann sársauka sem fylgir þeim (Goldman, 2000, bls. 61). Ef tilfinningar eru ekki ræddar í fjölskyldum eða forðast að ræða þær eru meiri líkur á sjúklegrri og flókinni sorg (Raveis, Siegel og Karus, 1999, bls. 168). Það stafar af því að barnið reynir ekki að þróa með sér færni til að leysa úr eða vinna með þessar tilfinningar sökum þess að það forðast þær eða er verndað fyrir þeim (Griffith, 2003, bls. 220).

Með því að styðja við jákvæðar leiðir til að ræða um missi og sætta sig við hann eykur það getu barna til að bregðast við missi á heilbrigðari hátt í framtíðinni (Favazza og Munson, 2010, bls. 89). Hægt er að kenna fjögurra til sex ára börnum að tala um tilfinningar sínar þó að þau noti ekki sama orðalag og fullorðnir en það veitir þeim ákveðið frelsi. Þó að þau séu færari í að tjá tilfinningar sínar heldur en yngri börn gætu þau þurft lengri tíma til að skilja hvað felst í dauðsfallinu en til dæmis eldri börn eða fullorðnir (Willis, 2002, bls. 223).

Þegar barn hefur áttað sig á því að dauðinn er hluti af lífinu og tekist á við þær tilfinningar sem honum fylgja er hægt að aðstoða það við að styrkjast og þroskast sem einstaklingur (Dunning, 2006, bls. 506; Griffith, 2003, bls. 218). Börn hafa lægri tilfinningaþolstuðul en fullorðnir sem felst í því að geta barna er takmarkaðri en fullorðinna til að þola sársaukafullar tilfinningar. Börn þurfa að geta hvílt sig í baráttu sinni við erfiðar tilfinningar. Úrvinnsluferli getur því tekið langan tíma, jafnvel ár, þar sem þessi tímabil úrvinnslu og hvíldar skiptast á (Sood, Razdan, Weller og Weller, 2006, bls. 116). Í hvert skipti sem barnið fer í gegnum nýtt þroskatímabil getur það hugsað um missinn eða farið í gegnum ýmsar tilfinningar og hegðun sem tengjast dauðanum á ný, þar sem sorgin gengur í hringi (Willis, 2002, bls. 222).

Bandaríski félagsráðgjafinn Sally Dunning (2006) segir að hægt sé að hugsa um þrjá ramma utan um sorgina sem skiptast í vitsmunalegan, tilfinningalegan og hegðunarlegan ramma. Með því að flokka sorgarupplifunina niður í þessa þætti er hægt að vinna með hvern og einn þátt sérstaklega. Í tilfinningalega rammanum hefur barn upplifað og mun upplifa ýmsar tilfinningar sem þarf að aðstoða barnið við að skilja og finna út hverjar orsakir þeirra eru en með því er hægt að vinna úr þeim. Barni í óvissu líður sem hjálparlausu og í hættu (bls. 501; 506).

Ótti er ein þeirra tilfinninga sem barn upplifir oft í kjölfar dauðsfalls. Dauðinn verður því mjög nærtækur og tilhugsunin um að hann geti hent einhvern ástvin getur verið

yfirþyrmandi. Barn hefur mjög takmarkað vald yfir aðstæðum og veldur það því oft óþægindum og ótta. Slíkur ótti getur birst sem hegðunarvandamál svo sem árásargirni og/eða afturför í hegðun (til dæmis að barn fari að sjúga aftur putta), martraðir og mannalæti. Til að aðstoða barnið þarf að finna út hvað það er sem barnið hræðist og vinna með þann hluta sérstaklega svo hægt sé að komast yfir óttann (Griffith, 2003, bls. 220).

Darlene E. McCown og Betty Davies (1995), hjúkrunarfræðingar, rannsókuðu hvernig ákveðin sorgareinkenni komu fram hjá 90 börnum á aldrinum fjögurra til 16 ára sem misst höfðu systkini sín. Fyrir foreldra var lagður matslisti þar sem þeir áttu að meta hvort þeir yrðu varir við hegðunarvandamál hjá börnunum. Fram kom að drengir sýndu nær eingöngu árásargjarna hegðun en stúlkur sýndu merki um yfirgang, á borð við rifrildi, afbrýðisemi, hryggð, þrjósku og pirring. Yngstu börnin í rannsókninni, 16 börn á aldrinum fjögurra og fimm ára, voru líklegust til að eiga við hegðunarvandamál að stríða í leikskóla. Sérstaklega ber að nefna að sá hópur krafðist mikillar athygli og gætu hegðunarvandamál þeirra einnig verið kall á athygli frekar en til dæmis reiði (bls. 41; 46-47). Fram kemur hjá Mercurio og McNamee (2006) að reiði er hluti af sorgarferlinu og er gjarnan breytileg eftir kyni. Stelpur hafa tilhneigingu til að beita reiði sinni inn á við og það orsakar vanlíðan en strákar eru líklegri til að beita reiðinni út á við, svo sem með óþægð og slagsmálum (bls. 155). Dyregrov (2008) talar um að strax á leikskólaaldri séu drengir farnir að sína minni vilja til að tjá tilfinningar sínar heldur en stúlkur. Þeir bæla niður tilfinningarnar í samræmi við það sem þeir læra í umhverfi sínu til dæmis frá vinahóp eða fullorðnum svo sem þegar sagt er að strákar gráti ekki (bls. 20).

Tilfinningar leikskólabarna sem snúa að sorg geta verið margvíslegar og flóknar, ekki síst þar sem mörg eru þau að upplifa þær í fyrsta skipti og þurfa að koma orðum að þeim og skilgreina þær. Þær tilfinningar sem barn finnur fyrir eru oft tengdar sorgarviðbrögðum þeirra.

3.1.4 Sorgarviðbrögð barna

Dyregrov (2008) telur að fyrstu viðbrögð barna við missi séu yfirleitt á fjóra vegu. Þau eru áfall og vantrú, ótti og mótmæli, sinnuleysi og frosin viðbrögð eða að haldið er áfram fyrri athöfnum eins og ekkert hafi í skorist (bls. 22). Hafa ber í huga að allir einstaklingar, jafnt börn sem fullorðnir, eru mismunandi og sýna afar ólík viðbrögð. Því er einnig eðlilegt að einstaklingur sýni önnur viðbrögð en þau sem framar voru nefnd (McCown og Davies, 1995, bls. 42).

Sorg er eðlilegt viðbragð við missi en það eru fjölmargir þættir sem hafa áhrif á sorgarviðbrögð einstaklinga (Heath o.fl., 2008, bls. 260). Broadway (2008) nefnir að menning, trú, fjölskylda og þroski hafi áhrif á viðbrögð barna við ástvinamissi. Þegar missir og sorg verða hluti af lífi barns er það yfirleitt óundirbúið til að takast á við líkamleg, tilfinningaleg, vitsmunaleg og félagsleg viðbrögð. Líkamleg viðbrögð við sorg geta verið grátur, svefntruflanir, breytt matarlyst, magakveisa, höfuðverkur og orkuleysi. Tilfinningaleg viðbrögð við sorg geta verið reiði, kvíði, hjálparleysi, afneitun, þunglyndi, sektarkennd, skömm, léttir, skapsveiflur og ofurviðkvæmni. Vitsmunaleg viðbrögð geta verið athyglisskortur, minni námsárangur og minnisvandamál. Félagsleg viðbrögð geta verið árásargirni, slagsmál, athygliskortur, einangrun, breytingar á persónuleika eða fjölskylduhlutverkum og hlédrægni (bls. 44).

Í rannsókn Dowdney, Wilson, Maughan, Allerton, Schofield og Skuse (1999) voru 45 fjölskyldur skoðaðar þar sem annað foreldrið hafði látist. Eitt barn var tilviljanakennt valið úr hverri fjölskyldu fyrir rannsóknina. Fram kom að syrgjandi börn á aldrinum tveggja til 16 ára sýndu aukinn innri hegðunarvanda - þau höfðu tilhneigingu til að verða kvíðin, þunglynd og hlédræg - og ytri hegðunarvanda - þau höfðu tilhneigingu til að verða ögrandi, truflandi og haga sér illa (bls. 355). Í fyrrnefndri rannsókn sem gerð var af McCown og Davies (1995) á sorgarviðbrögðum barna við systkinamissi kemur fram að algengustu hegðunarvandamálin séu þau að börn rífast mikið og séu þrjúsk, hrygg og pirruð ásamt því að vera mjög meðvituð um sig sjálf og fara auðveldlega hjá sér (bls. 47-48).

Griffith (2003) bendir á að hjá yngstu börnunum skipti oft á tíðum sorgarviðbrögð þeirra nánustu meira máli í tengslum við það hvernig þeim líður heldur en hvernig þau sjálf takast á við sorgina. Börnin finna fyrir því hvernig þeirra nánustu, svo sem foreldrar eða systkini, bregðast við missi og hegðun þeirra breytist í kjölfarið. Barnið finnur til að mynda fyrir tilfinningalegri fjarlægð, breyttu andrúmslofti á heimilinu, þar sem aðeins er grátið eða þögn sem ríkir í stað gleði. Þegar barn sér fullorðna einstaklinga sem líður illa veldur það vissum óróleika hjá því og vanlíðan þar sem þeir eru öryggisnet þess. Börn verða hins vegar að læra og sjá að fullorðnu fólki geti liðið illa og grátið en samt haft stjórn á hlutunum í kringum sig. Er það gert með því að leyfa þeim að upplifa þessa hluti hjá þeim fullorðnu og um leið sannfæra börnin um öryggi þeirra og að hugsað verði um þau (bls. 218). Palma Sjøvik (2004) bendir á að börn reiða sig á hina fullorðnu til að túlka og útskýra aðstæður sem eiga sér stað í lífi þeirra. Því er það afar óheppilegt fyrir börn ef foreldrar eru óvirkir vegna sinnar eigin sorgar. Barnið fær þá ekki útskýringar eða þá umönnun og alúð sem það þarf á að halda

og er jafnvel vant (bls. 198). Áhyggjur yfir því hvað framtíðin getur borið í skauti sér geta komið upp enda er hallað á öryggistilfinningu barnsins (Poling og Hupp, 2008, bls. 166).

Sorgarviðbrögð barna geta tekið á sig margar myndir sem umönnunaraðilar þurfa að vera vakandi fyrir. Þegar kemur að sorgarúrvinnslu barnsins getur skipt máli hvernig það tengdist hinum látna.

3.1.5 Hvernig tengist hinn látni barninu?

Þegar hugsað er um áhrif dauðsfalls skiptir máli hvernig dauðann bar að og hvernig sá látni tengdist barninu. Það skiptir meira máli fyrir barnið hversu mikið hinn látni sinnti því eða umgekkst það heldur en blóðtengsl þegar kemur að sorgarviðbrögðum. Verði barnið fyrir fjölþættum missi, svo sem að það þurfi einnig að flytja í kjölfar dauðsfalls foreldris, eiga börn það til að sýna flóknari sorgarviðbrögð (Mercurio og McNamee, 2006, bls. 154-155; Willis, 2002, bls. 223). Gott er að hafa í huga að sorg barna er ekki einvörðungu bundin við dauðsfall einhvers náins heldur geta breytingar í lífi barna á borð við gæludýramissi, flutninga eða langtíma aðskilnað kallað fram sorgarviðbrögð þeirra (Wood, 2008, bls. 28).

Foreldrar styðja börn sín bæði líkamlega og tilfinningalega, þeir veita öruggt umhverfi til uppvaxtar og þroska fram til fullorðinsára, vernda þau og eru þeim fyrirmyndir (Worden, 1996, bls. 9). Því er foreldramissir einna erfiðastur fyrir börn þar sem við slíkt áfall eru afleiðingarnar meiri þar sem barn missir umönnunaraðila og stöðugleikinn á heimilinu raskast mikið. Slíkur missir er mikið áfall fyrir barn og þarf að gefa því góðan tíma til að átta sig á fregnunum til að tilfinningarnar beri það ekki ofurliði (Dyregrov, 2008, bls. 47; Worden, 1996, bls. 9). Andlát foreldris veldur oft breytingum í umhverfi barns svo sem vegna þess að tekjur eru ef til vill lægri en áður og eftirlit jafnvel minna með barninu. Það getur verið erfitt að ræða tilfinningar heima fyrir þar sem eftirlifandi foreldri er einnig að takast á við missinn og gæti verið gagntekið af eigin þörfum en þá getur verið að barnið leiti og treysti á stuðning frá skólanum (Heath o.fl. 2008, bls. 260; 263).

Dyregrov (2008) nefnir að börn sem misst hafa foreldri eru oft í meiri áhættu fyrir öðrum sálrænum vandamálum og geta þau varað í langan tíma, jafnvel svo árum skiptir. Móðurmissir virðist vera erfiðari heldur en föðurmissir fyrir börn en það gæti verið vegna þess að enn virðist svo vera að mæður sinni oftast umhyggjuhlutverkum en feður eða að þeir nái ekki að útbúa jafn umhyggjusamt umhverfi eftir móðurmissi (bls. 47-49). Ef börn yngri en fimm ára þurfa að takast á við foreldramissi getur skilningur þeirra á dauðanum orðið meiri heldur en hinna sem ekki hafa upplifað slíkt (Sood, Razdan, Weller og Weller, 2006, bls.

115). Sum börn upplifa dauða foreldris síns á þann hátt að þau fara að óttast um að missa eftirlifandi foreldri sitt, en þau að reyna að halda þessum hugsunum sínum leyndum fyrir foreldri sínu (Black, 1998, bls. 932). Einnig geta sambönd barna við félagasína versnað ef sorgin gerir það að verkum að þau dragi sig til hlés og árangur í skóla getur orðið lakari (Wood, 2008, bls. 28). Þegar foreldri hverfur úr lífi barns svo sem vegna skilnaðar koma stundum fram svipuð viðbrögð og við fráfall foreldris (Favazza og Munson, 2010, bls. 87).

Eins og fram kom í fyrrnefndri rannsókn sem Dowdney og fleiri (1999) gerðu á börnum í sorg kom í ljós að þau sýna fleiri einkenni og merki um tilfinningalegar truflanir en börn sem ekki hafa misst foreldri sitt í allt að ár eftir fráfall foreldris. Einnig kemur fram að syrgjandi drengir sýna fleiri einkenni og merki um tilfinningalegar truflanir en stúlkur (bls. 355-356). Samkvæmt Black (1998) þá eru syrgjandi börn í allt að tvö ár eftir dauða foreldris með fleiri einkenni og merki um tilfinningalegar truflanir en önnur börn en um 40% þeirra sýna slík merki eftir eitt ár frá fráfalli foreldris (bls. 932).

Þegar barn missir systkini sitt eru viðbrögð þess oft mjög lík því sem gerist þegar það missir foreldri en vara yfirleitt ekki eins lengi (Dyregrov, 2008, bls. 55). McCown og Davies (1995) nefna að rannsóknir hafi sýnt að hegðunarávandamál eru algengari hjá börnum sem syrgja systkini heldur en öðrum börnum (bls. 42). Dyregrov (2008) talar um að börn sem missa systkini missi líka leikfélaga og keppinaut ásamt því sem að hinir syrgjandi foreldrar eru oft í sínum eigin heimi. Eftirlifandi barn missir því athygli og umönnun foreldranna sem eru að takast á við sorg eða verða undir áhrifum frá hræðslu foreldranna við að missa annað barn. Foreldrar eiga jafnvel í erfiðleikum með að setja eftirlifandi börnum mörk og ramma til að fylgja eftir eða styðja þau í sorgarferlinu (bls. 55; Auman, 2007, bls. 35-36).

Þegar afar og ömmur deyja hefur það minni áhrif á börn heldur en þegar systkini eða foreldrar falla frá. Skilningurinn er meiri á því að afar og ömmur deyi þar sem þau skilja frekar að gamalt fólk deyr. Yfirleitt er grunnþörfum barnanna mætt áfram þó að þau hafi misst ömmur og afa en áfallið er mun meira hafi barnið átt í reglulegum eða daglegum samskiptum við þau eða jafnvel búið hjá þeim (Dyregrov, 2008, bls. 60).

Þegar börn missa vini sína geta sorgarviðbrögðin verið mjög mismunandi þar sem vinátta barna er ólík. Vinir hins látna geta gleymst sérstaklega ef þeir eru ekki hluti af bekk eða hópnum sem barnið tilheyrði en oft er sérstaklega hugsað um þann hóp af hálfu skólans. Aðstæður dauðsfallsins skipta einnig máli fyrir viðbrögð vinarins sem eftir lifir. Ef dauðsfallið tengdist einhverju athæfi, svo sem hættulegum leik, þá geta tilfinningar á borð við sektarkennd og sjálfsásökun spilað inn í sorgarferlið (Dyregrov, 2008, bls. 61-62).

