



Når noen dør

Mål for økta: Barna lærer om hva som skjer med kroppen når et menneske dør, og om ulike følelser som er vanlig for barn å få når noen man kjenner dør, og at det er vanlig for barn å gå ut og inn av sorgen.

Se på bildet og snakk sammen om det dere ser:

Hva ser vi på dette bildet? Hva har skjedd? Hva er den hvite kisten? Hvorfor har de svarte klær?

Fortell barna hvordan det kan være når noen dør:

Dette bildet viser en familie som står rundt kisten til en som er død. Kanskje er det ei oldemor eller en bestefar, eller noen andre de var glade i – for vi ser jo at de er triste.

Oftest er det de veldig gamle som dør. Noen barn kan bli reddet for at folk de er glade i, som ikke er gamle, plutselig skal dø. Det kan kjennes skummelt. Heldigvis er det det ikke vanlig, og barn trenger ikke å bekymre seg for at det skal skje. Som oftest rekker vi å vite om det på forhånd når gamle folk blir syke og dør, slik at vi kan besøke dem og si hade og sånn.

I begravelsen er det vanlig at det er blomster og lys slik vi ser på tegningen. Og mange har på svarte klær, men man må ikke ha det. Noen barn bruker å lage tegninger eller gi blomster til den som er død. Så er det vanlig å synge litt, og at noen snakker litt om livet til den som nå er død.

Det som er litt rart er at ingen av oss som lever som kan vite hvordan det er å være død. Derfor er det mange ulike måter å snakke eller tenke om det som skjer etterpå. Noen tror at den som dør er i himmelen, men alle får selv velge hva de tror skjer. Det vi vet er at det mennesket vi var glade i ikke lenger er inni den kroppen som er død. Den kroppen har slutta å virke, for hjertet har slutta å slå og kan ikke startes opp igjen. Den som er død kan ikke høre eller føle eller tenke. Derfor er det helt trygt å grave kista ned i jorda eller brenne den til aske, for den som er død er ikke lenger i kroppen sin, og blir ikke redd og har det ikke vondt.

Selv om den som er død ikke har det vondt, er det vanlig at andre blir triste, og kjenner at det er vondt å miste noen. Det heter å sørge. Både voksne og barn kan gråte. Men barn er heldigvis laga sånn at de slipper å være lei seg heile tida. Barn kan være lei seg, og så kan de leke og være glade litt, og så kan de være lei seg igjen, og så kan de være glade igjen. Sånn kan det være i begravelsen også. Det er helt vanlig og ganske fint.

Sånn er det også etter begravelsen. Det er helt vanlig å kjenne savn og være lei seg, men litt etter litt vil det gjøre mindre vondt. Og det er heldigvis både lurt og lov å innimellom fortsette å snakke om den som er død, se på bilder, snakke om gode minner og tenke på hvor glade man var i denne personen.

Dersom barn spør om, eller snakker om at foreldre kan dø:

Det å bli redd for at mamma eller pappa eller andre man er glad i kan dø kan kjennes veldig skummelt. Og det er faktisk ganske vanlig for mange barn at slike tanker kan dukke opp. Heldigvis er det svært uvanlig at foreldre dør mens barna deres er barn. Så det trenger vi ikke tenke på eller være reddet for. Nesten alle barn får bo sammen med foreldrene sine helt til de blir voksne.

Og de veldig få som opplever å miste foreldrene sine, de får nye foreldre som blir glade i dem og passer på dem.