

**MASTEROPPGAVE I HELSEVITENSKAP, INSTITUTT FOR HELSEFAG,
UNIVERSITETET I STAVANGER**

*Sorggruppelederes erfaringer og sorgforståelse
- en kvalitativ studie*

Karen Johanne Olsen

November 2013



Universitetet
i Stavanger

Veiledere: 1. amanuensis Bodil Furnes og professor Elin Dysvik

Masteroppgave i helsevitenskap

UNIVERSITETET I STAVANGER

MASTERSTUDIUM I HELSEVITENSKAP

MASTEROPPGAVE

SEMESTER:

Høst – 2013

FORFATTER/MASTERKANDIDAT: Karen Johanne Olsen

VEILEDER: 1. amanuensis Bodil Furnes og professor Elin Dysvik

TITTEL PÅ MASTEROPPGAVE:

Norsk tittel:

Sorggruppelederens erfaringer og sorgforståelse. En kvalitativ studie.

Engelsk tittel:

Grief group leaders experience, understanding and knowledge. A qualitative study.

EMNEORD/STIKKORD:

Sorg, sorggruppe, sorggruppeleder, erfaring

Grief, bereavement, counselor, counseling, experiences, support

ANTALL SIDER: 59

STAVANGER 15.11.2013

Forord

Nå slutfører jeg arbeidet med masteroppgaven min, og i den forbindelse ser jeg tilbake på en spennende, lærerik og krevende prosess. I tillegg har det vært en givende prosess da jeg har fått tatt del i andre menneskers livserfaring.

Mange fortjener en takk for sine bidrag i utviklingen av denne oppgaven:

Først og fremst vil jeg rette en stor takk til mine veiledere 1. amanuensis Bodil Furnes og professor Elin Dysvik for konstruktiv veiledning, nyttige innspill, tydelighet, tilgjengelighet og motivasjon. Dere har vært en uvurderlig støtte i denne prosessen. Dere er også gode forbilder som har inspirert meg gjennom hele masterstudiet.

Jeg vil også takke alle informantene som deltok i denne studien, og som så åpenhertet fortalte om sine erfaringer fra sorggruppearbeid. Uten deres positive innstilling ville denne studien ikke latt seg gjennomføre.

Til slutt går en varm takk til min familie: takk til pappa og Ragnhild for omsorg og hjelp med praktiske gjøremål, og takk til mine søsken, som også er masterstudenter, for oppmuntrende samtaler. Størst av alt, takk til Erik og Josefine for tålmodighet og støtte til å gjennomføre denne masteroppgaven. En støttende familie betyr alt!

Jeg minnes med dette min mamma i stor takknemlighet.

Stavanger, november 2013

Karen Johanne Olsen

Innholdsfortegnelse

Forord	i
Introduksjon til masteroppgaven	1
DEL 1 - ARTIKKEL	2
Sammendrag	3
Sorgbearbeidelse og betydningsfulle forhold i sorggrupper belyst gjennom sorggrupelederens sorgforståelse og erfaring - en kvalitativ studie	4
DEL 2 - SAMMENFATNING	12
Sammendrag	13
1.0 INNLEDNING	14
1.1 Sorggrupper	14
1.2 Sorggrupeleder	15
1.3 Tidligere forskning på området	15
1.4 Studiens hensikt og mål	16
1.5 Problemstilling	17
1.6 Avgrensing	17
2.0 TEORETISK RAMMEVERK	18
2.1 Perspektiver på sorg	18
2.1.1 Eldre sorgteori	18
2.1.2 Nyere sorgteori	19
2.2 Betydningen av hjelperens perspektiv	20
3.0 METODOLOGI OG METODE	22
3.1 Vitenskapsteoretiske refleksjoner	22
3.2 Forforståelse	23
3.3 Etske overveielser	24
3.4 Utvalg	25
3.5 Forberedelse til og gjennomføring av intervju	26
3.6 Transkribering	27
3.7 Kvalitativ innholdsanalyse	27
3.8 Troverdighet	30
4.0 FUNN	34
4.1 Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring	34
4.1.1 Sorgen vedvarer	34
4.1.2 Sorgen er individuell	34

4.1.3 Emosjonell, kognitiv, sosial og kroppslig påvirkning av sorg.....	34
4.2 Sorg gir mulighet for å komme videre.....	35
4.2.1 Tilpassing etter tapet	35
4.2.2 Sorg som ressurs	35
4.3 Kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper	35
4.3.1 Fellesskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet.....	36
4.3.2 Samspill i gruppen	36
4.3.3 Å bli møtte der en er i sorgen.....	36
4.3.4 Sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn	36
5.0 DISKUSJON	37
5.1 Sorggruppeleders sorgforståelse	37
5.1.1 Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring.....	37
5.1.2 Sorg gir mulighet for å komme videre	39
5.2 Kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper	40
5.2.1 Fellesskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet.....	40
5.2.2 Samspill i gruppen	41
5.2.3 Å bli møtt der en er i sorgen	42
5.2.4 Sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn	43
6.0 KONKLUSJON	45
7.0 REFERANSER	46
Vedlegg	49
Vedlegg 1: Forfatterveiledning.....	49
Vedlegg 2: Oversikt over artikler fra litteratursøk	50
Vedlegg 3:Godkjenning fra REK	51
Vedlegg 4: Fullstendig informasjon om studien.....	52
Vedlegg 5: Følgeskriv fra UIS.....	54
Vedlegg 6: Informasjonsbrev til deltagere	55
Vedlegg 7: Intervjuguide	58
Vedlegg 8: Eksempel fra analyseprosessen.....	59

Introduksjon til masteroppgaven

Denne masteroppgaven består av to deler som er skrevet slik at de kan leses uavhengig av hverandre. Den første delen er en vitenskapelig artikkel (nivå 1) som er skrevet i henhold til *Omsorg – Nordisk tidsskrift for palliativ medisin* sin forfatterveiledning (vedlegg 1). I artikkelen presenteres kort bakgrunn for studien og studiens metodiske tilnærming. Deretter blir sentrale funn beskrevet før de drøftes i lys av studiens teoretiske rammeverk.

Del to av masteroppgaven er en sammenfatning av studien som ligger til grunn for artikkelen. Jeg vil gjøre oppmerksom på at jeg i denne delen har lagt særlig vekt på å utdype metodekapittelet. Dette fordi den metodiske delen gir leseren mulighet til å vurdere studiens kvalitet ved at det gis en grundig innsikt i studiens metodiske fremgangsmåte og betraktninger omkring den. Jeg har også lagt vekt på en utvidet diskusjon av studiens sentrale funn. Sammenfatningen inneholder i tillegg en beskrivelse av studiens bakgrunn, klargjøring av det teoretiske rammeverket og en bredere presentasjon av funnene. Den er formatert i henhold til retningslinjer for masteroppgaver ved Universitetet i Stavanger.

DEL 1 - ARTIKKEL

Sammendrag

Bakgrunn og mål. Sorggrupper er et tilbud etterlatte benytter seg av, men det er usikkert hvordan økt kunnskap om sorg og sorgbearbeidelse har nedfelt seg i organisering og gjennomføring av disse gruppene. Målet med studien var å få økt kunnskap om det faglige innholdet i sorggrupper. Gjennom å utforske dette fra sorggruppeleders ståsted ville kunnskap om sorggruppers teoretiske forankring kunne etableres.

Metode. En kvalitativ tilnærming ble brukt. Et strategisk utvalg bestående av ni sorggruppeledere ble intervjuet.

Funn og diskusjon. Funnene gav økt kunnskap om sorg som en individuell erfaring. De viste også til betydningsfulle forhold i sorggrupper som ivaretok deltagerens individuelle sorgopplevelse. Disse forholdene var felleskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet, samspillet i sorggruppen, å bli møtt der en er i sorgen, og sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn.

Stikkord

Sorg, sorggruppe, sorggruppeleder, erfaring

Abstract

Background and objective. *Grief support groups are often used by the bereaved, but it is uncertain how increased knowledge concerning grief and grief work are integrated into the grief groups. This study aimed to increase knowledge in regards to the content of grief support groups. To explore this from the group leaders' point of view, knowledge concerning how grief support groups' theoretical framework could be established.*

Methods. *A qualitative approach was used. A strategic selection of nine grief group leaders were interviewed.*

Findings and discussion. *The findings increased knowledge of grief as an individual experience. They also showed the significant factors in grief support groups that apprehended the individual grief experience. These conditions referred to fellowship and recognition in grief work, interaction within the grief group, acknowledging each participant in their grief, and grief group leaders expertise and background.*

Keywords

Grief, bereavement, counselor, counseling, experiences, support

Forfatterpresentasjon

Karen Johanne Olsen

Sykepleier og mastergradstudent i helsevitenskap ved Institutt for helsefag, Universitetet i Stavanger, 4036 Stavanger.

kaj.olsen@stud.uis.no

Sorgbearbeidelse og betydningsfulle forhold i sorggrupper belyst gjennom sorggrupelederens sorgforståelse og erfaring - en kvalitativ studie

Bakgrunn

Sorg er den erfaring mennesker gjør seg når de opplever et betydelig tap. I denne sammenheng gjelder det opplevelsen av sorg knyttet til det å miste en nærstående person ved død, noe som kan forårsake en av de største og vanskeligste kriser i et menneskets liv (1, s. 270). Kunnskap og teori om sorg og sorgbearbeidelse har i de senere år utviklet seg og stiller seg som en skarp kontrast til eldre sorgteorier (2). I nyere sorgteorier er det den enkeltes egne erfaringer og opplevelser av et tap som er utgangspunktet i sorgbearbeidelsen, et arbeid som ikke er tidsavgrenset. Sorgen er personlig og særegen, samtidig som den står i gjensidig relasjon til omgivelsene (2). Den etterlatte veksler dermed mellom en tapsorientert og en gjenoppbyggingsorientert mestringsstil (3). I den første fokuserer man på tapet og minnes den død, mens man i den andre forsøker å fokusere på endringer og tilpasninger i den nye tilværelsen, samtidig som å integrere minnet om den døde (4,5).

Sorgbearbeidelse i sorggrupper er i dag ansett som et viktig tilbud etterlatte benytter seg av (6). En sorggruppe er et møtested der etterlatte kan treffe andre mennesker i samme situasjon, dele erfaringer knyttet til tapet og sorgen, og oppleve anerkjennelse og normalisering av vonde tanker og reaksjoner (5). Det er gjort lite systematisert forskning på sorggruppevirksomhet i Norge og internasjonalt, derfor er det usikkert hvordan økt kunnskap om sorg og sorgbearbeidelse har nedfelt seg i organisering og gjennomføring av dagens sorggrupper (6). Det en vet noe om er at sorggrupeledere har betydning for innhold og struktur i sorggrupper da deres bakgrunn og sorgforståelse påvirker utøvelsen i gruppen (5,13).

Med bakgrunn i ovenstående betraktninger er målet med studien å få økt kunnskap om det faglige innholdet i sorggrupper i Norge gjennom sorggrupelederens beskrivelse av egen sorgforståelse og erfaring om hva som er betydningsfullt i sorggruppene. Denne studien retter seg mot faglig styrte sorggrupper der sorggrupeleder har faglig kompetanse og bakgrunn. Gjennom å utforske dette fra sorggrupeleders ståsted vil ny kunnskap om sorggruppers teoretiske forankring kunne etableres, noe som har en relevans for innspill til forbedring av den allerede fungerende driften av sorggrupper i dag.

Metode

Studien baserer seg på kvalitativ forskningsmetode med intervju av et strategisk utvalg bestående av ni sorggrupeledere. Dette innebærer at de deltagerne som er inkludert i studien, er informanter vi mener kan belyse studiens tema (7). Informantene har ulike bakgrunn innen helse- og sosialfaglig arbeid, og de har varierende års erfaring som gruppeleder (tabell 1). Fellestrekket er at alle leder sorggrupper for ungdom og voksne etterlatte som er administrert fra Den Norske Kirke.

Vennligst sett inn tabell 1 omtrent her (vedlegg 1).

Informantene ble informert om studiens hensikt, anonymitet, konfidensialitet og mulighet for å trekke seg i forkant av intervjuet. Godkjenning fra Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK) foreligger. Informert samtykke ble innhentet av hver deltager. I intervjuene ble det brukt en semistrukturert intervjuguide (vedlegg 2). Intervjuene ble transkribert i etterkant av hvert intervju.

Analysen bygger på kvalitativ innholdsanalyse (8) og består av følgende steg:

- Grundig gjennomlesning av datamaterialet i sin helhet.
- Systematisk lesing for å identifisere meningsbærende enheter.
- Kondensering av meningsbærende enheter.
- Koding av kondenserte meningsbærende enheter.
- Kategorier identifiseres på tvers av koder
- Tema identifiseres ut fra abstraksjon av kategorier.

Funn

Datamaterialet er rikt på utfyllende personlige beskrivelser av erfaringer og opplevelser knyttet til forståelse av sorg og sorgbearbeidelse. Følgende tematiserte funn er fremanalysert: *Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring* (tabell 2), *sorgbearbeidelse gir mulighet for å komme videre* (tabell 3) og *kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper* (tabell 4). I det følgende blir sentrale funn fra temaområdene presentert.

Vennligst sett inn tabell 2,3 og 4 omtrent her (vedlegg 1).

Sorg som en altomfattende og sammensatt erfaring kommer til uttrykk gjennom informantenes beskrivelser av at opplevd sorg vedvarer, den er individuell og påvirker den sørgende på flere områder.

At sorg er noe den etterlatte bærer med seg uttrykkes av en informant slik:

”... jeg refererer igjen til den damen med diktet som mistet sin mann for 20 år siden, og hun sier at, sorgen er der, sorgen er absolutt der hver dag, men den er ikke så altomfattende som den var i den første tiden.”

Informantene uttrykker også at sorg er en personlig opplevelse og erfaring, noe som skildres slik:

”Sorggruppedeltagere sørger og bearbeider ulikt nettopp fordi sorg er en særegen og personlig opplevelse.”

Alle informantene erfarer at sorg berører sorggruppedeltagerne mer enn bare følelsesmessige. De trekker frem emosjonell, kognitiv, sosial og kroppslig påvirkning av sorgen. En informant sier dette slik:

”... jeg tenker i hvert fall at sorgen berører oss følelsesmessig, tankemessig, sosialt og kroppslig..., men vi har lett for å tenke først følelsesmessige...”

Sorg gir mulighet for å komme videre ved å tilpasse seg sin nye tilværelse etter tapet, og oppleve at sorg kan være en ressurs. Sorggrupper danner grunnlaget for å starte denne prosessen slik som noen av informantene beskriver:

”Målet er ikke å riste av seg sorgen en gang for alle, men å få tilbake krefter for å kunne møte hverdagens krav og bli en del av livet igjen.”

”...gjennom det å ha vært med i en gruppe..., da får en hjelp til å reise seg opp å ta sitt liv i eie på nytt igjen. Det er det store målet. Og se livet sitt i en sammenheng, og at det ikke er slutt fordi om døden dessverre er en vond realitet i livet.”

Kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper er i følge informantene; felleskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet, samspillet i gruppen, å bli møtt der en er i sorgen, og sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn. Forholdene ivaretar sorggruppedeltagernes særegne opplevelse av sorgen. Noen informanter beskriver dette slik:

”Å høre at andre tenker og handler likt som en selv i en slik situasjon gir en trygghetsfølelse og en bekreftelse på at dette er normalt, det å reagere er normalt, jeg er normal selv om jeg kan føle meg helt unormal.”

”Samhandlingen i sorggruppen har alt å si for om en sorggruppe fungerer eller ikke... Dette fordi det er på denne måten at sorggruppen kan gi hjelp og støtte til de som deltar.”

”Sorgen er individuell, derfor må hver deltager sees i gruppen.”

”Jeg erfarer at min bakgrunn som sykepleier hjelper meg i møte med mennesker i sorg, fordi jeg tenker mer helhetlig, ser hele mennesket i sorgarbeidet.”

Diskusjon

Målet med denne studien er å få økt kunnskap om det faglige innholdet i sorggrupper. Diskusjonen tar utgangspunkt i de tematiserte funnene, se tabell 2,3 og 4. Temaene blir i det videre diskutert under betegnelsen *sorggruppelederes sorgforståelse* og *betydningsfulle forhold i sorggrupper*.

Sorggruppelederes sorgforståelse

Gjennom informantenes erfaringer dannes et bilde av deres forståelse av sorg som vedvarende, individuell og påvirkende. De har gått bort fra at det finnes en lineær rekkefølge av sorgfaser og tidsavgrensing i sorgen. Noen av informantene bruker likevel disse sorgfasene som en rettleiding i sorggruppearbeidet. Informantene beskriver sorg som en særegen opplevelse som påvirker hele den etterlattes tilværelse. Dette er i tråd med nyere sorgteorier der sorgbearbeidelsen forstås som en kontinuerlig bevegelse mellom opplevelsen av tapet og det videre livet (4). Dermed blir sorg noe som griper inn i hele den etterlattes liv, og den kan forstås som et livsfenomen (1). Sorg sett i dette lys betyr at den ikke lar seg definere, men at den fremtoner seg gjennom den etterlattes egne unike opplevelser og erfaringer av et tap, og den påvirker alt den etterlatte gjør (1).

