

# En undersøgelse af sociale medier som social intervention i relation til sorgbearbejdning



**Roskilde Universitetscenter - Sociale Interventionsstudier**

**Antal anslag:**

235.667 tegn inklusiv mellemrum (98,1 normalsider)

**Vejleder:**

Pernille Juhl

**Gruppemedlemmer:**

Emma Schønning Larsen (61973, emscla@ruc.dk)

Mathilde Andersen (61957, mata@ruc.dk)

## **TAK**

*Et stort tak til vores seks informanter, der har delt deres personlige og følsomme historier åbent med os, og gjort det muligt, at dette speciale kunne blive til. Og et stort tak til vores vejleder, Pernille Juhl, der har bidraget med værdifuld vejledning gennem hele processen, og hjulpet os til at forfølge vores interesser.*

# Abstract

The title of this thesis is: ‘*A research of social media as a social intervention regarding the process of grief*’ which highlights two aspects: the process of grief and whether social media can be defined as a social intervention. The subject of interest in this thesis is grief as a universal psychological phenomenon, and the motivation for this subject is a result of the inclusion of grief as a diagnose, in which the focus in this research is to understand which possibilities and restrictions people in grief experience. We do not take a stand whether grief should be a diagnose or not, but it is included in the introduction of this thesis to show the variety in ways grief can be comprehended. Our research is centered around the following research question:

*How do six people experience social and cultural possibilities and restrictions in their process of grief, and can social media be comprehended as a social intervention regarding the process of grief?*

The research is built upon two parts: one examines six peoples' experiences and possibilities in their process of grief, and one examines whether social media can be defined as a social intervention in the process of grief. This thesis is embedded in critical psychology as we seek a subjective understanding of six people's experiences in their process of grief and how social media impacts their everyday life. We have used interviews as our methodology for producing the empirical data, and we find inspiration in research practice (Højholt, 2005), and we have collaborated with six people in the origin of the six interviews. We applied a first-person perspective to our informants, which involves them as experts in their own life. The analysis is based on the empirical data, and we involve the concepts of critical psychology to understand the conduct of six people's everyday life and their influence on their conditions in their grieving processes. Furthermore, we include theory concerning the understanding of social interventions to examine whether social media can be defined as a social intervention. We examine this by analyzing whether the informants have experienced social media as a meaningful intervention in their process of grief.

The analysis shows that the informants experience a reduction in their influence within their everyday life with the loss of loved ones and the following grief. Our findings suggest that the informants' regain this influence with the use of social media in their grieving process. The informants' activity on the social media platforms Facebook and Instagram allows them to fulfill their

needs of sharing their story and remembering their loved ones, which enables them to regain the influence in their everyday life. The analysis also shows the complexity of social media, which clarify the informants' reduction of control once the informants have shared their posts and other users can interpret these posts and respond to them, which suggests that the informants' can experience ambivalence. Overall the analysis shows that the informants have experienced a meaningful change in their everyday life with the use of social media in their process of grief, and therefore this thesis suggests that social media can be defined as a social intervention. With the results of this thesis, we suggest that the understanding of social intervention in relation to grief includes the potential of people's ability to help themselves and carry out an intervention for themselves.

# Indholdsfortegnelse

<b>Kapitel 1: Indledning.....</b>	<b>7</b>
<b>1.1. Sorgens forskellige udtryk.....</b>	<b>7</b>
1.1.1. Fra lokale fællesskaber til et privat anliggende .....	8
1.1.2. Forskellige udtryk i forskellige samfund .....	11
<b>1.2. Forskning i sorg.....</b>	<b>13</b>
1.2.1. ‘Sorgens kultur’ .....	13
1.2.2. Psykologisk og sociologisk tradition for forskning i sorg .....	15
<b>1.3. Undersøgelsens fokus .....</b>	<b>18</b>
1.3.1. Problemformulering .....	18
1.3.2. Sociale medier.....	19
<b>Kapitel 2: Teoretisk afsæt .....</b>	<b>21</b>
<b>2.1. Udgangspunkt i en subjektvidenskab.....</b>	<b>21</b>
2.1.1. Ontologiske og epistemologiske grundforståelser .....	21
<b>2.2. Analytiske begreber .....</b>	<b>24</b>
2.2.1. Livsførelse.....	24
2.2.2. Handlemuligheder .....	26
<b>2.3. At producere viden med et kritisk psykologisk afsæt.....</b>	<b>26</b>
2.3.1. Praksisforskning som forståelse i relation til vidensudvikling .....	27
2.3.2. Almengørelse .....	28
<b>2.4. Sociale medier som social intervention?.....</b>	<b>29</b>
2.4.1. Et konstateret behov?.....	30
2.4.2. Meningsfuldhed .....	32
<b>Kapitel 3: Metodiske overvejelser .....</b>	<b>34</b>
<b>3.1. Praksisforskning som særlig arbejdsmåde .....</b>	<b>34</b>
3.1.1. Samarbejde om forskningen.....	35
3.1.2. Forskellige forståelser af praksis.....	36
<b>3.2. Interview som metode .....</b>	<b>36</b>
3.2.1. At interviewe i en sorgpraksis.....	37
3.2.2. Planlægning af interview - hvem, hvor mange og hvor? .....	38
3.2.3. Udførelse af interview .....	39
3.2.4. Interviewsituationen med et kritisk psykologisk blik .....	41
<b>Kapitel 4: Analyse.....</b>	<b>43</b>
<b>4.1. Analysestrategi .....</b>	<b>43</b>