Eftir því sem nánari tengsl voru milli barnsins og hins látna eru áhrifin meiri á líf barns og sorgarviðbrögð þess. Nokkrir fræðimenn hafa skipt sorgarferlinu upp í nokkra þætti og verður frekari grein gerð fyrir þeim hér á eftir.

3.1.6 Sorgarferli og stig í sorgarferlinu

Margir fræðimenn hafa skipt sorgarferlinu niður í stig og eru þau mismörg eftir fræðimönnum. Menn virðast þó sammála um að hver einstaklingur fari í gegnum sorgarferlið á sínum hraða. Sumir telja að hægt sé að fara fram og til baka á milli stiga en aðrir telja að eitt stig taki við af öðru. Hér verða raktar hugmyndir nokkurra fræðimanna um sorgarferli og stig þeirra.

Worden (1996) skilgreinir ástvinamissi sem aðlögunarferli sem börn fara í gegnum til að aðlagast missinum og sorginni. Hann notar hugtakið sorg til að lýsa persónulegri reynslu, hugsunum og tilfinningum barns í tengslum við missinn. Worden talar um að í sorgarferlinu sé farið í gegnum fjögur ólík stig. Það fyrsta er að sætta sig við að missirinn er raunverulegur. Á öðru stigi er tekist á við sársaukann og tilfinningalega álagið sem fylgir missinum. Á þriðja stigi er verið að aðlagast breyttum aðstæðum þar sem hinn látni er ekki lengur til staðar og á fjórða stiginu er tekist á við að staðsetja hinn látna á ný í lífi hins eftirlifandi og leita leiða til að minnast hans. Hægt er að fara á milli þessara stiga og ekki þarf að ljúka einu stigi áður en farið er í næsta en sá sem syrgir þarf að takast á við þá, jafnvel oftast en einu sinni, og vinna úr þeim til að sætta sig við missinn (bls. 11-12; Kirwin og Hamrin, 2005, bls. 70; 73). Worden setur fram ýmsa þætti sem geta haft áhrif á sorgarferlið en þeir eru í tengslum við samband þess syrgjandi við hinn látna, hvernig andlátíð bar að, forsögu hins syrgjandi (svo sem hvort hann hafi átt í erfiðleikum með að takast á við sorg áður), persónuleika hins syrgjandi og félagslegt umhverfi, hvort sem litið er á hvernig dauðsfallið bar að eða umhverfisaðstæður sem sá syrgjandi hefur (Kirwin og Hamrin, 2005, bls. 76).

Elisabeth Kübler-Ross telur sorgarstigin vera fimm: afneitun, reiði, samningar, þunglyndi og sátt. Þessi stig eru eins konar tæki til að hjálpa einstaklingi við að takast á við missi og lifa með honum. Hún telur þó einstaklingsbundið hvort hinn syrgjandi fari í gegnum öll stigin eða í gegnum þau í þessari röð. Þegar farið er í gegnum afneitun geta börn neitað staðreyndum eða látið sem ekkert hafi breyst. Á reiðiprepi geta börn verið reið hvort heldur er við sig sjálf eða aðra. Á samningaprepinu reynir barnið að semja við æðri máttarvöld, til dæmis „ég skal aldrei vera vond við bróður minn ef honum batnar“. Á þunglyndisprepi er barnið líklegt til að draga sig til hlés eða er ögrandi og þunglynt en á sáttarstigi fer barnið að

vinna með missinn og átta sig á honum (Kübler-Ross og Kessler, 2005, bls. 7; Wood, 2008, bls. 29).

Baker og Sedney (1996) ásamt Gross settu fram kenningu um að einstaklingur fari í gegnum þrjú stig í sorgarferlinu. Á fyrsta stiginu þarf barnið á auka stuðningi frá fjölskyldunni að halda þar sem það hefur áttað sig á dauðsfallinu og einblínir því á vernd gagnvart sjálfu sér og fjölskyldu sinni. Þeir fullorðnu geta nýtt sér fræðslu á þessu stigi sem aðstoðar þá við að öðlast skilning á þörfum og færni barna eftir þroska. Á öðru stiginu er einblínt á tilfinningalegan sársauka sorgarinnar. Barnið samþykkir og viðurkennir raunverulegan missi á þessu stigi. Mikilvægt er að fylgjast náið með tvíbentum tilfinningum barnsins gagnvart þeim látna, bæði fyrir og eftir dauðsfall. Það skiptir máli að þekkja til tilfinninga barnsins þar sem það gæti fundið til reiði eða sektarkenndar í garð hins látna en á þessu stigi er barnið að kanna og endurmeta tengsl sín við hinn látna. Á þriðja sorgarstiginu er einblínt á endurskipulagningu sjálfsmyndarinnar og mikilvæg tengsl í lífinu. Barnið getur farið að kanna nýju sjálfsmynd sína og vinna í gegnum erfiðleika sem eiga það til að myndast þegar það þróar með sér ný tengsl. Barnið mun koma til með að upplifa sársaukafullar tilfinningar á meðan það er að aðlaga sig að missinum (bls. 120-126; Kirwin og Hamrin, 2005, bls. 70; 73).

Colin Murray Parkes (1986), breskur sálfræðingur, telur að komið sé fram við fólk í sorg líkt og um veika einstaklinga sé að ræða. Reiknað er með að syrgjandi dvelji heima við og mæti ekki í skóla eða vinnu. Aðstandendur koma í heimsókn og tala lágum rómi í kringum hinn sorgmædda og taka aðstandendur jafnvel að sér að sjá um ýmis verk fyrir hann. Parkes skipti sorgarferlinu í fjögur þrep en það fyrsta er doði þar sem afneitun á sér stað og tilfinningaleysi. Á öðru þrepi á sér stað söknuður ásamt afneitun og reiði. Á þriðja þrepi á sér stað upplausn, vanmáttur og örvænting en á fjórða þrepi á sér stað enduruppbygging þar sem einstaklingar endurskilgreina sjálfa sig og líf sitt. Þessi þrep eru líkt og ferli sem fara þarf í gegnum og það fer eftir einstaklingum hversu lengi þeir dvelja á hverju þrepi ásamt því hvernig einkenni hvers þáttar kemur fram hjá þeim (bls. 25; 27; Ólöf Helga Þór, 1994, bls. 15). Parkes finnst mikilvægt að hugsað sé um sorg sem ferli en ekki sem ástand þar sem í henni felast ekki einkenni sem byrja eftir missi og fjara svo út heldur felst meðferðin í röð atburða sem geta fallið saman eða komið í stað annars (Ringdal, Jordhøy, Ringdal og Kaasa, 2001, bls. 92).

Kirwin og Hamrin (2005) fjalla um Dr. Alan Wolfelt, sem er þekktur bandarískur sorgarráðgjafi, framkvæmdastjóri The Center for Loss and Life Transition og hefur skrifað fjölda bóka um sorgarferli barna og fullorðinna. Wolfelt lítur á að þar sem missir breytir lífi

okkar að eilífu þá sé sorgarferlið líkt og ferðalag en hann telur að barninu fari að líða betur þegar lengra er haldið inn í sorgarferðalagið með handleiðslu og félagsskap foreldris eða annarra umönnunaraðila (bls. 73-74).

Sigurður Pálsson (1998) telur að togstreita ríki milli fortíðar og framtíðar sem einkennir sorgina. Í gegnum sorgarferlið er tekist á við togstreituna þar til viðkomandi nær að sætta sig við hana. Barn sem misst hefur náinn aðstandanda leitar að nánd við hinn látna og það lætur í ljós þá sáru tilfinningu að segja skilið við hann en þessi aðferð getur aðstoðað barnið við að ná sáttum við orðinn hlut (bls. 33).

Patsy Wagner (1993), breskur námssálfræðingur, setur fram dæmi um hvernig barn bregst við sorgarstigum í daglegu lífi, til dæmis þegar barn týnist í matvöruverslun. Barnið áttar sig á því að það er týnt og verður slegið yfir því. Það fer að líta í kringum sig, hleypur fram og til baka leitandi, hrópandi og grátandi í sífellt meiri örvæntingu. Eftir smá stund hættir barnið hlaupunum og sorgartárin fara að streyma og barnið verður óhuggandi en verður síðar rólegra en sýnir öðrum einstaklingum í kring engin viðbrögð (bls. 16).

Það má sjá margt sameiginlegt með þeim stigum í sorgarferlinu sem ýmsir fræðimenn hafa sett fram. Mikilvægast er að börn þurfa tíma til að átta sig á breyttum aðstæðum og fá einfaldar og raunhæfar útskýringar frá nánnum umönnunaraðila.

3.1.7 Samskipti barna og fullorðinna í sorgarferli

Fræðimenn telja mikilvægt að ræða við börn um lát einstaklings á hreinskilinn og einfaldan hátt með orðum sem barnið skilur (Griffith, 2003, bls. 219; Himebauch, Arnold og May, 2008, bls. 242; Hopkins, 2002, bls. 41; Sigurður Pálsson, 1998, bls. 16; Willis, 2002, bls. 223-224; Wolraich, Aceves, Feldman og Hagan, 2000, bls. 445). Einnig þarf að útskýra fyrir börnum að þau séu örugg og um þau verði hugsað af fullorðnum einstaklingi sem mætir þörfum þeirra af nærgætni (Dunning, 2006, bls. 500; Hopkins, 2002, bls. 41; Wolraich, Aceves, Feldman og Hagan, 2000, bls. 445). Börn eru meðvituð um umhverfi sitt og átta sig á ýmsum tilfinningum í umhverfinu. Því borgar sig að útskýra fyrir þeim hvað um er að vera svo ekki komi til óæskileg hræðsla gagnvart umræðu um dauðann og að barnið upplifi dauðann ekki sem umræðuefni sem ekki eigi að tala um (Griffith, 2003, bls. 218).

Clarissa Willis (2002), bandarískur rithöfundur, ráðgjafi og doktor í leikskólakennarfræðum, nefnir eftirfarandi atriði sem hægt er að nýta sem leiðarvísi í samskiptum þegar rætt er við barn um dauðsfall. Best er að náinn aðili barns eða einhver mjög kunnugur því segi því fréttirnar af dauðsfallinu í rólegu umhverfi þar sem lítil hætta er á

truflun eða truflandi umhverfishljóðum. Segja skal frá fréttunum á nákvæman, hreinskilinn og raunhæfan hátt ásamt því að svara spurningum barns greinilega en sé svarið ekki fyrir hendi að segja frá því. Það á að gefa barninu tíma til að bregðast við og forðast veigrunarorð þar sem þau eru villandi og valda misskilningi. Fullvissa skal barnið um að það hafi ekki gert neitt sem valdið getur dauðsfallinu og virða skal hver þau viðbrögð sem barnið sýnir, þó svo að þau séu ekki lík því sem búist var við (bls. 224; McEntire, 2003, bls. 3). Foreldrar og aðrir umönnunaraðilar eiga að forðast það að bæla niður tár barnsins og sorgartjáningu þess og í staðinn hjálpa barninu að setja orð á tilfinningar sínar og svara spurningum barnsins heiðarlega. Einnig geta foreldrar hjálpað börnum að finna leiðir til að heiðra og minnst hins látna. Mikilvægt er að foreldrar geti fullvisst barnið um að það sé í lagi fyrir það að halda eðlilegum daglegum athöfnum eins og að leika sér, spila og hlæja (McEntire, 2003, bls. 3).

Aiken (2001), bandarískur sálfræðingur, talar um að börn verði nú á tímum ekki vör við dauðann á sama hátt og áður fyrr þar sem þá lést fólk yfirleitt heima hjá sér með aðstandendur hjá sér en nú til dags deyr fólk yfirleitt á sjúkrastofnunum eða umönnunarheimilum. Þar sem börn hafa ekki eins mikla reynslu af dauðanum þá er hann orðinn fjarlægari þeim en áður fyrr en því er skilningur og þekking þeirra minni. Dauðinn er oft umræðuefni sem fólk forðast og vill helst ekki ræða um en börn þurfa á því að halda að rætt sé um hann á hreinskilinn hátt en þó á þeirra forsendum, vitsmunalega og tilfinningalega séð. Veita skal börnum tækifæri til að tjá tilfinningar sínar og hugmyndir um dauðann en minna þau á að þau hafi alltaf einhvern til að hugsa um sig og eru elskuð (bls. 229; 234). Sigurður Pálsson (1998) nefnir þessa þætti einnig og að hægt sé að verða fullorðinn án þess að hafa kynnst dauðanum náíð (bls. 11).

Hér að framan hefur verið fjallað um hvernig hægt sé að ræða við börn á viðeigandi hátt um andlát en í næsta kafla verða teknar saman helstu niðurstöður við spurningu 1. Hvernig skilja börn á leikskólaaldri dauðann og hvaða birtingarmyndir getur sorg barna tekið?

3.1.8 Samantekt

Leitað var svara við spurningunni: Hvernig skilja börn á leikskólaaldri dauðann og hvaða birtingarmyndir getur sorg barna tekið? Við skiptum niðurstöðum okkar niður í sjö kafla þar sem rætt var nánar um hvern þátt. Hér fer á eftir samantekt.

Samkvæmt þroskakeningum hefur það þroskaskið sem barnið er á áhrif á möguleika þess til að takast á við sorgina sem dauðsfallinu fylgir. Skilningur barna eykst með auknum þroska, svo sem skilningur á því að dauðinn sé óafturkræfur, varanlegur, óhjákvæmilegur og í

hvaða orsakasamhengi hann er. Börn á leikskólaaldri eiga það til að halda því fram að hinn látni komi til baka en þau átta sig ekki á því að dauðinn geti komið fyrir í þeirra umhverfi og lífi. Ýmsar tilfinningar geta fylgt sorgarferlinu, svo sem reiði, sektarkennd og ótti. Hegðun barna getur breyst og tilfinningar þeirra komið fram með ýmsum hætti, líkamlega og andlega. Mikilvægt er að umönnunaraðilar viðurkenni þær tilfinningar barna sem fram geta komið og hjálpi þeim að koma orðum að þeim og skilja þær. Menning, trúarbrögð og tengsl við hinn látna eru þættir sem hafa áhrif á sorgarúrvinnslu en auk þess hafa margir fræðimenn skipt sorgarferlinu niður í nokkrur stig sem hafa sameiginleg einkenni innbyrðis. Máli skiptir hvar, hvernig og hvenær barni er sagt frá andláti en umræður þurfa að vera á hreinskilinn og einfaldan hátt og best er að náinn umönnunaraðili segi barninu fréttirnar. Börn á leikskólaaldri eru næm fyrir umhverfi sínu og læra það sem fyrir þeim er haft. Því þurfa fullorðnir einstaklingar að geta sýnt uppbyggileg sorgarviðbrögð sem barnið getur tileinkað sér.

3.2 Spurning 2 - Leikskóli og leikskólakennarar

Hér er sett fram það efni sem við kemur spurningu 2: Hvað getur leikskólinn og leikskólakennarar gert fyrir barn í sorg og hvernig má haga fræðslu um dauðann? Efninu var skipt í þrennt: Hlutverk leikskóla, hvað getur leikskólakennari gert og foreldrasamskipti.

3.2.1 Hlutverk leikskóla

Dauðinn snertir sérhvern skóla á einhvern hátt hvort sem að náinn aðstandandi barns eða starfsmanns deyr, nemandi við skólann eða starfsmaður (Dyregrov, 2008, bls. 125). Í *Aðalnámskrá leikskóla* (1999) kemur fram að ýmsir atburðir eða erfiðleikar geti haft áhrif á líðan barns og hegðun en leikskólinn á að aðstoða það við að takast á við ótta og öryggisleysi. Leikskólanum ber að leitast við að hlúa að barni bæði líkamlega og andlega þannig að það geti notið sín og vinna með heimilum í því að efla alhliðaþroska barns. Hluti af því að efla tilfinningaþroska barns er að veita því frelsi til að tjá tilfinningar sínar, ótta, reiði, gleði og sorg (bls. 7; 9; 16).

Dyregrov (2008) nefnir að strax í kjölfar dauðsfalls sem snertir skólann á beinan hátt, svo sem vegna dauðsfalls kennara eða nemenda, skuli leggja áherslu á:

- að skapa öryggi, eyða óvissu og minnka streitu hjá börnum,

- að tryggja að allar upplýsingar sem dreifa á til foreldra, barna og annarra sem að málum gætu komið séu réttar,
- að skapa samheldni í hópnum og aðstoða börnin við að ná áttum á því sem gerst hefur,
- að nærvera fullorðinna skapar öryggi fyrir börn og skiptir miklu máli (bls. 139-140).