Informantene påpeker også at i kjølvannet av opplevd sorg kan flere positive aspekter vokse frem og vise seg for den sørgende etterlatte. Aspektene de beskriver er følgende; å bli styrket

som menneske gjennom sorgbearbeidelsen, få nye perspektiver på livet og en større verdsettelse av menneskene rundt dem (10). Samtidig er integrering av sorgen og minnene fra den avdøde verdifullt for å leve et godt liv videre. Disse opplevelsene er med på å tilrettelegge for en tilpassing i den nye tilværelse etter tapet. I tillegg danner de et grunnlag for å kunne oppleve sorg som en ressurs på sikt. Dette gjenspeiles også i nyere sorgteori der opprettholdelse av båndene til den avdøde kan sees på som et viktig bidrag til å skape mening i det videre livet til den etterlatte (11,9,12).

Betydningsfulle forhold i sorggrupper

Informantene beskriver betydningsfulle forhold i sorggrupper som bidrar til å ivareta sorggruppedeltagernes individuelle sorgopplevelse. Forholdene informantene viser til er *felleskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet, samspillet i gruppen, å bli møtt der en er i sorgen, og sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn*. Ved å studere disse forholdene får vi kjennskap til hva informantene vektlegger i sorggruppearbeidet, noe som gir innsikt i sorggruppenes struktur og innhold.

Felleskap og gjenkjennelse i sorggruppearbeid oppleves av informantene som viktig fordi sorggruppedeltagerne får bekreftelse på egne følelser og reaksjoner. Selv om sorg er en individuell erfaring, finnes det noe felles i det unike da alle sorggruppedeltagerne har opplevd et tap (1). Å bearbeide sorg i sorggrupper ved å ta del i erfaringer og opplevelser fra andre mennesker i liknende situasjoner skaper trygghet og normalisering i den individuelle sorgopplevelsen (13).

Samspill i sorggruppen påvirker hver enkelt deltager, og hver deltager påvirker sorggruppen (13). Informantene beskriver et godt samspill som en balanse mellom å dele og lytte gjennom aktiv deltagelse i sorggruppen. I nyere sorgteori vektlegges perspektivet om sorg som en aktiv og særegen prosess for å finne mening i en ny tilværelse (11,12). Dermed vil det å virke i et felleskap gjennom aktiv deltagelse føre til at sorggruppedeltagerne opplever å få den støtte og hjelp i sorggruppen som de har behov for.

Ved å møte sorggruppedeltagerne **der de er i sorgen** anerkjenner informantene at sorgbearbeidelsen tilhører og bærer preg av deltagerens egne sorgopplevelser. Samtidig finnes det fellestrekk i sorg som gir muligheter for sorgbearbeidelse i sorggrupper (2). Informantene erfarer viktigheten av å ha forståelse for hvordan de ulike sorggruppedeltagere sørger, men det er også viktig å finne det som er felles for deltagerne, og bringe det frem i diskusjonen.

Sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn blir av informantene betraktet som viktig da gruppeleders erfaringer, kunnskaper og forutsetninger bidrar forskjellig inn i sorggruppearbeidet (5). Informantene i den studien har ulik faglig bakgrunn (tabell 1) og egenerfaring med tap og sorg. I denne studien vektlegger informantene viktigheten av egenerfaring i kombinasjon med det faglige skjønn. Det faglige skjønn bærer preg av teoretisk kunnskap integrert i holdninger og handlinger, og at det er ut i fra dette sorggruppeledere ser og handler i sorggruppen (1).

Konklusjon

Ved å intervju sorggruppeledere om deres erfaringer og sorgforståelse gir funnene i denne studien økt kunnskap om sorg som en individuell erfaring. Funnene tilfører også viktig kunnskap om det faglige innholdet i sorggrupper ved at de belyser forhold som er

betydningsfulle i sorggruppearbeid. Forholdene ivaretar deltagerens individuelle sorgopplevelse og skaper grobunn for en opplevelse av sorg som ressurs.

Studiens funn har en relevans for innspill til forbedring av den allerede godt fungerende driften av sorggrupper i dag, noe som kan gjøres ved at sorggrupeledere blir kjent med denne studien og diskuterer den i aktuelle fora. For å få et enda bedre og mer nøyaktig innblikk i innholdet i sorggrupper kan videre forskning på området omfattet et større antall sorggrupeledere med ulik bakgrunn, i et annet og større geografisk område, og i andre nordiske land.

Referanser

1. Furnes, B. og Martinsen, K. Ulike perspektiver på sorg og følger for omsorg og hjelp. *Michael* 2010; 7(2): 270-281.
2. Furnes, B. og Dysvik, E. Dealing with grief related to loss by death and chronic pain: An integrated theoretical framework. Part 1. *Patient Preference and Adherence* 2010; 4: 135-140.
3. Stroebe M. and Shut H. The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies* 1999; 23(3): 197-224.
4. Stroebe M.S. and Shut H. Models of coping with bereavement: a review. I Stroebe, M.S., Hansson, R.O., Stroebe, W. og Schut, H., (Red.). *Handbook of Bereavement Research. Consequences, coping and care*. Washington DC: American Psychological Association; 2002.
5. Dyregrov, A., Johnsen, I. og Dyregrov, K. *Hvordan lede sorggrupper?* Oslo: Abstrakt Forlag; 2012.
6. Johnsen, I., Dyregrov, K. og Dyregrov, A. Omfang og organisering av sorggrupper i Norge. *Tidskrift for Norsk Psykologforening* 2011; 48(12): 1178-1183.
7. Kvale, S. og Brinkmann, S. *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS; 2010.
8. Graneheim, U.H. og Lundman, B. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today* 2004; (24): 105-112.
9. Furnes, B. *Å skrive sorgen – bearbeidelse av sorg. Prosessorientert skriving i møte med en fenomenologisk språkforståelse. En hermeneutisk fenomenologisk studie av skriving som sorgbearbeidelse hos etterlatte*. Doktoravhandling, Universitetet i Bergen; 2008.
10. Frantz, T.T., Farrell, M.M. and Trolley, B.C. Positive outcomes of losing a loved one. I Neimeyer, R.A. (Red.). *Meaning Reconstruction & the Experience of Loss*. Washington DC: American Psychological Association; 2002.
11. Attig, T. Relearning the World: Making and Finding Meanings. I Neimeyer, R.A. (Red.). *Meaning Reconstruction & the Experience of Loss*. Washington DC: American Psychological Association; 2002.
12. Neimeyer, R.A. Meaning, Reconstruction and Loss. I Neimeyer, R.A. (Red.). *Meaning Reconstruction & the Experience of Loss*. Washington DC: American Psychological Association; 2002.
13. Heap, K. *Gruppetode for sosial- og helsearbeidere* (5. utg.). Oslo: Gyldendal Akademiske; 2005.

Vedlegg 1: Tabeller

Tabell 1. Bakgrunnsopplysninger

Deltager	Kjønn	Alder	Faglig bakgrunn	Erfaring som gruppeleder
1	Kvinne	53	Vernepleier/diakon	15 år
2	Kvinne	69	Sykepleier	6 år
3	Kvinne	55	Sosialpedagog	11 år
4	Kvinne	68	Sykepleier	8 år
5	Kvinne	72	Sykepleier	9 år*
6	Kvinne	40	Barnevernspedagog/diakon	3 år*
7	Kvinne	67	Sosionom/diakon	12 år
8	Kvinne	61	Lærer/diakon	12 år
9	Kvinne	68	Sykepleier/diakon	26 år

*Leder ikke sorggrupper nå

Tabell 2. Eksempel på kvalitativ innholdsanalyse, temaområde 1

Kode	Kategori	Tema
Sorgen går ikke over Bærer med seg sorgen Sorgen varer mer enn et år Sorgen har et varierende forløp Sorgen blir en del av livet Sorgen forsvinner ikke, men kan forandre seg	Sorgen vedvarer	Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring
Sorgen er en personlig erfaring	Sorgen er individuell	
Sorgen påvirker på flere områder Sorgen berører følelsesmessig	Emosjonell påvirkning	
Sorgen berører tanker, konsentrasjonen og drømmer Minner og erfaringer forsvinner ikke	Kognitiv påvirkning	
Sorgen kan gi kroppslige symptomer	Kroppslig påvirkning	
Sorgen har innvirkning på forskjellige sosiale implikasjoner	Sosial påvirkning	

Tabell 3. Eksempel på kvalitativ innholdsanalyse, temaområde 2

Kode	Kategori	Tema
Kan se muligheter til tross for sorgen	Tilpassing etter tapet	Sorg gir mulighet for å komme videre
Orienterer seg i en ny tilværelse Kan lære av minner og erfaringer	Sorg som ressurs	

Tabell 4. Eksempel på kvalitativ innholdsanalyse, temaområde 3

Kode	Kategori	Tema
Felleskap med andre i samme situasjon kan oppleves godt Skape gjenkjennelse gjennom samtale i sorggruppen Homogene sorggrupper skaper gjenkjennelse	Fellesskap og gjenkjennelse i sorgarbeid	Kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper
Respekt og gjensidighet mellom deltagerne medvirker til gode sorggrupper Humor kan påvirke sorggruppen positivt	Samspill i gruppen	
Opplevelse av å være alene i sorgen Å ikke bli forstått Behov for gjentagende samtale	Å bli møtt der en er i sorgen	
Gruppeleders sykepleiefaglig bakgrunn bidrar til helhetlig tenking Gruppeleders bakgrunn som barnevernspedagog bidrar til å inkludere hele familien	Sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn	

Vedlegg 2: Intervjuguide

INTERVJUGUIDE

Dine erfaringer med sorg og sorgarbeid, og din forståelse av hva sorg er.

1. INFORMANTENS BAKGRUNN

- Utdanning og profesjon
- Stilling
- Erfaringer fra sorgarbeid.

2. MÅL MED SORGGRUPPEARBEIDET

- Hva er målet med sorggrupperarbeidet?
- Er dette/ disse målene oppnåelig ut i fra dine erfaringer?

3. SORGFØSTÅELSE

- Hvordan forstår du sorg?
- Hvordan påvirker din faglige bakgrunn din sorgforståelse og din erfaring?
- Hvordan påvirker din kunnskap om sorg det arbeidet du gjør i sorggruppen?
 - Hva bygger du din sorgforståelse på?
 - Støtter du deg til noen spesiell sorgteori? Forskning?

4. INNHOLDET I SORGGRUPPER

- Hva tas opp i sorggruppen og hva blir vektlagt? *Beskriv innholdet i sorggruppen.*
- Beskriv støtten og oppfølgingen av de etterlatte.
 - Hva bygger dette innholdet på?

5. ERFARINGER

- Ut i fra dine erfaringer, hva vil du si er en virksom sorggruppe?
- Hva karakteriserer virksomme sorggrupper? (*erfaringer*)
- Hva karakteriserer mindre virksomme sorggrupper? (*erfaringer*)
- Hvilke faktorer er viktige: gruppen, tidspunkt, kontekst osv.
- Hvordan tror du at dine erfaringer og kunnskap er viktig i sorggrupperarbeid?
- Beskriv dine erfaringer med sorg og sorgarbeid.
 - Hvilke erfaringer og kunnskap støtter opp om det du gjør?
 - Bygger dine erfaringer på en bestemt sorgteori? På forskning?
 - Bygger dine kunnskaper om sorg på en bestemt sorgteori? På forskning?

DEL 2 - SAMMENFATNING

Sammendrag

Sorggrupper er et tilbud etterlatte benytter seg av, men det er usikkert hvordan økt kunnskap om sorg og sorgbearbeidelse har nedfelt seg i organisering og gjennomføring av disse gruppene. Målet med denne studien var å få økt kunnskap om det faglige innholdet i sorggrupper i Norge gjennom sorggruppelederes beskrivelser av egen sorgforståelse og erfaring om hva som er betydningsfullt i sorggruppene. Dette ble utforsket fra sorggruppeleders ståsted med intensjon om å tilegne økt kunnskap om sorggruppers teoretiske forankring, noe som ville ha en relevans for innspill til forbedring av den allerede fungerende driften av sorggrupper i dag.

Studien baserte seg på kvalitativ forskningsmetode med intervju av et strategisk utvalg bestående av ni sorggruppeledere. Alle ledet sorggrupper for ungdom og voksne etterlatte som var administrert fra Den Norske Kirke.

Funnene gav økt kunnskap om at sorg er en individuell erfaring. De viste også til betydningsfulle forhold i sorggrupper som bidrar til ivaretagelse av sorggruppedeltagernes individuelle sorgopplevelse. Disse forholdene er felleskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet, samspillet i sorggruppen, å bli møtt der en er i sorgen, og sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn. Funnene indikerte videre at forholdene har betydning for sorggruppedeltagernes tilpassing i en ny tilværelse etter opplevd tap, samtidig som de er med på å skape en grobunn for å kunne oppleve sorg som en ressurs på sikt. Til slutt påpekte også funnene betydningen av sorggruppeleders bakgrunn og dens påvirkning på sorggruppearbeidet.

1.0 INNLEDNING

Denne masteroppgaven handler om sorggrupelederens erfaringer fra sorggruppearbeid. Sorgbearbeidelse finner sted i sorggrupper, og sorg det her refereres til er etterlattes opplevelser i forbindelse med tap av en nærstående person ved død.

De fleste etterlatte finner støtte og hjelp hos sine nærmeste i sorgbearbeidelsen, enten i sin familie eller i sitt nettverk. Av ulike årsaker vil enkelte ha behov for mer, eller annen hjelp, enn den de kan få her (Johnsen, Dyregrov & Dyregrov, 2011). Da er organiserte sorggrupper et alternativ. Å delta i en sorggruppe er et fruktbart hjelpetiltak i bearbeidelsen av sorg, selv om bearbeidelsen finner sted kontinuerlig og ikke bare i sorggruppen (Dyregrov & Dyregrov, 2008). Det er gjort lite systematisert forskning på sorggruppevirksomhet i Norge, derfor er det usikkert hvordan økt kunnskap om sorg og sorgbearbeidelse har nedfelt seg i organisering og gjennomføring av dagens sorggrupper (Johnsen et al., 2011).

Som sykepleier har jeg, gjennom flere år i spesialisthelsetjenesten, møtt pårørende i sorg etter tap ved død. Av erfaring ser jeg at pårørende uttrykker sin sorg forskjellig, og jeg undrer meg hvordan de håndterer sin sorgopplevelse videre utenfor sykehuset. Jeg har selv også, som ungdom, opplevd tap av en nærstående person og i den forbindelse vært deltager i en sorggruppe. Det er disse erfaringene omkring sorg og sorgbearbeidelse som har skapt en særlig interesse for hva sorgbearbeidelse i sorggrupper handler om. Muligheten til og utforske dette nærmere åpnet seg i forbindelse med valg av tema til masteroppgaven i helsevitenskap.

1.1 Sorggrupper

Sorggrupper er et møtested der mennesker som har mistet en av sine nærmeste ved død kommer sammen for å dele følelser, opplevelser og erfaringer. Formålet med arbeidet i sorggrupper kan i faglig terminologi være endring, vekst, mestring og problemløsning (Dyregrov, Johnsen & Dyregrov, 2012, s. 39). Det innebærer å treffe andre i samme situasjon, sette ord på sorgen, bearbeide erfaringer, sosial stimulering, redusere isolasjon og dempe ensomhet, gi håp, og normalisere erfaringer og følelser (Dyregrov et al., 2012, s. 39).

I Norge finnes det i dag en rekke organiserte sorggrupper for etterlatte (Johnsen et al., 2011). Sorggruppene har mange ulike former som oftest bestemmes av den organisasjonen som drifter gruppen, formålet med gruppen, samt bakgrunnen til sorggrupelederen (Furnes, 2008). Gruppene har ulike hensikter, slik som et terapeutisk formål, et faglig styrt formål og likemannsarbeid. *Terapeutiske sorggrupper* ledes ofte av psykoterapeuter som er fagfolk med

terapiutdannelse (f. eks psykolog, psykiater og psykiatriske sykepleier). Slike grupper har et terapeutisk formål. De *faglig styrte sorggruppene* ledes ofte av fagpersoner (f. eks diakon, sykepleier, sosionom og lærer), og gruppene har ofte et faglig formål. *Likemannsgrupper* ledes av frivillige som tidligere har opplevd tap av en nærstående relasjon, og som har personlig erfaring med sorg. Formålet med disse gruppene er ofte hjelp til selvhjelp (Dyregrov et al., 2012).

Denne studien retter seg mot faglig styrte sorggrupper for ungdom og voksne etterlatte, administrert fra Den Norske Kirke. Dette fordi menigheter tilhørende Den Norske Kirke har i en årrekke drevet med sorggruppearbeid der samtale og fellesskap har vært rådene (Furnes, 2008). Tidsrom fra tap til deltagelse i sorggruppen varierer fra seks måneder til et år.

