

*Giv sorgen ord* er et møde med sorgens mange facetter og perspektiver i relation til døden – og der er overraskende mange! Bogen kommer grundigt omkring bl.a., hvordan sorg udtrykkes kulturelt, opleves og håndteres individuelt samt, hvordan samfundet og pårørende til sørgende møder og ikke møder de efterladte medførende hhv. støtte eller komplikationer i sorgforløbet.

I forlængelse heraf præsenteres Tosporsmodellen flere gange i bogen som både en "ideel opskrift" og forståelsesmodel på sorgprocessen, der gerne fluktuierer mellem sorg og savn til det, der var, men ikke er mere, og en fremtidsorientering i form af en re-orientering i livet, som fortsætter uden den mistede. Modellen anskuer således sorg som en proces, hvor det andet spor over tid tager mere over end det første, der dog indledningsvist dominerer i sorgprocessen. Hvis kun ét af de to spor betrædes, synes vi at nærme os en forståelsesramme for den patologiske sorg, som for nyligt indtrådte i ICD-11 i form af en decideret sorgdiagnose (vedvarende sorglidelse), som både berettiges og problematiseres igennem bogen, da sorg jo er en naturlig følge af det at miste en, man elsker. Ligesom så mange andre psykiske tilstande kan sorg dog også vise sig patologisk, hvis dens udtryk hæmmer funktion og invaliderer den sorgramte, selv efter lang tid efter tabet af afdøde, hvormed den sørgende "sidder fast" i sorgprocessen og sorgbearbejdelsen og har brug for hjælp til at "komme videre" med sorgen og leve videre med tabet i modsætning til at "komme over", som problematiseres som tilgang over for den sorgramte.

Alle kapitler i bogen er skrevet af pårørende og forskellige fagpersoner, som alle har det til fælles, at de har haft døden tæt inde på livet eller bragt den tæt qua deres arbejde. Det at miste beskrives således fra flere(s) forskellige vinkler illustreret af rørende førstehåndsbeskrivelser af konkrete forløb omkring og efter tabet af en nærtstående, som i sig selv er meget inspirerende, men også lærerigt i forhold til at forstå de mange følelser, tanker, overvejelser, bekymringer ved den efterfølgende sorgproces hos nogle efterladte.

Bogen henvender sig faktisk til alle, da vi alle før eller siden skal miste, hvis vi ikke allerede har mistet, og vi alle vil skulle agere pårørende til andre i sorg. Bogen kan derfor læses af den, som ønsker at invitere en ellers ubuden gæst, i form af døden, indenfor for selv at blive klogere på dens efterladte aftryk, såvel som dem, der ønsker at kunne hjælpe, forstå og støtte sørgende bedre, ligesom bogen også vil kunne udgøre en støtte for dem, som allerede er i sorg.

Bogen efterlader et indtryk af sorg efter død som mangefacetteret, men rejser også problemstillinger og dilemmaer vedrørende, at noget så naturligt medfører så stort ubehag, lidelse og undgåelse, fordi vi helst ikke vil forholde os til livets skrøbelighed og uundgåelige endegyldighed – og så er vi lidt tilbage ved diagnosediskussionen, selvom bogen i høj grad forsøger at normalisere og naturalisere døden og dens afledte sorgreaktion, som er og bliver den pris, vi ender med at betale for kærligheden.

*Giv sorgen ord* afgrænser sig til udelukkende at have med sorg i relation til døden at gøre, hvorfor den intet siger om sorg efter andre tab som eksempelvis ses i form af kærestesorg, selvom Tosporsmodellen muligvis også kan udgøre en forståelsesramme i andre tabs- og sorgsammenhænge.

*Af cand.psych.aut. Randi Hvid Poulsen*