Holland (2008) er breskur námssálfræðingur og upphafsmaður *Lost for Words* verkefnisins sem gengur út á að auka meðvitund um missi barna en hann hefur rannsakað sorg barna í nokkra áratugi. Samkvæmt honum geta skólar verið fjölskyldum stuðningur í sorg með því að hlusta á, veita þeim stuðning eða benda þeim á ráðgjöf eða stuðningsaðila utan skólans. Starfsfólk þarf auk þess að vera meðvitað um þau áhrif sem dauðsfall hefur á börn til að bregðast við á viðeigandi hátt en áhrifin eru ekki alltaf augljós, fyrirsjáanleg eða viðurkennd (bls. 412; 415).

Leikskólar geta þurft að tilkynna foreldrum dauðsfall sem snertir leikskólann og þá getur verið handhægt að hafa til reiðu uppkast að bréfi sem sent er foreldrum vegna andlátsins, til að mynda í tölvupósti eða útprentað. Fyrst væri reynt að ná til þeirra persónulega í upphafi eða lok dags, en bréfið væri afhent um leið eða stuttu síðar. Í bréfinu geta komið fram upplýsingar um andlátið, hvað leikskólinn hefur gert eða ætlar að gera vegna fráfallsins, svo sem með minningarathöfn, og hvar fjölskyldur geta leitað sér aðstoðar (Winter, 2000, bls. 82-83). Í Fylgiskjali 1 og Fylgiskjali 2 má sjá dæmi um bréf sem send eru foreldrum. Bréfið í Fylgiskjali 2 er ætlað fyrir íslenskan grunnskóla en leikskólar geta nýtt sér uppsetningu þess og innihald og aðlagð að sínum þörfum (Margrét Ólafsdóttir, 1995, bls. 7). Í Fylgiskjali 3 má sjá dæmi um hvernig íslenskur leikskóli, setur upp bréf til foreldra og forráðamanna vegna andláts sem tengist leikskólanum (Leikskólinn Naustatjörn, e.d.).

Dyregrov (2008) nefnir hvernig hægt er að minnast hins látna á ýmsa vegu í leikskólanum, einkum í tilvikum þar sem hinn látni var mjög tengdur skólanum, svo sem nemandi eða starfsmaður. Hægt er að hafa minningarathöfn þar sem nemendur og starfsfólk skólans og jafnvel foreldrar barnanna koma saman til að minnast hins látna. Skólastjóri og sá starfsmaður sem mesta umsjón hafði með barninu geta haldið stutta minningarorð. Hægt er að lesa upp ljóð eða sögu sem einkenndi barn eða kennara, syngja eða spila lag, til dæmis uppáhaldslag hins látna. Börnin í skólanum geta tekið þátt í að skreyta minningarsvæðið eða útbúa myndverk eða önnur verk. Eins er hægt að nota verk eftir hinn látna (bls. 141-142).

Sigurður Pálsson (1998) bendir á að skólar eigi ekki aðeins að sinna því hvernig bregðast eigi við áföllum barna, heldur þurfi þeir einnig að huga að fræðslu er varðar dauðann og sorgina sem honum fylgir. Einnig talar Sigurður um að það skipti máli að kennarinn hafi

góð tengsl við foreldra barna og að það sé bæði kennaranum og barninu fyrir bestu að vita um aðstæður barnsins. Bendir hann líka á að ef haldinn er foreldrafundur vegna andláts þá þurfi að koma inn á hvað leikskólinn ætli að gera og það þurfi að upplýsa foreldra um sorgarviðbrögð ungra barna og hvernig best er að styðja börnin, meðal annars með því að benda á lesefni sem henta börnum og foreldrum til að afla sér þekkingar á missi. Æskilegt er að í lok fundsins eigi umræður og fyrirspurnir sér stað (bls. 83-85; 99).

Skólar ættu að hvetja til þess, meðal annars á foreldrafundum og með kynningarbæklingum og fréttabréfum, að foreldrar láti vita af áföllum sem barn eða fjölskyldur verða fyrir. Fáir skólar slíkar upplýsingar er hægt að veita barninu viðeigandi aðstoð og fyrirbyggja að tilfinningar þess séu særðar (Hafsteinn Karlson og Margrét Héðinsdóttir, 2000, bls. 25-26).

3.2.1.1 Viðbragðshópur (Litli rauði kross)

Gott er fyrir skóla að vera undirbúnir fyrir hin ýmsu áföll sem þeir geta orðið fyrir en það leiðir til þess að þegar erfiðar aðstæður koma upp gengur betur að takast á við verkefni sem þeim fylgja. Undirbúningur getur falist í því að senda starfsmenn á námskeið tengdum börnum og dauða, hafa gott aðgengi fyrir starfsfólk af lesefni tengdum börnum og dauða; bæði til að lesa fyrir börnin og fyrir kennarana. Skólinn þarf að vera búinn að útbúa viðbragðsáætlun/verklag til að fylgja eftir ef upp kemur dauðsfall tengt skólanum (Dyregrov, 2008, bls. 125-126).

Jellinek, Bostic og Schlozman (2007) og Sigurður Pálsson (1998) tala um að viðbragðshópurinn sé oft samsettur af leikskólastjóra og/eða aðstoðarleikskólastjóra, einum eða tveim vönum starfsmönnum og jafnvel sérkennslustjóra. Viðbragðshópurinn sér um að koma upplýsingum á framfæri og að skipuleggja þau samskipti sem þurfa að verða, svo sem samræður við kennara, börn og foreldra. Þegar dauðsfall kemur upp sér aðili innan viðbragðshópsins um að útvega upplýsingar um dauðsfallið og ræða við fjölskyldu hins látna um hvað hún vilji deila með skólasamfélaginu. Ræða skal staðreyndir og forðast getgátur. Oft er gott að búið sé að hafa samband við kennara, til dæmis símleiðis með símakeðju, áður en þeir koma til starfa eftir að dauðsfall hefur átt sér stað. Þannig gefst kennurum tækifæri til að vinna með sínar eigin tilfinningar áður en þeir mæta til vinnu (bls. 78; bls. 83-85).

Leikskóli þarf að vera viðbúinn því að takast á við áfall, líkt og andlát barns, starfsmanns eða fjölskyldumeðlims barns eða starfsmanns. Mikilvægt er að leikskólar séu vel undirbúnir til að takast á við dauða og sorg og eru leikskólakennarar þar ekki undanskildir.

3.2.2 Hvað getur leikskólakennari gert

Leikskólakennarar geta ekki verndað börn gegn dauðsföllum eða öðrum áföllum þar sem þau upplifa slíkt ekki aðeins við andlát aðstandanda heldur einnig í gegnum sjónvarpsefni eða dauða í lífríkinu (gæludýra eða plantna). Leikskólakennarar þurfa að vera meðvitaðir um að eitt meginmarkmið þeirra er að aðstoða börnin við að takast á við sterkar tilfinningar á heilbrigðan hátt (Hopkins, 2002, bls. 40).

Guðrún Alda Harðardóttir (1998) fjallar í meistaraþrófsverkefni sínu um áfallahjálp barna en hún gerði rannsókn meðal íslenskra leikskólakennara þar sem hún leitaði svara við spurningunni: „Hver er reynsla leikskólakennara af því að hafa í sinni umsjá börn sem orðið hafa fyrir áfalli og hvernig telja þeir sig vera í stakk búna að veita barni hjálp við slíkar aðstæður?“ Þýði rannsóknarinnar voru stéttarfélagar í Félagi íslenskra leikskólakennara og 206 einstaklingar valdir úr því með kerfisbundnu úrtaki. Alls svöruðu 144 einstaklingar eða 70%, en auk þess tók Guðrún tíu hálfopin viðtöl við leikskólakennara. Guðrún skipti rannsóknarspurninguna í þætti og meðal annars tók hún dauðsföll sérstaklega fyrir. Ef litið er á þann hluta rannsóknarinnar kemur í ljós að 122 (87%) af úrtaki hennar telja sig hafa fengið litla eða enga fræðslu og 18 (13%) sæmilega fræðslu á því hvernig aðstoða megi barn sem misst hefur ættingja eða vini í leikskólakennaranámi sínu en 39 (28%) telja sig vel í stakk búna að hjálpa börnum, 69 (49%) sæmilega og 32 (23%) illa (bls. 53; 57-60; 74-75). Í samræmi við rannsókn Guðrúnar Öldu kemur fram hjá Holland (2008) að kennarar virðast óöruggir með þekkingu sína og hvernig þeir geti aðstoðað börn í sorg (bls. 416).

Favazza og Munson (2010) benda á að leikskólakennarar þurfi að skoða sjálfa sig vel og átta sig á því hvernig þekking þeirra og líðan varðandi dauða og sorg. Það getur haft áhrif á það hvernig þeir ræða við aðra og styðja í sorg. Þetta skiptir máli fyrir börnin þar sem þau skynja vel hvernig hinum fullorðnu líður meðan umræður eiga sér stað. Ef fullorðnum einstaklingi líður illa með að ræða erfið málefni á borð við sorg geta börn skynjað það og haldið sig til hlés til að valda ekki óþægindum (bls. 93-94). Hopkins (2002) nefnir að leikskólakennarar geti spurt sig tveggja spurninga áður en þeir bregðast við spurningum, vangaveltum eða gjörðum barna í tengslum við dauðann. Þær eru: Hvernig myndi ég bregðast við þessari spurningu barnsins ef þetta tengdist ekki dauðanum? Eftir hverju sækist barnið í raun með þessari spurningu, athugasemd, verknaði? (bls. 42).

Sigurður Pálsson (1998) bendir kennurum á að kynna sér málefni tengd sorg og missi. Kennarinn þarf að undirbúinn undir það að geta jafnvel ekki svarað öllum þeim spurningum sem börnin spyrja og útskýra fyrir börnunum að ekki fáið svör við öllu. Gott er að láta

foreldra barnanna vita að verið sé að fara að fræða börnin um dauðann. Mikilvægt er að virða viðhorf barnanna og þekkja persónulegar aðstæður þeirra, eins og hvort eitthvert þeirra hafi upplifað missi áður (bls. 103-104).

Áföll vegna dauðsfalls geta snert kennara mjög mikið, til dæmis ef um samstarfsfélaga eða barn í hópnum er að ræða. Kennari getur því átt í erfiðleikum með að takast á við eigin viðbrögð og tilfinningar, jafnvel á borð við að hann geti ekki sinnt börnunum sem skyldi, eða ýtt tilfinningunum til hliðar á meðan hann aðstoðar börnin og sinnir þeim. Stuðningur frá öðrum fagaðila, til dæmis sálfræðingi, getur komið kennaranum vel sérstaklega þegar um erfiðari mál er að ræða (Dyregrov, 2008, bls. 127-129). Ef leikskólakennara finnst erfitt að ræða við barn um sorg getur hann þó viðurkennt tilfinningar þess með athugasemd á borð við „mér sýnist þú vera sorgmæddur í dag“ en á þann hátt er hann að sýna barninu umhyggju og að hann viðurkenni mikilvægi tilfinninga þess (Wood, 2008, bls. 29). Hin bandaríska Andrea Ruth Hopkins (2002), M.Ed. í uppeldis- og menntunarfræðum, telur að þrjú meginverkefni séu á ábyrgð leikskólakennara þegar kemur að kennslu um dauðann. Þau eru að styrkja öryggistilfinningu barnanna, að byggja upp stuðning í skólastofunni eða á deildinni og að fræða börnin á viðeigandi hátt um dauðann. Eitt af þeim atriðum sem styrkir öryggiskennnd barna er að líta á forvitni þeirra um dauðann sem eðlilega (bls. 42).

Yfirleitt er best að börn, sem hafa upplifað það að missa einhvern náinn, komi í skólann sem fyrst. Þá er oft gott að hafa hitt kennara áður, til dæmis á heimili barnsins, en það gerir endurkomuna auðveldari fyrir barnið þegar það kemur í skólann. Með þessu sýnir kennarinn hlutdeild og stuðning í því sem gerst hefur sem er fjölskyldunni mikils virði. Barnið getur fengið tækifæri til að segja frá því hvað það er sem það vill að sé sagt en með því fær barnið ákveðna stjórn á umhverfi sínu sem á sérstaklega við elstu börnin í leikskólanum (Dyregrov, 2008, bls. 132; Sigurður Pálsson, 1998, bls. 87). Barn upplifir oft öryggi í umhverfi skólastofu eða deildar enda er það umhverfi sem barnið þekkir og veit hvernig virkar og gefur því tækifæri til að tjá og deila tilfinningum sínum (Wood, 2008, bls. 29). Holland (2008) bendir líka á að kennari sem er næmur á þarfir barnanna getur verið mikilvægur stuðningsaðili fyrir þau á sorgartímum. Börn dvelja oft löngum stundum í skólum sem getur verið líkt og annað heimili þeirra eða öruggur staður en því hafa skólar og kennarar ákveðna möguleika á að aðstoða börn í sorg (bls. 415). Kennarar geti auðvaldað endurkomu syrgjandi barns í skóla með því að veita því samúð sína, vera viðstaddir jarðarförina og ræða við börnin á deildinni um dauðann fyrir endurkomu barnsins. Kennarinn þarf að sýna skilning gagnvart því að fjölskyldustundir gætu verið óþægilegar fyrir barnið og frídagar geti endurvakið sorg barnsins (McEntire, 2003, bls. 3-4).

Þó að gott sé að ræða um dauðann á opinskáan og náttúrulegan hátt getur verið gagnlegt fyrir samnemendur barns í sorg að fá að vita hvernig eigi að nálgast það. Hafa verður í huga að eftirköstin geta varað í langan tíma og geta kallað fram mismunandi áhrif eftir einstaklingum (Dyregrov, 2008, bls. 132-133). Samnemendur eru oft forvitnir en jafnframt óöruggir gagnvart þeim viðbrögðum sem þeir geta búist við þegar barnið kemur aftur í skólann. Kennari getur aðstoðað með því að ræða við hin börnin um sorg og missi og hvatt þau til að spyrja spurninga og tjá sig um sína eigin reynslu og skilning. Eins getur leikskólakennari beðið börnin um uppástungur á hvernig þau geti stutt barnið þegar það kemur aftur í skólann, svo sem með því að útbúa kort eða veggspjald (Wood, 2008, bls. 29-30).

Elaine Winter (2000), bandarískur aðstoðarskólastjóri, nefnir af eigin reynslu að séu gæludýr í skólanum geti verið gott að grípa tækifærið, falli gæludýrið frá, til að ræða um dauðann. Í Fylgiskjali 4 má sjá bréf til foreldra barna á deild þar sem gæludýr deildarinnar deyr en þar koma fram upplýsingar til foreldra um hvað leikskólinn ætli að gera í kjölfar dauðsfallsins (bls. 83-84). Hopkins (2002) minnst einnig á hvernig lifandi gæludýr geti gegnt mikilvægu hlutverki í kennslu barna um dauðann. Hún ræðir líka um hvernig lifandi plöntur geti verið í því hlutverki þar sem börnin fylgjast með líffræðilegu ferli plöntunnar frá upphafi til enda og jafnvel fylgst með niðurbroti hennar eftir að hún er dauð (bls. 44-45). Sem dæmi um sögu sem hægt er að lesa fyrir börn þegar verið er að fjalla um dauðann er sagan um Lalla laufblað, Fylgiskjal 5, sem fjallar um lífshlaup laufblaðs sem deyr þegar haustið kemur (Bragi Skúlason, 1994, bls. 19-20).

Mikilvægt er að kennarar séu vakandi fyrir algengum sorgarviðbrögðum barna, svo sem kvíða, svefnvandamálum, reiði og líkamlegum kvillum, sérstaklega hjá yngstu börnunum sem ekki geta tjáð tilfinningar sínar og eiga í erfiðleikum með að skilja þær (Willis, 2002, bls. 224). Fyrir kennara er mikilvægt að muna að börn bregðast á misjafnan hátt við missi en þeir þurfa að vera reiðubúnir að veita börnum leiðsögn og stuðning þegar á þarf að halda. Ef kennarar vita hvernig þeir geta komið auga á merki þess að barni líði illa eða geta tengt vanlíðan þess ákveðnum þáttum þá eru meiri líkur en ella á að hægt sé að koma barninu til aðstoðar í skólastarfinu. Fyrir kennara er mikilvægt að muna að börn bregðast á misjafnan hátt við missi en þeir þurfa að vera reiðubúnir að veita börnum leiðsögn og stuðning þegar á þarf að halda (Broadway, 2008, bls. 44).