1.2 Sorggruppeleder

De fleste sorggrupper ledes av en eller flere gruppeledere. De har ofte ulik faglig kompetanse og bakgrunn avhengig av hvilken type sorggruppe de leder. I tillegg er det også flere frivillige og likemenn som er sorggruppeleder. Sorggruppeleders bakgrunn, personlige forutsetninger og sorgforståelse bestemmer gjerne hvilken form sorggruppen vil få (Dyregrov et al., 2012). I denne studien velger jeg derfor å rette fokus mot sorggruppelederne. Jeg anser deres erfaringer som en viktig forutsetning for å få bedre innsikt i hva slags sorggrupper som finnes, samtidig som de gir en økt forståelse av hva som er viktige og betydningsfulle forhold i sorggruppearbeidet.

1.3 Tidligere forskning på området

Jeg har foretatt systematisk litteratursøk i databasene Academic Search Elite, Cinahl og Medline. Følgende søkeord er brukt: *grief, bereavement, counselor, counseling, experiences, support, sorg, sorggruppe, sorggruppeleder* og *erfaring*. Det finnes en del internasjonal forskning om bearbeidelse av sorg, men ved bruk av alle avgrensingene var det likevel kun 15 artikler gjenstående. Etter en gjennomgang av abstraktene viste det seg at noen av artiklene fremdeles var på siden av det jeg søkte etter. For eksempel ble artikler der sorggrupper som rettet seg mot barn, død etter en spesiell sykdom eller tilstand, eller en definert folkegruppe, ekskludert. Studier med utydelige beskrivelser av resultater ble også ekskludert. For ytterligere å finne relevant litteratur ble referanselistene i aktuelle artikler studert, og interessante bøker og artikler ble vurdert. Underveis i prosjektperioden ble det jevnlig gjennomført litteratursøk og vurderinger av artikler. I det videre presenteres to viktige artikler

som ligger til grunn for denne studien. For en utdypende presentasjon av alle artiklene som er bakgrunn for denne studien, se vedlegg 2.

I engelskspråklige artikler brukes begrepene bereavement counselor, grief counselor og grief counselling. Jeg bruker begrepene sorggruppeleder og sorggrupper.

I følge Breen (2011) er det et gap mellom sorgteorier og sorgbearbeidelse i praksis. Breen (2011) utførte en studie i Vest Australia der 19 sorggruppeledere beskriver sitt arbeid gjennom semistrukturerte intervjuer. Sorggruppeledernes fortellinger om sorgforståelse og innholdet i det arbeidet de utfører er varierende, og flere er influert av eldre sorgteorier. De beskriver også utfordringer og dilemmaer de erfarer i sorgarbeidet. På bakgrunn av dette formidler de forslag om hvordan gapet mellom teori og praksis kan minskes. Studien er et viktig skritt i å skape et helhetlig bilde av sorgarbeid i Vest Australia. Den bekrefter mange av utfordringene med sorgarbeid, som også fremkommer andre steder, samtidig som den viser at integrering av sorgforskning i praktisk er en stor utfordring (Breen, 2011).

I Norge startet Sorgsenteret ved Senter for Krisepsykologi og Landsforeningen for uventet barnedød, i 2009, et forskningsprosjekt som heter "Sorggrupper i Norge". Målsettingen var å kvalitetssikre og optimalisere sorggruppetilbudet i Norge. Forskningsprosjektet består av to delstudier, gruppelederstudien og deltagerstudien. Sammenlagt vil studien vise hvordan dagens sorggruppepraksis harmonerer med deltagerens behov og ønsker. Resultatene av forskningsprosjektet sier også noe om omfanget og organiseringen av sorggruppetilbudet i Norge per 2010, samt konkluderer foreløpig med at det er vanskelig å finne en eksakt struktur på hvordan sorggruppene skal drives og hva de skal inneholde. Til dette trengs det enda mer forskning på området sier de (Johnsen et al., 2011).

Med utgangspunkt i forskningsprosjektet "Sorggrupper i Norge" ble det utarbeidet en håndbok for sorggruppeledere basert på brukerkunnskap og erfaringer fra ledelse av sorggrupper, samt teori og resultater av tidligere forskning (Dyregrov et al., 2012).

1.4 Studiens hensikt og mål

Med bakgrunn i ovenstående betraktninger er målet med studien å få økt kunnskap om det faglige innholdet i sorggrupper. Gjennom å utforske dette fra sorggruppeleders ståsted vil ny kunnskap om sorggruppers teoretiske forankring kunne etableres, noe som har en relevans for innspill til forbedring av den allerede fungerende driften av sorggrupper i dag.

1.5 Problemstilling

Studien tar utgangspunkt i følgende problemstilling:

Hvilke erfaringer og sorgforståelse beskriver sorggruppeledere som viktig i sorggrupper for etterlatte?

Problemstillingen søkes belyst gjennom følgende forskningsspørsmål:

1. Hvilket sorgteoretisk grunnlag støtter sorggruppeledere seg til?
2. Hva beskriver sorggruppeledere som betydningsfulle forhold i sorggrupper?

1.6 Avgrensning

Studien er utført på et snevert geografisk område, og ikke på landsbasis. Selv om forskningsfeltet er menigheter tilhørende Den Norske Kirke, er sorggruppene de administrerer åpne for alle uansett livssyn. Dermed blir ikke det kristne budskap vektlegget her. Studien omhandler heller ikke type dødsfall, om den etterlatte har et vanlig eller komplisert sorgforløp, eller barn som etterlatte.

2.0 TEORETISK RAMMEVERK

I dette kapittelet gjør jeg rede for det teoretiske rammeverk denne studien bygger på, og som ble vurdert som hensiktsmessig for å kunne belyse og diskutere problemstillingen opp mot empiriske data. Det teoretiske rammeverket omhandler særlig ulike teoretiske perspektiv og forskning knyttet til sorg og sorgbearbeidelse. Når det i det følgende vises til *etterlatte* og *sørgende* forstås med det mennesker som opplever sorg etter et tap av en nærstående person. Begrepene brukes om hverandre.

2.1 Perspektiver på sorg

I dag er sorg, som en menneskelig opplevelse, et omfattende og sentralt område. Ved å følge utvikling av sorgforståelsen gjennom de senere år, ser vi at denne forståelsen og dermed teori om sorg og sorgbearbeidelse har gjennomgått en radikal endring (Furnes & Dysvik, 2010, s.13) Perspektivene på sorg beveger seg fra de eldre, tradisjonelle sorgteoriene mot nyere teorier og modeller om forståelsen av sorg.

2.1.1 Eldre sorgteori

I eldre sorgteorier har synet på sorg som et tidsavgrenset forløp gjennom bestemte faser mot løsrivelse fra den avdøde, vært sentral for hvordan sorg har blitt forstått og hvilke innvirkning den har på mennesker (Furnes, 2008).

Sigmund Freud (1917/1957) dannet grunnlaget for forståelse av sorg, sorgreaksjoner og sorgbehandling i eldre sorgteori. Han redegjør for sorgbearbeidelsen som et arbeid mot emosjonell og kognitiv løsrivelse fra den avdøde, der målet er at den sørgende skal kunne finne tilbake til tidligere funksjoner og væremåte. Dette tankegodset finner vi også hos Eric Lindemann som hevder at sorg er en tilstand som omfatter både somatiske og psykiske reaksjoner i et tidsavgrenset forløp. Løsrivelsen fra den døde vektlegges også her (Lindemann, 1944). I følge Parks (1972/1986) forløper sorgen i bestemte faser karakterisert av reaksjoner der hver av fasene har fått egne betegnelser. Det er derfor en tidsavgrenset prosess da den sørgende etter ett til to år vender tilbake til "sitt gamle jeg". Å legge sorgen bak seg forklares videre som sorgbearbeidelsen avslutning ved oppnåelse av total løsrivelse fra den avdøde.

Faseteori tenkningen i eldre sorgteorier bygger på et naturvitenskaplig ideal om sorgreaksjoner som noe forutsigbart og kontrollerbart (Furnes & Martinsen, 2010).

Sorgforståelsen tar da utgangspunkt i sorg som følelsesmessige reaksjoner på tap (Stroebe & Shut, 1999, 2002). Disse reaksjonene klassifiseres i lineære faser som sørgende bearbeider sorgen gjennom. Alle fasene må gjennomleves for at sorgbearbeidelsen skal bli helbredende og livet kan gå videre. I følge Bowlby (1980) handler de ulike fasene om følelser som sjokk og benekting, sinne og protest, fortvilelse og kraftløshet, og reorganisering og akseptasjon. Sorgbearbeidelsen har i følge dette en begrenset varighet, den avsluttes når den etterlatte har frigjort seg fra relasjonen til den døde, og den etterlatte fortsetter sitt liv uten innvirkning fra den døde (Furnes, 2008). Forsøk på å opprettholde en tilknytning til den døde forårsaker at sorgen ikke kan avsluttes. Sorgen blir dermed fastlåst og patologisk, og det kan medføre psykiske og fysiske problemer senere i livet (Bugge, Eriksen & Sandvik, 2003).

Oppsummert kan vi si at sorg med bakgrunn i eldre sorgteorier ikke ser sorgen som en individuell og unik erfaring den etterlatte bærer med seg og som integreres i det videre livet til etterlatte. Faseteorier forklarer sorg som tidsavgrenset, der den sørgende etter en viss tid legger sorgen bak seg.

2.1.2 Nyere sorgteori

I de senere år har forståelsen av sorg tatt nye vendinger. Allerede fra 1980 – årene stiller nyere sorgteori spørsmål til eldre sorgteorier sine antagelser om sorg, sorgfaser og sorgbearbeidelse.

Nyere sorgteori påpeker at sørgende nødvendigvis ikke gjennomgår faste lineære sorgfaser der målet er total løsrivelse fra den avdøde nettopp fordi sørgende konfronterer og reagerer ulikt på tap (Wortman & Silver, 1989, 2002; Attig, 2002; Neimeyer, 2002a). Sorg forklart ut i fra lineære faser betegner den som forutsigbar, lite påvirkelig og som en tilstand (Furnes & Martinsen, 2010). I nyere sorgteori vektlegges den sørgendes egen forståelse i en tapssituasjon, noe som gir sorg et mangfoldig uttrykk (Furnes, 2008). Sorg er dermed noe som griper inn i hele den etterlattes væren i omgivelsene, og den kan forstås som et livsfenomen (Furnes, 2008). I følge Furnes og Martinsen (2010) betyr sorg som livsfenomen at sorgen ikke lar seg definere, men at den fremtoner seg gjennom den etterlattes egne unike opplevelser og erfaringer av et tap, og den påvirker alt den etterlatte gjør. Dermed er sorg og sorgbearbeidelse både en unik og personlig prosess, samtidig inkluderer den også omgivelsene og menneskene i den i et livslangt forløp (Attig, 2002; Stroebe & Shut, 2002).

Sorgbearbeidelse blir i nyere sorgteori beskrevet som et aktivt og særegent arbeid den sørgende gjør for å finne mening i en ny tilværelse (Attig, 2002; Neimeyer, 2002a). I motsetning til eldre sorgteori sin forståelse om at tap fører til en permanent adskillelse, sier nyere sorgteori at en relasjonell tilknytning til den døde er betydningsfullt og meningsfullt i det videre livet. Å finne en mening etter opplevd tap ved død påvirker den etterlattes tilværelse i omgivelsene, med meningsfulle forhold til andre (Attig, 2002, Neimeyer, 2002b). Den etterlatte må se verden ut i fra nye forutsetninger, samtidig som han må integrere nye erfaringer sammen med de erfarne erfaringene (Attig, 2002). En fullstendig frigjøring fra den døde synes å være umulig da den følelsesmessige tilknytning og minner forblir, noe som gjør sorg til en vedvarende, livslang prosess mer enn en krise som håndteres i løpet av et tidsperspektiv (Attig, 2002).

En anerkjent sorgteori i dag er Stroebe & Shut (1999, 2002) sin teori ”to – spormodellen” (Dual Process Modell) for sorgbearbeiding. Modellen vektlegger at den etterlatte bearbeider og håndterer tapet ved å veksle mellom en tapsorientert og en gjenoppbyggingsorientert mestringsstil. Dette er en tilpasning med tilbaketrekning av sorgen og løsningsorientering i forhold til den nye livssituasjonen. Sentralt i denne tenkningen er den etterlattes aktive deltagelse (Stroebe & Shut, 1999, 2002). Nyere sorgteori beskriver dermed sorg som noe den etterlatte bærer med seg, den er ikke forutsigbar eller tidsavgrenset, og sorgen er ikke noe som fullføres (Furnes & Martinsen, 2010).

2.2 Betydningen av hjelperens perspektiv

Når det i det følgende henvises til hjelperen er dette i betydning en omsorgsperson som møter den sørgende i sin sorgbearbeidelse. I denne sammenheng er det sorggruppeledere.

Perspektiver på sorg er, i følge Furnes og Martinsen (2010), førende for tolkninger og forståelse. Dermed er perspektivet avgjørende for hva sorggruppeleder ser og for tilnæringsmåter vedkommende har i møte med etterlatte (Furnes & Martinsen, 2010). Å hjelpe etterlatte, med utgangspunkt i nyere sorgteori, vil si å møte dem der de befinner seg i sorgen. Dette betyr at den enkeltes sorguttrykk ikke kan låses fast og gjelde for andre personer i sorg. Sorgen må forstås gjennom henvendelse til hver enkelt etterlatte og hjelperen må innrette seg deretter. Men fordi sorg både er et unikt og felles fenomen, vil hjelperen gjenkjenne sider ved fenomenet som skaper erfaringer som kan brukes i sorgarbeidet (Furnes & Martinsen, 2010).

Stroebe og Shut (1999, 2002) understreker viktigheten med å søke mening i noe meningsfullt i sorgbearbeidelse gjennom aktiv deltagelse fra den etterlatte selv. Denne forståelsen av sorg gir uttrykk av at den sørgende er i en kontinuerlig bevegelig prosess, og at møtet med den sørgende må skje der den sørgende befinner seg i sin prosess (Furnes & Dysvik, 2010). Neimeyer (2002b) hevder at hjelperen må betrakte sorgen og sorgbearbeidelsen som den sørgendes arbeid for å skape mening i en ny tilværelse.

I følge Furnes (2008) er det tre viktige fellestrekk i sorgbearbeidelsen som er fremlysende innenfor nyere sorgteorier. Sorgbearbeidelse er en aktiv prosess mot meningsskaping, samtidig som det er en prosess med utgangspunkt i den etterlattes egne og unike erfaringer. Sorgbearbeidelsen er ikke en tidsavgrenset prosess der målet er å bryte båndene til den døde. Det er heller et arbeid som erkjenner at tilknytningen til den døde kan være av positiv betydning for den etterlattes videre liv (Furnes, 2008, s. 14). Disse fellestrekkene er med på å gi noen antagelser om hvordan hjelperen kan være delaktige i etterlattes sorgbearbeidelse.

3.0 METODOLOGI OG METODE

Denne studien baserer seg på kvalitativ forskningsmetode da den tar utgangspunkt i sorggrupelederens subjektive erfaringer og opplevelser, og deres beskrivelser av egen sorgforståelse.

En kvalitativ tilnærming egner seg når en vil beskrive og fortolke menneskelig erfaring i den konteksten den fremkommer da den søker å oppnå en forståelse av og en dypere innsikt i sosiale fenomener. Den gir oss dermed et innblikk i menneskers subjektive erfaringer, opplevelser, tanker og holdninger, og målet er å få frem betydningen av denne helhetlige forståelsen av få informanter (Kvale & Brinkmann, 2010; Thagaard, 2009; Thornquist, 2010). Ved anvendelse av kvalitativ metode og forskningsintervju er et subjekt – subjekt forhold mellom forsker og informant viktig, da det er i skjæringspunkter i samtalen mellom dem at det skapes og utvikles kunnskap (Kvale & Brinkmann, 2010). Kvalitativ forskning søker å gå i dybden, i motsetning til kvantitative metoder der en vektlegger bredde i form av utbredelse, antall og årsakssammenhenger, og hvor det ikke er et nært forhold mellom forsker og informant (Thornquist, 2010). En kvalitativ tilnærming gir fleksibilitet da den gir muligheten til å følge interessante utsagn samtidig som datasamlingen pågår (Kvale & Brinkmann, 2010).

3.1 Vitenskapsteoretiske refleksjoner

Det finnes flere innfallsvinkler til kvalitativ forskning. I denne studien støtter jeg meg til en fenomenologisk hermeneutisk tilnæringsmåte ved innhenting, bearbeiding og fortolkning av erfaringer. Gjennom fortolkning av sorggrupelederens beskrivelser av egne erfaringer knyttet til sorggruppearbeid, vil jeg kunne få en utvidet forståelse av sorggrupelederens sorgforståelse og hva de erfarer som betydningsfullt i sorggrupper.

Fenomenologi har sine røtter både i filosofi og psykologi, og tar utgangspunkt i den subjektive opplevelsen og søker å oppnå en forståelse av en dypere mening i enkeltpersoners levde erfaringer (Polit & Beck, 2008; Thagaard, 2009). Det sentrale i fenomenologien er å forstå fenomener på grunnlag av informantenes perspektiv, og å beskrive omverden slik den erfares av dem (Thagaard, 2009, s. 38).

