

Kunskap gör mötet med döden lättare

GÄVLE.

Döden är ett känsligt ämne, med många benämningar. – Det kan vara bra att träna sig, att säga att någon har dött, säger begravningsentreprenören Emilie Tingström.



Hon var en av gästerna på Högskolans kultur- och religionsdag med tema döden. I sitt arbete vill hon hjälpa människor att acceptera att deras anhöriga inte längre finns genom att låta dem vara med i de ritualer som följer på döden. Hon vill avdramatisera döden och göra den mindre skrämmande genom kunskap.

Många som kommer till henne vet inte var den anhöriges kropp finns.

– Man har släppt kontrollen över den döde personen.

Under begravningen är det vanligt att undra om det alls ligger någon i kistan eller om det är rätt kropp. Hon råder alla att vara med på bårhuset när kroppen läggs i kistan. Hon uppmuntrar också anhöriga att bestämma hur den döde ska vara klädd och, om de vill, lägga med saker i kistan, något många gör.

Vid kistläggningen finns också chans att uttala saker högt som inte sagts medan den anhörige var i livet, något som kan hjälpa i sorgen.

– Ta med barnen. Det värsta barnen kan uppleva är att inte få vara med.

För många kommer tidigare obearbetade sorger upp och avskedet kan bli ett sätt att ”begrava” flera personer.

Innan de lämnar kistan stänger de locket, för att visa att personen definitivt är borta.

Även om personen fysiskt inte är kvar är änkesyner, att man upplever att personen är där, vanliga. Många tror att de har blivit galna eller sörjt för mycket och blir lättade att höra att de delar upplevelsen, som kan lindra sorgen, med många berättar hon.

Gabriella Ottosson, Sofia Zettergren och Jeannine Nduwayezu från gymnasiets omvårdnadsprogram tyckte inte att förmiddagens framföranden, även ett om nära-döden-upplevelser, var så bra men att ämnena är intressanta. Döden kommer att vara en del av deras framtida yrkesliv och de tycker att det är bra att få gå på föreläsningarna med skolan.

– Det är bättre att prata rakt på sak om det, säger Gabriella Ottosson.

– Vi ska ju hjälpa anhöriga och det kan vara bra även för oss själva, säger Sofia Zettergren.

Jeannine Nduwayezu berättar om sin första kontakt med döden, på ett äldreboende. Det blev en omskakande upplevelse, helt oförberedd som hon var.

– Jag upptäckte någon som var död och fick springa och hämta de andra i personalen.

Hon och Sofia Zettergren läser lindrande vård som tillval och skulle även lyssna på eftermiddagens föreläsningar om besatthet och hemsökta platser.

Publicerad 28 september 2010 gd.se