4.1.1. Transskribering og kodning .....	44
4.1.2. Betingelses-, betydnings- og begrundelsesanalyse .....	44

<b>Analysedel 1: Menneskets oplevelser af sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger i deres sorgbearbejdning .....</b>	<b>45</b>
<b>4.2. De særlige omstændigheder ved tabet .....</b>	<b>45</b>
4.2.1. "... det er jo ikke normalt, at børn dør, og at en kvinde på 31 år dør." .....	46
4.2.2. "Og det har også indflydelse på sorgen bagefter tror jeg. At man ikke har fred og ro." .....	48
4.2.3. "... at min fars historie og min fortid med ham den bare hjemsøgte mig." .....	52
4.2.4. Opsamling: De særlige omstændigheder ved dødsfaldet .....	54
<b>4.3. At være i sorg - hvad kan man stille op? .....</b>	<b>54</b>
4.3.1. "... men fordi min far havde et misbrug, så kunne de ikke hjælpe mig..." .....	55
4.3.2. "Men jeg synes da det er en god måde, for du kan gøre det kl. 12 om natten, hvis det er der, at det hele lige pludseligt tårner sig op. Du skal ikke hen og bestille en tid." .....	58
4.3.3. Opsamling: I sorg - hvad kan man stille op? .....	62
<b>4.4. En stor legeplads fuld af muligheder? .....</b>	<b>63</b>
4.4.1. "Så hvis noget fungerer for den ene, så er det fedt, og der tror jeg, at Facebook og andre sociale medier, det er jo en stor legeplads, hvor der er hjernedødt mange muligheder, du kan gøre ved det som du har lyst." ...	63
4.4.2. "Et eller andet sted så er det rart, men på den anden side er det også "det burde du simpelthen ikke kommentere på"."	68
4.4.3. Opsamling: En stor legeplads fuld af muligheder? .....	72
<b>4.5. Delkonklusion: Analysedel 1 .....</b>	<b>72</b>
<b>Analysedel 2: Kan sociale medier forstås som en social intervention? .....</b>	<b>74</b>
<b>4.6. En forandring, der er meningsfuld? .....</b>	<b>74</b>
4.6.1. "... uden sociale medier havde jeg måske boet i en papkasse." .....	74
4.6.2. "Det var virkelig fedt at se en, der ligesom fik sat ord på noget af det man selv tænker." .....	77
4.6.3. Opsamling: En forandring, der er meningsfuld? .....	81
<b>4.7. En diskussion af sociale medier som social intervention .....</b>	<b>81</b>
4.7.1. Et overset potentiale? .....	81
4.7.2. Sociale mediers ustyrlighed .....	83
4.7.3. Opsamling: En diskussion af sociale medier som social intervention .....	85
<b>4.8. Delkonklusion: Analysedel 2 .....</b>	<b>85</b>
<b>Kapitel 5: Afslutning og konklusion .....</b>	<b>87</b>
<b>Kapitel 6: Perspektivering .....</b>	<b>90</b>
<b>Litteratur .....</b>	<b>92</b>

# Kapitel 1: Indledning

*“Mennesket har altid været dødeligt, men kulturerne og subkulturerne omkring døden har aldrig været statiske. Internettet og de mange nye kommunikationsveje giver nye måder at lære døden at kende på.”* (Walter, 2016 ¶ Det eneste vi ved med sikkerhed).

Ovenstående citat indfanger essensen af, hvad dette speciale omhandler. Citatet forstår vi som indeholdende en foranderlighed af, hvordan døden håndteres i forskellige kulturer og subkulturer. Den anden del af citatet omhandler nye kommunikationsveje om døden samt måder at tale om denne på, hvilket er en del af det vi i indeværende speciale vil undersøge. Vi vil fokusere på bearbejdning af sorg, og nærmere bestemt bearbejdning af sorg på sociale medier. Relevansen af dette udspringer af flere aspekter: Psykolog Svend Brinkmann skriver, at sorg er et universelt psykologisk fænomen, da alle mennesker vil opleve at miste (Brinkmann, 2018a:146). Herudover er sorg blevet optaget som diagnose i det nye diagnoseklassifikationssystem, hvilket giver anledning til nye måder at tale om sorg på; nemlig som en diagnose, der kræver behandling af professionelle (ICD, u.å. ¶ 6B42 Prolonged grief disorder; O’Connor, 2018:5). Dette speciale udspringer altså af, at sorg er blevet sygeliggjort, og det faktum, at alle mennesker vil opleve at miste en de har kært, hvortil der er kommet nye kommunikationsveje i forbindelse med sorgbearbejdning. Det indledende citat henviser til internettet og de mange nye muligheder for kommunikation, og i den forbindelse vil vi rette fokus mod sociale medier som en ny kommunikationsvej. Helt konkret vil vi undersøge, hvilke muligheder og begrænsninger seks informanter oplever i deres sorgbearbejdning, og i den forbindelse vil vi undersøge om sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til deres sorgbearbejdning. Sociale medier er blevet en central del af mange danskeres hverdag (Linaa Jensen & Tække, 2013:9), og netop dette finder vi relevant i relation til bearbejdningen af sorg. For hvis sociale medier er blevet en så central del af mange danskeres liv, hvad har disse medier så af betydning i en sorgproces? Og kan informanterne forbedre deres egen situation ved at bruge sociale medier?

## 1.1. Sorgens forskellige udtryk

Dette speciale omhandler altså emnet *sorg*. Men hvad er sorg? Og hvordan er dette kommet til udtryk og blevet behandlet og begrebet gennem tiden? Og hvordan kommer sorg til udtryk i Danmark i dag?

Disse spørgsmål vil vi besvare i dette afsnit. Formålet med afsnittet er således at vise, hvordan sorgens udtryk ændrer sig afhængig af *tid* og *sted*. Men først og fremmest vil vi definere, hvad vi forstår ved begrebet sorg:

*“Sorg er en følelsesmæssig reaktion på tabet af noget, som er betydningsfuldt for en person. Det kan dreje sig om varigt tab - som ved død - eller om adskillelse på andre måder. Sorg og sorgreaktioner er ofte forbundet med tabet af en anden person, men kan selvsagt også opstå ved, at man mister andre tilknytninger end rent mellem menneskelige.”* (Mentzen & Gullestad, 2005 ¶ Sorg).

Ovenstående citat anser vi som en relativ åben definition af begrebet sorg. Vi tager udgangspunkt i denne forståelse da den indfanger sorgens mange facetter. Med denne definition af sorg åbnes der nemlig op for muligheden for, at sorg kan opstå ved tabet af andre tilknytninger end tabet af et menneske til døden som man har kært. Dette kunne eksempelvis være tabet af et arbejde, penge, et kæledyr eller af en materiel genstand som man har kært såsom et smykke. I dette speciale vil vi anvende begrebet sorg i relation til tabet af et menneske i forbindelse med døden - altså et uigenkaldeligt tab. Men vi mener samtidig, at det er vigtigt at forholde os til, hvad informanterne ellers kan opleve at være i sorg over. Vores målgruppe består således af informanter, der har mistet en de har kært til døden, hvortil vi forholder os åbne overfor, at informanterne også kan være i sorg over tab af andre tilknytninger. Vi har ikke til hensigt, med denne målgruppeafgrænsning, at differentiere tab af betydningsfulde personer, hvorfor vi både vil beskæftige os med tab af enten søskende, forældre, venner, børn, bedsteforældre eller andre. Altså personer med en signifikant betydning for den efterladte. Med andre ord: dette speciale beskæftiger sig med begrebet sorg i relation til tabet af en nærtstående person til døden, og med nærtstående person kan det således variere, hvilken relation den efterladte har haft til den afdøde. Vi åbnede i ovenstående op for spørgsmål omkring, hvordan sorgen er kommet til udtryk gennem tiden, og det vil i nedenstående beskrive.