Som del av et sosialt fellesskap er vi avhengig av, og må forholde oss til andre. Innen fenomenologi forstås dette som ”intersubjektivitet”, og det vil si, det som vedrører flere subjekter og relasjonene dem imellom (Malterud, 2011). Ved en fenomenologisk tilnærming er det bare den enkelte sorggrupeleder som kan si noe om sin livsverden, og sine erfaringer

gjennom samhandling med deltakere i sorggrupper. Det er dette perspektivet som vil prege denne studien.

Hermeneutikk handler om refleksjon og fortolkning av meningsfulle fenomener. Den fremhever betydningen av å fortolke handlinger gjennom å fokusere på en dypere forståelse enn det som er umiddelbart innlysende (Thagaard, 2009, s. 39). I en hermeneutisk tilnærming presiseres det at mennesket aldri møter verden forutsetningsløst. Vi har alltid en forforståelse som påvirker den meningen vi legger i våre opplevelser. Som forsker må en forholde seg til en verden eller virkelighet som allerede er fortolket av de informanter det forskes på (Thagaard, 2009; Thornquist, 2010).

Intervjuene og det transkriberte materialet i denne studien tolkes av meg som forsker. Tolkningen vil påvirkes av den teoretiske kunnskap, erfaring og forforståelse som jeg allerede bærer med meg. I kvalitativ forskning vil det hele tiden i analyseprosessen foregå en vekselvirkning mellom forskerens forforståelse, helheten og delene av det innsamlede datamaterialet (Jacobsen, 2005). Vekslingen betegnes som den hermeneutiske sirkel (Jacobsen, 2005).

3.2 Forforståelse

Forforståelse er det en forsker har med seg inn i et forskningsprosjekt, før prosjektet har startet, og som vil gjennomgående påvirke prosjektet. Min forforståelse er preget av min personlige erfaring med temaet i studien. Også min yrkesbakgrunn som sykepleier, samt arbeidserfaring fra spesialisthelsetjenesten, vil påvirke min forståelse i arbeidet med denne studien.

Vanligvis er forforståelse en god motivasjonsfaktor for å starte et forskningsprosjekt, og i følge Kvale og Brinkmann (2010) bør forskeren ha god kjennskap til det feltet en vil studere gjennom faglig engasjement eller personlig erfaring. Fordelen med dette er at man har bedre innsikt i problemområdene enn om man er utenforstående. Derimot, ulempen knyttet til nærhet til fagfeltet kan være at egne holdninger, meninger og følelser overskygger informantens budskap. En kan bli blind for det informanten forteller (Malterud, 2011).

Jeg har valgt å forske i et fagfelt der jeg ikke har arbeidserfaring, men en personlig erfaring. Dette er et bevisst valg som har bidratt til en distanse til fagfeltet under studiens forløp. Gjennom et aktivt og bevisst forhold til denne distansen og egen forforståelse, har jeg forsøkt

å redusere faren for gjennomføring av denne studien med manglende forståelse og begrenset evne til å lære av materialet (Malterud, 2011).

Ved å belyse min forforståelse vil leseren i større grad forstå og følge de valg som er tatt i denne studien, og konsekvensene valgene har for funnene.

3.3 Ethiske overveielser

I all forskning er det viktig at forsker reflekterer over og er bevisst sine valg, samt gjør etiske vurderinger i forhold til hvordan studien planlegges, gjennomføres og formidles. Spesielt viktig er hensynet til individene det forskes på (Malterud, 2011). I Helsinkideklarasjonen, som regulerer forskningsetikk på internasjonalt plan, går ivaretagelsen på enkeltindividet over alle andre interesser i forskning (Helsinkideklarasjonen, 2008).

Denne studien inngår som en del av et større prosjekt om tap og sorg knyttet til Institutt for helsefag ved Universitetet i Stavanger. Prosjektet er godkjent av Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK). Tilleggsmelding om denne studien er også godkjent av REK (vedlegg 3).

For å få tilgang til informanter kontaktet jeg et aktuelt kirkevergekontor som satte meg i kontakt med to koordinatorene for sorggruppeledere i det aktuelle område. Etter telefonhenvendelsen med koordinatorene sendte jeg dem en e-post med en formell forespørsel om hjelp til å rekruttere informanter. Brevet inneholdt fullstendig informasjon om studien (vedlegg 4), samt en bekreftelse av studien fra Universitetet i Stavanger (vedlegg 5).

Koordinatorene viderefremidlet informasjon om studien til aktuelle sorggruppeledere.

I henhold til Helseforskningsloven (2008) § 13 signerte informantene informert samtykke etter å ha mottatt og lest et skriftlig informasjonsbrev om studien (vedlegg 6). Det skriftlige informasjonsbrevet beskrev informantenes rettigheter, frivillig deltagelse og mulighet til å trekke seg fra studien uten konsekvenser. Forskerens taushetsplikt ble også tydeliggjort, og informasjon om oppbevaring og sletting av data ved studiens slutt ble beskrevet, jamfør Helseforskningsloven (2008) § 7. Til sist ble aktuelle risikofaktorer og belastninger for informantene vurdert i henhold til Helseforskningsloven (2008) § 22.

Etiske dilemmaer har, gjennom hele forskningsprosessen, blitt tatt stilling til (Kvale & Brinkmann, 2010). Studiens nytteverdi for informantene og målgruppen ble vurdert ved valg av tema. Ivaretagelsen av informantenes integritet har stått sentralt gjennom hele

forskningsprosessen, både i fremstilling av analysen og studiens funn. Datamateriale ble oppbevart nedlåst.

3.4 Utvalg

Et strategisk utvalg ligger til grunn for utvelgelsen av informanter til studien. Det vil si at informantene har god kjennskap til fenomenet jeg vil belyse (Kvale & Brinkmann, 2010; Malterud, 2011; Polit & Beck, 2008). Av den grunn er informantene i denne studien sorggruppeledere som driver eller har drevet sorgarbeid i sorggrupper. Det ble utarbeidet følgende inklusjons- og eksklusjonskriterier:

Inklusjonskriterier for deltagelse:

- sorggruppeledere med helse- og/ eller sosialfaglig bakgrunn
- sorggruppeledere som har vært aktive i sitt arbeid som gruppeleder i minimum to år
- ledere for sorggrupper for voksne etterlatte
- sorggruppeledere som administreres fra Den Norske Kirke
- sorggruppeledere som arbeider innenfor Rogaland fylke.

Eksklusjonskriterier for deltagelse:

- sorggruppeledere uten helse- og/ eller sosialfaglig bakgrunn
- sorggruppeledere som ikke behersker norsk.
-

Forskningsfeltet var, som beskrevet i inklusjonskriteriene, tilbud gitt i menigheter tilknyttet Den Norske Kirke. Det er den faglige kompetansen til sorggruppelederne som er relevant i denne studien.

Rekrutteringen varte fra november 2012 til februar 2013. I denne perioden oppdaget jeg at det var nødvendig å utvide inklusjonskriteriene for å få et tilstrekkelig antall informanter. Dermed ble inklusjonskriteriet om sorggruppeledere med helsefaglig bakgrunn utvidet til sorggruppeledere med helse- og/ eller sosialfaglig bakgrunn. I denne forbindelse tok jeg ny kontakt med koordinatorene slik at de kunne viderefremde informasjonsskrivet med utvidede inklusjonskriterier til aktuelle sorggruppeledere.

De sorggruppeledere som var interessert i å delta kontaktet med direkte via e-post eller telefon. I alt ni informanter sa seg villig til å delta i studien. Alle var kvinner i alderen 40 til 72 år. De hadde varierende års erfaring som sorggruppeleder (tabell 1). Sammen avtalte vi tid og sted for gjennomføring av intervjuet. Intervjuene ble i fem tilfeller gjennomført på informantens arbeidsplass, i et tilfelle på Universitetet i Stavanger og i tre tilfeller hjemme hos informanten.

Tabell 1. Bakgrunnsopplysninger

Deltager	Kjønn	Alder	Faglig bakgrunn	Erfaring som gruppeleder
1	Kvinne	53	Vernepleier	15 år
2	Kvinne	69	Sykepleier	6 år
3	Kvinne	55	Sosialpedagog	11 år
4	Kvinne	68	Sykepleier	8 år
5	Kvinne	72	Sykepleier	9 år*
6	Kvinne	40	Barnevernspedagog	3 år*
7	Kvinne	67	Sosionom	12 år
8	Kvinne	61	Lærer	12 år
9	Kvinne	68	Sykepleier	26 år

**Leder ikke sorggrupper nå*

3.5 Forberedelse til og gjennomføring av intervju

Det kvalitative forskningsintervju kan sees på som en faglig samtale, der temaet er bestemt av forskeren, og at fleksibiliteten i metoden gir rom for informantens utdypende tanker og nye perspektiver på temaet som kan etterfølges (Kvale & Brinkmann, 2010). I tillegg kan informanten bringe frem nye temaer gjennom intervjuet som kan være relevant å gå nærmere inn på (Thagaard, 2009).

Jeg utarbeidet en semistrukturert intervjuguide (vedlegg 7) til denne studien. En semistrukturert intervjuguide kjennetegnes ved at spørsmålsformuleringen ikke er nøyaktig nedtegnet, men formulert i stikkord som intervjueren skal ta utgangspunkt i når spørsmålene blir formulert. Det blir som en huskeliste for intervjueren (Malterud, 2011). Jeg bygde opp intervjuguiden gjennom temaer litteraturen på området sier noe om, og med utgangspunkt i problemstillingen til denne studien. Under hvert tema skrev jeg stikkord som kunne være til hjelp for å utdype temaene ytterligere. Ved å velge en semistrukturert intervjuguide fikk jeg best mulig dekket problemstillingen og forskningsspørsmålene i denne studien.

Intervjuene hadde en varighet på 45 til 90 minutter. I hvert tilfelle ble intervjuet tatt opp på lydbånd etter samtykke fra informanten. Jeg startet hvert intervju med en kort presentasjon av studien og meg selv, deretter spurte jeg om informanten kunne fortelle om seg selv, sin bakgrunn og sin erfaring med sorggruppearbeid. Videre beskrev informantene sorggruppens oppbygging og innhold, den betydningen dette arbeidet hadde for dem, og hva de

karakteriserte som betydningsfullt i sorggrupper. Deretter fortalte informantene som sine tanker omkring sorg og sorgarbeid. Jeg stilte oppfølgingsspørsmål for å få informantene til ytterligere å utdype sine erfaringer for å få fram meningsinnholdet omkring sorgforståelse, samt forståelsen av om de støtter seg til noen bestemt sorgteori.

3.6 Transkribering

Intervjuene ble fortløpende transkribert ordrett fra båndopptakeren. Pauser, nølinger og andre uttrykk ble markert. Jeg lyttet til opptakene flere ganger for å forsikre meg om at transkriberingen var riktig. I tillegg lyttet jeg til opptakene noen dager etter transkriberingen av samme grunn. Ved å utføre transkripsjonene selv har jeg fått detaljert tilgang til datamaterialet, og jeg husker nyanser fra intervjusituasjonene som var klargjørende for meningen i det transkriberte materialet. I følge Malterud (2011) er dette en mulighet til å gjenoppleve intervjusituasjonen og se datamaterialet i en ny sammenheng som gir rom for nye tanker og refleksjoner. Samtidig er det med på å øke gyldigheten i forhold til det videre fortolkningsarbeidet ved denne studien, noe jeg kommer tilbake til senere.

Opptakene var av god kvalitet og informantene hadde klar og tydelig stemme. Det var lite forstyrrelser på opptakene. Utskriftene fra hvert intervju varierte fra 11 til 17 sider. Til sammen har jeg 112 sider transkribert datamateriale.

3.7 Kvalitativ innholdsanalyse

I denne studien er det transkriberte materialet det empiriske utgangspunktet for analysen, og jeg har støttet meg til Graneheim og Lundman sin kvalitative innholdsanalyse (2004). I følge Graneheim og Lundman (2004) vil en slik tekstanalyse omfatte systematisk bearbeidelse av tekst ved å dele den inn i meningsbærende enheter, kondenserte meningsbærende enheter, koder, kategorier og tema. Videre skiller forfatterne mellom manifest og latent innhold. Manifest innhold er det som sies, det synlige og selvfølgelig i teksten. Meningsbærende enheter, kondenserte meningsbærende enheter og koder hører inn under det manifeste innholdet i teksten. Det latente innholdet fremkommer i abstraksjonen til kategorier og tema, og handler om tolkning av den underliggende mening av det som formidles i teksten. Både manifest og latent innhold innebærer tolkning av tekst på forskjellige abstraksjonsnivåer (Graneheim & Lundman, 2004).

I det videre følger en beskrivelse av fremgangsmåten i analyseprosessen slik den ble gjennomført i denne studien. Analyseprosessen følger i hovedsak seks steg (tabell 2).

Tabell 2. Skjematisk fremstilling av fremgangsmåten i analyseprosessen

Steg 1	Naiv lesing for å danne et helhetsinntrykk	Manifest innhold
Steg 2	Systematisk lesing for å identifisere meningsbærende enheter	
Steg 3	Kondensering av meningsbærende enheter	
Steg 4	Koding av kondenserte meningsbærende enheter	
Steg 5	Kategorier identifiseres på tvers av koder	Latent innhold
Steg 6	Tema identifiseres ut fra abstraksjon av kategorier	

Steg 1, det første steget i analyseprosessen i denne studien, gikk med til og lese de transkriberte intervjuene flere ganger for å danne et helhetsinntrykk av innholdet i intervjuene. I følge Malterud (2011, s. 98) er det på dette nivået, i samsvar med en fenomenologisk og hermeneutisk tilnæringsmåte, viktig å prøve å sette egen forforståelse og teoretisk perspektiv til side for å ta innover seg det teksten åpner for og prøver å fortelle leseren.

I **steg 2** ble de ni transkriberte intervjuene systematisk gjennomgått for å identifisere meningsbærende enheter. I følge Graneheim og Lundman (2004) er meningsbærende enheter kortere eller lengre deler av en tekst som sier noe om det fenomenet som studeres. I denne studien er de meningsbærende enhetene setninger og lengre utsagn. Jeg utarbeidet et analyseskjemaskjema som skulle være til praktisk hjelp i analyseprosessen. Kolonnene i analyseskjemaet betegner Graneheim og Lundman (2004) sin stegvise fremgangsmåte i kvalitativ innholdsanalyse. Hver identifiserte meningsbærende enhet fra det transkriberte materialet ble kopiert over i første kolonne i analyseskjemaet. De andre kolonnene ble brukt til de neste stegene i analyseprosessen. De meningsbærende enhetene ble hentet fra forskjellige steder i det transkriberte materialet fordi informantene ofte kunne komme tilbake til emner vi hadde snakket om før i intervjuet.

I **steg 3** ble de meningsbærende enhetene kondensert til kortere, men fremdeles helhetlige utsagn og med informantenes egne ord. Å kondensere tekst omhandler prosessen som forkorter tekst, men som samtidig bevarer kjernen i innholdet av teksten (Graneheim & Lundman, 2004). Kondensering, eller fortetning som Kvale (2010) bruker, bidrar til å få et mer oversiktlig og håndterbart materiale. Jeg var hele tiden bevisst på å gjennomføre kondenseringen på den måten at meningsinnholdet i det informanten fortalte ble ivaretatt uten å påføre mine tolkninger.

I **steg 4** ble de kondenserte meningsbærende enheten kodet. Koder er ord eller korte setninger som representerer meningen av det innholdet informantene formidler gjennom intervjuene, og de uttrykker det manifeste innholdet i teksten (Graneheim & Lundman, 2004). Kvale og Brinkmann (2010, s. 208) beskriver koding som å sette et eller flere nøkkelord på et tekstavsnitt. I denne analyseprosessen er kodene korte setninger. Kondenserte meningsbærende enheter og koder fra alle intervjuene ble studert nøye for å finne likheter som senere i analysen kunne danne kategorier. Samtidig så jeg etter koder som kunne nyansere funnene og mulig avdekke motsetninger i informantenes erfaringer i samme kategori.

Meningsbærende enheter, kondenserte meningsbærende enheter og koder fra alle intervju, som sa noe om et felles fenomen, ble samlet. Data fra intervju 1 til 9 ble her plassert fortløpende nedover i kolonner. Alle rader med data fra intervju 1 ble markert med tallet 1 og alle fra intervju 2 ble markert med tallet 2 osv. Dette fordi det da ble lett å finne tilbake til utsagn fra hvert intervju når funnene skulle underbygges med sitater og presenteres.

Steg 5 var å abstrahere koder i kategorier. I følge Graneheim og Lundman (2004) er det å lage kategorier kjernefunksjonen i kvalitativ innholdsanalyse (s. 107). De sier videre at kategorier er en gruppe som har noe til felles og kan beskrives som en rød tråd gjennom flere koder. Dette steget i analyseprosessen var det mest utfordrende. Å abstrahere og finne betegnelser på kategorier som er overordnet var tidkrevende, og flere av kodene kunne passe i forskjellige kategorier. Menneskelig erfaring er, i følge Graneheim og Lundman (2004), vanskelig å plassere i kategorier som er gjensidig ekskluderende.

