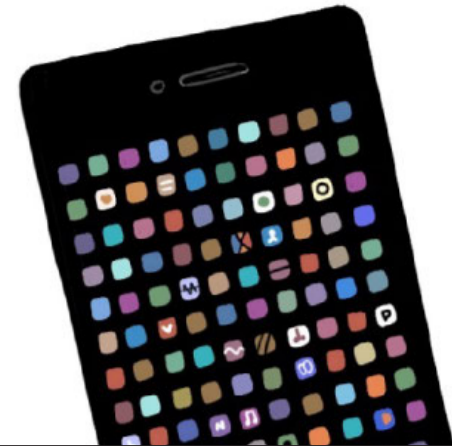


DEBAT

Apple har sejret, folkeskolen givet op, og vores børn har tabt i kampen om skærmene.
Side 3



KRONIK | DEBAT | ANALYSE | NAVNE | TV

Danskerne har et forkvaklet forhold til

døden

Vi er blevet så angst for komme i kontakt med vores egen dødelighed, at døden er blevet unaturlig. Der er derfor behov for et mentalitetsskifte i den danske kultur, som gør det lettere for os at tale om døden og omgås andre, der har haft døden tæt inde på livet, mener sociolog og psykoterapeut Preben Engelbrekt.

SORG INTERVIEW

POUL AARØE PEDERSEN

N oget af det sværeste ved livet er at miste nogen til døden. Det ved de fleste, der har prøvet at sige farvel til en nærtstående. Men i Danmark og mange andre vestlige lande har vi udviklet en kultur, som faktisk gør det sværere, end det behøver at være. Det mener Preben Engelbrekt, psykoterapeut og direktør for det nyoprettede videns-, forsknings- og kompetencecenter Det Nationale Sorgcenter.

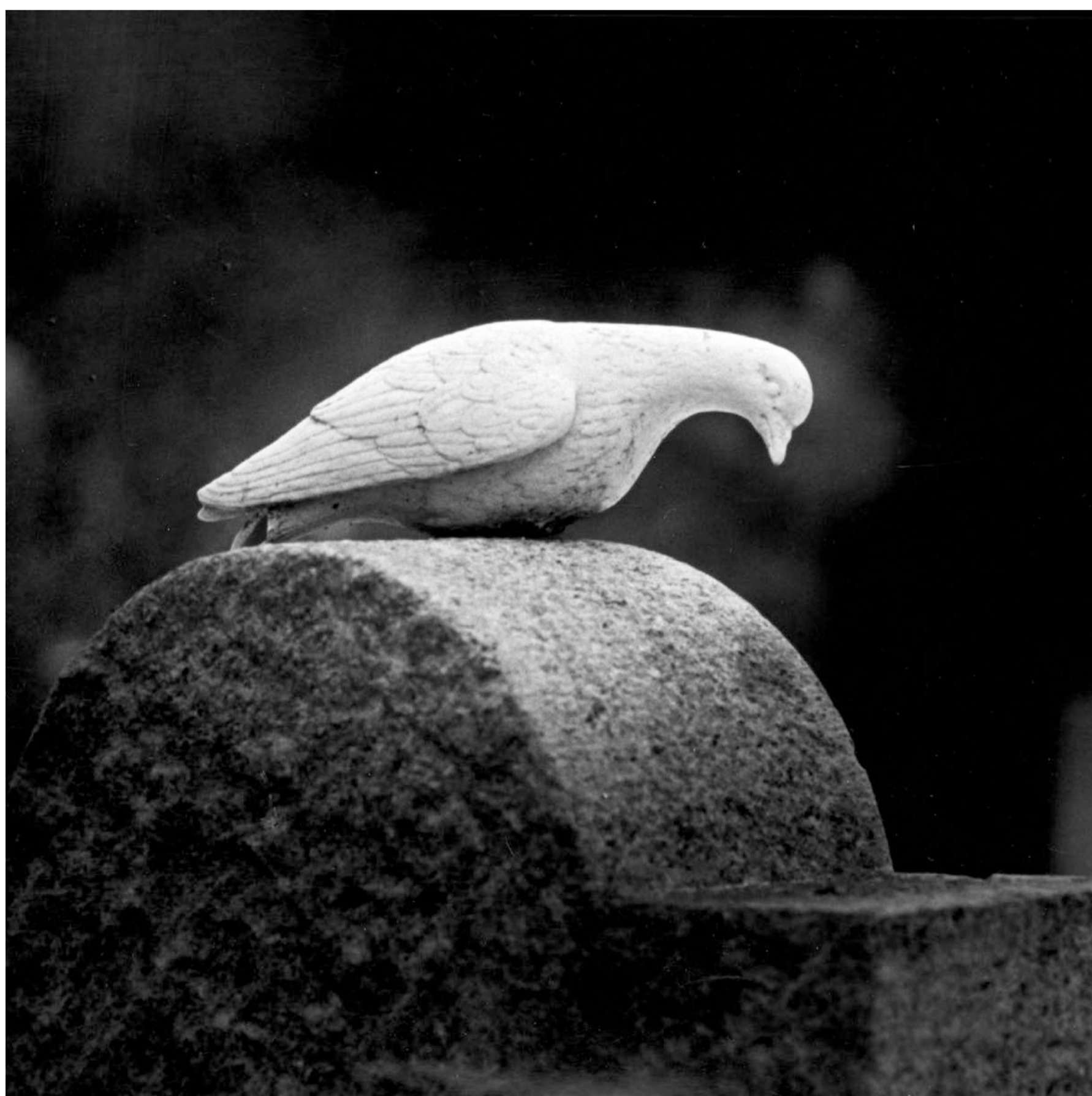
»Døden er på en eller anden måde blevet lægevidenskabens nederlag. Vi har fået indrettet et samfund, hvor vi i højere grad siger 'hvis jeg dør' end 'når jeg dør'. Vi har en forventning til lægerne om, at de kan blive ved med at helbrede os. Og konsekvensen er, at vi tror, vi er udødelige«, siger han.

