
Barn og sorg

BOKOVERSIKT

Barn og sorg er tittelen på en liten bok om foreldretap i barndommen. Den er skrevet av den danske teolog Doris Ottesen. I boken beskriver forfatteren hvor sterkt inntrykk det gjør på et barn hvis en av foreldrene dør. Å miste en mor eller far er det vondeste et barn kan oppleve. Det skapes et sår i barnets sinn som det nok kan festes en skorpe på, men ofte er det ikke så mye som skal til for å rippe såret opp igjen.

Å miste en ektefelle er vondt nok, men den voksne har en moden personlighet og er mer i stand til å ta et tap enn et barn hvor personligheten ikke er utviklet. En voksen som mister ektefellen kan eventuelt finne seg en ny. Det er ikke mulig for barnet å finne seg en ny far eller mor, hevder forfatteren.

Det finnes ikke bastante råd for hva man sier til et barn hvis mor eller far dør. Forfatterens hovedpoeng er åpenhet og tid til samtale med barna om det som har skjedd. Hun kommer inn på barn i de forskjellige aldersgrupper når noen dør. Når barnet har lært å snakke, har det en helt annen mulighet til å kommunisere omkring det som har skjedd enn før språket er utviklet.

Ved dødsfall bør ikke barnet skånes for realitetene, for da gjør man det en bjørnetjeneste. Hvis ikke man forteller barnet sannheten og snakker åpent om døden, skapes det fantasier som ofte er mer skremmende enn virkeligheten. Barnet tåler atskillig mer realiteter enn vi tror. Det er vesentlig at det får svar på sine spørsmål og at det deltar i begravelse og minnesamvær. Videre er det viktig for barnet å få gråte ut, og de voksne kan gjerne gjøre det sammen med barnet.

Barn glemmer ikke så fort, slik som man tidligere gjerne har tenkt. Etter at mor eller far er død, har de ofte mange vonde følelser. Blant annet kan de føle at det er deres skyld at en av foreldrene er gått bort.

Boken gir enkel og nyttig informasjon om et viktig tema. På tross av at den ikke tar utgangspunkt i noen psykologiske teorier og er å betrakte som noen fagbok, kan den være til hjelp for leger og for alle som møter barn i sorg.

AtleRoness

Psykiatrisk klinikk

Publisert: 10. mars 2001. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 24. juni 2026.