

Kyrkjeleg ritual ved dødfødsel

Innspel til førebuingar og praktiske val

1. Fakta og førebuingar

1.1. Fakta om dødfødsel

Verdas helseorganisasjon definerer dødfødsel som fødsel av eit barn som ikkje viser livsteikn (det vil seie hjarte-, puste- eller muskelaktivitet) frå og med svangerskapsveke 22, eller etter at barnet har nådd ei vekt på 500 gram. Dersom barnet vert fødd dødt før dette, vert det kalla seinabort. Talet på dødfødde i Noreg har dei siste åra vore nokså stabilt, med mellom 230 til 280 slike fødselar kvart år. Dette utgjer mellom tre og fem dødfødselar per tusen fødde.

Kyrkjeleg nærvær og handling ved dødfødselar, er ikkje avgrensa av definisjonar på dødfødsel og abort. Kyrkjeleg tilsette skal og må møte dei pårørande med respekt og medkjensle same kva som er utgangspunktet. Innspela og refleksjonane i denne teksta, kan også vere aktuelle i møte med dei som opplever til dømes alvorleg sjukdom hos barn i mors liv, provosert abort eller spontanabort før veke 22.

1.2. Sjukehus og kyrkjelyd

Ved dødfødsel opplever familiar at ei tid som gjerne har vore prega av forventning og håp, brått vert avløyst av sorg og fortvilning. Dei fleste sjukehus har ordningar der foreldra etter fødselen kan få bruke god tid til å vere saman med det døde barnet sitt, og samtidig ta den første avskilen med det. Deretter vert dei fleste barna obduserte, noko som i seg sjølv kan vere ei kjenslemessig utfordring for foreldre og pårørande. For kyrkja er det mogleg å tilby hjelp gjennom samtalar, formulerte bønner og korte liturgiske handlingar både ved denne første avskjedstunda og seinare ved gravferda til det dødfødde barnet.

Sjukehusprestar har naturleg nok meir erfaring med slike akutte krisesituasjonar enn anna kyrkjeleg personale. Det er derfor viktig at prestar og andre som vert tilkalla ved slike høve, har kunnskap om kven av prestane eller andre tilsette ved sjukehuset eller i kyrkja, dei kan spørje til råds.

Gode relasjonar mellom kyrkjeleg tilsette, kyrkjeleg personale på sjukehuset og andre tilsette ved sjukehuset lettar òg arbeidet i ein krisesituasjon. Når til dømes både foreldre og sysken skal ivareta kasta på ein god måte, er det fint å vere fleire som arbeider saman.

Nokre gonger fungerer kyrkjeleg personale ved sjukehuset som førstelinje, før prestetenesta i kyrkjelyden der familien bur, skal sikre at eventuell gravferd, etterarbeid og oppfølging kan skje på best mogleg måte. Ofte har både sjukehus og kyrkjelydar tilbod om sorggrupper. Då er det viktig at det finst greie rutinar for kontakt mellom prestetenesta på sjukehuset og i kyrkjelyden.

1.3. Liturgiske ressursar

Det er store skilnader mellom ulike tilfelle av dødfødselar. Dette gjer at det ikkje har vore ønskeleg å lage éi fast liturgisk ordning. Det handlar ofte om bråe og vanskelege sorgprosessar i ein livsfase der dei pårørande var innstilte på noko gledeleg. Andre gongar kan dødfødselen vere eit resultat av vanskelege avgjerder fordi fosteret er alvorleg sjukt. Stundom har den kyrkjeleg tilsette kontakt med foreldre som førebur seg til ein fødsel av eit allereie dødt barn. Det akutte og uoversiktlege gjer at kyrkjeleg tilsette bør vera godt førebudde slik at dei kan møte situasjonen på ein sakssvarande måte.

Dei liturgiske forslaga som er tilgjengelege på denne ressursida, er meinte som hjelp og inspirasjon til kyrkjeleg tilsette som leitar etter språk i ein krevjande og sårbar situasjon. Det er møte og samtale med den einskilde familien som legg premissane for val av ord, salmar og songar.

1.4. Særlege utfordringar

I tillegg til den sorgsituasjonen som dei pårørande er i, er det to særlege utfordringar ved kyrkjeleg bistand og eventuell gravferd av dødfødde: Den eine er at dei gjerne ikkje har fått namn. Den andre er at dei ikkje er døypte.