### **1.1.1. Fra lokale fællesskaber til et privat anliggende**

Sorgens udtryk beskrives i dag som værende indadvendt (Jacobsen & Kofod, 2015:247). Men sådan er sorgen ikke altid blevet udtrykt. Gennem tiden har sorgkulturen nemlig forandret sig, og vi vil i dette afsnit vise, hvordan denne forandring har udfoldet sig. Mentalitetshistorikeren, Ariés,



udformede en faseteori omhandlende forholdet til døden og sorg i den vestlige verden, der strækker sig fra middelalderen og op til 1980'erne. Denne er udgivet i 1981 (Jacobsen & Kofod, 2015:249; Jacobsen; 2010:35). I vores gennemgang af, hvordan sorgens udtryk har ændret sig over tid vil vi tage udgangspunkt i Jacobsen og Kofods beskrivelse af Ariés' faseteori. Vi vil ikke gå i dybden med de enkelte perioder, men vi vil berøre hovedtræk fra de fire forskellige faser.

Ariés' faseteori begynder ved middelalderen, og han kaldte denne fase 'den tæmmede død'. Det, der karakteriserer denne fase er, at mennesket havde døden tæt på i hverdagslivet grundet eksempelvis sygdomme såsom pesten, en lav levealder og krige. Ifølge Ariés var man i denne fase fortrolig med døden. Man var af den overbevisning, at døden var forvarslet, og man havde derfor mulighed for at planlægge, hvordan døden skulle udspille sig. Dødens efterfølgende sorgperiode fyldte meget i denne fase, hvor det lokale fællesskab mødtes og bekræftede fælles værdier og tro - dette kan beskrives som en form for kollektiv sorg. Denne periode bar overordnet præg af, at døden og sorgen var offentlige begivenheder, og man håndterede den kollektivt og i fællesskab (Jacobsen & Kofod, 2015:249-250).

Ariés' anden fase kaldes 'egendøden', og er karakteriseret ved et skifte fra fællesskabet mod det enkelte individ. Denne fase udspillede sig i den sene middelalder og den tidlige renaissance. Begravelsesceremonien udviklede sig fra at være enkel og kortfattet til mere gennearbejdede dødsmesser og ceremonier. Senere i perioden skete et kulturelt og religiøst skifte fra katolsk til protestantisk tradition. I denne periode blev det påkrævet af den døende at planlægge sin egen død, så det gav mening for den enkelte - altså et fokus på det individuelle. I forhold til sorgen blev kirkegården og særligt familiegravsteder samlingspunkt for at udtrykke sin sorg. Tidligere havde man ikke i særlig høj grad mulighed for at få en separat og individuel grav, men i 'egendøden' blev dette mere udbredt, og mere individualiserede gravsteder udgjorde et samlingspunkt for at udtrykke sorg (Jacobsen & Kofod, 2015:250-251).

Med den tredje fase kaldet 'den andens død' skete der et skift fra fortidens fortrolighed med døden og sorgen til fremmedgørelse og distance. Der skete et skifte i fokus fra den døende til den, der skulle miste. Førhen var døden noget, der optog den døende selv, men i denne periode var den sørgende i højere grad optaget af døden. Sociologer betegner dette som skiftet mellem det førmoderne samfund til det moderne samfund, hvor kapitalisme, videnskab og urbanisering var i vækst. Dette prægede også sorgkulturen, der i denne periode kom til udtryk ved storslåede og personlige gravsteder, der havde til formål at vise, hvor svær sorgen var. Ifølge Ariés var man meget opmærksom på sorgens betydning i samfundslivet, og der opstod en "*dødekult*" (Jacobsen & Kofod, 2015:251),

hvor sorgen og døden blev dyrket. Begravelseskulturen blev også ændret, og der blev fastsat etiketter for varigheden af en sørgeperiode, hvor man synligt skulle vise sin sorg med påklædning i dødens farve sort, der hidtil havde været hvid, men også den blev ændret i denne periode. Fotografiet blev teknisk muligt i denne periode, og dette var blandt andet med til at frembringe en øget brug af symbolisme og markering af sorgen og tab, der kunne bæres og vises frem. Denne fase bærer altså sammenfattende præg af et skifte fra fokus på den døende/den døde til den sørgende/den efterladte (Jacobsen & Kofod, 2015:251-252).

Den fjerde og sidste fase udspillede sig i det moderne samfund i det 20. århundrede, og er kaldet 'den forbudte død'. Denne fase er karakteriseret ved en gennemgribende fortrængning af døden, hvor det efter to verdenskrige og mange ofre blev et tabu at tale om døden. Alt, hvad der blev associeret med døden, såsom alderdom og sygdom, blev som konsekvens heraf noget, der skulle 'gemmes væk' på institutioner såsom plejehjem og hospitaler. Døden blev i denne periode betragtet som skamfuld, og den efterfølgende sorg opfattes som følelesesporno, der skulle holdes i det private. I denne periode pålagde samfundet ikke sorgen som en nødvendig proces, men i stedet som noget, der skal kunne kureres og behandles af professionelle. Hele sorgkulturen blev i denne periode mere minimalistisk, og "... døden og sorgen bliver i stigende grad et privat anliggende og ikke noget, man offentligt skal delagtiggøre andre i." (Jacobsen & Kofod, 2015:253). Det var i denne periode, at klassiske psykologiske teorier om sorg udvikles (herunder Sigmund Freud som vi vil uddybe senere i dette kapitel). Sorgen blev altså i denne periode en privat sag, som ikke deles offentligt (Jacobsen & Kofod, 2015:252-253).

Ariés døde i 1984 (Jacobsen & Kofod, 2015:253), og derfor dækker hans fase teori ikke nutidens forhold til døden og sorgen, hvor der de seneste årtier unægteligt er sket nogle store kulturelle ændringer med eksempelvis den teknologiske udvikling. Vi vil beskrive denne udvikling, da den i dette speciale er af stor betydning med de nye kommunikationsveje i form af sociale medier som vi ønsker at undersøge. Inden vi beskriver dette vil vi runde Ariés' fase teori af med at tydeliggøre, hvad denne teori kan bidrage med.

*"Til trods for begrænsningerne i Ariés' historieskrivning - herunder hans åbenlyst normative indstilling til middelalderens tæmmede død, en ret rigid faseopdeling, hans til tider tvivlsomme kildemateriale og et manglende fokus på kulturel forskellighed - så kan ovenstående ikke desto mindre tjene som en fortælling om*

*nogle overordnede linjer i den vestlige verdens opfattelse af død og sorg over de seneste tusinde år...*” (Jacobsen & Kofod, 2015:253).