I **steg 6** ble tema identifisert ut fra abstraksjonen av kategoriene. Temaene fremkom gjennom å koble sammen de underliggende betydningene i kategoriene, og sammen med kategoriene, uttrykker det latente innholdet i teksten (Graneheim & Lundman, 2004). Ved gjennomgang av kategoriene fremkom det tre temaer i denne studien som har fått betegnelsen: ”Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring”, ”Sorgbearbeidelse gir mulighet for å komme videre” og ” Kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper”. Et eksempel fra analyseprosessen sees i vedlegg 8.

3.8 Troverdighet

For å styrke denne studiens troverdighet har det vært viktig å ta i betraktning metodiske overveielser gjennom hele forskningsprosessen. Det har også vært viktig å reflektere over den erfaring jeg har fått underveis i prosessen, og dens påvirkning i det videre arbeidet med studien.

Funn i forskningsstudier bør beskrives så troverdig som mulig, og hver studie må vurderes i forhold til de prosedyrer som brukes for å komme frem til funnene (Graneheim & Lundman, 2004). Innen kvantitativ metode brukes begrepene reliabilitet og validitet (Thagaard, 2009). Å overføre innholdet i disse begrepene til kvalitativ forskning lar seg ikke direkte gjøre. Dette fordi kvantitativ forskning tar utgangspunkt i at andre forskere kan reprodusere samme data ved å gjennomføre samme studie. De tar dermed ikke i betraktning at dataene skapes i samspillet mellom forsker og informant (Thagaard, 2009). På bakgrunn av dette er det i dag en pågående diskusjon om begrepsbruken i de ulike forskningstradisjonene (Denzin & Lincoln, 2005; Graneheim & Lundman, 2004; Kvale & Brinkmann, 2010; Rolfe, 2006). I denne studien støtter jeg meg til kriterier utviklet av Graneheim & Lundman (2004). De bruker begrepet ”thrustworthiness”, eller troverdighet, og diskuterer målemetoder for å oppnå dette i kvalitative studier. Begrepet består av følgende tre underpunkter: ”credibility”, eller gyldighet, ”dependability”, eller pålitelighet, og ”transferability”, eller overførbarhet.

Gyldighet

Gyldighet omhandler, i følge Graneheim og Lundman (2004), forskningens fokus og hvordan datainnsamlingen og analyseprosessen ivaretar dette fokuset. De sier at vurderingen av gyldighet starter i vurderingen av studiens mål og hensikt. I tillegg vil studiens informanter og studiens gjennomføring, samt en logisk og meningsfull utvelgelse og kondensering av meningsbærende enheter, kategorier og temaer, styrke troverdigheten. Gyldighet er derfor knyttet til i hvor stor grad metoden undersøker det den er ment til å undersøke (Kvale & Brinkmann, 2010).

I denne studien ble gyldigheten forsøkt oppnådd gjennom tydelige inklusjons- og eksklusjonskriterier, og deretter en grundig vurdering av om informantene var innenfor kriteriene og gav en variasjon og bredde slik at forskningsspørsmålene kunne bli belyst. Gyldigheten ble også ivaretatt gjennom fremgangsmåten for datainnsamlingen. I følge Malterud (2011) handler gyldighet om at de rette spørsmålene blir stilt, slik at svarene som

fremkommer belyser det fenomenet som studien undersøker. Intervjuguiden er avgjørende her, og ved å la andre med kjennskap til fagfeltet uttale seg om den, kan dette være med å øke påliteligheten og gyldigheten for fenomenet en ønsker å belyse (Malterud, 2011). Jeg fremla intervjuguiden for to sykepleiekolleger med lang erfaring innenfor lindrende arbeid.

Intervjuguiden ble også presentert på et oppgaveseminar med forelesere og medstudenter. Jeg fikk nyttige tilbakemeldinger og forslag til spørsmålsformuleringer som kunne bidra til at informantene i større grad kunne fortelle om sine erfaringer. Intervjuguiden ble korrigert etter disse innspillene.

Jeg forsøkte også å validere utsagnene underveis i intervjuene, noe som innebar at jeg hele tiden sjekket min egen oppfatning med det informanten fortalte (Drageset & Ellingsen, 2010). Dette gjorde jeg ved å stille spørsmål som ”Har jeg forstått deg rett når du sier at...” eller ”Kan du utdype det litt nærmere?”. Samtidig, i intervjusituasjonen, prøvde jeg å tilrettelegge for åpenhet slik at informantene i størst mulig grad kunne snakke fritt innenfor temaet. Jeg var bevisst på ikke å være for ivrig med å stille spørsmål, men også gi rom for pauser, slik at informanten skulle få anledning til å tenke over svarene. I etterkant av hvert intervju brukte jeg noe tid på å skrive notater og refleksjoner jeg gjorde meg underveis i intervjuet.

I kvalitative forskningsmetode er forskerens kompetanse og egnethet avgjørende for hvilke data som skapes. Kompetanse handler om det håndverksmessige omkring det å utføre intervjuer, hvordan intervjuene er transkribert og hvordan en redegjør for hva man har gjort (Drageset & Ellingsen, 2010). Når dette er tydelig har leseren mulighet til å vurdere gyldigheten (Kvale & Brinkmann, 2010). Den første informanten jeg intervjuet, hadde lest gjennom intervjuguiden i forkant av intervjuet. I dette intervjuet opplevde jeg at både informant og jeg fokuserte mye på intervjuguiden, slik at selve intervjuet forløp mindre åpent enn planlagt. I etterkant av dette intervjuet gjorde jeg noen forandringer i intervjuguiden i samarbeid med veilederne mine, og de resterende åtte informantene leste ikke intervjuguiden på forhånd da de ikke etterspurte den. I utgangspunktet kunne det første intervjuet blitt betegnet som et pilotintervju, altså et testintervju for å se om intervjuguiden er dekkende for problemstilling og forskningsspørsmål. Jeg har likevel valgt å ta dette intervjuet med som et fullverdig intervju i min datainnsamling da det kom frem mye relevant data, samtidig som jeg fikk ny innsikt i hvordan jeg skulle gå frem i neste intervju. I følge Malterud ”behøver en ikke klassifisere de første intervjuene som pilotdata som holdes utenfor analysen - ofte er det nettopp innledningsvis at forskerens entusiasme tar brodden av klossete intervju spørsmål og viser veien til samtaler som gir innsikt” (2011, s. 53).

I et forskningsarbeid må forskeren være nøyaktig i fremstilling av data. Forskeren må også tydelig skille den informasjon som fremkommer under forskningsarbeidet, fra det som er forskerens egne fortolkninger av denne informasjonen (Thagaard, 2009). I selve analyseprosessen er det viktig å finne de mest passende meningsbærende enhetene som sier noe om det fenomenet en studerer. I følge Graneheim og Lundman (2004) bør de meningsbærende enhetene ikke være for lange, over flere avsnitt, da de kan inneholde flere meninger. Samtidig bør de ikke være for korte, kun et ord, da det kan resultere i fragmentering. I disse tilfellene er det en fare for å miste selve innholdet i teksten når en videre kondenserer og abstraherer (Graneheim & Lundman, 2004). De meningsbærende enhetene i denne studien har blitt identifisert ved gjentatt lesing av de transkriberte intervjuene sett i forhold til fenomenet som studeres, steg 1 og 2 i denne analyseprosessen. Gyldigheten av funn i en studie omhandler også hvor godt kategorier og tema dekker datamaterialet, samtidig som relevant data ikke har blitt ekskludert og irrelevant data har blitt inkludert (Graneheim & Lundman, 2004).

Pålitelighet

Pålitelighet viser til hvor stabile dataene er i forhold til tid og eventuelle endringer i datamaterialet og analyseprosessen (Graneheim & Lundman, 2004). Jeg gjennomførte intervjuene selv, med utgangspunkt i intervjuguiden slik at alle informantene hadde fokus på samme tema. Selv om perioden for datainnsamling ble noe lenger enn først planlagt, ble innsamlingsprosessen stabil i forhold til å styre fokuset i intervjuene, og var dermed med på å styrke påliteligheten i datamaterialet. Dette fordi den erfaringen jeg tilegnet meg underveis i intervjuene, og dens påvirkning på de videre intervjuene, ble til en hver tid diskutert med veiledere. Betragtninger omkring bruk av pilotintervju ble også diskutert med veiledere. Dette er i tråd med Graneheim og Lundman (2004) som sier at det å intervjuer er en utviklende prosess der intervjuer underveis tilegner seg ny innsikt om det fenomenet som studeres, noe som igjen påvirker neste intervju. Dermed kan erfaringens påvirkning i en datainnsamlingsperiode anerkjennes gjennom en åpen dialog innenfor forskerteamet (Graneheim & Lundman, 2004).

For ytterligere å styrke påliteligheten til studien ble også hele analyseprosessen i flere anledninger diskutert med veiledere. Hensikten med dette var å komme frem til en felles forståelse om måten data ble identifisert og abstrahert i analyseprosessen (Graneheim & Lundman, 2004). Først utførte jeg analysens steg frem til koder, altså steg 1 til 4. Kodene,

steg 4, ble diskutert og endelig fastlagt ved oppnådd enighet med veiledere. Deretter utformet jeg forslag til kategorier og tema på bakgrunn av kodene. Endelig utforming av kategorier, steg 5, og tema, steg 6, ble fastsatt etter diskusjon til vi oppnådde felles enighet.

I presentasjonen av funn i denne studien har jeg forsøkt å skrive så nær opp til informantens fortelling som mulig, i tillegg til at jeg lar informantens stemme komme tydelig frem ved å bruke representative sitater fra de transkriberte intervjuene. Dette er med på å tydeliggjøre hva som er informantens formulering og hva som er min formulering, noe som igjen er med på å styrke studiens pålitelighet. Jeg har under hele analyseprosessen gått tilbake til de transkriberte intervjuene for å forsikre meg om at sitatene ikke ble tatt ut av sin sammenheng, men bevart i sin mening.

Overførbarhet

Troverdigheten i et forskningsarbeid henger sammen med om funn kan bekreftes gjennom andre studier. Samtidig viser overførbarhet til muligheten for at funn kan overføres til andre situasjoner. Ved å inkludere sorggrupeledere fra sorggrupper som ble vurdert som representative for andre, var intensjon at funnene fra denne studien kunne overføres til andre sorggrupper som drives på samme måte. Her understreker Graneheim og Lundman (2004) at forskeren kun kan gi sine vurderinger av overførbarhet, men at det til sist er leseren som avgjør om funn og resultater kan overføres til en annen kontekst. Flere av funnene i denne studien finner jeg igjen i andre studier og litteratur, noe jeg da også mener er med på å styrke troverdigheten til denne studien.

Leseren skal kunne følge forskeren i analyseprosessen og tolkingen av data, og det er tolkning av funn som fremstår som viktigst i kvalitativ forskning (Malterud, 2011). Både forskerens forforståelse og teoretiske ståsted påvirker tolkingen av data, noe som krever en tydeliggjøring av dette i et forskningsarbeid. Hvis det ikke kommer klart nok frem vil ikke leseren vite hva som påvirker tolkingen, noe som er med på å redusere studiens troverdighet. Det er dermed viktig å skape en transparens, noe jeg har forsøkt å gjøre ved å redegjøre for hele forskningsprosessen og grunnlaget for egne tolkninger og konklusjoner. Jeg har redegjort for mitt vitenskapsteoretiske ståsted, det teoretiske rammeverket i studien og min forforståelse gjennom profesjonsbakgrunn og erfaring. Alle disse faktorene er med på å påvirke studiens troverdighet.

4.0 FUNN

Følgende tre tematiserte funn er fremanalysert: *Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring, sorg gir mulighet for å komme videre og kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper.* I det følgende blir sentrale funn fra temaområdene presentert. Se også tabell 2,3 og 4 i del 1.

4.1 Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring

At sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring kommer til uttrykk gjennom informantenes beskrivelser av at opplevd sorg vedvarer, er individuell og påvirker den sørgende på flere måter.

4.1.1 Sorgen vedvarer

De fleste informantene i denne studien beskriver sorg som en vedvarende og livslang prosess. Beskrivelsene tar utgangspunkt i sorggruppedeltageres fortellinger om at sorgen blir noe de bærer med seg resten av livet. Informantene påpeker at selv om sorg er vedvarende og livslang, endrer den gjerne karakter underveis. Den er ikke like gjennomgripende og vond som rett etter et tap, men savnet forblir ofte. En av informantene skildrer det slik:

”... jeg referer igjen til den damen med diktet som mistet sin mann for 20 år siden, og hun sier at det, sorgen er der, sorgen er absolutt der hver dag, men den er ikke så altomfattende som den var i den første tiden.”

4.1.2 Sorgen er individuell

Alle informantene uttrykker at sorg er en personlig opplevelse og individuell erfaring:

”Sorg er personlig, det er kun den sørgende selv som kan si hva sorg er og hvordan den oppleves for han eller henne.”

4.1.3 Emosjonell, kognitiv, sosial og kroppslig påvirkning av sorg

Alle informantene erfarer at sorg berører sorggruppedeltagerne mer enn bare følelsesmessige. En informant oppsummerer sorgens påvirkning slik:

”...emosjonell og kognitiv påvirkning som konsentrasjonsvansker, irrasjonelle tanker og mareritt. Også sosial og kroppslig påvirkning som sosial tilbaketrekning, appetittløshet, vekttap og søvnløshet.”

4.2 Sorg gir mulighet for å komme videre

Flere av informantene i denne studien uttrykker to viktige mål i sorggruppearbeid de erfarer gir sorggruppedeltagerne mulighet til å komme videre i livet, ”veien videre etter tapet” og ”å finne mening”.

4.2.1 Tilpassing etter tapet

De samme informantene beskriver ”veien videre etter tapet” som det å tilpasse seg sin nye tilværelse. Noen av informantene sa også at sorggruppearbeidet var med på å bidra til at sorggruppedeltagerne kunne begynne å orientere seg i en ny tilværelse, slik som beskrevet her:

”Målet er ikke å riste av seg sorgen en gang for alle, men å få tilbake krefter for å kunne møte hverdagens krav.”

”...gjennom å ha vært med i en gruppe..., da får en hjelp til å reise seg opp å ta sitt liv i eie på nytt igjen... Og se livet sitt i en sammenheng, og at det ikke er slutt fordi om døden dessverre er en vond realitet i livet.”

4.2.2 Sorg som ressurs

De fleste informantene hadde erfart at sorggruppearbeid kunne bidra til å finne mening i en tilværelse som ofte oppleves meningsløs etter et tap. Dermed kan sorg bli en ressurs i livet, slik vi ser i dette sitatet:

”...å hjelpe folk til å gjennomarbeide det som ha skjedd i livet og integrere det, og om mulig gjøre det til en ressurs. Til å kunne komme oppreist videre, og til at sorgen blir noe en kan leve med..., og som noe godt i livet, ikke bare som smerten. Savnet vil ofte være der. Men savnet kan være godt. Så jeg opplever jo at noen nærmest sier det direkte, ta ikke denne sorgen i fra meg, den er på en måte noe både intimt og vakkert i livet.”

Samtidig var disse informantene tydelig på at en opplevelse av en meningsgivende tilværelse etter et tap trolig ikke ville oppnås gjennom sorggruppens forløp, til dette trengtes det mer tid, men grunnlaget for en slik opplevelse var viktig å danne i sorggruppen.

4.3 Kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper

Gjennom sine erfaringer beskriver alle informantene noen forhold i sorggruppen som er av betydning for sorggruppedeltagerne i deres bearbeidelse av sorgen.

4.3.1 Fellesskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet

Informantene har en forståelse av at det som hjelper deltagerne i en sorggruppe er samvær med mennesker i liknende situasjoner da dette skaper trygghet og gir bekreftelse på reaksjoner, følelser og tanker. To informanter refererer to sorggruppedeltagere som sier:

”Å høre at andre tenker og handler likt gir bekreftelse på at dette er normalt, det å reagere er normalt, jeg er normal selv om jeg kan føle meg helt unormal.”

”Gjenkjennelse av samme tanker og følelser hos andre i samtale kan være en befrielse.”

4.3.2 Samspill i gruppen

At sorggruppedeltagerne deler sine erfaringer og opplevelser like mye som de lytter til de andre deltagerne, er med på å gi en fruktbar sorggruppe. Et sted sies dette slik:

”Samhandlingen i sorggruppen, mellom deltagerne, har alt å si for om en sorggruppe fungerer eller ikke er min erfaring. Deltagerne må ha respekt for hverandre, og både lytte til de andre, og dele egne erfaringer og opplevelser. Dette fordi det er på denne måten at sorggruppen kan gi hjelp og støtte...”

4.3.3 Å bli møtte der en er i sorgen

Felles for alle informantene er synet på sorg som en individuell og personlig erfaring. Møte mellom sorggruppeleder og sorggruppedeltagere må bære preg av dette, noe denne uttalelsen tyder på:

”Ingen sørger likt fordi sorg rammer og påvirker mennesker forskjellig.”

4.3.4 Sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn

Informantene har ulik faglig bakgrunn, og de kommer med eksempler på hvordan egen faglige kompetanse og bakgrunn påvirker arbeidet som sorggruppeleder:

”Jeg erfarer at min bakgrunn som sykepleier hjelper meg i møte med mennesker i sorg, det å være sorggruppeleder, fordi jeg tenker mer helhetlig, ser hele mennesket på en måte, i sorgarbeidet.”