Politikeren møder ham i de lokaler i det indre København, hvor Det Nationale Sorgcenter har fået til huse sammen med det 17 år gamle og mere specialiserede behandlingscenter, 'Børn, Unge & Sorg', der tilbyder gratis psykologhjælp til børn og unge under 28 år, som lever med alvorligt syge forældre eller søskende, eller som har mistet nære familiemedlemmer efter alvorlig sygdom, selvmord eller ulykke.

Mere end 20 års erfaring med sorgarbejde har gjort Preben Engelbrekt til en af de mest anerkendte eksperter på området, men der er i de samme 20 år sket en foruroligende udvikling, når det handler om vores forhold til døden:

»Døden er på forunderlig vis blevet noget unaturligt. Trods det, at det eneste sikre her i livet er, at vi skal dø, så er det noget, de færreste forholder sig til. Børn og unge, der kommer til os, fortæller, at det sværeste selvfølgelig er at miste en forælder. Men de fortæller også, at det næstsværeste er den mur af tavshed, mange efterfølgende bliver mødt med. Hvordan er døden blevet unaturlig?«

»Lægerne tager sjældent de nødvendige samtaler. Er du livstruende syg, handler det oftere om, hvilken behandling man kan give dig, frem for at tage en samtale om, at det ender med, at du dør. Mange har en romantisk forestilling om, at hvis man er livstruende syg og døende, så skal man nok få taget de nødvendige samtaler. Men det er der rigtig mange, der ikke gør. Blandt andet fordi lægen siger, at hvis ikke denne behandling virker, så har vi en anden behandling, vi kan



FRED. Vi har svært ved at møde andre, der har mistet en nærtstående, og har brug for et helt nyt sprog omkring døden, mener Preben Engelbrekt. Arkivfoto: Morten Langkilde

► BLÅ BOG

► PREBEN ENGELBREKT



Preben Engelbrekt (f. 1966) er sociolog og psykoterapeut, direktør i behandlingscenteret Børn, Unge & Sorg og i det nystiftede videns-, forsknings- og kompetencecenter Det Nationale Sorgcenter. 30. januar er Preben Engelbrekt en af deltagerne i en debat om vores forhold til døden. Den finder sted i Pressen i Politikens Hus kl. 19.30.

prøve. På den måde bliver man nærmest – forstå mig ret – behandlet ihjel, uden at man får taget den nødvendige snak om den død, der venter.«

Hvorfor er det så vigtigt at tage disse samtaler om døden?

»Ganske enkelt, fordi det bliver lettere at leve med sorgen for dem, der bliver tilbage. Mange af de børn og unge, der kommer til os i Børn, Unge & Sorg, fordi de har mistet en forælder, har ikke fået taget ordentlig afsked. I stedet for at bruge den sidste tid på at tale om gode minder og få sagt og gjort ting, mens tid er, herunder at sige farvel, bruger man den sidste tid på, hvordan man kan sikre, at mor eller far lever endnu et halvt år – for eksempel ved at tage til behandling i Tyskland. Selv på hospice har vi oplevet forældre, der har sagt til deres børn, at de kommer hjem igen.«

Så du mener, der er behov for et opgør med den dødsforskrækkede danske kultur?

»Ja, der er behov for, at danskerne begynder at forholde sig til egen dødelighed. For når vi forholder os mere til vores egen dødelighed, vil vi også blive bedre til at møde dem i vores omgangskreds, der har mistet. En af forklaringerne på, at vi går uden om sorgende, er jo, at vi er angst for at komme i kontakt med vores egen dødelighed. Vi ønsker slet og ret ikke at forholde os til, at vi selv skal dø. Eller vi tør ikke.«

Trods det, at det eneste sikre her i livet er, at vi skal dø, så er det noget, de færreste forholder sig til

Er vi for overfladiske?