Vores hensigt med at inddrage denne fase-teori, er netop at vise de overordnede linjer i den vestlige verdens døds- og sorghistorik med det formål at vise, hvordan den har forandret sig over tid. Samtidig viser Ariés’ beskrivelser, hvordan døden og sorgen altid har været uundgåelig problematisk (Gross, 2018:50). Sammenfattende har vi som overskriften på dette afsnit antyder vist, hvordan der er sket et skifte fra en åben og offentlig sorgkultur i middelalderen til en lukket og privat sorgkultur i det moderne samfund, altså forandringen over *tid*. Men hvordan ser sorgens udtryk ud i dagens Danmark? Og varierer dette fra andre dele af verden? Dette vil vi beskrive i nedenstående afsnit.

### **1.1.2. Forskellige udtryk i forskellige samfund**

Dette afsnit har til formål at illustrere, at i den tid vi befinder os i nu, kommer sorgen ligeledes til udtryk på forskellige måder i forskellige kulturer. Sorgens udtryk er altså både afhængig af *tid* og *sted*. Baseret på interviews med Zulu-enker fra Sydafrika, skriver Rosenblatt (2017): “*Still another crucial element in their grieving was concern about witchcraft, with strong emotions about the possible witchcraft that killed their husband and strong fear of being accused of witchcraft if they did not properly practice mourning rituals.*” (Rosenblatt, 2017:619). Disse kvinder er altså underlagt af en betingelse i form af hekseri, der får betydning i deres sorgbearbejdning. Dette er en bekymring for heksekræfter, både i forhold til dødsfaldet, men også i relation til, at de skal udføre sorgritualer korrekt for ikke at blive beskyldt for hekseri. Dette kan relatere sig til de forskellige normer og traditioner, der eksisterer i forskellige samfund, hvortil hekseri er en bestemt norm og tradition, der eksisterer og dyrkes i Sydafrika. Men hvordan ser sorgens udtryk så ud i Danmark i dag? “*I vores kultur opleves sorgen ofte som en knugende følelse, der kan akkompagneres af gråd, og som hos den sørgende afføder andre følelser som afmagt, afsavn, skyld, skam, ensomhed og måske endda depression og vrede samt ligeledes en række andre uforløste følelser ...*” (Jacobsen & Kofod, 2015:247). Det beskrives, at sorgen i andre kulturer er mere udadvendt og ekspressiv, og at på trods af, at sorgen i vores kultur er mere usynlig og bortgemt, er det en svær og stærk følelse, som kommer til udtryk på forskellige måder (Jacobsen & Kofod, 2015:247). I det vestlige samfund i dag er hovedproblemet den efterladtes helbred og velbefindende, og dette kommer til udtryk ved, at den psykiatriske og psykologiske disciplin spiller en større rolle for, hvordan sorg er blevet forstået og begrebet. Dette kan anses som en mere generel udviklingstendens, der omhandler, at flere mennesker og problemer

gøres til genstand for terapeutiske interventioner (Kofod, 2015:245). Brinkmann og Petersen (2015) beskriver, hvordan vi lever i en diagnosekultur: “... vi lever i en diagnosekultur. En kultur, hvori diagnoser cirkulerer og bruges af såvel fagpersoner som lægfolk til at begribe stadig flere former for lidelse, afvigelse og ubehag.” (Brinkmann & Petersen, 2015:7). Denne diagnosekultur har, som vi beskrev i det indledende afsnit, også præget forståelsen af sorg. I sommeren 2018 blev der offentliggjort et nyt diagnoseklassifikationssystem ICD-11, hvor ‘Prolonged Grief’ (på dansk: vedvarende sorglidelse) indgår som psykiatrisk diagnose. Dette skaber i øjeblikket en samfunds- og forskningsmæssig debat samt en interesse for fænomenet sorg (O’Connor, 2018:5). Men hvad kan dette betyde for måden vi begriber sorg på i dag? Der er aktuelt er op til 14 måneders ventetid hos Børn, Unge & Sorg for unge mennesker, der har det svært i sorgen, og har behov for behandlingsforløb (Det Nationale Sorgcenter, u.å. ¶ Urimelig lang ventetid for unge efterladte). Dette kan være udtryk for den øgede efterspørgsel af professionel hjælp til håndtering af sorg, og det er altså med til at præge måden vi begriber sorg på i dag. Tendensen til at forstå sorg som en tilstand, der skal behandles og kureres med professionel hjælp, kan altså blandt andet ses ved, at der er stor efterspørgsel hos blandt andet Børn, Unge & Sorg til behandlingsforløbene.

Vi vil i dette afsnit også berøre teknologiens præg på sorgudtrykket, der som vi beskrev i det indledende afsnit, er af stor betydning for dette speciale:

*“... we move toward more socially including social spaces (...) Facebook, Twitter, and YouTube are media alive with discussions, comments, and personal recountings dealing with topics like illness, disease, death, and dying (...) As humans, we share death, loss, and grief in more visible and accessible manners than ever before...”*  
(Refslund Christensen & Gotved, 2015:4-5).

De sociale medier synliggør altså dødens eksistens, og vi mener, at dette er relevant at inddrage, da det beskriver, hvordan sorgen blandt andet kommer til udtryk i dag. Dette betyder også, at sorgen, der førhen var et privat anliggende, nu deles offentlig gennem sociale medier. Det viser, hvordan teknologien har sat sit præg på nutidens sorgudtryk. Derfor finder vi det relevant at undersøge, hvad sociale medier har af betydning for sørgendes sorgbearbejdning i et samfund, hvor sorgen bliver sygeliggjort og forbindes med noget, der skal afhjælpes af professionelle. Vi vil altså undersøge om sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning. Derfor tager undersøgelsen udgangspunkt i seks informanternes oplevelser af sociale medier i deres

sorgbearbejdning. Vi har således efterspurgt mennesker, der er eller har været i sorg, og som bruger eller har brugt sociale medier til at udtrykke denne sorg. Vi vil uddybe dette i kapitel 3 omhandlende vores metodiske overvejelser.

Vi har med de foregående afsnit vist, at sorgen forandrer sig både over *tid* og *sted*. Med Ariés' fase-teori har vi vist, hvordan sorgen har forandret sig over *tid*. Med beskrivelserne af henholdsvis Zulu-enkernes bekymringer om hekseri, og den vestlige tendens til at sygeliggøre og behandle sorg har vi vist, at sorgen forandrer sig afhængigt af *sted*. Vi mener, at dette er relevant, da det viser, hvordan sorgens udtryk er foranderligt. Dette bidrager til, at vores tilgang til praksis tager udgangspunkt i, at sorg kan komme til udtryk på forskellige måder. Dette vil vi uddybe yderligere i specialets kapitel 2.