”Uansett hvilket yrke sorggruppeleder har er det viktig at en som sorggruppeleder vet noe om gruppeprosesser.”

5.0 DISKUSJON

Målet med denne studien er å få økt kunnskap om det faglige innholdet i sorggrupper. Problemstillingen er: *Hvilke erfaringer og sorgforståelse beskriver sorggruppeledere som viktig i sorggrupper for etterlatte?* Diskusjonen følger de fremanalyserte temaene fra forrige kapittel som nå er ordnet under *sorggruppelederens sorgforståelse og kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper*.

5.1 Sorggruppelederens sorgforståelse

Informantene i denne studien har ulik alder og varierende års erfaring som sorggruppeleder (se tabell 1). Til tross for dette trekker alle frem erfaringer de har gjort seg i sorggruppearbeidet som betegner sorg som altomfattende og sammensatt, og som en mulighet til å leve et godt liv videre. Disse erfaringene er viktige da de danner et bilde av informantenes sorgforståelse, som videre gir grunnlag for utøvelsen i sorggruppene.

5.1.1 Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring

At sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring kommer frem gjennom informantene sine beskrivelser av sorg som vedvarende, individuell og påvirkende (se tabell 2 i del 1). Disse beskrivelsene har bakgrunn i informantenes erfaringer om at sorggruppedeltagerne nødvendigvis ikke går gjennom faste, tidsavgrensede faser i sin sorgbearbeidelse. Informantene ser at sorggruppedeltagerne konfronterer tap ulikt ved at de uttrykker forskjellige følelser og reaksjoner. Felles for dem er likevel at de bearbeider sin individuelle sorgopplevelse i et fellesskap.

At sorg er vedvarende blir tydelig når informantene avkrefter fasetenkning og tidsavgrensing i sin forståelse av sorg. Det handler om å integrere sorg som en del av det videre livet sier flere av dem. Disse informantene forteller at de ofte innleder det første møtet i en ny sorggruppe med akkurat dette. Derimot sier også noen informanter at de likevel har sorgfasene i ”bakhodet” for lettere å identifisere hvor i sorgarbeidet sorggruppedeltagerne er. De ser dette som hjelpsomt når de planlegger gruppesamlingene. Her ser vi at til tross for at informantene avkrefter lineære sorgfaser som en del av sin sorgforståelse, er det fremdeles noen som i en viss grad støtter seg til dem, eller bruker dem, som et hjelpemiddel og rettleiding i sorggruppearbeidet. I eldre sorgteori der sorgfasene har stor betydning, ligger det en antydning om at sorg er en tidsavgrenset prosess (Bugge et al., 2003). Informantene i min studie gir uttrykk for at sorg ikke har et endelig slutt punkt, men at sorgfaser kan være

veiledende i sorgarbeidet. Dermed beskriver de sin sorgforståelse ut i fra nyere sorgteorier, samtidig som den inneholder trekk fra eldre teorier om sorg. I følge Breen (2011) er det et gap mellom sorgteorier og sorgarbeid i praksis da det ofte er en utfordring å integrere sorgforskning i praktisk sorgarbeid. Johnsen et al. (2011) sier det er usikkert i hvilken grad nyere sorgteori har nedfelt seg i måten sorggrupper blir organisert og gjennomført i Norge, og hvilken betydning dette har. Når informantene i min studie beskriver sorgen som vedvarende, gir de samtidig uttrykk for at sorgen forandrer karakter underveis. Den beveger seg mellom sorg, savn og minner. I eldre sorgteori betegnes dette som sorgfaser, mens i nyere sorgteorier betegnes dette som sorgbearbeidelse (Worden, 2001). Sorgfaser er sorgreaksjoner i en lineær rekkefølge (Parks, 1972/1986), mens sorgbearbeidelse er i følge informantene en bevegelse som gjentatte ganger går frem og tilbake mellom sorg, savn og minner. Gjennom sorggruppearbeid beskriver de denne bevegelsen som vekselvis å snakke om sorggruppedeltagernes opplevde tap, samtidig som de utveksler erfaringer om håndtering av hverdagslige gjøremål. Og videre sier de at denne gjentatte vekslingen som er med på å integrere sorgen som en del av det videre livet. I følge Stroebe og Shut (2002) kan en endring i sorgen sees på som en vekselvirkning mellom et direkte konfronterende arbeid med tapet og en unngåelse av tapet og sorgen for best og tilpasse seg sin nye livssituasjon.

I tillegg til en forståelse av at sorg er noe en bærer med seg, uttrykker informantene sorgens mangfoldige påvirkning på sorggruppedeltagerne. De sier at sorgen ikke bare påvirker følelser, den har også en emosjonell, kognitiv, kroppslig og sosial påvirkning, noe de mener er viktig å vektlegge i samtalene i sorggruppene. Sorg betegnes ofte som emosjonell respons på tap, og tap av nære relasjoner oppleves vondt for mange (Stroebe & Shut, 2002). Samtidig forbindes sorg med et bredt spekter av psykologiske reaksjoner, i tillegg til at sorg påvirker det sosiale livet og den fysiske helsen (Stroebe & Shut, 2007). Flere av informantene forteller om gjentatte reaksjoner de ser blant deltagerne i sorggruppene, og som påvirker hele tilværelsen deres. Reaksjonene de nevner er blant annet konsentrasjonsvansker, appetittløshet, søvnløshet og sosial tilbaketrekning. Dermed blir sorg noe som griper inn i hele den etterlattes væren i omgivelsene, og den kan forstås som et livsfenomen (Furnes, 2008). Sorg sett i dette lys betyr at den ikke lar seg definere, men at den fremtoner seg gjennom den etterlattes egne unike opplevelser og erfaringer av et tap, og den påvirker alt den etterlatte gjør (Furnes & Martinsen, 2010).

På bakgrunn av sorgens påvirkning erfarer informantene at sorg er en individuell opplevelse med ulike sorgforløp, ikke faser som følger hverandre lineært. De sier at sorgforløpet

avhenger av flere faktorer som blant annet sorggruppedeltagers personlighet og mestringsstil. Informantene sier også at ved å se på sorg som en individuell opplevelse ser en samtidig at det ikke finnes en riktig måte å sørge på, men at sorgbearbeidelse er et arbeid som kan gjøres i fellesskap. Sorggrupper representerer et slikt fellesskap der hensikten er å møte andre mennesker i sorg og dele erfaringer for å hjelpe og støtte hverandre i tilpasningen til en ny tilværelse. Dermed er sorg og sorgbearbeidelse både en privat og personlig erfaring, samtidig inkluderer den omgivelsene og menneskene i den i en livslang prosess (Attig, 2002; Stroebe & Shut, 2002).

5.1.2 Sorg gir mulighet for å komme videre

I kjølvannet av opplevd sorg kan flere positive aspekter vokse frem og vise seg for den sørgende, noe flere av informantene vektlegger i sorggruppene. Aspektene de beskriver er sorggruppedeltageres fortellinger om å bli styrket som menneske gjennom sorgbearbeidelsen, få nye perspektiver på livet og en større verdsetting av menneskene rundt dem. Videre forteller de også at det å integrere sorgen og minnene fra den avdøde er til god hjelp for å leve et godt liv videre. Dette vil da kunne sies og være forhold som har betydning for den sørgendes tilpasnings- og meningsskapende arbeid i sin nye tilværelse. Frantz, Farrell og Trolley (2002) beskriver følgende positive elementer som kan oppleves i etterkant av tap; en større verdsettelse av livet, økt beherskelse og selvfølelse, et nærmere forhold til familie, og selvhjelp i form av å la seg sørge og gå nær tapet, samtidig som å trekke seg unna og delta i dagligdagse gjøremål. Informantene forteller at sorg dermed er en ressurs som kan hjelpe sorggruppedeltagerne å finne mening i sin nye tilværelse. Dette gjenspeiles også i nyere sorgteori der opprettholdelse av båndene til den avdøde kan sees på som et viktig bidrag til å skape mening i det videre livet til den etterlatte (Attig, 2002; Furnes, 2008; Neimeyer, 2002a). I følge informantene kom opplevelsen av sorg som ressurs sjeldent mens sorggruppene forløp, men det var å skape grobunn for en slik opplevelse flere av informantene mente var sorggruppens viktigste oppgave. De positive aspektene det her snakkes om vil ikke kunne ta bort det smertefulle ved å oppleve sorg, men de vil sakte og ofte uventet gjøre seg til kjenne og være med i lindring og bearbeiding av sorgen på slikt (Frantz et al., 2002).

Gjennom å se på informantenes erfaringer om sorg som vedvarende, individuell og påvirkende, og samtidig som en ressurs, dannes et bilde av at informantene bygger sin sorgforståelse på nyere sorgteori. Dette ser vi ved at de tar avstand fra faseteori tenkningen og tidsavgrensing i sorgbearbeidelsen som er sentralt i eldre sorgteori, og de tydeliggjør,

gjennom erfaringer, at sorg er noe en kan leve et godt liv videre med. Til tross for dette viser noen av informantene at de har elementer fra eldre sorgteori i sin sorgforståelse da de bruker sorgfasene som en veiledende faktor i sorggruppearbeidet.

5.2 Kjennetegn på betydningsfulle forhold i sorggrupper

Alle informantene i denne studien belyser forhold i sorggruppene de erfarer har avgjørende betydning for opplevelsen av gruppedeltagelse. Dette er forhold som beskriver hvordan deltagerne sin individuelle sorgopplevelse blir ivaretatt i sorggruppene. Forholdene informantene viser til er *felleskap og gjenkjennelse i sorggruppearbeidet, samspillet i gruppen, å bli møtt der en er i sorgen, og sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn*. I følge Johnsen et al. (2011) er det vanskelig å finne en eksakt struktur på hvordan sorggrupper skal drives og hva de skal inneholde. Ved å studere beskrivelsene av forholdene informantene i denne studien vektlegger, får vi innsikt i sorggruppenes struktur og innhold. Slik jeg ser det er dette nyttig viten som muligens er, men som også kan være med å danne en grunnstruktur i sorggrupper i Norge. Sorggruppelederens perspektiver på sorg og sorgbearbeidelse åpner for hva som vektlegges i sorggruppene. Derimot vil sorggruppelederens eventuelle ulike perspektiver medføre ulik tilnærming til mennesker i sorg (Furnes og Martinsen, 2010).

5.2.1 Fellesskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet

Informantene i denne studien fikk spørsmål om hva de mente var av positiv betydning i sorggruppen. Samtlige sier de erfarer at det å møte "likesinnede" i et fellesskap der en opplever gjenkjennelse, er det som hjelper i sorggruppearbeidet. Videre sier de at fellesskap og gjenkjennelse hjelper fordi sorggruppedeltagerne da får bekreftelse på egne følelser og reaksjoner, de normaliseres. Heap sier at grunntanken med sorggruppearbeid er at deltagerne både kan hjelpe seg selv og hverandre ved sammen å dele følelser og informasjon, ved å sammenlikne holdninger og erfaringer, ved å støtte hverandre i å utprøve og endre, ved å utveksle ideer, forslag og løsninger, og ved å gi hverandre motforestillinger (2005, s.22). Selv om sorg er en individuell og unik erfaring, finnes det noe felles i dette unike da alle sorggruppedeltagerne har opplevd å miste en nærstående person ved død (Furnes & Martinsen, 2010). Noen av informantene sier at det er nettopp derfor sorgbearbeidelse i grupper er hensiktsmessig, fordi hver deltager kan dra nytte av andre deltagers individuelle erfaringer innenfor en felles opplevelse. I følge Heap (2005) kan dette relateres til gruppestøtte som kommer til uttrykk i en gjensidig anerkjennelse av sorggruppedeltagernes

opplevde erfaringer og handlingsmønstre i sorgbearbeidelsen. De samme informantene forteller at de gjennom forløpet i sorggruppen ser at når gruppedeltagerne tar innover seg de andre deltagernes fortellinger om handling og mestring i sorgarbeidet, identifiserer de seg med det, og prøver dem ut. Dette gjelder alt fra hvordan man kan håndtere den intense fysiske og psykiske smerten et tap kan medføre, hvordan oppnå energi til å takle tilværelsen her og nå, og til mer praktiske gjøremål som for eksempel å rydde bort den avdødes klær, lage mat og håndtere en gressklipper. Å oppnå en slik støtte står i forhold til hver enkelt deltagers behov og viser dermed til en utstrakt betydning av å delta i en gruppe (Heap, 2005). Her ser vi at sorggruppen blir en ressurs for deltagerne fordi den representerer samhörighet og forståelse av likesinnede.

Å ta del i erfaringer og opplevelser fra andre mennesker viser seg dermed å skape trygghet og normalisering. Samtidig som informantene sier det er gruppeleders ansvar og tilrettelegge for dette, viser de også til viktigheten av at gruppeleder har tilstrekkelige kunnskaper om gruppeprosesser. For å støtte og hjelpe sorggruppedeltagerne i sorgarbeidet må gruppeleder ha innsikt og ferdigheter som ikke kan forventes å finne hos deltagerne (Heap, 2005). I sorggruppearbeid, der deltagerne har stor nytte av å ta del i andre sørgendes erfaringer og ”lære” av dem, er forventningen til gruppeleder å legge tilrette for dette, mer en å belære og undervis deltagerne i sorg og sorgbearbeidelse. En informant beskriver nettopp dette når hun sier at det er når samtalen flyter mellom deltagerne og leder bare er en form for ordstyrer at det fruktbare vokser frem i sorggruppen.

5.2.2 Samspill i gruppen

Informantene har en klar formening om at det er samspillet mellom lederne og sorggruppedeltagerne som er av betydning for om en sorggruppe oppleves god eller ikke. De beskriver samspillet som en balanse mellom å dele og lytte, og å være aktivt deltagende for på denne måten å sette i gang en samtale. Aktiv deltagelse vil dermed si at alle deltagerne i sorggruppen tar del i samtalene og deler av egne erfaringer og opplevelser, samtidig som de er lyttende og reflekterende til de andre deltagernes fortellinger. Ved bruk av grupper med den hensikt å støtte gruppedeltagerne, ligger det en forutsetning om at deltagerne er der for å arbeide, for å gi og for å få, og at det i utgangspunktet er gjennom deres eget arbeid i gruppen at de får dekket de behovene som brakte dem inn i gruppen (Heap, 2005, s. 23). I nyere sorgteori vektlegges perspektivet om sorg som en aktiv og særegen prosess for å finne mening i en ny tilværelse (Attig, 2002; Neimeyer, 2002a). Informantene i denne studien erfarer at

sorggruppedeltagers aktive deltagelse i gruppen bidrar til gode opplevelser for deltageren som er med på styrke han eller hun i den videre sorgbearbeidelsen, samtidig som skaper mening i tilværelsen etter et tap. Dette støttes av Stroebe og Shut (1999) som sier det er viktig å søke mening i noe meningsfullt i sorgbearbeidelse gjennom aktiv deltagelse fra den etterlatte selv.

En av de viktigste oppgavene til sorggruppeleder er, i følge alle informantene, å tilrettelegge for et godt samspill og aktiv deltagelse i sorggruppen. Respekt og toleranse mellom sorggruppedeltagerne gir grunnlag for trygge rammer i sorggruppen, som igjen kan være med å påvirke deltagerne til aktivt å delta i sorggruppearbeidet. Å respektere og tolerere hverandre som likeverdige gruppedeltagere vil si at hver deltager blir sett som en unik person med sin særegne erfaring, men også som en del av den gruppen han eller hun deltar i fordi gruppen i seg selv kan sees på som et selvstendig og unikt vesen med egne normer, identitet og mål (Heap, 2005). En sorggruppe er derfor til enhver tid samspillet mellom alle deltagerne. Hver deltager påvirker gruppen, og gruppen påvirker deltageren (Heap, 2005). Slik jeg ser det kan det å virke i et felleskap gjennom aktiv deltagelse fra sorggruppedeltagerne føre til at de opplever å få den støtte og hjelp i sorggruppen som de har behov for.

5.2.3 Å bli møtt der en er i sorgen

”Ingen sørger likt fordi sorgen påvirker mennesker forskjellig”, var et gjentagende utsagn fra informantene. I nyere sorgteori vektlegges det å ta utgangspunkt i den sørgendes egne opplevelser og erfaringer i sorgbearbeidelsen fordi sørgende opplever, tolker og forstår sorg på sin egen måte (Attig, 2002; Neimeyer, 2002a).

Flere av informantene har erfart at for bedre å kunne møte og støtte sorggruppedeltagerne, er det avgjørende at de ser dem der han eller hun befinner seg i sorgen, samtidig som de anerkjenner at sorgbearbeidelsen tilhører og bærer preg av deltagerens opplevelse. Denne forståelsen av sorg gir uttrykk for at den sørgende er i en kontinuerlig bevegelig prosess, og at møtet med den sørgende må skje der den sørgende befinner seg i sorgen (Furnes & Dysvik, 2010). Som sorggruppeleder er det viktig å ha forståelse for hvordan de ulike sorggruppedeltagere sørger, men det er også viktig å finne det som er felles for deltagerne, og bringe det frem i diskusjonen sier flere av informantene. Fellestrekk i sorgarbeidet er i følge Furnes & Dysvik (2010) at sørgende er i en bevegelig prosess mot å tilpasse og etablere seg på nytt i en ny tilværelse, og i denne bevegelige prosessen veksler den sørgende mellom opplevelser som for eksempel fortvilelse og håp, og mangel på forståelse og innsikt. Dette

teoretiske rammeverket for å forstå sorg uttrykker intervensjoner i sorgarbeid rettet direkte mot hver enkelt sørgende (Furnes & Dysvik, 2010).