3.2.2.1 Ábyrgð leikskólakennara í fjölmenningslegu samfélagi

Vegna fjölda einstaklinga frá öðrum löndum og menningarkimum sem sest hafa að á Íslandi er nauðsynlegt að huga að uppruna og trúarbrögðum þegar áfall ber að. Þar sem venjur og siðir eru ólíkir eftir trúarbrögðum þurfa umræður og starf kennarans að taka mið af þeim (Hafsteinn Karlsson og Margrét Héðinsdóttir, 2000, bls. 25). Í Fylgiskjali 6 má sjá dæmi um hvernig einstaklingar með ólík trúarbrögð líta á lífið og dauðann, ásamt siðum og venjum tengdum útför. Í *Síðareglum kennara* (2003) kemur fram að kennarar eigi fyrst og fremst að huga að jafnrétti í skólastarfi, standa gegn fordómum og mismuna ekki börnum meðal annars vegna kyns, þjóðernis eða trúarbragða (bls. 2). Í *Samningi Sameinuðu þjóðanna um réttindi barnsins* nr. 18/1992 kemur meðal annars fram í 2. grein að samstarfsríki eigi að virða og ábyrgjast réttindi allra barna sem ákvörðuð eru í samningnum, án þess að mismuna einstaklingum vegna kynþáttar, litarháttar og trúarbragða. Einnig kemur fram í 30. grein að barn sem tilheyrir minnihlutahóp, meðal annars vegna þjóðháttar og trúarbragða, eigi að fá að njóta eigin menningar og fá að viðhafa trú sína innan samfélagsins.

Í *Aðalnámskrá leikskóla* (1999), undir námsviðinu menning og samfélag, er fjallað um að börn þurfi að taka tillit til og virða sérkenni annarra þjóða ásamt menningu þeirra. Þó að siðir og venjur séu mismunandi milli þjóða, eiga þau að geta átt sér stað á friðsamlegan hátt í fjölbreyttu samfélagi. Í leikskólum læra börn að þroska með sér virðingu gagnvart öðrum, óháð uppruna, lífsviðhorfi eða trúarbrögðum (bls. 29). Í drögum að *Aðalnámskrá leikskóla* (2010) kemur fram að kennarar eigi að virða og taka tillit til ólíkra fjölskyldna og menningar þeirra. Til að gott samstarf sé milli kennara og foreldra þarf skilningur að ríkja á báða bóga og gagnkvæm virðing fyrir skoðunum og þekkingu (bls. 14).

Viðbrögð einstaklinga vegna andláts geta verið af ýmsu tagi eftir mismunandi menningarheimum. Sum samfélög líta á dauðann sem refsingu eða sem örlög vegna gjörða sinna. Aðrir líta á dauðann sem upphaf eilífs lífs, á meðan enn aðrir trúa því að það sé hvorki til himnaríki né helvíti og að einstaklingar lifi aðeins einu lífi. Í þeim menningarheimum sem ofbeldi og dauði eru ríkjandi, getur það leitt til þess að skilningur um dauðann á sér stað fyrir en þar sem minna er um ofbeldi. Menningarheimar hafa athafnir af ólíkum toga til að mynda eru jarðarfirir yfirleitt trúarleg athöfn, skrudganga af einhverju tagi eða formlegt tímabil, þar sem ættingjar og vinir heimsækja syrgjandi fjölskylduna til að sýna þeim virðingu og samhug. Í sumum samfélögum raka syrgjendur höfuð sitt sem tákni um sorg en í öðrum leyfa þeir hárinu að vaxa eða jafnvel sleppa því að raka skegg sitt í ákveðið langan tíma. Stundum fara fram hávær hátíðahöld við jarðarfirir en hjá öðrum er þögnin ríkjandi. Sums staðar eru

tilfinningar sýnilegar, svo sem mikill grátur um tiltekin tíma en annars staðar eru engin sorgarviðbrögð leyfileg (Feldman, 2006, bls. 663- 664; 676- 677).

Viðbrögð barna geta verið mismunandi eftir því hvernig siðir og venjur hjá fjölskyldu þess er, til að mynda vegna trúarbragða eða menningar. Því þarf kennari að afla sér þekkingar um trúarbrögð og menningu barns til að koma til móts við barn í sorg og veita því stuðning við hæfi. En ein leið til að styðja barn er að veita tíma til leiks þar sem barnið getur unnið með tilfinningar sínar í öruggu umhverfi.

3.2.2.2 Leikur sem úrvinnsluáferð

Griffith (2003) nefnir leikmeðferð sem eina leið til að aðstoða börn við að vinna úr tilfinningum sínum þar sem þau hafa öruggt umhverfi og sérfræðinga sér til aðstoðar við að koma orðum á tilfinningar sínar. Sá sem stjórnar meðferðinni getur líka stjórnað því hvernig leikurinn fer fram og ef leikurinn er að verða barninu of tilfinningasamur er hægt að breyta leiknum þannig að barnið ráði við það sem upp kemur. Í leikmeðferð er notast við ýmsa hluti eins og klippimyndir, tússliti, fingramálningu, fjaðrapípur, bóluplast, sápukúlur og fleira (bls. 222). Allur þessi efniviður er notaður til að hjálpa barninu við það að móta hugsanir og tilfinningar sínar. Þó að leikmeðferðin sé ekki hugsuð fyrir leikskóla þá er hægt að nýta sér hugmyndir hennar enda leika börn sér mikið í leikskólanum undir verndarvæng leikskólakennara.

Sigurður Pálsson (1998) ræðir um leikinn sem leið barnsins til að takast á við aðstæður hverju sinni og að leikurinn geti gegnt sama hlutverki og samtöl fullorðinna. Í leiknum getur barnið sett sig inn í ólíkar aðstæður og/eða mismunandi hlutverk og fengið útrás fyrir tilfinningar sínar. Barnið leitast gjarnan við að auka skilning sinn á dauðanum í gegnum leikinn en oft kemur upplifun barnsins og reynsla áberandi fram í honum (bls. 63).

Lauren Cummins (2004), bandarískur prófessor í leikskólakennarafræðum, nefnir að leikurinn sé tæki til að læra um lífið, hann hjálpi barninu að öðlast skilning á heiminum og efla vitsmunabroska barnsins. Í leik er söguþráður sem börnin setja fram út frá eigin upplifunum og skilningi. Barnið er fært um að nýta sér margvíslega reynslu og flétta saman og endurspegla þannig minningar sínar. Barnið á það til að breyta atburði tengdum andláti í leik þar til það er tilbúið að takast á við missinn. Slíkt gerir því auðveldara fyrir lífinu. Jafnframt stuðlar leikurinn að því að barnið verði fært um lausn vandamála og ákvarðanatöku. Með því að vinna úr í leik þeim hugsunum og tilfinningum sem erfitt er að koma orðum að dýpkar skilningurinn. Sumir fullorðnir hefta viðfangsefni tengd dauðanum og útförum í leik barns og þar með hindra þeir möguleika þess til að syrgja, vinna úr tilfinningum sínum og bregðast við

ósvöruðum spurningum. Gæti það verið vegna þess að þeir fullorðnu hafi aldrei verið leyft sjálfum sem börnum að fá að taka þátt í útförum né fengið að spyrja spurninga eða vera í leik sem snýst um dauðann og útfarir (bls. 87-91).

Willis (2002) nefnir leikinn sem mikilvægt verkfæri fyrir börn til að takast á við missi hvort sem það er leikur þar sem einn leikur sér eða margir leika sér saman í einu. Leikurinn veitir börnum umhverfi þar sem þau geta tekist á við ýmsa tilfinningalega þætti í aðstæðum sem ógna þeim ekki. Einnig er nefnt að hægt sé að hvetja til samskipta, til að mynda með boltum, kubbum eða púslum (bls. 224).

Listir er annar vettvangur þar sem hægt er að ná til barna og hjálpar þeim að tjá sig. Willis (2002) talar um að hafa verði í huga að sum börn eru viljugri en önnur til að deila hugsunum sínum og segja frá því sem þau hafa útbúið. Tjáningin er fyrir barnið en ekki kennarann og ef barnið vill ekki tjá sig á ekki að neyða það til þess. Tónlist er miðill sem hjálpað getur börnum við vinna með sorgina og tjá sig, hvort sem barn fær að velja lög til að hlusta á í einrúmi eða með öðrum, eða í tjáningu í tónlistarstund. Fyrir mörg börn getur verið gott að komast út í náttúruna og fylgjast með og skoða. Til dæmis er hægt að gróðursetja plöntu eða byrja að safna tilteknum plöntum eða steinum (bls. 224-225).

Leikur barns er gott verkfæri til að vinna með tilfinningar sem tengjast sorginni. Þá skiptir máli að trufla ekki barnið í leiknum en vera þó til staðar ef ýta þarf undir leik þess. Það er gott fyrir kennara og foreldra að átta sig á að í gegnum leikinn er barnið að vinna úr reynslu sinni og upplifun. Einnig er hægt að nýta aðrar leiðir til að aðstoða barn og félag þess innan deildar.

3.2.2.3 Leiðir fyrir kennara

Ýmsar stuðningsleiðir eru til fyrir leikskólakennara sem þeir geta nýtt sér til að aðstoða börn í sorg. Hér má nefna vefsíður og bækur þar sem hægt er að kynna sér betur hina ýmsu þætti sorgar eða til að lesa eða vinna með börnunum (Favazza og Munson, 2010, bls. 94).

Ein af þeim vefsíðum sem hægt er að afla sér nytsamlegra upplýsinga um ýmsa þætti sem koma að sorg barna sem upplifað hafa missi vegna dauðsfalls er The Dougy Center www.dougy.org en á þeirri síðu má meðal annars finna punkta með atriðum sem kennarar og skólástjórnendur geta nýtt sér við vinnu sína við að aðstoða börn í sorg. Í þeim punktum sem beint er til kennara kemur fram hvernig hann getur undirbúið komu barns aftur í skólann eftir missi, verið sveigjanlegur og sýnt viðeigandi sorgarviðbrögð. Einnig þarf hann að leiðbeina öðrum börnum um hvernig þau geta komið fram við barnið við endurkomuna (The Dougy Center, e.d.). Í Fylgiskjali 7 má sjá dæmi um fleiri heimasíður ásamt upplýsingum um greinar

og barnabækur á íslensku sem leikskólakennarar geta nýtt sér til stuðnings og bent foreldrum á að nýta sér.

Dyregrov (2008) nefnir að leikskólakennarar geta verið mikilvægir stuðningsaðilar fyrir börn þegar dauðinn hefur áhrif á skólann. Þeir þekkja vel til barnanna sem einstaklinga og sem hóps, og hafa betri færni á að deila þekkingu sinni með börnum en margir aðrir sérfræðingar, svo sem sálfræðingar, og loks þekkja börnin kennarana og treysta þeim (bls. 127). Leikskólakennarar geta sýnt börnunum stuðning og aðstoðað þau við að átta sig á hvað hefur gerst með því að hlusta á frásagnir þeirra og útskýringar. Þannig fá börnin tækifæri til að takast á við tilfinningarnar og átta sig á hvernig hlutirnir eru eftir að hinn látni er farinn (Wood, 2008, bls. 29). Hægt er að kenna börnum leiðir til að láta í ljós tilfinningar sínar, til dæmis reiði, á þann hátt að þær særi ekki neinn. Það er gert til að mynda með þeim hætti að fá barninu blað og svartan lit til að teikna með eða berja í boxpúða á meðan tilfinningin líður hjá. Oft er gott að nálgast umræður um erfiðar tilfinningar barnanna á óbeinan hátt, svo sem með því að teikna sex hringi á blað og biðja barn um að teikna á hringina andlit sem sýna tilfinningar þess sem býr í húsi þar sem sorg ríkir (Dunning, 2006, bls. 505-508).

Favazza og Munson (2010) nefna að sjálfstjáníng er oft hluti af leikskólastarfi en leikskólakennarar ættu að veita börnum fjölbreytileg tækifæri til að tjá sig. Efniviður á borð við brúður, listir og fjölbreytt úrval fyrir hlutverkaleik er hluti af tjáningarmiðlum barna og er yfirleitt aðgengilegur börnum á leikskólum. Því ættu leikskólakennarar að geta unnið með sorg barna með þessum leiðum á aðgengilegan hátt (bls. 94).

Wood (2008), ráðgjafi og dósent við náms- og kennsluvið Southeastern Louisiana háskólans, nefnir 10 leiðir sem hægt er að nota með börnum til að hvetja þau til að tjá tilfinningar sínar. Þær eru:

- Tilfinningalínur. Börnin tjá mismunandi tilfinningar með því að teikna línur á blað. Leikskólakennari biður til að mynda börnin um að teikna línu sem tákna ást, ótta og tár og fá þau að velja sér liti til að teikna með.
- Minningakassi. Börnin setja ýmsa hluti ofan í kassa sem minna þau á hinn látna.
- Tilfinningabruður. Skapandi leikur er nýttur til að tjá tilfinningar með brúðum. Leikskólakennari biður þá börnin um að tjá sig um hvernig brúðunum líður og hvers vegna.
- Tilfinningaform. Börnin eru beðin um að lýsa því hvaða tilfinning eigi best við ákveðin form. Leikskólakennari biður þá börnin um að teikna form sem tákna reiði,

hjálpsemi eða upplifun sársauka. Börnin eru beðin um að tala um teikningarnar og útskýra þær.

- Grímur. Börnin eru beðin um að útbúa andlit á grímur, bæði að utan og innan, og lýsa því hvernig þeim líður, þar sem sjáanlegar tilfinningar barna geta verið aðrar en þær sem þau upplifa í raun.
- Draumamyndir. Börnin eru beðin að upplifa nýliðna drauma sína og rætt um þá.
- Sjálfsmyndir. Börn eru beðin um að teikna sjálfsmynd á pappírspoka, jafnvel bæði að utan og innan. Hægt er að biðja þau um að teikna eitthvað sem gleður þau að utan eða hræðir að innan.
- Öruggur staður. Teknar myndir af hverju og einu barni og þau beðin að líma þær myndir á veggspjald sem táknar skólastofuna en útskýrt er fyrir þeim að hún sé öruggur staður þar sem hægt er að fá aðstoð við að takast á við hina ýmsu tilfinningar og vandamál í sameiningu.
- Hjartapúsl. Útbúin eru hjörtu handa hverju barni. Hvert hjarta er klippt niður í þrjá til fimm hluta sem hægt er að teikna á. Er bútonum dreift milli barnanna og þau svo beðin um að leita uppi hluta af hjartanu sínu og félagana sem hafa þá. Með þessu er hægt að útskýra fyrir börnunum að aðrir einstaklingar geta átt sess í hjarta þeirra og umhyggja annarra getur gert hjartað heilt.
- Að lesa upphátt. Ýmsar bækur eru kjörnar til að koma af stað umræðum og fá fram hugmyndir og spurningar barna út frá vangaveltum um dauðann (bls. 30).

Hér hafa verið settar fram ýmsar leiðir sem leikskólakennari getur nýtt sér á fjölbreyttan hátt til að að vinna með börnum í sorg eða þegar verið er að fræða börnin á deildinni um dauðann og lífið svo sem með lestri bóka.

3.2.2.4 Bókmenntir

Sigurður Pálsson (1998) bendir á að gott sé að hvetja foreldra, kennara og aðra umönnunaraðila til að velja bækur fyrir börnin sem fjalla um sorgina og dauðann og sem fást við spurningar er varða alvöru lífsins. Slíkt lesefni gefur börnum færi á að tengjast sögupersónum í ólíkum aðstæðum sem eflir tilfinningaþroska barnsins. Hvort sem lesefnið er létt og skemmtilegt eða fjalli um erfiðleika þá hefur það þroskandi áhrif á líf barnsins (bls. 11-12).