## 1.2. Forskning i sorg

Nedenstående afsnit har til formål at give indsigt i det eksisterende forskningsfelt inden for sorg. Dette er et omfattende internationalt forskningsfelt, og derfor har vi udvalgt dele af feltet, der har haft og har indvirkning på, hvordan sorg bliver forstået og begrebet, og som er relevante for vores undersøgelse. Vi vil løbende argumentere for, hvad den præsenterede forskning har af relevans for indeværende speciales undersøgelse.

### 1.2.1. 'Sorgens kultur'

'Sorgens kultur' er navnet på et forskningscenter på Aalborg Universitet, hvor forskere som Brinkmann og andre i øjeblikket forsker i sorg. Formålet med dette projekt er at skabe et internationalt førende forskningsmiljø i sorg, der relaterer til sorgens centrale psykologiske, kulturelle og kliniske aspekter. Udfoldelsen af de enkelte forskningsprojekter tager udgangspunkt i tre grundlæggende dimensioner: 1) sorgens personlige og eksistentielle dimensioner, 2) sorgens kulturelle dimensioner, samt 3) sorgens naturdimensioner. Delprojektet omhandlende sorgens kulturelle dimensioner undersøger blandt andet sorg som en offentlig og kollektiv praksis i eksempelvis online fora (Aalborg Universitet, u.å. ¶ Om projektet). Det er i relation til det vi i dette speciale er interesseret i at undersøge, nemlig; hvad betyder sociale medier for seks informanternes sorgarbejde? Dermed finder vi det relevant at præsentere dette delprojekt. Projektet fokuserer på den offentlige sorgs udtryksformer og herunder, hvordan det mistede forhandles socialt, gøres meningsfuldt og erindres fra forskellige kulturelle positioner. Det undersøges ved at studere offentlig sorg gennem online-mindesmærker, officielle mindesmærker samt midlertidige mindesmærker

(Aalborg Universitet, u.å. ¶ Socio-materielle praksisser for offentlig sorg og kollektiv erindring). Vi finder inspiration i dette projekt ved, at der forskes i den offentlige sorgs udtryksformer, og hvordan disse gøres meningsfuldt for den enkelte. Dette gør vi brug af ved at undersøge, hvordan sociale medier opleves af seks informanter i deres sorgarbejde. Vi adskiller os dog fra dette delprojekt ved at have fokus på de muligheder og begrænsninger, der opleves for den enkelte ved at benytte sig af sociale medier i sorgarbejdet, samt hvordan dette får forskellige betydninger i deres hverdagsliv. Vi undersøger yderligere, hvorvidt sociale medier kan forstås som en social intervention i bearbejdning af sorg, og deraf om det kan benyttes som en 'forbedring' eller 'forandring' i de sørgendes hverdagsliv og sorgarbejde. Det vil altså sige, at delprojektet fra 'Sorgens kultur' har fokus på mere overordnede tendenser og måder at begribe sorg på, hvor vi adskiller os ved at have fokus på at forstå den enkeltes oplevelse og dennes bearbejdning af sorg på sociale medier.

'Sorgens kultur' forholder sig til diagnosticeringen af sorg som vi præsenterede i det indledende afsnit. Deres formål er at tage kvalificeret stilling til diagnosticeringen og behandling af sorg, således at samfundets tilbud til mennesker i sorg kan forbedres (Aalborg Universitet, u.å. ¶ Sorgens kultur). Brinkmann forholder sig kritisk til diagnosticeringen og skriver:

*"However, it may nonetheless be possible that grief can lead to recognized mental disorders such as depression, which should be diagnosed and treated. For that reason, it is advised that people suffering from intense and prolonged grief are helped and acknowledged, but it would probably be preferable if this could be done without pathologizing grief itself."* (Brinkmann, 2018a:157).

Kritikken i ovenstående citat består i, at man ifølge Brinkmann godt kan anerkende, at nogle mennesker har behov for særlig støtte til at komme igennem en sorg uden at sygeliggøre sorgen i sig selv. Brinkmann fremhæver med inspiration fra Bandini, tre store konsekvenser ved diagnosticeringen af sorg: 1) overdiagnosticering og overbehandling af sorg og depression, 2) potentialet for et marked for medicinalindustrien i forhold til medicin mod sorg, og 3) at der stilles spørgsmålstejn ved de traditionelle kulturelle praksisser for håndtering af sorg ved at inkorporere en psykiatrisk tilgang til sorg (Brinkmann, 2018a:151). Vi vil særligt fremhæve den tredje opstillede konsekvens, som vi mener er relevant for vores speciale, da vi beskæftiger med kulturelle og sociale praksisser for sorgbearbejdning. For hvilke konsekvenser vil det medføre ved udelukkende at have en psykiatrisk tilgang til sorg? For at forstå, hvad dette kan have af betydning for den sørgende, vil

vi inddrage Kofods (2015) perspektiv på sorg som diagnose. Kofod peger på to potentielle risici, der ifølge hende relaterer sig til den diagnostiske tilgang til sorg. Først og fremmest fremhæver hun, at man kan risikere at miste blikket for, at menneskers oplevelser af støtte eller mangel på samme kan variere på tværs af forskellige kontekster. Med andre ord: sorgens symptomer og karakteristika kan ændre sig afhængig af situationen. Og disse komplekse sammenhænge mellem individer og omgivelser er vanskelige at begribe ved hjælp af et diagnostisk sprog (Kofod, 2015:244-245). Dernæst fremhæver Kofod, at en diagnose også peger på en intervention i form af behandling, og at dette indebærer en opfordring til at handle på diagnosen samt forbedre sig selv og sit helbred. Hertil vil dette pres mod at søge behandling ifølge Kofod kunne medføre en marginalisering af menneskers oplevelse af sorg som et betydningsfuldt udtryk for kærlighed. Dette kan i sidste ende medføre en marginalisering af enkelte menneskers oplevelser af tab, og det kan være et tab som den enkelte ikke kan eller ikke har lyst til at komme over (Kofod, 2015:245). Brinkmann skriver yderligere: "*Grief is a universal psychological phenomenon in the sense that almost all human beings experience losses of loved ones.*" (Brinkmann, 2018a:146). Alle mennesker vil altså opleve at miste en de har kært. En diagnose opstiller 'unormale' måder at sørge på, og netop ved at fastslå, hvad der er unormalt, fastslås det indirekte, hvad der er 'normalt'. Med en diagnosticering af sorg forekommer altså en normativitet i forhold til, hvad der er den 'rigtige' måde at sørge på, og vigtigst af alt, en normativitet i forhold til, hvordan den bør begribes og behandles. Normativiteten omkring, hvad der er den rigtige måde at sørge på ses eksempelvis også ved Zulu-enkernes sorgritualer for at undgå beskyldninger for hekseri. Det er altså normativiteten af behandlingen af sorg diagnosticeringen kalder på, som vi vil fremhæve. Vi inddrager dette i specialet, da vi netop beskæftiger os med, hvordan sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning, altså hvordan disse kan 'hjælpe' og 'forandre'. Deling af sorg på sociale medier er altså en anderledes måde at begribe behandlingen af sorg på, hvortil vores speciale bidrager med viden om, hvordan dette opleves af seks informanter, samt om det kan skabe en forandring for dem. Desuden inddrages dette, da det giver os en forståelse af, hvad der aktuelt forskes i, i relation til sorg i Danmark på nuværende tidspunkt. Vi vil ikke forholde os til denne diagnosticerings berettigelse i samfundet, vi vil derimod blot forholde os til, at den er med til at forme den måde sorg forstås og begribes på.