»Vi er i hvert fald for romantiserende eller benægtende i forhold til døden. De fleste har en forestilling om, at de gamle har en forestilling om, at de gamle og mæt af dage. Dette er en bagsi-

de af, at vi bliver ældre og ældre og lever længere og længere med de livstruende sygdomme. Derfor rammer døden os og så hårdere, når nogle dør i 'utide': For hvorfor var det lige mig, der skulle blive syg, eller som skulle miste?«

Holdningsskifte begynder hjemme Preben Engelbrekt er for længst holdt op med at tro, at det blot er mere information om død og sorg, der er brug for. Som han siger, er der på 99 procent af danske folkeskoler lavet sorghandleplaner, og ser man på mediebildet, er der aldrig tidligere skrevet så mange artikler eller lavet så mange tv-programmer med sygdom og død som omdrejningspunkt.

»Over for det står, at vi aldrig har været så dårlige til at snakke om det. Men det er jo, fordi det på tv altid er 'naboen', det handler om – aldrig os selv«, siger han.

Fortsættes side 2

Folket er ude på gaden igen



KLUMMEN
DITTE GIESE

S idste weekend gik jeg gennem Københavns gader med en masse andre til den globale Women's March. Vi var nok nogle tusinde, deriblandt masser af mænd og børn. Folk havde klædt sig ud, mange havde kreeret fantasifulde skilte med bistre missekatte, der bed fra sig, og drengen ved siden af mig havde skrevet '10 year old feminist' på sit skilt.

Mens vi gik der og råbte: »Women! United! Will never be divided«, så tænkte jeg over, at det mindede mig om min barndom. Det med at gå til demo. Den form for politisk protest har ellers været ude af mit liv nogle år, men er nu tilbage for fulde gardiner. Og jeg har på fornemmelsen, at jeg ikke er alene med behovet.

Der har været store Red-Aleppo-støttedemonstrationer denne vinter, og sidste weekends anti-Trump-demonstrationer samlede mange millioner kloden rundt. Occupy-bevægelsen, Black Lives Matter-aktivismen og ikke mindst de polske kvinder, der fik stoppet et abortforbud ved at strejke og gå på gaden, er fremragende eksempler på, at politisk aktivisme kan påvirke det politiske klima og nogle gange endda realpolitikken.

Folket marcherer, og det varmer mit hjerte. Det er så simpelt og smukt måde at vise sine holdninger på. Uden vold, uden forskel på høj og lav, uden skelen til mulig politisk indflydelse, uden store budgetter eller

professionelle kampagner. Vi går bare og står sammen. Synger en sang. Råber i kor. Trampler sammen.

»Hvorfor demonstrerer vi«, spørger mit barn, når han er med, hvilket resulterer i en samtale om verden og alt det, der er galt i den. Jeg forklarer forsigtigt, at det ikke er i alle lande, at børn får lov at lege i fred. At der er lande med krig. At vi skal passe på naturen, sådan at også hans børn kan svømme i havet. Det fysiske samtalerum, som en demonstration er, hjælper os.

DA JEG SELV var barn, råbte vi: »Hvad skal ind? Sol og vind. Hvad skal væk? Barsebäck«. Nu råber vi mod en løgnagtig, sexistisk præsident med storhedsvanvid eller fælder en tåre for befolkningen i Syrien, som ingen rigtig gør noget for at redde. Der er meget at demonstrere imod i disse år. Fjenden er tydelig, undertrykkelsen overalt.

Jeg så en tidstypisk, kynisk kommentar på Facebook om, hvor latterligt et tidsspille Women's March var.

»Hvad ændrer I? Ikke en skid«, stod der. Og det er da rigtigt. Det er ikke sådan, at Donald Trump hører om en demonstration ovre i det fjerne København, Danmark og tænker: 'De har ret! Det er sgu en ommer, jeg dropper det embe'. Men at demonstrere handler i høj grad om en fællesskabsfølelse. At skubbe meningsløshed og frustrationer lidt væk. Mærke, at vi faktisk er en hel del, der får en knude i maven, når Trump f.eks. strammer grebet om kvinders og pigers muligheder for at få abort og prævention i udviklingslandene. At vi nok føler afmagt, men også solidaritet med både den ene og den anden krigs ofre, selv om vi selv har vores på det tørre. Og hvem ved egentlig, hvad inkubationstiden er for en protestbevægelse?

Folket er folket, og folket sidder ikke i Det Hvide Hus og shopper guldgardiner. De står ude på gaden.

ditte.giese@pol.dk

Ditte Giese er debatredaktør på Politiken.