Í nútímabókmenntum sem höfða til barna er fjallað um erfið mál eins og sjúkdóma, öldrun, dauðann og sorgarferlið. Bækur geta verið öflugt leiðbeinandi verkfæri sem hjálpa

börnum að öðlast skilning á dauðanum og aðstoða barnið í gegnum missinn. Fullorðnir geta þá valið bækur sem þeir telja að henti barninu og sé viðeigandi fyrir þroska þess. Þó er mikilvægt að fullorðnir átti sig á hugtakaskilningi barnanna á dauðanum og hugsanlegum viðbrögðum þeirra, til dæmis að hegðun þeirra þróist hægt og rólega með tímanum. Viðbrögð barna við sorg og missi velta að miklu leyti á vitsmunalegum, tilfinningalegum og félagslegum þroska sem ákvarðast yfirleitt á aldri þeirra (Mercurio og McNamee, 2006, bls. 153). Bækur eru til að mynda notaðar sem hluti meðferðar hjá ráðgjöfum og benda Morgan og Roberts (2010) á að betra sé að meðferðaraðili eða sá sem les bókina hafi lesið hana áður, þannig að hann viti um hvað hún fjallar. Sá sem velur bækurnar þarf líka að hafa í huga að hver tengslin voru við hinn látna, aldur, þarfir, aðstæður og þroski barnsins er. Þeir benda líka á að hafa verði í huga hver menningarleg og trúarleg viðhorf barnsins og fjölskyldu þess eru við val á lesefni þar sem bækur eiga að stuðla að öryggi, gefa upplýsingar og veita innsýn. Bækur geta veitt barni þá tilfinningu að það sé ekki aleitt í sorg sinni (bls. 212-213).

Af myndabókum fá börn gjarnan hugmyndir og úrræði sem geta hjálpað þeim að takast á við sorg og missi, til dæmis með því að fá innsýn í þarfir, áhyggjur og óskir aðalpersónunnar í bókinni. Myndabækur ættu að vera aðgengilegar bæði á heimilum og í skóla. Andrúmsloftið ætti að vera róandi og örvandi í bland, þar sem börn finna að þau eru velkomin og vita að þau og tilfinningar þeirra eru mikilvæg. Settar hafa verið fram almennar leiðbeiningar um val bóka til notkunar með börnum á leikskólaaldri. Þeir benda á að velja eigi bækur með aðlaðandi myndum, áhugaverðu söguefni, gagnlegum upplýsingum og óvæntum þáttum. Sögur sem innihalda dýr sem aðalpersónur frekar en fólk geta verið sérstaklega árangursríkar fyrir börn, því að þau eru hlutlaus gagnvart aldri, kyni og þjóðerni og því geta börn frá ólíkum bakgrunn tengt sig atburðum í sögunni. Sögur myndabóka veita börnum félagslega reynslu. Persónurnar virðast raunhæfar, jafnvel gera dýrin í sögunni það sama og fólk gerir í raunveruleikanum og líður eins. Ef hegðun og tilfinningar svipa til barnsins, þá áttar það sig á því að fleirum líði eins, upplifi og hafi gengið í gegnum það sama. Raunhæfar sögur veita börnum tengingu við aðalpersónuna og snerta þau tilfinningalega séð í gegnum erfiðleika aðalpersónunnar en til að slíkt eigi sér stað þarf sagan að mæta vitsmunalegum, félagslegum og tilfinningalegum þörfum barna (Mercurio og McNamee, 2006, bls. 156).

Heath og fleiri (2008) setja fram sex þætti til að hafa í huga við val á bók sem ætlað er að hjálpa til við að takast á við sorg:

1. Að innihald bókarinnar hæfi skilningi barnsins.
2. Sagan vísi til trúar eða menningarheims barns og sé á móðurmáli þess.
3. Hugað sé að persónueinkennum barnsins, áhugamálum og aðstæðum.

4. Upplýsingar séu nákvæmar.
5. Bókin þarf ekki að fjalla um manneskjur.
6. Bókin ætti að innihalda þá tilfinningalegu þætti sem takast þarf á við til að sættast við dauðann, svo sem reiði, sektarkennd, depurð, ringulreið og afneitun. (bls. 263-264).

Huga þarf að fleiri þáttum við val á bókum sem varða sorg og dauða. Sé verið að lesa fyrir barnahóp getur verið gott að sögupersónurnar séu dýr þar sem þau eru hlutlaus og börn ættu að eiga auðvelt með að tengja sig að sögunni. Sé verið að velja bók fyrir ákveðið barn er gott að velja sögu á tungumáli barnsins og sem sýnir trúarbrögð eða menningarheim þess. Því er mikilvægt að sá sem les sé búinn að lesa bókina áður til að átta sig á innihaldi hennar og hvort hún henti áður en lesið er fyrir barn.

3.2.3 Foreldrasamskipti

Dyregrov (2008) talar um að það valdi kennurum oft hugarangri hvernig þeir eigi að hafa samband við syrgjandi foreldra eftir lát barns. Kennarar þurfa oft að fara út fyrir þægindaramma sinn en viðbrögð foreldra geta verið mismunandi. Kennarar geta haft samband með því að heimsækja foreldrana og votta þeim á þann hátt samúð sína og ræða við þá um það hvernig barnahópurinn vilji minnast hins látna. Það er ekki síður mikilvægt fyrir kennarann að hitta barnið þannig að betri tengsl myndist milli skólans og þess sem er að syrgja (bls. 160-161).

Paddy C. Favazza og Leslie J. Munson (2010) eru báðar bandarískar með doktorspróf í kennslufræðum en auk þess er Munson með doktorspróf í mannfræði. Þær nefna að góð samskipti við foreldra barns í sorg veiti kennurum tækifæri til að skilja betur viðhorf og menningu fjölskyldunnar til sorgar og missis. Þegar kennari getur kynnt sér þessa þekkingu, en ekki allir foreldrar eða fjölskyldur vilja ræða um dauðann eða annað tengt honum, hefur hann meiri möguleika á að ræða um dauðann við barnið á forsendum þess. Kennarar geta hvatt fjölskyldur til að takast á við missi á þann hátt sem hæfir þroska barnsins en samt verið meðvitaðir um menningu fjölskyldunnar (bls. 97-98).

Gott er að barnið geti leitað til tiltekins stuðningsaðila innan skólans til að tjá og deila sorg sinni en mikilvægt er að sá aðili veiti því öryggi og traust. Kennarar þurfa að gefa sér tíma til að ræða við fjölskyldu syrgjandi barns um líðan þess og breytingar sem þeir taka eftir í leikskólanum ásamt því hvernig samskiptum barnsins og kennarans er háttað. Kennarar geta lagt til að fjölskyldan leyfi barninu að koma með hluti að heiman sér til huggunar og minnt á

að reyna að halda sem mest daglegum venjum í föstum skorðum (Hopkins, 2002, bls. 43; Wagner, 1993, bls. 20-21).

Gagnkvæm samskipti heimilis og kennara eru mikilvæg þegar kemur að því að aðstoða barn sem tekst á við sorg. Aukinn skilningur og þekking á því sem barnið upplifir heima fyrir og í skólanum veitir umönnunaraðilum betri innsýn í það sem barnið tekst á við.

3.2.4 Samantekt

Spurning 2 hljóðaði svo: Hvað getur leikskólinn og leikskólakennarar gert fyrir barn í sorg og hvernig haga má fræðslu um dauðann? Við skiptum niðurstöðunum eftir því hvort þær áttu við leikskólann í heild, leikskólakennara eða samskipti heimilis við leikskólakennara og leikskóla. Hlutverk leikskóla er að veita barninu stuðning og efla alhliða þroska þess. Leikskólar þurfa að vera reiðubúnir undir áföll, svo sem andlát sem snert getur skólann, og geta þeir það með því að fræða starfsfólk um skilning barna á dauðanum, sorg og sorgarviðbrögð. Viðbragðsáætlanir geta verið nauðsynlegar til að bregðast við áföllum á skilvirkan hátt. Áfallateymi innan skólans, sem hefur meiri reynslu og þekkingu en aðrir starfsmenn, bregst fyrst við fréttum af andláti og stjórnar viðbrögðum skólans. Þó skiptir máli að allir starfsmenn fái fræðslu um sorg barna og sorgarviðbrögð þar sem þeir umgangast börnin dags daglega. Menning og trúarbrögð barna geta verið mjög mismunandi og því þurfa kennarar að kynna sér þá þætti til að koma til móts við barnið og forsendum þess.

Leikskólakennarar geta nýtt sér fjölbreyttar leiðir til að aðstoða barn við að tjá tilfinningar sínar og vinna úr sorg sinni en leikurinn er þar mikilvæg úrvinnsluáðferð. Listir og bækur geta einnig veitt barninu ákveðna innsýn inn í dauðann og sorgina sem honum fylgir. Samskipti heimilis og skóla geta skipt máli fyrir sorgarúrvinnslu barna og veita traust og örugg samskipti barninu meiri stuðning á erfiðum tímum, bæði fyrir barnið og heimilið. Ekki vilja allir foreldrar ræða eða tjá sig um dauða, sorg eða sorgarviðbrögð og getur verið misjafnt milli heimila hvaða upplýsingar þeir vilji að starfsmenn, börnin og aðrar fjölskyldur fái.

3.3 Spurning 3 - Leikskólar Akureyrarbæjar

Spurning 3 var: Hvaða upplýsingar um áföll og sorg barna, vegna dauðsfalls, er að finna á leikskólum Akureyrarbæjar? Byrjað var á að leita að hvert lagalegt umhverfi leikskóla væri gagnvart málefnum tengdum dauða og sorg. Þannig var hægt að gera sér grein fyrir hvernig leikskólar ættu að sinna þessum málaflokki. Síðan var gerð athugun á heimasíðum leikskóla

Akureyrarbæjar þar sem merkt var við þau atriði sem snúa að áfalli, í þessu tilfelli andláti, sem snertir leikskóla.

3.3.1 Lagalegt umhverfi leikskóla

Í *Reglugerð um starfsumhverfi leikskóla* nr. 655/2009, eru ákvæði um öryggis- og slysavarnamál barna í 9. og 10. grein. Í þessum greinum kemur fram að leikskólar eigi að tryggja öryggi barna sem best og sveitarstjórn á að útbúa handbók fyrir starfsfólk leikskóla með leiðbeinandi reglum um öryggi barna og slysavarnir. Þessar leiðbeiningar eiga að vera aðgengilegar almenningi á heimasíðu leikskólanna eða sveitarfélagsins en hægt er að hafa þær aðgengilegar með öðrum hætti. Kynna þarf reglurnar í skólasamfélaginu en mennta- og menningarmálaráðuneytið og Samband íslenskra sveitarfélaga eiga að móta leiðbeiningar um gerð slíkrar handbókar.

Árið 2005 gaf Skólaþróunarsvið HA út *Leiðbeinandi hefti við skólanámskrágerð í leikskóla*. Samkvæmt þessu hefti á að vera sérstakur kafli um öryggismál í námskrá leikskólanna og á hann að vera foreldrum sýnilegur. Undir þeim kafla flokkast meðal annars áfallahjálp. Tekið er fram að mikilvægt er að verklag sé skýrt og allir starfsmenn hafi sín hlutverk á hreinu. Auk þess er gott að rifja verklagið reglulega upp þar sem þessar verklagsreglur geta skipt sköpum í erfiðum aðstæðum þar sem bregðast þarf hratt við (bls. 9).

Laglegar reglur um hvernig leikskólar eiga að starfa þegar andlát ber að höndum eru fremur takmarkaðar. Þó á samkvæmt *Leiðbeinandi hefti við skólanámskrágerð* á að vera til staðar í skólanámskrá sérhvers leikskóla. Þar sem upplýsingar um öryggismál eiga að vera aðgengilegar almenningi og áfallahjálp fellur undir öryggismál samkvæmt *Leiðbeinandi hefti* um skólanámskrágerð eiga upplýsingar um áfallahjálp að vera aðgengilegar á heimasíðum leikskólanna eða með öðrum hætti. En koma slíkar upplýsingar fram hjá leikskólum sem heyra undir Akureyrarbæ?

3.3.2 Leikskólar Akureyrarbæjar

Við athugun okkar á því hvernig heimasíður leikskóla Akureyrarbæjar setja fram upplýsingar tengdar áföllum vegna dauðsfalls eða missis kom ýmislegt í ljós. Athugunin var gerð á þann hátt að útbúin var tafla sem merkt var við ef fram komu ákveðin hugtök sem tengd eru við áfall og viðbrögð við þeim. Hugtökin sem leitað var eftir voru: áfall/áföll, andlát/dauðsfall, missir, sorg, viðbragðsáætlun/verklag, Litli rauði kross/áfallaráð/áfallateymi og

fræðsla/námskeið. Ekki var merkt við ef fram komu upplýsingar vegna slysa eða viðbragðsáætlana tengdra þeim, aðeins ef það snerti að missi eða andláti. Undir liðnum fræðsla og námskeið var merkt við þá skóla þar sem fram kom að starfsmenn, hluti þeirra eða allir, sæki námskeið um áföll og sorg reglulega. Upplýsingarnar var oftast að finna í námskrá leikskólanna eða í upplýsingum fyrir foreldra.

Sjá má hvaða upplýsingar komu fram á heimasíðum leikskóla Akureyrarbæjar í töflu 1.

Tafla 1. Upplýsingar á heimsíðum leikskóla Akureyrarbæjar

	Áfall/ áföll	Andlát/ dauðsfall	Missir	Sorg	Viðbragðs- áætlun/ verklag	Litli rauði kross/ áfallaráð/ áfallateymi	Fræðsla/ námskeið fyrir kennara
Flúðir							
Hlíðarból							
Hólmasól	X				X		
Holtakot	X	X		X	X	X	X
Iðavöllur	X	X				X	X
Kiðagil	X	X	X	X	X	X	X
Krógaból	X	X	X	X	X	X	X
Lundasel	X	X	X	X	X	X	X
Naustatjörn	X	X	X	X	X	X	X
Pálmholt	X	X		X	X	X	X
Síðusel	X	X	X	X	X	X	X
Smábær Hrísey							
Sunnuból							
Tröllaborgir	X			X	X	X	X
∑ 14	10	8	5	8	9	9	9

Aðeins fimm leikskólar fengu fullt hús og á fjórum leikskólum voru engar upplýsingar til staðar en það að ekki var hægt að nálgast neinar upplýsingar á leikskólunum um þessa þætti fannst okkur alvarlegt mál. Það gæti þó stafað af því að þeir leikskólar sem ekki fundust nein hugtök hjá höfðu ekki aðgengilega námskrá á heimasíðum sínum. Hugtakið áfall/áföll komu oftast fram eða hjá 10 leikskólum af 14, en missir kom sjaldnast fyrir, hjá fimm leikskólum af 14. Tveir leikskólar, Holtakot og Pálmholt, voru með öll atriði nema missir til staðar á heimasíðum sínum en séu þeir reiknaðir með þeim sem voru með fullt hús uppfyllir helmingur leikskóla Akureyrarbæjar skilyrði um að hafa aðgengilegar upplýsingar um áfallahjálþ innan leikskólans. Þá voru upplýsingar um hluta á tveimur leikskólum, Tröllaborgir og Iðavöllur. Þó að hugtökin áfall/áföll og viðbragðsáætlun/verklag kæmu fram í leikskólanum Hólmasól voru mjög takmarkaðar upplýsingar til staðar og að okkar mati ekki nógu skýrar. Vera má að einhverjir leikskólar séu með aðgengilegar upplýsingar á prenti fyrir foreldra sem vilja nálgast slíkt hjá þeim en ekki var leitað eftir því við þessa athugun. Misjafnt

er hversu aðgengilegar upplýsingarnar eru á heimasíðum leikskólanna en eftirtektarvert var hve skýrar og skilmerkilegar upplýsingar sem snerta áföll, sorg og verklag vegna andláts komu fram og auðvelt var að nálgast á heimasíðum þriggja leikskóla: Kiðagil, Krógaból og Naustatjörn.

Auk þess að athuga heimasíður leikskóla Akureyrarbæjar voru *Aðalnámskrá leikskóla* (1999) og drög að *Aðalnámskrá leikskóla* (2010) skoðuð í leit að þessum orðum. Þar kom í ljós að aðeins er minnst einu sinni á hugtakið sorg í *Aðalnámskrá leikskóla* (1999), það er undir tilfinningaþroska í leiðum að markmiðum, annars kemur ekkert þessara hugtaka fyrir. Er það mjög athyglisvert sökum þess að gert er ráð fyrir þessum lið í skólanámskrá og *Reglugerð um starfsumhverfi leikskóla*.

Athugun okkar segir á engann hátt til um hvernig starfi í leikskólum er háttað og aðeins koma hér fram upplýsingar á heimasíðum leikskólanna sem eru aðgengilegar almenningi. Svo virðist vera að hægt sé að bæta aðgengi foreldra að upplýsingum á heimasíðum leikskóla Akureyrarbæjar um áföll, sorg og viðbrögð leikskóla en upplýsingar sem mæta fyllstu kröfum var aðeins að finna á fimm leikskólum af 14, hjá tveimur vantaði aðeins hugtakið missi en auk þess var meirihluta krafna á tveimur leikskólum.