### **1.2.2. Psykologisk og sociologisk tradition for forskning i sorg**

Kandidatuddannelsen i sociale interventioner er tværfaglig, og kombinerer blandt andet psykologi og sociologi i forståelsen af sociale interventioner, hvilket vores speciale ligeledes er en kombination af.

Vi finder denne kombination relevant, da den både kan rumme en forståelse af sorg som et socialt fænomen ud fra sociologien, men også en forståelse af sorg som en individuel sorgproces ud fra psykologien. Derfor er en baggrundsviden om både den psykologiske og sociologiske tilgang til sorg relevant at præsentere i dette speciale. Vi vil beskrive dele af psykologiens og sociologiens forståelser af sorg, men med en bevidsthed om, at dette kun indfanger en minimal brøkdel af, hvad der er produceret af viden herom. Vi har udvalgt de dele vi har fundet relevante for indeværende speciale, hvortil vi vil argumentere for, hvad henholdsvis de psykologiske og sociologiske beskrivelser kan bidrage med i vores undersøgelse i afslutningen af dette afsnit.

Siden begyndelsen af det 20. århundrede har psykologien som praksis og videnskab haft stor betydning for, hvordan mennesker i en vestlig kultur forholder sig til tab og sorg. "... *Walter (1996) argumenterer for, at spørgsmålet om sorg som et primært problem i forbindelse med døden fortrinsvis er et sekulært fænomen.*" (Jacobsen & Kofod, 2015:255). Hovedspørgsmålet i det moderne vestlige samfund bliver altså, hvad der sker med en selv når ens elskede dør i stedet for at spørge, hvad der sker med personen efter døden. Der er altså sket en idealisering af sorg som værende et udtryk for den enkeltes værdighed og dybde (Jacobsen & Kofod, 2015:256). I læsningen af forskningsfeltet er det tydeligt, at Freud har sat præg på måden, hvorpå sorg forstås (Roesgaard Mogensen & Engelbrekt, 2013; Kofod, 2015; Guldin, 2010). Freuds klassiske sorgteori har haft en betydningsfuld indflydelse på forståelsen af sorg, og det er først indenfor de seneste år, at disse sorgteorier er blevet revideret (Guldin, 2010:155). Freud normaliserer sorgreaktionen ved at beskrive den som en naturlig del og reaktion på tabet af en nærtstående, og han var optaget af, hvordan sorgen påvirker den sørgende. Freuds sorgforskning indeholder en 'løsrivelse' så den efterladte ikke forventer, at relationen til afdøde kan være på samme måde som den før har været. Den efterladte skal bære den afdøde med sig på en ny måde, og i stedet får skabt, hvad Freud kalder 'symbolsk repræsentation af afdøde', hvor den efterladte kan mærke, at den afdøde er med i visse handlinger og interesser. Det skal altså være en videreførelse af forholdet til den afdøde og ikke løsrivelse (Roesgaard Mogensen & Engelbrekt, 2013:30-32). Med inddragelsen af Freuds overordnede pointer, får vi indsigt i nogle af de individuelle processer, der kan være på spil for den enkelte sørgende. I læsningen af den psykologiske traditions forståelser af sorg er det tydeligt, at teorier om forskellige faser har haft en stor betydning, og hvor sorgprocessen inddeles i stadier som den sørgende går igennem (Gross, 2018; Roesgaard Mogensen & Engelbrekt, 2013; Guldin, 2010; Jacobsen & Kofod, 2015). Dette inddrager vi, da det ligeledes er et udtryk for, hvordan der gennem tiden har eksisteret forestillinger om, hvordan sorg opleves og begribes af det enkelte menneske.



Jacobsen (2010) beskriver, hvordan sociologien i en længere årrække ikke har været optaget af døden og forskningen om døden, og han forklarer dette med; “... *sociologien som et produkt af den fremvoksende modernitet, ligesom det moderne samfund selv fornægtede og fortrængte døden.*” (Jacobsen, 2010:24). Jacobsen tydeliggør, hvordan der er sket en epoke i det senmoderne samfund, og at der er kommet en stigende interesse for at forske i døden inden for det sociologiske felt. Dette er også afstedkommet af en forståelse af, at man ikke længere kan adskille døden fra det øvrige samfundsliv, og at det er et universelt livsvilkår (Jacobsen, 2010:24). Sorg er et socialt fænomen, der er formet af nogle normer og værdier i en samfundsmæssig kontekst. Der udstikker ud af dette nogle normative rammer og retninger for, hvornår og hvordan man skal sørge, samt hvor længe man skal sørge. ”*Sorg er ikke det spontane udtryk for individuel følelse [...] Sorg er ikke en naturlig bevægelse af private følelser, der er blevet såret af et hjerteløst tab; det er en pligt, der påføres af gruppen. Man græder, ikke kun fordi man er ked af det, men fordi man er tvunget til at græde.*” (Jacobsen & Kofod, 2015:261). Dette citat mener vi indfanger essensen af sociologiens betydning i forståelsen af sorg, nemlig hvordan samfundet og mennesker har indvirkning på det enkelte menneskes sorgudtryk. Vi vil eksemplificere, hvordan dette konkret kan komme til udtryk med Brinkmann (2018a), der beskriver, hvordan en bekendt deltog i en begravelse, hvortil hun “... *prøvede at følge dem, der lod til at vide mere end jeg ... så skulle jeg bare forholde mig til skylden over, at jeg ikke kunne græde som de andre ...*” (Brinkmann, 2018b:107-108). Her ses det, hvordan kulturelle og samfundsmæssige normer stadfæster sig i sorgens udtryk, og har indvirkning på det enkelte menneske.