Flere informanter henviste til en mal med en oppsatt rekkefølge av tema til bruk i sorggruppen. Tema blir av og til bestemt i samråd med hele gruppen fra gang til gang, eller de blir bestemt i begynnelsen av hver gruppetime. Fordelen med å bestemme tema på forhånd er at sorggruppedeltagerne kan forbrede seg til neste gruppe. Fordelen med å bestemme tema i begynnelsen av hver gruppe er at da kan en fange opp det som er viktig for deltagerne her og nå. Slik jeg ser det vil dette i større grad rette oppmerksomheten mot hver sorggruppedeltager og møte dem der de er i sorgen. Imidlertid vil forhåndsbestemte tema i større grad kunne overse det som er viktig for hver enkelt deltager her og nå. For mange av informantene er denne malen et rammeverk for hva sorggruppearbeid handler om, og det hjelper dem å huske viktige tema som har vist seg å være betydningsfulle å snakke om i sorggruppen. De følger den nødvendigvis ikke i rekkefølge, men malen gir en forståelse av hva som er sorggruppens oppgave i forhold til mennesker i sorg, noe informantene støtter seg til.

5.2.4 Sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn

Informantene i den studien har ulik faglig bakgrunn (se tabell 1). Med denne ulikheten kan sorggruppeledere bidra på forskjellige måter inn i sorggruppene (Heap, 2005). I denne studien la for eksempel informantene med et sykepleiefaglig ståsted vekt på å se den sørgende i en helhetlig sammenheng og ikke bare som et sørgende menneske. Informantene som i tillegg hadde diakonal bakgrunn beskrev at deres lange erfaring med omsorgsarbeid i kirken, bidro til at de lettere kunne gjenkjenne sorggruppedeltagere som hadde andre behov, utover det sorggruppen kunne gi dem, og tilrettelegge for dette. Dermed kan sorggruppeledere ha erfaringer, kunnskap og forutsetninger som bidrar forskjellig inn i sorggruppearbeidet. Likevel er det viktig at sorggruppeledere har kunnskap om sorgprosesser, gruppedynamikk og hvordan sorg virker ulikt på mennesker (Heap, 2005). Flere av informantene gav uttrykk for viktigheten av å kjenne til hvordan sorggrupper påvirker det enkelte individ. De beskrev også sin rolle som ordstyrer og igangsetter, omsorgsperson, og å motivere og begrense deltagerne. Ut i fra dette er det sorggruppeleder som setter form og struktur på sorggruppen. Dermed er det viktig og utforske sorggruppelederens bakgrunn, sorgforståelse og kunnskap om gruppeprosesser. I tillegg sier Dyregrov et al.(2012) at sorggruppelederens personlige forutsetninger og egenskaper er viktig, det være seg evne til empati, å kunne lytte og å vise omsorg. Noen av informantene i denne studien hadde selv opplevd sorg ved tap av en nær

person. Disse fortalte at egenerfaring med sorg var til stor hjelp i sorggruppearbeid, mer enn den faglige bakgrunnen de hadde, for de da lettere kunne sette seg inn i deltagernes situasjon. Informantene som ikke hadde opplevd tap av en nær person, men hadde opplevd tap på andre måter sa også at egenerfaring var av hjelp, men ikke nødvendig i rollen som sorggruppeleder. Selv om sorggruppelederne som hadde en egenerfaring med tap opplevde at dette var viktigere enn fagkunnskapen sin, beskriver Furnes og Martinsen (2010) viktigheten av det faglige skjønn i omsorg for andre. De sier at faglig skjønn bærer preg av teoretisk kunnskap integrert i holdninger og handlinger, og at det er ut i fra dette vi ser og handler. For at det faglige skjønn og fagkunnskap skal være verdifull i omsorg for andre må den ikke tildekke dagligverden og se bort fra erfaringer, fagkunnskapen må heller forankres i dagligverden (Furnes & Martinsen, 2010). Derfor er det viktig å møte etterlatte der de er i sorgen.

6.0 KONKLUSJON

Gjennom sorggruppeledernes beskrivelser av erfaringer og sorgforståelse gir funnene i denne studien økt kunnskap om sorg som en individuell erfaring. I sorggruppearbeid må dermed hver enkelt sorggrupperdeltager bli møtt der han eller hun er i sorgen. Funnene indikerer også at en av sorggruppens viktigste oppgave er å danne en grobunn for at deltagerne skal kunne oppleve sorgen som en ressurs på sikt. Denne grobunnen etableres gjennom fellesskapet i sorggruppen, et felleskap som gjenkjenner og bekrefter deltagerens egne følelser og reaksjoner.

Studiens funn viser også viktigheten av sorggruppeleders rolle i sorggruppearbeidet. Sorggruppeleders kompetanse, bakgrunn og sorgforståelse er med å danne form og struktur på sorggruppen. I denne studien retter dette seg særlig mot sorggruppeleders egenerfaring med tap sammen med det faglige skjønn.

Denne studien tilfører dermed viktig kunnskap om det faglige innholdet i sorggrupper ved at den belyser forhold som er betydningsfulle i sorggruppearbeid; *felleskap og gjenkjennelse i sorgarbeidet, samspillet i gruppen, å bli møtt der en er i sorgen, og sorggruppeleders faglige kompetanse og bakgrunn*. Dette har en relevans for innspill til forbedring av den allerede godt fungerende driften av sorggrupper i dag, noe som kan gjøres ved at sorggruppeledere blir kjent med denne studien og diskuterer den i aktuelle fora.

For å få et enda bedre og mer nøyaktig innblikk i innholdet i sorggrupper kan videre forskning på området omfattet et større antall sorggruppeledere med ulik bakgrunn, i et annet og større geografisk område, og i andre nordiske land.

7.0 REFERANSER

- Attig, T. (2002). Relearning the World: Making and Finding Meanings. I Neimeyer, R.A. (Red.). *Meaning Reconstruction & the Experience of Loss*. Washington DC: American Psychological Association.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and Loss, volum 3. Loss: *Sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Breen, L.J. (2011). Professionals`experiences of grief counseling: implications for bridging the gap between research and practice. *OMEGA* 62(3): 285-303. DOI: 10.2190/OM.62.3.e
- Bugge, K. E., Eriksen H. & Sandvik O. (Red.). (2003). *Sorg*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Denzin, N.K., & Lincoln, Y.S. (Red.). (2005). *The Sage Handbook of Qualitative Research*. (3. ed). USA: SAGA Publications, Inc.
- Drageset, S., & Ellingsen, S. (2010). Å skape data fra kvalitativt forskningsintervju. *Sykepleien Forskning*, 5(4): 332-335.
- Dyregrov, A., Johnsen, I., & Dyregrov, K. (2012). *Hvordan lede sorggrupper?: En håndbok for sorggruppeveiledere*. Oslo: Abstrakt forlag AS.
- Dyregrov, A., & Dyregrov, K. (2008). *Effective Grief and Bereavement Support*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Frantz, T.T., Farrell, M.M. and Trolley, B.C. (2002). Positive outcomes of losing a loved one. I Neimeyer, R.A. (Red.). *Meaning Reconstruction & the Experience of Loss*. Washington DC: American Psychological Association.
- Freud, S. (1917/1957). Mourning and melancholia. I Strachey, J. (Red.). *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*. London: The Hogarth Press.
- Furnes, B., & Dysvik, E. (2010). Dealing with grief related to loss by death and chronic pain: An integrated theoretical framework. Part 1. *Patient Preference and Adherence*, 4: 135-140.
- Furnes, B., & Martinsen, K. (2010). Ulike perspektiver på sorg og følger for omsorg og hjelp. *Michael*, 7(2): 270-281.

- Furnes, B. (2008). *Å skrive sorgen – bearbeidelse av sorg: Prosessorientert skriving i møte med en fenomenologisk språkforståelse: En hermeneutisk fenomenologisk studie av skriving som sorgbearbeidelse hos etterlatte*. Doktoravhandling, Universitetet i Bergen, Norge.
- Graneheim, U. H., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24:105-112.
- Heap, K. (2005). *Gruppet metode for sosial- og helsearbeidere* (5. utg.). Oslo: Gyldendal Akademiske.
- Helseforskningsloven (2008), LOV 2008-06-20 nr 44: Lov om medisinsk og helsefaglig forskning (helseforskningsloven). Lokalisert på <http://www.lovdatab.no/all/hl-20080620-044.html#1>
- Helsinki-deklarasjonen. WMA Declaration of Helsinki - Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects. (2008). Lokalisert på <http://www.wma.net/en/30publications/10policies/b3/index.html>
- Jacobsen, D.I. (2005). *Hvordan gjennomføre undersøkelser?: Innføring i samfunnsvitenskaplig metode* (2. utg.). Kristiansand: Høyskoleforlaget AS – Norwegian Academic Press.
- Johnsen, I., Dyregrov, K., & Dyregrov, A. (2011). Omfang og organisering av sorggrupper i Norge. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 48(12): 1178-1183.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2010). *Det kvalitative forskningsintervju* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Lindeman, E. (1944). Symptomatology and management of acute grief. *American Journal of Psychiatry*, 101:141-148.
- Malterud, K. (2011). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning: En innføring* (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Neimeyer, R.A. (2002a). Meaning, Reconstruction and Loss. I Neimeyer, R.A. (Red.). *Meaning Reconstruction & the Experience of Loss*. Washington DC: American Psychological Association.

- Neimeyer, R.A. (2002b). The language of Loss: Greif therapy as a process of meaning reconstruction. I Neimeyer, R.A. (red.). *Meaning Reconstruction & the Experience of Loss*. Washington DC: American Psychological Association.
- Parks, C.M. (1972/1986). *Bereavement: Studies of Grief in Adult Life*. London: Penguin.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2008). *Nursing Research. Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice* (8. ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer Health.
- Rolfe, G. (2006). Validity, trustworthiness and rigour: quality and the idea of qualitative research. *Journal of Advanced nursing* 53(3), 304-310.
- Stroebe M.S., Shut H. & Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet* 370(9603), 1960-1973.
- Stroebe M.S., & Shut H. (2002). Models of coping with bereavement: a review. I Stroebe, M.S., Hansson, R.O., Stroebe, W. & Schut, H., (Red.). *Handbook of Bereavement Research. Consequences, coping and care*. Washington DC: American Psychological Association.
- Stroebe M., & Shut H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies*, 23(3): 197-224.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Thornquist, E. (2010). *Vitenskapsfilosofi og vitenskapsteori for helsefag*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Worden, J.W. (2001). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (3. Ed.). New York: Springer Publishing Co.
- Wortman, C.B., & Silver, R.C. (2002). The Myths of Coping With Loss Revisited. I Stroebe, M.S., Hansson, R.O., Stroebe, W. & Schut, H., (Red.). *Handbook of Bereavement Research. Consequences, coping and care*. Washington DC: American Psychological Association.
- Wortman, C.B., & Silver, R.C. (1989). The Myths of Coping With Loss. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(3): 349-357

Vedlegg

Vedlegg 1: Forfatterveiledning

Forfatterveiledning Omsorg

Praktiske opplysninger:

Artikkelen skal max inneholde 15 000 tegn (inkl mellomrom, forfatterpresentasjon, abstrakt/sammendrag, nøkkelord og referanseliste). Eventuelle tabeller kommer utenom. Vi ber deg om å bruke Vancouveravtalens referansesystem, som f.eks. Tidsskrift for Den Norske Lægeforening bruker (www.tidsskriftet.no). Alt materialet bes sendt til: tove.langeland@helse-bergen.no

Vi ønsker en kort presentasjon av deg selv

Presentasjonen skal inneholde ditt fulle navn, stilling, akademisk grad/utdannelse, institusjon med fullstendig adresse, email og eventuelt hjemmeside-adresse på www (privat eller ved den institusjonen du arbeider). Presentasjonen skrives i manuset – over manustittel. Presentasjonen må ikke overskride 500 tegn. Det betyr at man f.eks ikke skal komme med en lengre beskrivelse av egen yrkeserfaring og/eller forskning og publikasjoner i selve presentasjonen. Slik informasjon skal leserne istedet kunne få ved å henvende seg til forfatteren på den oppgitte emailadressen, eventuelt logge seg på den oppgitte nettsiden.

Vi ønsker et foto av deg selv

Foto sendes i jpg-format og må ha en oppløsning på 300 piksler. Foto kan eventuelt også sendes vi brevpost, så scanner vi det.

Vi ønsker et abstrakt/sammendrag av din artikkel

Med hver artikkel ønsker vi et abstrakt/sammendrag. Sammendraget må ikke overskride 950 tegn (inkl mellomrom). I vitenskapelige tidsskrift har slike sammendrag ofte form av et "abstract", som gjerne har følgende fire delte strukturer: Bakgrunn, materiale og metode, resultater og fortolkning. Forfattere står fritt til å følge denne malen, men det er **ikke** krav i "Omsorg". Dette skyldes primært at vårt tidsskrift er utpreget tverrfaglig, og at en så strikt form som dette ikke passer til mange av artiklene. "Sammendrag" må derfor forstås nokså løst. Men det skal likevel være av en slik karakter at leseren får et klart bilde av artikkelens tema/problemstilling, hvordan dette er behandlet, hva som er artikkelens hovedbudskap, samt konklusjoner eller tentative svar/synspunkt. Et sammendrag som gir et raskt overblikk over artikkelen, kan fungere som en "appetittvekker" og dermed bidra til at mange flere leser din artikkel. Vi planlegger også å legge ut alle sammendrag på en ny og oppgradert hjemmeside for "Omsorg" (ved siden av artiklene i fulltekst, som bare vil være tilgjengelige for abonnenter). Dermed blir sammendragene også søkbare, og kan nå et mye videre publikum.

Sammendraget skrives på forfatterens nasjonale språk. I tillegg er det ønskelig å få en engelsk versjon for å legge ut på nettsiden, men dette er ikke noe krav.

Redaksjonen oppfordrer forfatterne, i innledningen av deres artikkel, til å begrunne på hvilken måte artikkelen har tilknytning til Tidsskriftets hovedfokus: omsorg ved livets slutt (palliative care).

Innskuddssetninger: Forfatter sender med forslag til 2-3 innskuddssetninger som skal fremheve budskapet i artikkelen.

Nøkkelord

Etter sammendraget skal det oppgis inntil fem nøkkelord. Disse vil også bli lagt ut på hjemmesiden, og blir dermed også søkbare. Her er det også ønskelig å få nøkkelordene på engelsk, men altså ikke noe krav.

Referanser

Max 10-15 referanser. Dersom du har flere kan du opplyse om at disse kan fås ved henvendelse på din emailadresse.

Opprettet: 28.04.2008 13:20, endret: 03.06.2013 12:05

Vedlegg 2: Oversikt over artikler fra litteratursøk

Oversikt over tidligere forskning presentert i kapittel 1.3. Her oppsatt i alfabetisk rekkefølge.

Forfatter(e)	Tittel	Tidsskrift/ publikasjon og årstall	Mål, metode og utvalg	Konklusjon og innhold
Breen, L.J	Professionals` experiences of grief counseling: implications of bridging the gap between research and practice.	OMEGA, 2011.	Intervjuer av 19 sorggruppeledere med mål om å få innsikt i deres sorgforståelse og innholdet i det sorgarbeidet de gjør.	Studien bekrefter flere utfordringer med sorgarbeid, blant annet at integrering av nyere sorgforskning i praksis er utfordrende.
Dunphy, R. & Schniering, C.A	The experience of counseling the bereaved.	The Humanistic Psychologist , 2009.	Dyptgående intervjuer av 2 sorggruppeledere der målet var å studere deres erfaringer sett ut i fra et fenomenologisk perspektiv.	Tema fra begge intervjuene ble grunnlaget for en modell, ”A dynamic modell”, som viser samspillet mellom sorggruppelederens bakgrunn og erfaring i det arbeidet de gjør i sorggrupper. Det sees dermed en sammenheng mellom innhold og form i sorggruppene, og de personlige erfaringer sorggruppeleder har i forbindelse med tap og sorg.
Johnsen, I., Dyregrov, K. & Dyregrov, A	Participants with prolonged grief – how do they benefit from grief group participation?	OMEGA, 2012.	En kvantitativ studie om tilfredshet og erfaring med deltagelse i sorggrupper blant deltagere med PGD. For å gjøre en sammenligning ble 22 deltagere som oppfylte kriteriene for PGD trukket ut fra totalt 262 deltagere.	Hovedfunnet var at deltagere som oppfylte kriteriet PGD er generelt mindre fornøyd med sorggruppetilbudet og rapporterte mindre positiv effekt på livskvalitet etter deltagelse. De fant også alder- og kjønns spesifikke forskjeller ved oppfyllelse av PGD, og at eldre etterlatte kvinner var spesielt utsatt for å utvikle symptomer på PGD.
Johnsen, I., Dyregrov, K. & Dyregrov, A	Omfang og organisering av sorggrupper i Norge.	Tidsskrift for Norsk Psykologi forening, 2011.	Kvantitativ studie av 107 sorggruppeledere med mål om kartlegging av omfanget og beskrivelse av egenskaper ved sorggrupper som drives i Norge.	Resultatene i studien viser stor variasjon i sorggruppers organisering, form og innhold. Likedan er det bredde og variasjon i forhold til gruppelederens bakgrunn. Variasjon i sorggruppers organisering vil gjøre at etterlatte med ulike behov vil ha mulighet til å finne sorggrupper som passer for dem. Resultatene viser også at sorggrupper er et tilbud etterlatte benytter seg av og de gir et bilde av sorggruppetilbudet i Norge pr. 2010.
Puterbaugh, D.T	Spiritual evolution of bereavement counselors: an exploratory qualitative study.	Counseling and Values, 2008.	Individuelle intervju av 10 sorggruppeledere med religiøs tilknytning med hensikt å studere den erfarte erfaringen de har.	Sorggruppeledernes åndelige erfaring gjennom sorgarbeid var varierende, men noen felles temaer viste seg. Det omhandlet beskrivelsen av sorgarbeid som et meningsfullt arbeid, beskrivelsen av hvordan sorgarbeid har påvirkning på eget liv, samt viktigheten av egenomsorg for å kunne fortsette som sorggruppeleder.

