

NÅGON
MAN TYCKER MYCKET OM
HAR DÖTT

NÅGON – man tycker mycket om – HAR DÖTT

Alla blir vi ledsna när någon som vi tycker om har dött. Det är svårt att förstå vad döden innebär. Vi människor visar vår sorg på många olika sätt, och inget sätt är rätt eller fel.

Boken är i första hand tänkt för människor med kognitiv funktionsnedsättning. De har förstås som alla andra ett känsloliv och ger uttryck för saknad och sorg över den som dött.

I den här boken beskrivs med bilder hur Karin och Bengt mister en kär släkting, och hur vardagen blir under en lång period efter förlusten. Bilderna visar hur de behöver stöd för att arbetet med sorgen skall bli lättare. Boken kan vara en hjälp att samtala kring det svåra som har inträffat.

Bilderboken och en tillhörandeHandledning har tillkommit på initiativ av två forskare i efterlevandeproblematik”. Agneta Grimby är legitimerad psykolog och medicine doktor och har sedan 1995 bedrivit det s.k. Änkeprojektet vid Geriatriken, Sahlgrenska Universitetssjukhuset i Göteborg. Åsa K. Johansson är doktor i psykologi och forskarassistent i samma projekt. Båda har skrivit flera vetenskapliga artiklar och populärvetenskapliga böcker om sorg.

De har emellertid saknat litteratur på svenska om sorg som riktar sig till kognitivt funktionsnedsatta och deras sorgearbete. Med den här boken hoppas de ha börjat avhjälpa den bristen.

NÅGON man tycker mycket om HAR DÖTT

- Bilderna i den här boken kan vara bra att titta på och samtala omkring, när någon har dött som man tycker om.
- Man kan kalla det för en arbetsbok om känslor kring döden.
- Att känna sorg kan vara jobbigt. Därför brukar man kalla det för sorgearbete.
- Att prata om sorgen kan göra att den lättar.
- Försök också att hitta på egna ord kring bilderna i boken.

NÅGON – man tycker mycket om – HAR DÖTT
Arbetsbok om sorg och saknad

Forskning och text:

Agneta Grimby, med.dr., leg. psykolog

Åsa K. Johansson, fil.dr. i psykologi

Illustrationer:

Annika Wilén

Med boken riktas stort tack för medel till projektet till:

Jerringfonden, Stiftelsen Sigurd och Elsa Goljes Minne,
Magn. Bergvalls Stiftelse, Petter Silfverskiölds Minnesfond,
Stiftelsen Mandis och Per Molins Minnesfond och
Stiftelsen Sunnerdahls Handikappfond.



1. Karin och hennes bror Bengt har varit på begravning och är ledsna.



2. Karin och Bengt sitter sorgsna hemma i soffan.



3. Karin gråter när hon tittar på ett fotografi av den som dött.



4. Bengt försöker trösta henne fastän han också är ledsen



5. Karin ser hur Bengt stoppar ner ett fotografi på den som dött i byrålådan.



6. Då blir Karin väldigt arg.



7. Karin tar upp fotografiet igen.



8. Bengt söker upp en vän för att få komma hemifrån och prata med någon.



9. Bengt kommer hem gladare och har köpt en pizza.



10. Karin blir också litet gladare.



11. Bengt försöker få med Karin ut och prata med gode vännen också.



12. Deras vän tycker att Karin skall gå till en psykolog för att prata om sin sorg över den som dött.



13. Han ringer och beställer tid hos en psykolog.



14. Karin börjar gå till psykologen och tala om sin sorg.



15. Hos psykologen kan Karin visa hur hon känner sig.



16. När Karin har varit hos psykologen flera gånger känner hon sig bättre.



17. Karin går ofta till kyrkogården och lägger blommor på graven.



18. Karin har nu också stunder av glädje.



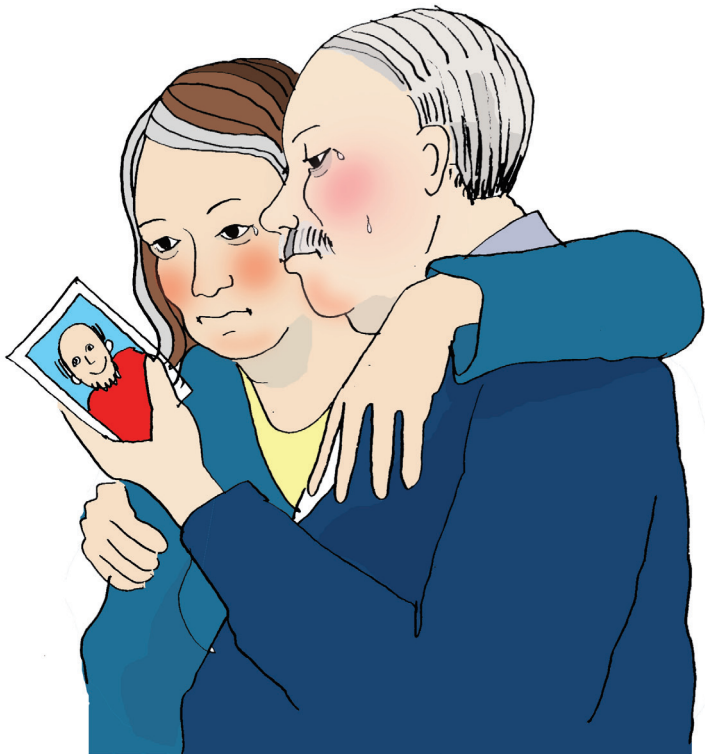
19. Det kommer också kort på posten till Karin och Bengt.
I korten står det vänliga ord.



20. Bengt känner att han saknar den som dött och börjar gråta.



21. Karin och Bengt förstår att den som dött inte kommer tillbaka. Men det är bra att de nu kan prata om det.



22. Bengt och Karin tycker att det går bättre och bättre att titta på gamla foton på den som dött utan att de blir så ledsna.



23. De sätter in fotona i ett album och kan glädjas
åt gamla minnen.



24. Bengt är också mer glad nu för tiden och trivs med att prata med andra.



25. Det händer allt oftare att Bengt och Karin går ut på café för att träffa folk och prata.



26. Det känns allt oftare som förr, innan de fick sorg.

NÅGON – man tycker mycket om – HAR DÖTT

Alla blir vi ledsna när någon som vi tycker om har dött. Det är svårt att förstå vad döden innebär. Vi människor visar vår sorg på många olika sätt, och inget sätt är rätt eller fel. Personer med kognitiv funktionsnedsättning har förstås som alla andra ett känsloliv och ger uttryck för saknad och sorg över den som dött. I den här boken beskrivs med bilder hur Karin och Bengt mister en kär släkting, och hur vardagen blir ett långt tag efter förlusten. Bilderna visar hur de behöver stöd i sorgen för att arbetet med sorgen skall bli lättare. Boken kan vara en hjälp att samtala kring det svåra som har inträffat.

Författarna

Bokens författare är båda forskare i efterlevandeproblematik. Agneta Grimby är legitimerad psykolog och medicine doktor och har sedan 1995 bedrivit det s.k. Änkeprojektet vid Geriatriken, Sahlgrenska Universitetssjukhuset i Göteborg. Åsa K. Johansson är doktor i psykologi, forskarassistent i projektet och psykoterapeut. Båda har skrivit flera vetenskapliga artiklar och populärvetenskapliga böcker om sorg. De har emellertid saknat litteratur på svenska om sorg som riktar sig till kognitivt funktionsnedsatta och deras sorgearbete. Med den här boken hoppas de ha börjat avhjälpa den bristen.