Vi har præsenteret et ganske lille udsnit af psykologiens og sociologiens præg på forståelsen af sorg bestående af helt overordnede måder at begribe og forstå dette på. Vi inddrager den psykologiske tradition, da vi finder den relevant i forståelsen af den individuelle sorgproces. Gennem denne tradition er vi opmærksomme på subjektets individuelle forståelser og oplevelser. Vi mener ikke, at den psykologiske tilgang til sorg kan stå alene i dette speciale, da vi har fokus på, hvordan de sociale og samfundsmæssige aspekter har indvirkning på den enkeltes sorg. Hertil åbner den sociologiske tradition op for en forståelse af at begribe sorg som et socialt fænomen, der er knyttet til kulturelle forventninger og samfundsstrukturer. Sammenfattende er en kombination af disse traditioner med til at forme dette speciales undersøgelse og fokus; informanternes oplevelser af sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger i deres sorgbearbejdning.

### 1.3. Undersøgelsens fokus

De hidtil præsenterede afsnit leder os til at beskrive, hvilket fokus netop denne undersøgelse har, hvortil vi vil præsentere specialets problemformulering, der er omdrejningspunktet for undersøgelsen. I præsentationen af denne, vil vi redegøre for bestemte ordvalg, samt vores refleksioner om, hvordan problemformuleringen er opdelt. Vi vil afrunde dette kapitel med en redegørelse af sociale medier, da disse er en væsentlig del af specialets undersøgelse.

#### 1.3.1. Problemformulering

*Hvilke sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger oplever seks mennesker i deres bearbejdning af sorg, og kan sociale medier forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning?*

Vi har valgt at stille to spørgsmål i ovenstående problemformulering, og vi har gjort os nøje overvejelser omkring rækkefølgen af disse spørgsmål. Vi spørger først ind til seks menneskers oplevelser af sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger i deres sorgbearbejdning. Dette skyldes, at vi først ønsker at forstå gennem analyser, hvilke betingelser og handlemuligheder informanterne oplever at have i deres sorgproces. Derudover skyldes det, at vi vil åbne op for at forstå forskellige menneskers livssituationer, og vise, hvordan nogle af de samme betingelser kan opleves forskelligt samt få forskellige betydninger. Vi spørger ind til *sociale* og *kulturelle* muligheder og begrænsninger. Ved at inddrage sociale muligheder og begrænsninger ønsker vi at få indsigt i sociale samspil, der kan finde sted på sociale medier såvel som i den analoge verden. Med tilføjelsen af begrebet *social* er vores fokus altså at opnå viden om den indvirkning som sociale medier og informanternes hverdagsliv og sorgbearbejdning har på hinanden. Med tilføjelsen af begrebet *kulturel* ønsker vi at indfange de særlige normer og værdier, der kan sætte præg på informanternes muligheder og begrænsninger. I dette vil vi således også fokusere på de kulturelle betingelser, der får forskellige betydninger for informanterne.

Vi spørger herefter om sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning, og dette mener vi først at kunne besvare når vi har afdækket det første spørgsmål. Dette skyldes, at vi må opnå indsigt i de seks informanternes liv for at kunne forstå, hvordan deling af sorg virker heri. Det er altså ud fra analyser af de informanternes oplevelser, at vi vil blive i stand til at kunne besvare spørgsmålet om, hvorvidt sociale medier kan betegnes som en social intervention.

Vi skriver dette med formålet om at vise, hvorfor henholdsvis specialets teoretiske kapitel (kapitel 2) og analyse (kapitel 4) er bygget op med to 'dele'. En del, der har til formål at afdække den første del af problemformuleringen, og en del, der har til formål at afdække den anden.

### 1.3.2. Sociale medier

Sociale medier er en samlet betegnelse for platforme og teknologier, der udbreder social interaktion og kommunikation gennem internettet (Linaa Jensen & Tække, 2013:9). Skall Sørensen diskuterer, hvad de sociale medier betyder for venskaber, og hun argumenterer for, at venskabet har ændret sig med Facebook, men at vedligeholde og praktisere et venskab gennem Facebook er blevet en del af mange danskeres hverdag (Skall Sørensen, 2013:137). Tække pointerer hertil, at det med de sociale medier er blevet muligt at kommunikere med flere forskellige relationer på en og samme gang i samme opslag (familie, kollegaer, gamle skolekammerater og bekendte). Dette har ellers ikke været muligt i den virkelige verden, og dette kan skabe ambivalens for brugerne (Tække, 2013:79-80). Behovet for socialitet og netværksdannelse er ikke nyt, men måden det kan håndteres på er knyttet til de teknologier, der bærer muligheden for netop socialitet og netværksdannelse. Førhen var det eksempelvis pennevenner, der har skabt netværk over store afstande, der også er et udtryk for behovet for socialitet og netværksdannelse. Dette behov kan altså blive opfyldt med sociale mediers eksistens, der er muliggjort med den nutidige teknologi (Brügger, 2013:38-39). Men hvor udbredt er de sociale medier i Danmark? Vi mener, at det er relevant forholde os til, hvor mange danskere, der egentlig bruger sociale medier i vores argumentation for relevansen af lige præcis vores undersøgelse. Hertil har vi fundet at 77 % af danske internetbrugere mellem 16-89 år har benyttet sig af sociale medier. Det fremgår yderligere, at Facebook er det mest anvendte sociale medie blandt danskerne. Der er 53 % brugere i alderen 16-89 år, der bruger Facebook dagligt og for Instagram er det 19 % (Slots- & Kulturstyrelsen, 2018 ¶ Brug af sociale medier i 2018). Dette siger naturligvis ikke noget om, hvor mange mennesker, der benytter sociale medier i deres sorgbearbejdning, men det tydeliggør, hvor udbredte sociale medier er i Danmark. I vores redegørelse af sociale medier, finder vi det relevant at fremhæve, hvad formålet med sociale medier er, og til dette tager vi udgangspunkt i en beskrivelse af Facebook, der er det mest anvendte sociale medie i Danmark. De to centrale elementer for Facebook er: *profilen* og *netværket*. På Facebook har man en personlig profil, der er knyttet til et enkelt individ, og denne kan indeholde oplysninger om: kontaktinformation, civilstand, politiske holdninger, foretrukne bøger, musik og film samt billeder. Med denne profil kan man knytte sig til andre profiler og har mulighed for at indgå i et stort socialt netværk (Brügger, 2013:19-20). Vi har

med denne redegørelse givet et kort indblik i, hvad sociale medier er, samt fremhævet omfanget af brugen af sociale medier. Sociale medier indeholder mange funktioner såsom 'likes' og andet, som vi ikke vil gå i dybden med i dette afsnit. Disse funktioner, samt brugen af dem, vil vi løbende forklare, når de bliver inddraget i specialets analyse. Vi vil i det følgende kapitel præsentere specialets teoretiske afsæt; kritisk psykologi.