3.3.3 Samantekt

Spurning 3 hljóðaði svo: Hvaða upplýsingar um áföll og sorg barna, vegna dauðsfalls, er að finna á leikskólum Akureyrarbæjar? Rætt var um hvert lagalegt umhverfi leikskólanna er en leikskólar eiga að hafa tiltækar upplýsingar um áfallahjálp á heimasíðum sínum, eða á annan auðfenginn hátt. Viðbrögð leikskóla við andláti og sorg tilheyra þeim málaflokki og ættu því að koma þar fram. Miðað við þær niðurstöður sem fengust með athugun okkar er málefnum misjafnlega háttað hjá leikskólum Akureyrarbæjar þar sem aðeins fimm leikskólar af 14 voru með tilstaðar allar þær upplýsingar sem við leituðum eftir og fjórir voru ekki með neinar sýnilegar upplýsingar. Því virðist sem bæta þurfi úr þessum málum hjá leikskólum bæjarfélagsins.

4. Umræða um niðurstöður

Eins og fram hefur komið í samantektum kafla, en í þeim var leitast við að svara rannsóknarspurningum okkar, er að ýmsu að hyggja þegar kemur að málefnum tengd sorg og missi. Dauðinn er hluti af lífinu og þurfa einstaklingar, hvort heldur börn eða fullorðnir, að takast á við sorg og missi í kjölfar dauðsfalls einhvern tímann á lífsleiðinni. Kenningar um þroska barna gefa okkur vísbendingar um getu þeirra til að takast á við sorg á ákveðnum aldri. Ýmsar goðsagnir eru til staðar varðandi sorg og missi barna og leitast var við að afhjúpa þær. Ein þeirra var „ung börn syrgja ekki“ en rannsóknir benda til að börn á leikskólaaldri syrgi og bregðast við tilfinningum í umhverfi sínu. Erfitt er að átta sig á tilfinningum barna frá fæðingu til tveggja eða þriggja ára aldurs þar sem málþroski þeirra er enn að þróast. Börn á leikskólaaldri sem upplifa sorgina í fyrsta skipti þurfa aðstoð við að átta sig á og koma orðum á tilfinningar sínar.

Börn hafa lægri tilfinningaþolstuðul en fullorðnir og því þurfa þau að geta dregið sig til hlés í úrvinnslu sinni á erfiðum tilfinningum, líkt og þeim sem fylgja sorg. Þetta getur því komið fram á þann hátt að barn fer og leikur sér milli þess sem það spyr spurninga varðandi dauðsfall. Börn fram til fimm eða sex ára aldurs eiga í erfiðleikum með að átta sig á ýmsum hugtökum tengdum tíma, svo sem að eilífu, og því geta þau spurt hvenær hinn látni komi til baka. Um sex til átta ára aldur fara þau að átta sig á að dauðinn sé endanlegur, óafturkræfur og óhjákvæmilegur ásamt því að þau geta áttað sig á orsakasamhengi hans. Þau eiga í erfiðleikum með að skilja að dauðinn geti verið þeim nærtækur og halda því fram að hann geti aðeins hent aðra. Það er ekki fyrr en í kringum níu til ellefu ára aldur sem börn átta sig á því að dauðinn henti einnig þau sjálf.

Eðlislæg sjálfhverfni leikskólabarna getur leitt til þess að þau persónugerir dauðann og líta á hann sem refsingu eða vegna einhvers sem þau gerðu eða gerðu ekki. Því er mikilvægt að ræða við börnin og fræða um dauðann en þegar missir á sér stað skiptir máli hvernig, hvað og hvenær þeim er sagt frá andlátinu. Því er best að náinn umönnunaraðili segi barninu frá áfallinu á hreinskilinn og einfaldan hátt og viðurkenni hver þau viðbrögð sem barnið sýnir. Eins þarf að varast veigrunarorð sem geta valdið misskilningi hjá barni líkt og að „sofna svefninum langa“ þar sem börn gætu orðið hrædd við að sofna.

Goðsagnirnar: „fullorðnir einstaklingar eiga að forðast umræðuefni sem veldur því að börn grátí“ og „sorg fullorðinna einstaklinga hefur ekki áhrif á syrgjandi barn“ geta ekki staðist þar sem börn hafa gott af því að ræða um ýmsa þætti sem geta verið þeim erfiðir til að öðlast betri skilning á þeim. Einnig er gott að foreldrar sýni og deili tilfinningum og

sorgarviðbrögðum sínum með barninu þar sem á þann hátt upplifir barnið hvernig sorg og tilfinningaleg tjáning er eðlileg. Reiði, ótti, afneitun og kvíði eru tilfinningar sem fylgja oft sorginni og er hluti af eðlilegum sorgarviðbrögðum. Mikilvægt er að fullorðnir einstaklingar átti sig á því að þeir hafi áhrif á sorgarúrvinnslu barna þar sem þeir eru fyrirmyndir þeirra. Það getur vakið upp ótta barns gegn eigin tilfinningum ef hinir fullorðnu eru ekki að meðhöndla sorgina.

Félagsmótun hefur áhrif á sorgarviðbrögð barna svo sem menningarheimar, trúarbrögð og fjölskylduhagir. Það að barn fái tækifæri til að tjá tilfinningar sínar leiðir til þess að hægt sé að ræða um þær og aðstoða það við úrvinnslu þeirra. Sorgarviðbrögðin geta skiptst niður í líkamlega, tilfinningalega og félagslega þætti og geta verið misjöfn milli kynja þar sem drengir eiga það til að sýna árásargjarna hegðun eða óþægð en stúlkur beita reiðinni frekar inn á við. Stúlkur virðast líka tjá frekar tilfinningar sínar heldur en drengir og getur það verið vegna áhrifa félagsmótunar. Því nánar sem barn tengist hinum látna geta sorgarviðbrögðin verið átakanlegri. Ef til dæmis foreldri eða systkini fellur frá missir barn einnig stöðugleika heimilisins sem getur leitt til minni stuðnings þar sem foreldri eða foreldrar eru einnig að takast á við sorg. Móðurmissir er talinn erfiðari fyrir börn en föðurmissir og getur það verið vegna þess að feður eiga í meiri erfiðleikum með að skapa umhyggjusamt umhverfi eða tjá tilfinningar sínar. Foreldrar og aðrir umönnunaraðilar þurfa að fullvissa börnin um að það sé í lagi fyrir þau að halda áfram daglegum venjum, líkt og að leika sér, hlæja og hafa gaman.

Goðsögnin um að „börn fara í gegnum ákveðið sorgarferli“ er útskýrð á þann hátt að fræðimenn hafa sett fram mörg mismunandi sorgarferli sem skipt er í stig en eiga þau mörg það sameiginlegt að ekki þarf að fara í gegnum ferlið á ákveðin hátt heldur getur einstaklingur verið á fleiri en einu stigi í einu, farið fram og til baka milli stiga eða sleppt úr stigi.

Leikskólar geta veitt syrgjandi fjölskyldum stuðning með því að hlusta, veita ráðgjöf og upplýsingar, verið viðstaddir jarðarför eða farið í heimsókn til að sýna hlutdeild. Leikskólinn getur minnst hins látna á ýmsa vegu, svo sem með því að halda minningarathöfn innan skólans hafi hinn látni verið starfsmaður eða barn á deild. Einnig geta börnin í leikskólanum útbúið kort eða minningargrip fyrir aðstandendur hins látna. Fyrir leikskóla getur verið kjörið tækifæri að hafa gróður eða gæludýr til að fylgjast með, en falli slíkt frá getur skapast grundvöllur fyrir umræðum um dauðann og hvernig líffræðilegt ferli hans er.

Í leikskólum er oft starfandi áfallateymi en allir skólar ættu að hafa verklag eða viðbragðsáætlun um hvernig þeir ætli að bregðast við áfalli sem tengist skólanum. Þannig er hægt að bregðast skjótt og örugglega við ef slíkar aðstæður koma upp. Því er mikilvægt að starfsfólk sæki námskeið reglulega þar sem þeir öðlast þekkingu á því við hverju þeir megi

búast hjá syrgjandi börnum. Mikilvægt er að leikskólar geti veitt syrgjandi barni stuðning þegar það kemur aftur inn í daglegt starf. Leikskólakennarar þurfa því að geta tekist á við það að aðstoða syrgjandi barn en til þess þarf hann að vita hvaða birtingarmyndir sorg leikskólabarna hefur. Þeir þurfa að hafa í huga að börn bregðast við á ólíkan hátt og leiðir þeirra þurfa því að vera fjölbreyttar. Eins þarf leikskólakennari að geta rætt við hin börnin innan deildar um dauðsfall og hvernig hægt sé að vera syrgjandi barni innan handar.

Þeir sem ekki þekkja til leiks barna átta sig því kannski ekki á mikilvægi hans í tilfinningalegri úrvinnslu hjá þeim. Í leik setur barnið fram hugmyndir, reynslu og tilfinningar til að öðlast skilning á því sem það tekst á við í lífinu. Því þarf leikskólakennari að veita barni tækifæri fyrir frjálsan leik en listir og bókmenntir geta líka verið gott stuðningstæki.

Eftirtektarvert var hversu lítið var að finna í *Aðalnámskrá leikskóla* (1999) og drögum að *Aðalnámskrá leikskóla* (2010) um málefni sorgar og sorgarúrvinnslu með tilliti til hversu líklegt er að leikskólar þurfi að taka á slíkum áföllum. Þegar skoðaðir eru leikskólar sem heyra undir Akureyrarbæ kemur í ljós að betur má en duga skal og þurfa nokkrir leikskólar að bæta upplýsingar sínar verulega. Aðeins fimm leikskólar höfðu allar þær upplýsingar sem við leitum eftir og voru fjórir af fjórtán sem höfðu engar upplýsingar aðgengilegar á heimasíðum sínum. Þessar tölur fannst okkur vera nokkuð sláandi, þó að athugun okkar hafi ekki tekið tillit til þess hvort upplýsingarnar væru aðgengilegar með öðrum hætti.

5. Lokaorð

Þegar við vorum að ljúka vinnu okkar á lokaverkefninu þá rákumst við á orðatiltækið „að tala við börn um dauðann er að tala við þau um lífið“ sem okkur fannst vera mjög lýsandi fyrir innihald þess. Þar sem dauði er eðlilegur hluti af lífinu og sorgin því skammt undan. Eins og kom fram í inngangi þá var viðfangsefnið börn og sorg tekið fyrir sem hluti af námskeiðinu deildarstjórnun. Aðeins einni kennslustund var varið í þetta námsefni, sem er mjög takmarkað þar sem við sem verðandi leikskólakennarar eigum að öllum líkindum eftir að takast á við sorg barna í framtíðinni. Því mætti gefa þessu námsefni meira vægi í leikskólakennaranáminu og koma svipaðar niðurstöður fram í meistarpófsverkefni Guðrúnar Öldu Harðardóttur (1998, bls. 2).

Hlutverk leikskóla er að veita barni stuðning og aðstoða það við að takast á við áföll og þannig styrkjast og þroskast sem einstaklingar. Það að leikskóli sé undirbúinn gagnvart áföllum veitir honum færi á að geta brugðist við þeim fljótt og örugglega, koma upplýsingum á rétta staði og sýna hlutdeild í lífi barns eða starfsmanns sem fyrir missi verður. Eins er gott að fræða börnin um dauðann áður en áfall ber að en á þann hátt geta þau verið betur undir það búin.

Sem verðandi leikskólakennarar er gott að þekkja hver sorgarviðbrögð barna eru og hvað sé hægt að gera til að vera syrgjandi barni innan handar. Ljóst er að birtingarmyndir sorgarinnar eru margar og viðbrögð barna ólík eftir því. Þættir eins og trú, menning, fjölskylduhagir og þroski barns skipta máli þar sem venjur og siðir fjölskyldna geta verið misjafnir. Þessi vitneskja undirbýr okkur til að takast á við áfall, sem dauðsfall er, á meðvitaðri hátt gagnvart barni í sorg þegar út á vettvang er komið.

Heimildir

- Aakeson, K. F. (2004). *Og svo varð afi draugur*. Reykjavík: Vaka-Helgafell.
- Aðalnámskrá leikskóla. (1999). Reykjavík: Menntamálaráðuneytið.
- Aðalnámskrá leikskóla (drög). (2010). Mennta- og menningarmálaráðuneytið: Reykjavík. Sótt 25. febrúar, frá <http://www.menntamalaraduneyti.is/utgefing-efni/namskrar/drog-ad-nyjum-namskram/leikskolar--namskrardrog/>
- Ainsworth, M.D.S, Blehar, M.C., Waters, E. og Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Aiken, L. R. (2001). *Dying, Death, and Bereavement* (4. útgáfa). Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates.
- Alex, M. og Alex, B. (1984). *Afi og ég: tölum saman um dauðann*. Reykjavík: Bókaútgáfan Salt.
- Auman, M. J. (2007). Bereavement Support for Children. *The Journal of School Nursing*, 23(1), bls. 34-39. Sótt 21. janúar frá gagnasafninu ProQuest.
- Árni Böðvarsson. (1983). *Íslensk orðabók handa skólum og almennungi* (2. útgáfa). Reykjavík: Bókaútgáfa Menningarsjóðs.
- Baker, J. E. og Sedney, M. A. (1996). How Bereaved Children Cope with Loss: An Overview. Í Corr C. A. og Corr D. M. (ritstj.), *Handbook of childhood death and bereavement* (bls. 109-129). New York: Springer.
- Black, D. (1998, 21. mars). Bereavement in childhood. *British Medical Journal*, 316, bls. 931-933. Sótt 28. mars 2011 frá gagnasafninu ProQuest.
- Bragi Skúlason. (1994). *Sorg barna*. [Garðabær]: Kjalarnessprófastsdæmi.
- Broadway, M. D. (2008). Dealing with death: books to help young people cope with grief. *Teacher Librarian*, 35(5), bls. 44-48. Sótt 6. mars 2010 frá gagnasafninu ProQuest.
- Busch, T. og Kimble, C. S. (2001). Grieving Children: Are We Meeting the Challenge? *Pediatric Nursing*, 27(4), bls. 414-418. Sótt 21. janúar 2011 frá gagnasafninu ProQuest.

- Cummins, L. (2004). The Funeral of Froggy the Frog: The Child as Dramatist, Designer, and Realist. *YC Young Children*, 59(4), bls. 87-91. Sótt 21. janúar 2011 frá gagnasafninu ProQuest.
- Davis, T. M. og Yehieli, M. (1998). Hiroshima and Paper Cranes: A Technique to Deal With Death and Grief. *The Journal of School Health*, 68(9), bls. 384-386. Sótt 6. mars 2010 frá gagnasafninu ProQuest.
- Dunning, S. (2006). As a Young Child's Parent Dies: Conceptualizing and Constructing Preventive Interventions. *Clinical Social Work Journal*, 34(4), bls. 499-514. Sótt 26. febrúar 2010, frá <http://www.springerlink.com/content/32p2mg4n50348823/fulltext.pdf>
- Dowdney, L., Wilson, R., Maughan, B., Allerton, M., Schofield, P. og Skuse, D. (1999, 7. ágúst). Psychological disturbance and service provision in parentally bereaved children: prospective case-control study. *British Medical Journal*, 319, bls. 354-357. Sótt 28. mars 2011 frá gagnasafninu Philosophers Index.
- Dyregrov, A. (2008). *Grief in children: A Handbook for Adults* (2. útgáfa). London: Jessica Kingsley.
- Favazza, P. C. og Munson, L. J. (2010, 12. janúar). Loss and Grief in Young Children. *Young Exceptional Children OnlineFirst*, 13(2), bls. 86-99. Sótt 12. mars 2010. DOI:10.1177/1096250609356883
- Feldman, R. S. (2006). *Development Across the Life Span* (4. útgáfa). Upper Saddle River: Pearson Prentice Hall.
- Guðrún Alda Harðardóttir. (1997). *Það má ekki vera satt*. Reykjavík: Mál og menning.
- Guðrún Alda Harðardóttir. (1998). *Áfallahjálpi í leikskóla*. Meistaraprófsverkefni lagt fram til fullnaðar M.ed. gráðu í uppeldis- og kennslufræði við Kennaraháskóla Íslands með áherslu á stjórnun. Reykjavík: [Höfundur].
- Guðrún Friðgeirsdóttir og Margrét Jónsdóttir. (1998). *Uppeldi. Kennslubók fyrir framhaldsskóla*. Reykjavík: Mál og menning.

