

# UNG OG FORLADT

*På den teoretiske side mærkes manglerne, men vi er alligevel langt over selvhjælpsniveauet i "Ung og forladt", som behandler temaet at miste sine forældre tidligt*

**Bogen** "Ung og forladt. Når forældre dør tidligt" beskriver den 27-årige journalist Helle Vincentz oplevelse af og den psykologiske betydning af hendes fars selvmord, da hun var otte år, samt moderens kræftdød, da hun er 23 år. Læseren føres igennem barnets reaktioner, som er karakteriseret ved, at hun ikke fatter alvoren og "vedlever" i håbet om, at han kommer tilbage. Hun husker flovheden over, at han tog sit liv ved at skyde sig, og hvordan situationen benægtes over for kammeraterne. Dernæst følger skyldfølelser og oplevelsen af svigt. Dødsfaldet efterlader en dyb angst for igen at blive forladt – og positionen bevirker, at hun tit underordner sig andre, spiller pæn pige-rollen og klarer sig via dygtighed.

Disse følelser reaktiveres, da moderen som 57-årig får diagnosticeret lungekræft. Datteren har en lang periode, hvor hun er yderst aggressiv over for sundhedssystemet og afviser alle tanker om, at moderen kan dø af sygdommen og efterlade hende. Kontakten til den gamle del af netværket genoptages, til dem, der kender moderen, mens der er mindre energi til at vedligeholde nyere dele.

"Dødsdagene" beskrives flot. Den opslidende venten, og at hun ikke kan klare, når moderen "brækker blod op". Hvordan hun forsøger at få "jeg elsker dig"-forsoning uden at modtage overbevisende gensvar, og at moderen til sidst med "kolde øjne" beder hende om aktiv dødshjælp: "Så sluk mig". Disse oplevelser præger hendes drømme år efter. Moderen dør, mens hun holder en plejepause. Kvinden er dybt chokeret over, at den dødes porcelænsagtige ansigt ikke er fredfyldt, men bare alt, alt for langt væk.

## Angst for at miste

Begravelsen er forfærdelig, og det er svært at komme videre i livet, når "dødens klamme hånd har væltet den skammel" (hendes mor), hun havde bygget hele sit liv oven på. Hvem er hun så?

Moderens venner, erstatningsforældrene, er til stor hjælp,



### BOGDATA:

Helle Vincentz & Preben Engelbrekt: "Ung og forladt. Når forældre dør tidligt". Kroghs Forlag, 2005. 225 sider. 249 kr.

ligeså vennekredsen, der uopfordret stiller op og hjælper og derved overskrider hendes barriere imod at bede om hjælp. Der er enkelte tætte, der svigter – det nager dybt.

Hun beskriver, at arbejdet igen begynder, med forstående chefer og kolleger. Kærligheds mødet – som er svært, da hun plages af angst for at miste – og hvordan al kritik i begyndelsen oplever som forkastelse. Svigerfamilien holdes på afstand, fordi den minder hende om hendes egen rodløshed. Hvorledes mærkedage reaktiverer savnet. Og frustrationen over, at minderne falmer, og at hendes mor dør hurtigere ud i omgivelserne end i hendes indre. Et liv præget af påtrængende dødsangst, angst for selvmordsbombemanden, kræfttegn i kroppen, flyveangst og oplevelsen af alenehed og ensomhed.

Vi hører, hvor betydningsfuldt det er at deltage i et gruppeterapeutisk forløb, at blive konfronteret med andre unge med svære tabsoplevelser, og hvordan hun har stort udbytte af at skrive afskedsbreve til de døde. Hun bliver senere frivillig, hjælper andre unge med tab og giver derved sine egne livsoplevelser mening.

### Beskrivelsen løftes

Bogen slutter med kapitlet om "Det gode ved at miste". Man skal ikke udskyde sine drømme; det er vigtigt at vælge, hvad der gør én glad, frem for hvad man burde gøre. Jagten på prestige er overvurderet. "Mavefølelser" er vigtigere en hovedstyring. Andre mennesker har deres at bære på. Venner rækker langt. Vi udformer selv vores liv ... Og at det, vi ikke dør af, gør os stærke.

Hvert kapitel kommenteres af psykoterapeut, socialrådgiver Preben Engelbrekt, centerleder i Rådgivningscenteret Unge og sorg, der generaliserer/teoretiserer beskrivelsen og giver gode råd. Udgangspunktet er klart terapeutisk og rettet mod bogens målgruppe: andre unge, der rammes af komplicerede tab. Opsummeringerne rummer gode handlingsanvisninger og "løfter" Helles personnære tekst op og relaterer den til tidens tabs- og sorgforståelse.

Beskrivelserne er af almen karakter og indimellem savnes, at han kvalificerer teksten ved at inddrage den forskningsbaseret viden, vi har om tabsbørns situation og dens livshistoriske konsekvenser. Han formidler desværre af og til ret firkantet "tidens" sorgkulturelle forståelse: at alle børn skal se den afdøde, har godt af at være med til begravelser, at det altid er godt at snakke om tingene og slippe følelserne løs osv. – selv om undersøgelser viser, at billedet er mere kompliceret i forhold til alder, køn, sociale og kulturelle forhold. Og at vores overdrevne ærlighedskultur også skader nogle børn.

Undertiden virker generaliseringerne ude af trit med Helles fortælling, fx vedrørende hendes "benægtelsesstrategi". Det værste er nok, at "eksperten" generelt anlægger et "tårevækkende offerperspektiv" på de unge og ser rådgivningsmæssig støtte som den store frelserstrategi uden at reflektere, at terapi også fungerer som en "isolering af oplevelser" fra det rigtige netværk, hvor livet udfolder sig: netværkerstatning.

Empirien viser, at 60 % af alle tabsbørn klarer sig upåfaldent (via støtte fra den efterlevende forælder), og at det gælder om at finde de 40 %, der har brug for hjælp – og især de 10 %, hvor tabet har alvorlige, langvarige psykiske konsekvenser. Hans offerperspektiv står i kontrast til Helles flotte afrundende kapitel om "Det gode ved at miste", om muligheden for at slibe livets diamant, som modgang også indebærer, og som unge, der kører i overhalingsbanen, først møder, når de senere i livet smadrer uforberedte ind i lidelsernes mur.

---

På trods af disse indvendinger af teoretisk/empirisk art er systematiseringerne gode og hjælpsomme og løfter klart bogen op over "selvhjælps"-niveauet.

Bogen afsluttes med henvisninger til steder, hvor børn og unge i sorg kan få hjælp. Det undrer én, at en "konkurrerende forening på sorgmarkedet" som Børns Vilkår, der også har sorggruppertilbud rundt om i landet, ikke medtages.

Niels Peter Agger