Lèt det seg gjere, er det bra om dei pårørande gjev barnet eit namn. Det ritualet som prest eller andre kyrkjeleg tilsette er med på, bør opne for at barnets namn får lyde. Når den kyrkjeleg tilsette eller nokon andre enn den næraste familien seier barnet sitt namn høgt, stadfestar dei at barnet finst og er viktig.

Også mykje anna i ein liturgisk seremoni kan spegle og gje ord til erfaringane som berre dei næraste familiemedlemmane har vore med om dei siste månadene. Mor, far og sysken har på ulikt vis kjent barnet som sparkar og rører seg, dei har kan hende sett bilde frå ultralyd og lytta til magen som vaks. Å nemne slike erfaringar i ein liturgisk seremoni er, på same måte som å nemne namn, ei stadfesting av barnet sitt liv og det familien har opplevd saman med barnet.

Sjølv om barnet ikkje vert døypt, er Gud til stades og vi overlèt barnet til Guds omsorg og kjærleik. I ein liturgisk seremoni kan ord og handlingar knytt til dåpsliturgien vere ein ressurs (sjå til dømes forslag til velsigning).

2. Ritualisering

2.1. Det første møtet. Spontan ritualisering

Når prest eller anna kyrkjeleg personale vert kalla inn til eit første møte med pårørande som har opplevd – eller opplever – at barn er døde når dei vert fødde, er det aller viktigaste å høyre og vere til stades for dei som er ramma; her som i all anna pastoral teneste. Med utgangspunkt i det ein opplever som dei pårørande sine behov, kan presten etter kvart kome med forslag om enkle handlingar av meir rituell art, som lystening, song, bøn og velsigning. Men det er viktig å hugse at her er det ikkje er nokon fasit for kva som er korrekte framgangsmåtar. Den konkrete situasjonen avgjer kva hjelp vi kan og skal yte. Av og til kan det å vere til stades og høyre forteljingane om det dei involverte har opplevd, om draumar og håp knytte til barnet, og om alt som vart annleis, vere tilstrekkeleg. Nokre gonger kan det vere passande, dersom foreldra ønsker det, å gå vidare med enkle ritualhandlingar som å nemne barnets namn for første gong, tenne lys og velsigne det døde barnet og dei andre som er til stades. I mange situasjonar kan det vere fint for alle partar å avtale eit seinare møte med slike meir formaliserte rituelle handlingar. Til slike seinare møte kan ein òg invitere fleire pårørande.

I alle desse situasjonane er det tenleg å merke seg kva foreldre og pårørande fortel om korleis dei var knytte til barnet og om eigne opplevingar og behov. Dette gjeld også tema som religiøs tilknytning og kulturelle preferansar.

I ei spontan ritualisering der og då, kan ein tenke seg at dei pårørande sine forteljingar og ord kan fungere som minneord: Minneord som vert følgde opp av sakssvarande rituelle tilsvar; enten det no dreier seg om lystening, song, musikk, bøn, bibellesing eller velsigning.

På hovudsida i ressursbanken ligg eit eige dokument med salmar, songar og bibeltekstar som kan vere til hjelp når ein førebur seg til å møte dei som har mista barnet sitt («Salmar, tekster og bønner»). Desse ressursane kan også brukast i ei sorg- eller minnesamling.

2.2. Gravferd

Dei liturgiske ressursane for velsigning av barn i mors liv og ved dødfødsel, er ritual for den næraste familien. Ved dødfødsel eller abort kan familien også ønske ein meir offisiell seremoni – som ei gravferd. I Den norske kyrkja er det inga særskilt ordning for gravferd av spedbarn eller dødfødde. I allmenne føresegner for gravferd, vert det i punkt 7 understreka at det i slike spesielle situasjonar er mogleg å gjere endringar i den vedtekne ordninga.

Gravferdsordninga har forslag til tekstlesingar, og det finst ein merknad som eksplisitt opnar for bruk av andre høvelege tekstar. På hovudsida i ressursbanken ligg det òg eit eige dokument med forslag til bønner og tekstar som kan vere til inspirasjon og til bruk i gravferd for dødfødde og spedbarn («Salmar, tekster og bønner»).

Det kan vere slik at presten eller diakonen som har ansvar for sjølve gravferda, ikkje er den same som har vore med i samtalar og seremoniar på sjukehuset. Av omsyn til alle partar er det då viktig med tydeleg formidling av kva som har skjedd i den første kontakten. Slik kan gravferdshandlinga mest mogleg bygge på og gjere bruk av ord, songar og handlingar som allereie er kjende.