- Goldman, L. (2000). *Life and loss: a guide to help grieving children* (2. útgáfa). London: Taylor and Francis.
- Griffith, T. (2003). Assisting with the „Big Hurts, Little Tears“ of the Youngest Grievers: Working with Three-, Four-, and Five-Year-Olds Who Have Experienced Loss and Grief because of Death. *Illness, Crisis & Loss*, 11(3), bls. 217-225. Sótt 26. febrúar 2010. DOI: 10.1177/1054137303254312
- Hafsteinn Karlson og Margrét Héðinsdóttir. (2000). Skóli sem veit og skilur gerir gæfumuninn. *Uppeldi*, 13(1), bls. 24-27.
- 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 and Clinic*, 43(5), bls. 259-269. Sótt 6. mars 2010 frá gagnasafninu ProQuest.
- Heimasíða Akureyrarbæjar. (e.d.). *Leikskólar*. Sótt þann 16. febrúar 2011 frá <http://www.akureyri.is/skolabaerinn/leikskolar/arholt/>
- Himebauch, A., Arnold, R.M. og May, C. (2008). Grief in Children and Developmental Concept of Death. *Journal of Palliative Medicine*, 11(2), bls. 242-243. Sótt 21. janúar 2011. DOI: 10.1089/jpm.2008.9973
- Holland, J. (2008). How schools can support children who experience loss and death. *British Journal of Guidance and Counselling*, 36(4), bls. 411-424. Sótt 17. mars 2011. DOI: 10.1080/03069880802364569
- Hopkins, A. R. (2002). Children and Grief: The Role of the Early Childhood Educator. *YC Young Children*, 57(1), bls. 40-47.
- Jellinek, M., Bostic, J.Q. og Schlozman, S.C. (2007). When a Student Dies. An intervention mindful of the grieving process can help schools cope with the loss of a student. *Educational Leadership*, 65(3), bls. 78-82. Sótt 9. september 2010 frá gagnasafninu EBSCOhost.
- Kastenbaum, R. (2000). *The Psychology of Death* (3. útgáfa). New York: Springer.

- Kirwin, K. M. og Hamrin, V. (2005). Decreasing the Risk of Complicated Bereavement and Future Psychiatric Disorders in Children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 18(2), bls. 62-78. Sótt 21. janúar 2011 frá gagnasafninu ProQuest.
- 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.
- Leiðbeinandi hefti við skólanámskrágerð í leikskóla. (2005). Akureyri: Skólaþróunarsvið HA. Sótt 20. janúar 2011 frá http://www.unak.is/static/files/Skolathrounarsvid/Leidbeinandi_%20grunnur_namskra.pdf
- Leikskólinn Naustatjörn. (e.d.). *Verklagsreglur*. Sótt 15. apríl 2011 frá http://www.naustatjorn.akureyri.is/grunnur/Afallarad/Verklagsreglur_sept2010.pdf
- Margrét Ólafsdóttir. (1995). Áföll í skóla. *Glæður*, 5(2), bls. 4-9.
- McCown, D.E. og Davies, B. (1995). Patterns of Grief in Young Children Following the Death of a Sibling. *Death Studies*, 19, bls. 41-53. Sótt 26. febrúar 2010 í frá gagnasafninu EBSCOhost.
- McEntire, N. (2003). Children and grief. *ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education Champaign IL*. Sótt þann 16. apríl 2011 frá gagnasafninu ERIC.
- Mercurio, M. L. og McNamee, A. (2006). Healing Words, Healing Hearts: Using Children's Literature To Cope With the Loss of a Pet. *Childhood Education*, 82(3), bls. 153-160. Sótt 21. janúar 2011 frá gagnasafninu ProQuest.
- Morgan, J.P. og Roberts, J.E. (2010). Helping Bereaved Children and Adolescents: Strategies and Implications for Counselors. *Journal of Mental Health Counseling*, 32(3), bls. 206-217. Sótt 20. janúar 2011 frá gagnasafninu ProQuest.
- Morrow, A. (2008). *The Needs of Grieving Children*. Sótt 9. mars 2010 frá http://dying.about.com/od/thegrievingprocess/a/childrens_grief.htm
- Ólöf Helga Þór. (1994). Sorgin í skólanum. *Ný menntamál*, 12(2), bls. 14-18.

- Parkes, C. M. (1986). *Bereavement: Studies of Grief in Adult Life* (2. útgáfa). London: Tavistock.
- Poling, D. A. og Hupp, J. M. (2008). Death Sentences: A Content Analysis of Children's Death Literature. *The Journal of Genetic Psychology*, 169(2), bls. 165-176. Sótt 6. mars 2010 frá gagnasafninu Proquest.
- Raveis, V. H., Siegel, K., og Karus, D. (1999). Children's Psychological Distress Following the Death of a Parent. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(2), bls. 165-180. Sótt þann 29. mars 2011. DOI: 10.1023/A:1021697230387
- Reglugerð um starfsumhverfi leikskóla nr. 655/2009.*
- Ringdal, G. I., Jordhøy, M. S., Ringdal, K. and Kaasa, S. (2001). The first year of grief and bereavement in close family members to individuals who have died of cancer. *Palliat Medicine*, 15(2), bls. 91-105. Sótt þann 4. apríl 2011. DOI: 10.1191/026921601674021869
- Rock, L. (2005). *Að kveðja í síðasta sinn*. Reykjavík: Skálholtsútgáfan.
- Samningur Sameinuðu þjóðanna um réttindi barnsins nr. 18/1992.* Sótt 26. febrúar 2011 frá <http://www.althingi.is/lagas/136b/1992018.2c5.html>
- Santrock, J. W. (2008). *Life-span development* (11. útgáfa). New York: McGraw-Hill.
- Schaffer, H. R. (1996). *Social development*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Siðareglur kennara.* (2003). Reykjavík: Kennarasamband Íslands. Sótt 26. febrúar 2011 frá <http://www.ki.is/pages/1365>
- Sigurður Pálsson. (1998). *Börn og sorg*. Reykjavík: Skálholtsútgáfan.
- Sjøvik, P. (2004). Barn i sorg og barn i krise. Í Sjøvik, P. (ritstj.) *En barnehage for alle. Spesialpedagogikk i førskolelærerutdanningen* (2. útgáfa) (bls. 194-218). Osló: Universitetsforlaget.
- Slaughter, V. (2005). „Young children's understanding of death“. *Australian Psychologist*, 40(3), bls. 179-186. Sótt 4. febrúar 2011. DOI: 10.1080/00050060500243426.

- Sood, A. B., Razdan, A., Weller, E. B. og Weller, R. A. (2006). Children's Reactions to Parental and Sibling Death. *Current Psychiatry Reports*, 8(2), bls. 115-120. Sótt 11. mars 2010. DOI: 10.1007/s11920-006-0008-0
- The Dougy Center. (e.d.). *When Death Impacts Your School*. Sótt 21. janúar 2011, frá <http://www.dougy.org/grief-resources/death-impacts-your-school/>
- United Nations. (1996, 9. september). *General Assembly. Promotion and Protection of the Rights of Children. Annex VIII*. Sótt þann 28. apríl 2011 frá <http://www.un.org/documents/ga/docs/51/plenary/a51-306add1.htm>
- Wagner, P. (1993). Children and Bereavement, Death and Loss: What can the school do? *Napce Base*. <http://www.warwick.ac.uk/wie/napce>
- Westmoreland, P. (1996). Coping with Death: Helping Students Grieve. *Childhood Education*, 72(3), bls. 157-160. Sótt 6. mars 2010 frá gagnasafninu ProQuest.
- Willis, C.A. (2002). The Grieving Process in Children: Strategies for Understanding, Educating, and Reconciling Children's Perceptions of Death. *Early Childhood Education Journal*, 29(4), bls. 221-226. Sótt 9. september 2010 frá gagnasafninu EBSCOhost.
- Winter, E. (2000). School Bereavement. *Educational Leadership*, 57(6), bls. 80-85. Sótt þann 17. mars 2011 frá gagnasafninu EBSCOhost.
- Wolraich, M.L., Aceves, J., Feldman, H.M. og Hagan, J.F.Jr. (2000). The Pediatrician and Childhood Bereavement. *Pediatrics*, 105(2), bls. 445-447. Sótt þann 9. september 2010. DOI: 10.1542/peds.105.2.445
- Wood, F.B. (2008). Helping Young Children Cope. *YC Young Children*, 63(5), bls. 28-31. Sótt þann 20. janúar 2011 frá gagnasafninu ProQuest.
- Worden, J.W. (1996). *Children and grief: when a parent dies*. New York: Guilford.
- Yeagley, L. (1994). *Tekist á við sorg*. (Þröstur B. Steinþórsson þýddi). Garði: Þröstur B. Steinþórsson.

Fylgiskjöl

Fylgiskjal 1: Dæmi um bréf til foreldra vegna andláts foreldris barns.

Fylgiskjal 2: Dæmi um bréf til foreldra, vegna andláts, í íslenskum grunnskóla.

Fylgiskjal 3: Dæmi um bréf til foreldra, vegna andláts, á íslenskum leikskóla.

Fylgiskjal 4: Vegna dauðsfalls bekkjargæludýrs

Fylgiskjal 5: Sagan um Lalla laufblað

Fylgiskjal 6: Ólík trúarbrögð. Minnispointar sem hjálpa til við skilning og samskipti.

Fylgiskjal 7: Stuðningsrit og gögn fyrir foreldra og kennara

Fylgiskjal 1

Dæmi um bréf til foreldra vegna andláts foreldris barns.

Bréf til foreldra

Kæra/u foreldri/ar:

Það er með miklum harmi sem ég skrifa ykkur að Susan Jones, móðir Bill Jones, dó á fimmtudaginn 10. október, úr krabbameini. Þau gengu til liðs við okkur á síðasta ári þegar Bill byrjaði í leikskólanum. Mörg ykkar kynntust fjölskyldunni á þeim tíma, sum ykkar jafnvel hjálpuðu þeim í gegnum erfitt sumar. Susan Jones var einstök persóna og virk í starfi leikskólans. Hennar verður sárt saknað.

Í leikskólanum hafa kennararnir talað við börnin á deildinni hans Bills. Gott væri ef þið gætuð rætt við börnin líka heima. Börn bregðast við slíkum sorgarfréttum á mismunandi hátt. Sum finna fyrir sorg en vita ekki hvað þau eiga að segja, önnur kunna að hafa áhyggjur af sínum eigin foreldrum. Allar þessar tilfinningar eru skiljanlegar og viðeigandi og gætu verið til marks um samræður sem geta átt sér stað í kjölfarið.

Ekki vera hrædd við að hafa samband við sálfræðing okkar ef ykkur vantar ráðgjöf, eða heimsækið bókasafnið okkar til að finna viðeigandi bækur til að lesa með börnunum. Við hugsum öll til Bill og hvernig við getum stutt hann og fjölskyldu hans.

Skólastjórinn

(Winter, 2000, bls. 82).

Fylgiskjal 2

Dæmi um bréf til foreldra, vegna andláts, í íslenskum grunnskóla.

Til aðstandenda

Skólanum hafa borist þau hörmulegu tíðindi að _____ í ___ bekk ___ er látin(n). Atburðurinn hefur haft djúp áhrif á börnin. Næstu daga munum við leitast við að styðja þau og hjálpa þeim að átta sig á því sem gerst hefur. Vegna þessa verður _____ bekknum til aðstoðar næstu daga.

Minningarathöfn verður haldin á sal skólans _____ daginn ___/___ klukkan _____. Foreldrar eru velkomnir að vera viðstaddir athöfnina.

Í kvöld verður bekkjarkennari til viðtals í skólanum frá klukkan ___ til _____. Sálfræðingur skólans verður til viðtals í skólanum frá klukkan ___ til ___ og námsráðgjafi verður til viðtals í skólanum frá klukkan ___ til _____. Símanúmer skólans er _____.

Ykkur er velkomið að hafa samband.

Atburður sem þessi lætur engan ósnortinn. Þótt skólinn kjósi að vinna á þennan hátt innan sinna vébanda, hljóta börnin engu að síður að þurfa að deila hugsunum sínum og tilfinningum með fjölskyldu sinni.

Bekkjarkennari

Skólastjóri

(Margrét Ólafsdóttir, 1995, bls. 7).

Fylgiskjal 3

Dæmi um bréf til foreldra, vegna andláts, á íslenskum leikskóla.

Kæru foreldrar/forráðamenn

Í gær gerðist sá sorglegi atburður að (nafn) lést. (Nafn) var (starfsmaður, barn, maki, barn starfsmanns á deild).

Við leikskólann er starfandi áfallaráð og í því sitja: _____

_____.

Næstu daga munum við leitast við að styðja nemendur og hjálpa þeim að átta sig á því sem hefur gerst. Á morgun (dagur) munum við ræða þennan atburð við börnin ykkar. Gott getur því verið að þið séuð búin að ræða atburðinn við þau fyrir morgundaginn.

Segið barninu frá því sem gerst hefur á einfaldan og skýran hátt. Notið ekki orð sem geta verið misvísandi. Notið réttu orðin og segið sannleikann, forðist að nota orð eins og hann er sofnaður; er farin. Slíkt getur valdið misskilningi og valdið ótta t.d. við að fara að sofa eða að kveðja foreldra. Viðkomandi er dáiinn og því best að nota það orð.

Mikilvægt er að leyfa barninu að ráða ferðinni í úrvinnslu sinni á sorg, verið til staðar, styðjið það, hlustið og deilið tilfinningum ykkar með því.

Börn á leikskólaaldri búa yfir þeim hæfileika að geta leikið sér. Leikur sem snýst um sorglega atburði á ekki að stöðva. Leikur er ein besta leið barns til að vinna sig út úr sorg.

Ef spurningar vakna hjá ykkur foreldrum og forráðamönnum þá endilega hafið samband við áfallaráð eða deildarstjóra/umsjónarkennarar ykkar barna og við munum reyna að aðstoða ykkur eftir bestu getu. Síminn í leikskólanum er XXX-XXXX

Kveðjur starfsfólk

(Leikskólinn Naustatjörn, e.d.).

Fylgiskjal 4

Vegna dauðsfalls bekkjargæludýrs

Kæra fjölskylda

Ég skrifa ykkur þær sorgarfréttir að Rósa bekkjarkanínan okkar dó í gær. Hún dó í skoðunarherberginu á Dýraspítalanum. Ég átti kost á að dveljast hjá henni þar til yfir lauk. Með mér var líka dýralæknirinn af bráðamóttöku spítalans.

Hér á eftir eru nokkur atriði sem við munum útskýra fyrir börnunum:

- Rósa dó úr kanínulungnabólgu, sem er sýking í lungum. Dýr geta ekki smitað fólk af þessum sjúkdómi.
- Dýralæknirinn sagði að það væri nánast útilokað að merkja einkenni þessa sjúkdóms nógu snemma til að geta læknað hann.
- Rósa þjádíst ekki neitt.
- Þegar dýr deyja á dýraspítala eru þau jörðuð af dýralækninum og aðstoðarfólki hans.
- Það er hryggilegt þegar gæludýr deyr – kennarar og börn verða hrygg og sakna þeirra. Dauði Rósu gæti minnt þau á dauða annarra ástvina eða elskaðra gæludýra.

Við munum segja börnunum frá dauða Rósu eftir samverustund á morgun og bjóða þeim að tjá tilfinningar sínar vegna hennar og taka þátt í umræðum. Við munum bjóða börnunum einnig að taka þátt í að útbúa minningarbók um Rósu þar sem þau geta komið á framfæri tilfinningum sínum vegna fráfalls Rósu eða ánægjulegri minningu sem börnin eiga um hana.

Á næstu dögum munu sum barnanna ræða oft og mikið um Rósu, á meðan önnur munu verða fámál. Vinsamlegast deilið með okkur viðbrögðum barnsins ykkar. Að sjálfsögðu munum við líka deila umræðunni í skólanum með ykkur, og jafnframt munum við deila með ykkur minningarbók um Rósu.

Með hlýrri kveðju,
Kennararnir.

(Winter, 2000, bls. 83).

Fylgiskjal 5

Sagan um Lalla laufblað

Á stórrí grein á stóra, fallega lauftrénu niðri við djúpbláu ána, hékk Lalli laufblað. Hann var fallega grænn á litinn. Hlýr sunnanvindurinn lék um hann og honum leið vel. Lalla þótti lífið dásamlegt.

Vinur hans, þrösturinn, sat oft á greininni og söng fyrir Lalla. Honum þótti gaman að hlusta á söng þrastarins og það hann oft um að syngja fyrir sig söngva úr hinum stóra heimi.