Vedlegg 3: Godkjenning fra REK



Region: REK vest	Saksbehandler: Camilla Gjerstad	Telefon: 55978499	Vår dato: 23.10.2012	Vår referanse: 2010/428/REK vest
			Deres dato: 18.09.2012	

Vår referanse må oppgis ved alle henvendelser

Bodil Furnes
Universitetet i Stavanger

2010/428 Kronisk smerte, tap og sorg

Forskningsansvarlig: Universitetet i Stavanger
Prosjektleder: Bodil Furnes

Vi viser til søknad om prosjektendring datert 18.09.2012 for ovennevnte forskningsprosjekt. Søknaden er behandlet av nestleder for REK vest på fullmakt, med hjemmel i helseforskningsloven § 11.

Prosjektomtale

Studiens hovedmål er å oppnå en utvidet forståelse av kompleksiteten ved fenomenene kronisk smerte, tap og sorg med sikte på å forbedre klinisk praksis. Deltakerne er pasienter med kroniske nonmaligne smerter og etterlatte voksne personer.

Ønsket prosjektendring

Det søkes nå om også å inkludere åtte ledere av sorggruppene for å intervju disse. Målet er å få bredde og større innsikt i fenomenet sorgbearbeidelse.

Vurdering

REK Vest ved nestleder har vurdert søknaden og har ingen innvendinger til endringene.

Vedtak

Prosjektendringen godkjennes i samsvar med forelagt søknad.

Klageadgang

Du kan klage på komiteens vedtak, jf. forvaltningslovens § 28 flg. Klagen sendes til REK vest. Klagefristen er tre uker fra du mottar dette brevet. Dersom vedtaket opprettholdes av REK vest, sendes klagen videre til Den nasjonale forskningsetiske komité for medisin og helsefag for endelig vurdering.

Med vennlig hilsen

Ansgar Berg
nestleder

Camilla Gjerstad
rådgiver

Kopi til: post@uis.no

Besøksadresse:
Haukeland
Universitetssykehus,
Sentralblokken, 2. etg, Rom
4617

Telefon: 55975000
E-post: rek-vest@uib.no
Web: <http://helseforskning.etikkom.no/>

All post og e-post som inngår i saksbehandlingen, bes adressert til REK vest og ikke til enkelte personer

Kindly address all mail and e-mails to the Regional Ethics Committee, REK vest, not to individual staff

Vedlegg 4: Fullstendig informasjon om studien

Til koordinator for sorggruppeledere i Stavanger.

Stavanger, 12.11.12

Forespørsel om hjelp til å rekruttere informanter til gjennomføring av masterstudie.

Jeg viser til vår telefonsamtale den 7. november 2012 vedrørende min masteroppgave i Helsevitenskap med fokus på sorggruppeledere. Den foreløpige tittelen på masteroppgaven er: *"Hva anser sorggruppeledere som viktige erfaringer og kunnskaper i sorggrupper for etterlatte?"*.

Sorggrupper er et viktig tilbud for etterlatte, og det er et tilbud mange etterlatte benytter seg av. Til tross for dette finnes det lite informasjon om hvordan sorggrupper drives og fungerer, både med tanke på innhold og form. Hensikten med dette prosjektet er å få innsikt i sorggruppelederens beskrivelse av hvilke erfaringer og kunnskaper som er viktige i sorggrupper for etterlatte.

I denne forbindelse ønsker jeg å intervju 8 sorggruppeledere. De sorggruppeledere jeg ønsker å komme i kontakt med er:

- sorggruppeledere som arbeider innenfor Rogaland fylke
- sorggruppeledere som har vært aktive i sitt arbeid som gruppeleder i minimum to år
- sorggruppeledere for sorggrupper for voksne etterlatte
- sorggruppeledere som administreres fra Den norske kirke
- sorggruppeledere med helsefaglig bakgrunn
- sorggruppeledere som behersker norsk.

Masteroppgaven inngår som en del av et større prosjekt om tap og sorg knyttet ved Institutt for helsefag, Universitetet i Stavanger. Prosjektet ledes av 1. amanuensis Bodil Furnes og 1. amanuensis Elin Dysvik, og er godkjent i REK (Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk). Masteroppgaven er også godkjent i REK som en del av dette prosjektet.

Deltagelsen i prosjektet er frivillig og basert på frivillig informert samtykke, og den utføres i henhold til Helsinkideklarasjonen. Intervjuene vil bli tatt opp på bånd, og deretter transkribert

ord for ord. Alle opplysningene vil bli behandlet konfidensielt, og ingen enkeltpersoner vil kunne gjenkjennes i den ferdige masteroppgaven. Opplysningene anonymiseres og opptakene og avskrift av intervjuene slettes når masteroppgaven er ferdig og sensurert, senest i utgangen av august 2013.

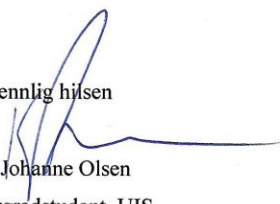
Jeg håper du vil være behjelpelige i utvelgelsen av aktuelle sorggruppeledere. Vedlegg i denne mailen videresendes av deg til aktuelle sorggruppeledere. De som ønsker å delta i prosjektet responderer direkte på mail til meg. Jeg vil så ta kontakt med dem for å avtale signering av samtykkeerklæring, samt det videre forløpet.

Veileder for masteroppgaven er 1. amanuensis Bodil Furnes ved Institutt for helsefag, Universitetet i Stavanger, tlf 51 83 42 79 og mail bodil.furnes@uis.no.

Undertegnede kan kontaktes på mobil tlf 997 92 597 og mail kaj.olsen@stud.uis.no.

På forhånd takk for hjelpen!

Med vennlig hilsen



Karen Johanne Olsen
Mastergradstudent, UIS

Vedlegg 5: Følgeskriv fra UIS



Vedr. Studie som grunnlag for masteroppgave.

Karen Johanne Olsen er student ved Masterstudium i helsevitenskap ved Universitetet i Stavanger, Institutt for helsefag.

Som del av studiet, skal studentene gjennomføre et selvstendig vitenskapelig arbeid, en masteroppgave.

Karen Johanne Olsen har valgt å arbeide med følgende tema:

"Hva anser sorgegruppeledere som viktige erfaringer og kunnskaper i sorgegrupper for etterlatte?"

Arbeid med masteroppgaven må følge forskningsetiske retningslinjer og eksisterende godkjenningsordninger for forskning innenfor helse- og samfunnsfag. Prosjektet "Hva anser sorgegruppeledere som viktige erfaringer og kunnskaper i sorgegrupper for etterlatte?" er godkjent av Regional Etisk Komité (REK) i oktober 2012.

Veileder for arbeid med masteroppgaven er: 1. amanuensis Bodil Furnes ved Universitetet i Stavanger, Institutt for helsefag.

Arbeidet forventes slutført: august 2013.

Dersom det er spørsmål kan undertegnede kontaktes.

Stavanger, den 12.11.12

Bodil Furnes
1. amanuensis
Faglig ansvarlig/veileder

Helene Hanssen
1.lektor
Studiekoordinator

Vedlegg 6: Informasjonsbrev til deltagere



Forespørsel om å delta i intervju i forbindelse med masteroppgaven:

”Hva anser sorggruppeledere som viktige erfaringer og kunnskaper i sorggrupper for etterlatte?”

Bakgrunn og hensikt

Dette er en forespørsel til deg om deltagelse i min masteroppgave i Helsevitenskap ved Universitetet i Stavanger. Tema for masteroppgaven er sorgbearbeidelse i sorggrupper. Sorggrupper er et viktig tilbud for etterlatte, og det er et tilbud mange etterlatte benytter seg av. Til tross for dette finnes det lite informasjon om hvordan sorggrupper drives og fungerer, både med tanke på innhold og form. Hensikten med dette prosjektet er å få innsikt i sorggruppelederes beskrivelse av hvilke erfaringer og kunnskaper som er viktige i sorggrupper for etterlatte.

Veileder for masteroppgaven er 1. amanuensis Bodil Furnes ved Universitetet i Stavanger, Institutt for helsefag.

Min masteroppgave inngår som en del av et større prosjekt om tap og sorg knyttet til Universitetet i Stavanger. Prosjektet ledes av 1. amanuensis Bodil Furnes og 1. amanuensis Elin Dysvik, og er godkjent i REK (Regionale komiteer for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk). Masteroppgaven er også godkjent i REK som en del av dette prosjektet.

Hva innebærer studien?

Jeg ønsker å intervju 8 sorggruppeledere. De sorggruppeledere jeg ønsker å komme i kontakt med er:

- sorggruppeledere med helse- og/ eller sosialfaglig bakgrunn
- sorggruppeledere som har vært aktive i sitt arbeid som gruppeleder i minimum to år
- sorggruppeledere for sorggrupper for voksne etterlatte
- sorggruppeledere som administreres fra Den norske kirke.

Intervjuene vil ta omtrent en time. Jeg vil bruke båndopptaker og ta notater mens vi snakker sammen. Spørsmålene vil i hovedsak dreie seg om dine tanker og refleksjoner omkring ditt arbeid som sorggruppeleder. Om ønskelig kan du få intervjuguiden, som vil bli brukt i intervjuet, på forhånd.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Informasjonen som registreres om deg skal kun brukes slik som beskrevet i hensikten med masteroppgaven. Alle opplysningene vil bli behandlet konfidensielt, og ingen enkeltpersoner vil kunne gjenkjennes i den ferdige oppgaven. Opplysningene anonymiseres og opptakene slettes når oppgaven er ferdig og sensurert, senest i utgangen av august 2013.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke ditt samtykke til å delta i studien. Dette vil ikke få konsekvenser for studien.

Vennligst responder på følgende mail: kaj.olsen@stud.uis.no dersom du ønsker å delta i prosjektet!

Om du nå sier ja til å delta, kan du senere trekke tilbake ditt samtykke uten at det påvirker studien.

Hvis det er noe du lurer på kan du ringe meg på 997 92 597, eller sende en e-post til kaj.olsen@stud.uis.no. Du kan også kontakte min veileder Bodil Furnes ved Universitetet i Stavanger, Institutt for Helsefag på telefonnummer 51 83 42 79 eller mail bodil.furnes@uis.no.

På forhånd takk for hjelpen!

Med vennlig hilsen,



Karen Johanne Olsen

Mastergradstudent, UIS

Mobil: 997 92 597



Bodil Furnes

1. amanuensis

Institutt for helsefag, UIS

Tlf: 51 83 42 79

ERKLÆRING OM INFORMERT SAMTYKKE

Jeg har fått forespørsel om å delta i masterstudien: *"Hva anser sorggruppeledere som viktige erfaringer og kunnskaper i sorggrupper for etterlatte?"*, og vil med dette meddele at jeg er villig til å delta i intervjuundersøkelsen.

Jeg er inneforstått med følgende punkter:

- Jeg kan når som helst trekke meg fra studien helt uten konsekvenser.
- Jeg har mottatt skriftlig og tilfredsstillende informasjon om studien.

NAVN:

TELEFON:

STED:

DATO:

.....
Signatur

Vedlegg 7: Intervjuguide

INTERVJUGUIDE

Dine erfaringer med sorg og sorgarbeid, og din forståelse av hva sorg er.

6. INFORMANTENS BAKGRUNN

- Utdanning og profesjon
- Stilling
- Erfaringer fra sorgarbeid.

7. MÅL MED SORGGRUPPEARBEIDET

- Hva er målet med sorggruppearbeidet?
- Er dette/ disse målene oppnåelig ut i fra dine erfaringer?

8. SORGFOSTÅELSE

- **Hvordan forstår du sorg?**
- Hvordan påvirker din faglige bakgrunn din sorgforståelse og din erfaring?
- Hvordan påvirker din kunnskap om sorg det arbeidet du gjør i sorggruppen?
 - *Hva bygger du din sorgforståelse på?*
 - *Støtter du deg til noen spesiell sorgteori? Forskning?*

9. INNHALDET I SORGGRUPPER

- **Hva tas opp i sorggruppen og hva blir vektlagt? Beskriv innholdet i sorggruppen.**
- Beskriv støtten og oppfølgingen av de etterlatte.
 - *Hva bygger dette innholdet på?*

10. ERFARINGER

- **Ut i fra dine erfaringer, hva vil du si er en virksom sorggruppe?**
- Hva karakteriserer virksomme sorggrupper? (*erfaringer*)
- Hva karakteriserer mindre virksomme sorggrupper? (*erfaringer*)
- Hvilke faktorer er viktige: gruppen, tidspunkt, kontekst osv.
- **Hvordan tror du at dine erfaringer og kunnskap er viktig i sorggruppearbeid?**
- Beskriv dine erfaringer med sorg og sorgarbeid.
 - *Hvilke erfaringer og kunnskap støtter opp om det du gjør?*
 - *Bygger dine erfaringer på en bestemt sorgteori? På forskning?*
 - *Bygger dine kunnskaper om sorg på en bestemt sorgteori? På forskning?*

Vedlegg 8: Eksempel fra analyseprosessen

Meningsbærende enhet	Kondensert meningsbærende enhet	Kode	Kategori	Tema
<p>”...da tenker jeg at tidligere så, så var teorien noe om sjokkfasen, nyorienteringsfasen, altså de forskjellige fasene, at sorg gikk i faser, og at en hadde og en tanke om at sorg gikk over. Ja. Så har nyere forskning vist at sorgen går ikke over...”</p>	<p>Tidligere var teorien at sorg gikk i faser, og at sorg gikk over. Nyere forskning har vist at sorgen går ikke over</p>	<p>Sorgen går ikke over</p>	<p>Sorgen vedvarer</p>	<p>Sorg er en altomfattende og sammensatt erfaring</p>
<p>”...sorgarbeidet er som en togskinne, der det ene er det livet de hadde sammen, det andre togsporet er der...eh...det livet de... det livet som er her og nå. Og så er spillene i mellom disse to”</p>	<p>Sorgarbeidet er som en togskinne, der det ene er livet sammen og det andre er livet her og nå</p>	<p>Bærer med seg sorgen</p>		
<p>”...at sorgen er på en... altså sorgen blir noe du lever med på lang tid. Og at sorgen leger ikke alle, tiden leger ikke alle sår”</p>	<p>Sorgen blir noe du lever med på lang tid. Tiden leger ikke alle sår</p>			
<p>”...det er mange som har sagt til meg at når de er gjennom det første året så trodde de alt skulle bli så mye bedre. Og så sier de at det faktisk er helt motsatt, for nå skjønner de enda mer at det er resten av livet, og at vedkommende aldri kommer tilbake”</p>	<p>Mange har sagt at når de er gjennom det første året trodde de alt skulle bli bedre, og så sier de at det faktisk er helt motsatt for nå skjønner de at det er resten av livet</p>	<p>Sorgen varer mer enn et år</p>		
<p>”...en har jo gått vekk fra disse faseteoriene, men at det går opp og ned, det erfarer jo alle, det formidler de og, og kan komme til å si at jeg trodde jeg var kommet lenger, men nå er det like ille igjen”</p>	<p>Gått bort fra faseteoriene Går opp og ned Kan si at jeg trodde jeg var kommet lenger, men nå er det like ille igjen</p>	<p>Sorgen har et varierende forløp</p>		
<p>”Nei, men de opplever jo også at folk sier til dem, at ja nå har det jo gått et år så nå har du vel kommet over det, i anførselstegn. Men det er jo en..., de kommer jo aldri over det for det er jo en del av deres liv. Så det er jo en del av dem som person etter det samlivet de har hatt”</p>	<p>Kommer aldri over det, det er en del av deres liv. Det er en del av dem som person</p>	<p>Sorgen blir en del av livet</p>		