3. Ting å hugse på!

Det viktigaste: Du skal ikkje forandre situasjonen, men vere i han!

3.1. Ver merksam på eigne kjensler

Å vere i situasjonen etter ein dødfødsel, kan vere svært vanskeleg. Ein kan ha lyst til, og risikerer, å flykte frå sine eigne kjensler – som til dømes det å kjenne seg utilstrekkeleg – ved til dømes:

- å sjå veldig trist ut, og slik vise foreldra at dei må ta omsyn
- å miste oversikta og verte uklår i tankane
- å fylle dei smertefulle pausane og stillheita med ord og forklaringar
- å presentere lyspunkt som til dømes «...men de har jo eit anna barn!»

3.2. Å «vere i det» i samtalen

Når du syner familien at du toler å vere i situasjonen, kan dei få finne ord for det dei sjølv kjenner og tenkjer – og det som er det aller mest smertefulle og vonde.

Hugs at det at du er der saman med dei, er ei gåve til foreldra. Spør fram korleis dei faktisk har det og hjelp dei sortere sine eigne kjensle og tankar. Mange vil gje deg ei forteljing om korleis graviditeten har vore. Du kan gjerne spørje om den nyfødde liknar mor, far eller andre i slekta.

Sei ikkje ting som:

- men de kan få barn igjen!
- men de har heldigvis fleire barn!
- men det var godt at hen fekk sleppe no, sidan ...
- men det var heilt sikkert ei meining med det
- men Gud er god.

3.3. Å ta vare på seg sjølv

Møte med menneske som er i sårbare og vonde livssituasjonar gjer noko med alle – også profesjonelle hjelparar. Å vere tett på menneske som opplever stor sorg og smerte, rører ved eiga sorg og smerte. Det er ikkje noko gale i det, det er tvert imot heilt rett og naturleg. Noko av grunnen til at det er viktig å vere merksam på eigne kjensler, er nettopp dette: Møte med menneske går inn på oss.

For å handtere eigne kjensler godt, både i situasjonen og seinare, er det naudsynt med ei eller anna form for «debrief». Nokre stader i landet og for enkelte yrkesgrupper, er det lagt godt til rette for dette. Andre stader må den kyrkjeleg tilsette sjølv finne gode løysingar. Same kvar du jobbar: finn nokon å snakke med og gode verktøy og framgangsmåtar for å arbeide med dine eigne kjensler.

4. Overordna om ritualisering

4.1. Orda

Bruk få og enkle ord i ritualet.

Sjølv om mykje av ritualet vert til i samarbeid med foreldra, er det klokt å ha eit forslag klart. Før gjennomføringa av ritualet, er det lurt å avklare:

- Kva namn bruker dei om barnet? (Vesla, Fosteret, Ola ...)
- Kva heiter foreldre, sysken og andre som er til stades?
- Bruker dei orda «mamma og pappa» eller «mor og far» om relasjonen sin til barnet?

Dei liturgiske ressursane som er publiserte på denne sida, tar utgangspunkt i at familien og dei pårørande er ei mor og ein far og kanskje nokre sysken. I mange tilfelle er dette heilt sakssvarande, men mange familiar ser òg annleis ut. Dei liturgiske ressursane er laga slik at dei enkelt kan endrast og brukast med utgangspunkt i den faktiske situasjonen.

4.2. Song og musikk

Det viktige for eit godt ritual er ikkje å syngje ein bestemt salme, men at songen fungerer for familien som er i sorg. Har familien ein song dei helst vil syngje? Ønsker dei ein song dei eller sysken har sunge for barnet tidlegare i svangerskapet? Er det mest naturlege valet ein barnesong eller ein annan song frå sengekanten eller barnehagen? Om det ikkje er så lett å finne ein salme, finst det nokre konkrete forslag til songar, tekstar og bønner i ressursdokumentet.

Kanskje maktar ikkje foreldra å syngje. Lat dei då sleppe. Om du kjenner deg trygg, så fortel dei gjerne at du kan syngje for dei. De kan òg spele songar eller musikk digitalt.

4.3. Bruk av lys, klede, bilete og teikningar

På mange sjukehus er det ikkje tillate å tenne levande lys. Prestar og andre tilsette på sjukehus kjenner dei lokale rutinane for dette. Dei veit òg kva klede som er vanlege på det aktuelle sjukehuset (t.d. presteskjorte eller stola over kvite sjukehusklede).