Þrösturinn sagði honum líka frá konu sinni, henni þrastamömmu og frá ungunum sínum litlu, sem voru í hreiðrinu og þurftu að borða vel, svo þeir gætu orðið stórir og flogið út í hinn stóra heim.

Þrösturinn sagði Lalla líka frá fiskunum í vatninu og frá veiðimönnunum, sem reyndu að veiða þá. “Hvað verður um fiskana, þegar veiðimennirnir eru búnir að ná þeim?” spurði Lalli laufblað.

“Þeir deyja“, sagði þrösturinn, “og svo borða mennirnir þá“.

Það þótti Lalla undarlegt. Hann spurði: “Borða mennirnir mig líka, þegar ég dey?”

“Nei, það held ég ekki“, svaraði þrösturinn.

“Hvað gerist þegar ég dey?” spurði Lalli.

“Ég er ekki viss“, svaraði þrösturinn, “en mig minnir að í fyrra hafi hangið laufblað á þeim stað, þar sem þú ert nú. Það var grænt, alveg eins og þú, en svo varð það gult á litinn rétt áður en það dó...svo datt það af trénu niður á jörðina“.

“Verð ég þá gulur líka?” spurði Lalli laufblað.

“Ég býst við því“, svaraði þrösturinn og þar með var hann floginn til konu sinnar og unga.

Sumarið var gott og Lalli laufblað naut lífsins. En svo kom haustið og honum fór að líða undarlega, fannst hann lasinn og við fyrsta frostið fór litur hans að breytast.

Lalli laufblað fór að hugsa:“Skyldi ég vera að deyja? Ég vil ekki deyja einn. Hvar er þrösturinn, vinur minn?”

Lalli varð sífellt veikari og dag einn, þegar þrösturinn, vinur hans, var hjá honum, sagði hann:“Ég get ekki orðið grænn aftur og mér líður ekki vel. Ég held að það sé best, að ég fái að deyja. Sjáðu bara hvað ég er orðinn gulur. Vertu sæll, kæri vinur. Það er gott að eiga þig að.“

“Vertu sæll“, sagði þrösturinn, “ég mun sakna þín“.

Svo féll Lalli laufblað til jarðar og dó. Það fór að snjóa og snjórinn huldi Lalla laufblað. Kaldur norðanvindurinn blés á nakið tréð. Öll laufin höfðu fallið til jarðar. Vetur konungur var genginn í garð.

En þegar vorið kemur að nýju, þá munu aftur vaxa græn lauf á stóra, fallega lauftrénu niðri við vatnið. Og þrósturinn mun aftur sitja á greininni og syngja söngva um vin sinn, Lalla laufblað, sem honum var svo kær.

Svo kemur sumarið...

(Bragi Skúlason, 1994, bls. 19-20).

Fylgiskjal 6

Nokkur ólík trúarbrögð. Minnisþingar sem hjálpa til við skilning og samskipti.

Búddismi

Búddistar trúa því að allt sé óvaranlegt og trúa á endurfæðingu en enga ákveðna sál. Búddistar trúa á Karma, að afleiðing fyrri athafna tryggir nýja þætti sem notað er í sameiningu til að mynda nýjan einstakling, sem reynir að komast á hærra stig í lífinu. Þeir trúa á hina eilífu hringrás þar sem einstaklingurinn endurfæðist í öðrum líkama. Búddistar trúa ekki á himnaríki heldur Nirvana - eilífa fullkomnun.

Við útförina er kistunni komið fyrir í skreyttum sal þar sem athöfnin fer fram. Allt er umkringt blómum og gjöfum sem munkunum er gefið eftir athöfnina, farið er með bænir en yfirleitt er hvorki sýnileg sorg né tár þar sem endurlífing mun eiga sér stað og komist er nærri hinni eilífri fullkomnun, þar sem áherslan er lögð á hið nýja líf en ekki dauðann. Líkið er brennt og mynd af hinum látna er sett hjá kistunni til að minna þá sem viðstaddir eru á tímabundið eðli lífsins.

Kristin trú

Kristið fólk trúir á Guð og á Jesú sem son hans. Einstaklingar halda sambandi við Guð í gegnum lífið og eftir dauðann. Sumir trúa á himnaríki og helvíti og að einstaklingar lifi aðeins einu lífi.

Líkinu er komið fyrir í kistu sem er flutt í kirkju, þar sem útfararathöfn fer fram. Hringlaga kransar sem tákna samfellu og eilífð eru oft settir hjá kistunni. Litur sorgarinnar er svartur og það er talið eðlilegt að sýna sorg sína með tárurum, en það er leiðin til að takast á við missi samkvæmt kristinni trú.

Kínversk trú: Taóismi

Taóistar trúa því að það hvernig alheimurinn virki sé stjórnað af andstæðu öflunum Yin og Yang; að lífið sé samsett af hinu góða og illa. Yin og Yang hafa ákveðna eiginleika og samspil þeirra viðheldur jafnvægi milli sálarinnar, jarðar og himins. Þeir hugsa ekki um dauðann sem endalok, heldur sem flutning yfir á næsta tilverustig.

Hinn látni er settur í kistu, litur sorgarinnar er hvítur og í skrúðgöngu eru trommur, flugeldar, hávaði og tónlist notuð til að fæla burt illa anda alveg að kirkjugarðinum. Sýnd er taumlaus sorg og hávaði sem losar um angist og ótta. Rauðir borðar (til lukku) og trédrumbur

með skriflegum upplýsingum um líf hins látna leiða skrudgönguna. Við kistulagninguna eru brenndir peningar og fleira sem eiga að hjálpa þeim látna gegnum lífið eftir dauðann. Eftir 10 ár er kistan grafin upp og beinin hreinsuð og er þeim komið fyrir í lokaðri krukku. Presturinn finnur góðan stað til að grafa krukuna en þetta er mikilvægt því annars getur hinn látni orðið óánægður og snúið aftur og refsað fjölskyldunni. Á hverju ári er svo haldin hátíð til að minnast þeirra látnu.

Húmanismi

Húmanistar trúir því að dauðinn sé eðlileg endalok lífsins og að dauðinn eigi að vera sem sársaukaminnstur og mögulegt er. Fyrir þeim er aðeins eitt líf og ekkert himnaríki, refsing né umbun eftir dauðann.

Það þarf ekki að vera athöfn þar sem útfararstjórinn getur fargað líkinu. Þó eru húmanistar afar viðkvæmir gagnvart þörfum þeirra lifandi svo hægt er að halda ótrúarlega jarðarför eða minningarathöfn. Form athafnarinnar er ákvörðuð af ættingjum og óskum hins látna. Yfirleitt er einföld athöfn í líkbrennsluhúsinu og er áberandi þáttur athafnarinnar minningar um lífsafrek hins látna.

Hindúismi

Hindúar trúa því að einstaklingar fari í gegnum 16 stig á lífsleiðinni, þeir trúa á einn Guð og að sál einstaklingsins sé varanleg og óbreytanleg en hún fylgir hverri endurfæðingu. Þeir trúa því að dauðinn beri óhreinleika inn á heimilið.

Hinn látni er yfirleitt brenndur innan 24 tíma. Það eru sex karlkyns ættingjar sem bera kistuna í líkbrennsluhúsið en ekki er ætlast til þess að kvenkyns ættingjar séu viðstaddir. Elsti sonur hins látna kveikir í kistunni. Þrem dögum seinna er öskunni safnað og dreift yfir á. Vinir og ættingjar færa fjölskyldunni gjafir, halda þeim félagsskap, syrgja með þeim og styðja. Elsti sonur eða karlkyns ættingi rakar af sér hárið í sorgarferlinu og til hreinsunar. Á 13. degi er opinberri sorg lokið með stórrí veislu en persónuleg sorg heldur þó áfram. Litur sorgarinnar er hvítur.

Íslam

Múslimar trúa á einn Guð, Allah, og Muhammad sem spámann Guðs. Þeir trúa á aðeins eitt líf og eftir lífið er sálin dæmd eftir gjörðum hins látna, sem ráða til um hvort sálin fari inn í hinu eilífu paradís eða helvíti. Telja þeir yfirþyrmandi sorgarviðbrögð vera uppreisn gegn vilja Allah.

Tekist er á við sorgina með því að lesa úr Kóraninum (trúarrit múslima), en vinir og ættingjar koma þá saman til að lesa. Greftrun á sér stað innan 24 tíma. Engin kista er notuð þar sem líkið er vafið í þriggja laga líkklæði úr hvítum bómull en gröfin er hvorki merkt með minnisvarða né legsteini. Fjölskylda hins látna dvelur innandyra í þrjá daga eftir jarðarförina og elda ekki á meðan en það eru vinir og ættingjar sem færa þeim mat. Aðeins má fara að grafreitnum hvern föstudag næstu 40 daga. Sorgarferlið stendur yfir í allt að þrjá mánuði en á þeim tíma á eru vinir og ættingjar að hugga og styðja fjölskylduna. Á meðan þessir þrír mánuðir standa yfir eru engar hátíðir né fögnuðir leyfilegir.

Gyðingdómur

Gyðingar trúir á einn Guð og aðeins eitt líf en eftir lífið fer sálin annað hvort til himnaríkis eða helvítis en það skipti miklu máli að einstaklingur einblíni á að vera trúr Guði í lífinu. Þeir trúa á upprisu og að sálin snúi aftur í líkamann og því er líkbrennsla ekki leyfð.

Mikilvægt er að syrgjendur fái stuðning frá nánustu ættingjum til að tryggja það að minningar um hinn látna verði varðveittar. Innan 24 tíma er líkið grafið. Það eru engin blóm leyfð til að enginn greinarmunur sé gerður milli hinna ríku og fátæku. Syrgjendur spretta upp ystu flík sinni, sem merki um sorg, til að láta í ljós tilfinningar sínar eins og reiði. Í kirkjugarðinum taka allir taka þátt í jarðsetningunni og dreifa mold yfir kistuna. Nánasti karlkyns ættingi fer með bæn til að hjálpa sálinni til Olam Halba sem sér um að sálin fari til himnaríkis eða helvítis. Fjölskyldan syrgir í viku og vinir færa þeim mat á meðan. Fjölskyldan er hvött til að tjá sorg sína og ræða um hinn látna. Í mánuð er ekki leyfilegt að taka þátt í nokkurs konar skemmtun. Næstu ellefu mánuði er farið með bæn á hverjum degi og á dánardegi á hverju ári er alltaf farið með bæn og kveikt er á kerti í 24 tíma. Heimsækja á grafreitinn að minnsta kosti einu sinni á ári, sérstaklega rétt fyrir nýár til að tryggja að minningar um hinn látna gleymist ekki með tímanum.

(Wagner, 1993, bls. 63-67).

Fylgiskjal 7

Stuðningsrit og gögn fyrir foreldra og kennara

Hægt er að nálgast ýmsar upplýsingar um sorg og sorgarviðbrögð á íslensku og hér fyrir aftan er bent á sorgarsamtök og upplýsingaveitur þar sem hægt er að nálgast upplýsingar um efnið.

Ný Dögun: Samtök um sorg og sorgarviðbrögð er með heimasíðuna www.sorg.is og Samhygð: Samtök um sorg og sorgarviðbrögð á Akureyri og nágrenni, vefslóðin hennar er www.kirkjan.is/eyjafjardarprofastdaemi Þessi tvö samtök bjóða upp á fyrirlestra, fundi og stuðningshópa. Hægt er að leita sér upplýsinga á heimasíðum samtakanna eða hafa beint samband við samtökin ef fólk vill aðstoð við úrvinnslu mála tengdum sorg og sorgarviðbrögðum.

Á gagnasafninu www.missir.is má finna efni um dauða, erfiða lífsreynslu og sorgarferli ætlað fyrir almenning og fagfólk. Þar má finna fjöldann allan af vefslóðum og ábendingum um lesefni tengdum þessum þáttum. Tvær af þeim erlendu síðum sem við rákumst oftast á í leit okkar voru www.dougy.org og www.compassionbooks.com en á þeim má finna áhugavert efni sem hægt væri að nýta sér að einhverju leyti í kennslu þó efnið sé á ensku.

Einhverjar íslenskar greinar hafa verið skrifaðar um málefni sorgar og sorgarviðbragða barna en lítið hefur verið skrifað um tengsl þess við leikskólann. Þær greinar sem við fundum á íslensku um efnið og leikskólakennarar geta nýtt sér eru:

Guðrún Alda Harðardóttir. (1999). Áfallahjálpi í leikskóla. *Glæður*, 9, (1), bls. 5-12.

Guðrún Alda Harðardóttir. (2001). Undirstaða leikskólakennara í áfallahjálpi fyrir börn. *Athöfn*, 33, (1), bls. 48-53.

Hafsteinn Karlson og Margrét Héðinsdóttir. (2000). Skóli sem veit og skilur gerir gæfumuninn. *Uppeldi*, 13, (1), bls. 24-27.

Helga Hannesdóttir. (1992). Sorg barna. *Uppeldi*, 5, (4), bls. 60-62.

Margrét Ólafsdóttir. (1995). Áföll í skóla. *Glæður*, 5, (2), bls. 4-9.

Ólöf Helga Þór. (1994). Sorgin í skólanum. *Ný menntamál*, 12, (2), bls. 14-18.

Guðrún Alda Harðardóttir, hefur skrifað og rannsakað málefni sorgar barn, líkt og hefur komið út nokkuð efni eftir hana. Auk Meistaraprófsverkefnis hefur hún skrifað greinar og bókina *Í leikskóla lífsins* sem kom út árið 2001 og eru kaflar í henni sem falla undir áföll go sorg barna. Hún ritaði einnig barnabókina *Það má ekki vera satt* en í fyrri útgáfu hét hún

Þegar pabbi dó: raunsæ saga um dauðann og lífið. Í þeirri bók fjallar Guðrún Alda um reynslu barna sinna, sem misstu föður sinn ung og hvernig þau, ásamt fjölskyldunni, tekst á við sorgina (1997).

Afi og ég: tölum saman um dauðann er önnur barnabók sem þýdd hefur verið á íslensku en er eftir Marlee og Benny Alex. Þessi bók fjallar um unga stúlku og samskipti hennar við afa sinn sem síðan deyr. Stúlkan þarf að takast á við ýmsar vangaveltur varðandi dauðann og kveðja afa sinn. Þessi bók er skrifuð með vísunum í trúarleg viðhorf og gæti því ekki hentað inn í leikskóla fyrir barnahóp en hægt væri að benda foreldrum kristinna barna á bókina (Alex og Alex, 1984).

Að kveðja í síðasta sinn er einnig þýdd barnabók sem gefin Skálholtsútgáfan gaf út en hún er eftir Lois Rock. Bókin fjallar um að frá unga aldri og alla ævina sé verið að kveðja einstaklinga, í stutta stund, yfir lengri tíma og að eilífu, þegar dauðann ber að. Komið er inn á þær sársaukafullu tilfinningar sem fylgja missinum en góðar minningar um hinn látna varðveitist. Í lokin er þó minnst á að hinir látnu fari til himna þar sem Guð veiti þeim öryggi og kærleika. Þar sem trúarlegt viðhorf kemur fram í lok bókarinnar hentar hún ekki öllum börnum en hægt væri að benda foreldrum kristinna barna á bókina (Rock, 2005).

Og svo varð afi draugur er barnabók sem Ólöf Eldjárn þýddi en höfundur bókarinnar er Kim Fupz Aakeson. Bókin fjallar um strák sem er nýbúinn að missa afa sinn og upplifir mikla sorg. Afi verður að draugi og kemur á næturnar til stráksins en foreldrar hans höfðu áhyggjur og sendu ekki strákinn í leikskóla í nokkra daga. Þeir komast að því að afi sé draugur því hann eigi eftir eitthvað ógert í lífi sínu, saman reyna þeir að átta sig á því og að lokum komast þeir að því að afi að átti bara eftir að kveðja litla strákinn sinn. Bókin kemur aðeins inn á trúarlegt viðhorf þegar jarðarförin fer fram en gott væri að benda foreldrum kristinna barna á bókina (Aakeson, 2004).

Prestarnir Sigurður Pálsson og Bragi Skúlason hafa ritað um sorg barna og var Bragi Skúlason með þeim fyrstu til að halda námskeið fyrir leikskólakennara um sorg og sorgarviðbrögð barna. Bækur þeirra „Sorg barna“ og „Börn og sorg“ geta nýst leikskólakennarum til að fræðast um sorg og sorgarviðbrögð barna en auk þeirra hafa þeir gefið út fleiri greinar og bækur um þetta málefni (Bragi Skúlason, 1994; Sigurður Pálsson, 1998).