Om familien ønsker det, kan bilete og/eller teikningar frå sjukehuset ha ei rolle i ei eventuell seinare gravferd. Kanskje vil sysken eller andre teikne noko frå ritualet på sjukehuset. Familien kan også be om at nokon tek bilete av det som skjer i ritualet, eller av rommet det skjer i.

5. Enkeltledda i ritualet

5.1. Minnetalen

Hugs få og enkle ord!

Beskriv situasjonen slik han er, og bruk familiens egne ord frå samtalen.

I ein situasjon der barnet er dødfødd, er det viktig å skilje mellom det å vere stolt over å ha skapt eit barn, og den sorga familien er i. I svangerskapet har mange foreldre kjent på at dei har vore foreldre – dei har vore takksame, glade og stolte. Samstundes er den store gleda no avløyst av smerte og vonde kjensler, som sorg, fortviling og sinne. Ein minnetale kan sette ord på både takk og sorg.

Nokre punkt i talen kan til dømes vere:

- Vi er samla hos (namn) i takk og i sorg.
 - o I takk for det som NN gav dykk (fortel igjen det som familien har fortalt deg) ...
 - o I sorg og fortviling fordi NN døyde (fortel igjen det som familien har fortalt deg) ...

5.2. Bøna

Hugs få og enkle ord!

Som i minnetalen, kan og bøna sette ord på både takk og fortviling.

I bøna kan de takke for det livet Gud gav, for den gleda NN rakk å gi til foreldre og sysken, og all den gode forventinga NN rakk å skape.

I bøna kan de også be om at Gud må vere hos dei i sorga, i sinnet og all den fortvilinga dei no kjenner, og om at Gud må hjelpe dei til å hjelpe kvarandre.

I bøn kan de og overlata NN i Guds hender og be om at Gud må ta vare på NN (sjå og velsigninga til slutt).

Fadervår bør alltid vere ein del av eit slikt kyrkjeleg ritual.

5.3. Andakta

Hugs få og enkle ord!

Vurder om det er eit poeng å ha andakt i ritualet. For nokon kan det kjennast overflødig med ei eiga andakt, og heilskapen i sjølve ritualet kan fungere betre utan. Nokre gonger kan det vere nok å lese ei salmetekst, som f.eks. 872 «Nå er livet gjemt hos Gud». Andre gonger er heilt naturleg å ha med andakt og skriftlesing.

Om du vel å ha ei andakt, må ho tilpassast den situasjonen foreldra og familien er i, og orda dei sjølv vel når dei deler sine opplevingar. Nedanfor finn du ein andakts-idé om å overlata barnet til Gud. Idéen er meint som utgangspunkt eller inspirasjon. Kanskje treng du fleire setningar? Kanskje er det nok å gjere setningane under til dine egne og tilpasse dei situasjonen?

- Jesus er den som tek imot barna. Fortel om Jesus slik.
 - o Hugs at det er viktig for foreldre og sysken å vite at barnet vert teke i vare.
- Fortel dei om kva du skal lese ved velsigninga seinare i seremonien.
- Som avslutning og ein overgang: «De skulle så gjerne vere dei som gav NN fars- og mors kjærleik heile livet. No er Jesus den som tek imot og ser til barnet. Vi legg NN i Guds hand. Den handa kan verken nokon eller noko riva NN ut av».

5.4. Velsigning

Denne delen av ritualet er både ord og handling. Vi overlét NN til Guds omsorg. Ein mogleg disposisjon kan vere:

- Som vi i dag kjem til Gud/Jesus, kom foreldre og for lenge sidan med barna sine til Jesus: «Dei bar småborn til Jesus for at han skulle røra ved dei... o.s.v.. ...»
- Slik tek Jesus imot barna. Vi ber difor NN til Gud i dag i takk og tru.
- «Eg teiknar deg med det heilage krossmerket (+) til eit vitnemål om at du skal høyra den krossfeste og oppstadne Jesus Kristus til.»

5.5. Song og stille

Song kan gjerne nyttast både som innleiing og avslutning på ritualet.

I punkt 4.2. står det skrive meir om korleis ein kan velje salmar og songar – og korleis dei kan framførast. Salmen, barnesongen eller godnatt-songen kan syngjast av alle, av somme eller den som leier ritualet, eller dei kan verte spelte digitalt.

Som avslutning på ritualet er det også fint å gje familien tid til å vere stille, før dei får høve til å vere åleine med barnet og kvarandre.