## Kapitel 2: Teoretisk afsæt

I dette kapitel vil vi præsentere vores teoretiske ståsted. Vi vil indlede kapitlet med en præsentation af kritisk psykologi og dennes ontologiske og epistemologiske grundforståelser. I dette vil vi argumentere for, hvorfor lige præcis denne måde at betragte viden og videnskab på er relevant i besvarelsen af vores problemformulering. Herefter vil vi præsentere begreber, som vi mener kan åbne op for at få øje på sammenhænge i empirien, og som kan bruges som redskab til at besvare specialets problemformulering. Afslutningsvis vil vi præsentere begrebet social intervention, og hvordan det forstås i dette speciale. Dette gør vi med et formål om at skabe et teoretisk grundlag for at undersøge om deling af sorg på sociale medier kan karakteriseres som en social intervention i relation til sorgbearbejdning.

### 2.1. Udgangspunkt i en subjektvidenskab

Den første del af dette kapitel omhandler en præsentation af kritisk psykologi, som er dette speciales teoretiske afsæt. Den kritiske psykologi bliver også betegnet som det subjektvidenskabelige paradigme, da man i denne tilgang netop inddrager subjektets eget perspektiv, hvor det centrale er menneskets handlinger, betingelser, begrundelser og betydninger. Den kritiske psykologi er oprindeligt udviklet af psykologer, der har været i forbindelse med Psykologisk Institut ved Det Frie Universitet i Vestberlin (Dreier, 2001:46).

#### 2.1.1. Ontologiske og epistemologiske grundforståelser

I specialets problemformulering spørges der ind til subjektets oplevelser, og derfor mener vi, at det er centralt, at vores undersøgelse tager udgangspunkt i et førstepersonsperspektiv, hvor vi får mulighed for at inddrage subjektets eget perspektiv på disse oplevelser. Vi anskuer vores informanter som værende dem, der er eksperter i deres egne oplevelser, muligheder og begrænsninger, som vores problemformulering netop leder op til. På baggrund af et ønske om et førstepersonsperspektiv med et aspekt af 'medforsker' perspektivet (Højholt, 2005:29) argumenterer vi for, at kritisk psykologi er relevant, da dette perspektiv åbner op for muligheden for at inddrage informanterne på denne måde. Dette er således et led i argumentationen for, at et kritisk psykologisk afsæt er relevant for indeværende speciales undersøgelse.

Den første fase i udviklingen af den kritiske psykologi bestod i en ideologikritik af den eksperimentelle psykologi. Kritisk psykologi er altså udviklet som modpart til den eksperimentelle

psykologi. Den anden fase bestod i at udvikle et teoretisk og metodisk grundlag som en marxistisk enkeltvidenskab. Ole Dreier argumenterer netop for, at man ikke blot kunne kritisere den eksperimentelle psykologi, men måtte tænke i andre retninger, og tænke psykologi og marxisme sammen, og dermed gøre det til en marxistisk enkeltvidenskab (Dreier, 1979:8). Dreier inddrager Holzkamp i hans udlægning af, hvorfor denne 'sammenblanding' kan være interessant:

*“Når det er psykologiens opgave at studere enkelte konkrete individer i udvikling, og når deres udvikling foregår som en mikroskopisk del af den samfundsmæssige udvikling, så må den fremgangsmåde, psykologien skal benytte, være en specificering af den almene samfundsanalytiske metode, som marxismen benytter i sit studium af lovene for samfundets udvikling.”* (Dreier, 1979:9).

De marxistiske grundantagelser betragter alt i sin udvikling, altså i et historisk perspektiv, og bliver set i overensstemmelse med det materielle som værende omgivelser, som mennesker selv er medskabere af. Den kritiske psykologi indeholder altså et historisk perspektiv af hele grundlaget, dens empiri og dennes begreber. Dreier argumenterer for, at psykiske processer ikke analyseres som noget, der er løsrevet fra de materielle aspekter, men ud fra de funktioner de har i udviklingen og opretholdelsen af det materielle liv (Dreier, 1979:10). Vi har beskrevet denne historiske kontekst med henblik på at redegøre for det historiske aspekt, der spiller en væsentlig rolle i netop den kritiske psykologis grundantagelser. Vi vil ikke berøre yderligere, hvad de forskellige videnskaber tænkt sammen med marxismen indeholder og medfører, vi har blot skitseret dette for at inddrage en historisk kontekst, der har haft en central betydning i udviklingen af kritisk psykologi. Den kritiske psykologis fokus på det historiske aspekt er ligeledes et argument for, hvorfor dette teoretiske afsæt er relevant i vores undersøgelse. I kapitel 1 redegjorde vi for, hvordan sorgens udtryk har forandret sig både over tid og sted, og dertil får det historiske aspekt en betydning for, hvordan sorgen bliver forstået og begrebet gennem tiden. Den kritiske psykologi muliggør altså et fokus på, at informanternes historie har indvirkning på, hvordan de bearbejder deres sorg, og oplever muligheder og begrænsninger i denne.

Klaus Holzkamp arbejdede på at vise, hvordan den metodiske tilgang i den eksperimentelle psykologi kan medvirke til, at man ikke opfanger ”rigdommen i subjektets konkrete liv” (Dreier, 1998:4). Han forklarede:

*”At insistere på, at psykologisk forskning og praksis skal foretages, tolkes og udvikles inden for rammerne af en enkelt isoleret situation – hvad enten der er den eksperimentelle situation, terapirummet, klasseværelset, e.l. – er et afgørende middel for de professionelle til at bevare kontrollen herover. Ganske vist skaffer det psykologien et transferproblem på halsen om, hvordan en således afgrænset og konstrueret psykologisk viden og intervention kan overføres til andre daglige situationer, som man i princippet intet præcist kan vide om, så længe man kun vil indhente viden inden for den isolerede situations rammer. Men isoleringen og privilegeringen af den eksperimentelle, terapeutiske, undervisningsmæssige osv. setting hindrer tillige psykologien i at beskæftige sig systematisk med, hvilken betydning det har for hver enkelt persons måde at fungere på, at han/hun deltager i flere forskellige settings.” (Dreier, 1998:4).*

Dette relaterer sig til, at vi efterspørger og inddrager et førstehåndsperspektiv i vores undersøgelse. Vi kan altså ikke vide noget om, hvilke begrænsninger og muligheder vores informanter oplever, hvis vi ikke spørger dem om det. Charlotte Højholt argumenterer ligeledes for dette, og beskriver, at kritisk psykologi er et opgør med en idé om, at man kan producere viden løsrevet fra praksis. Højholt beskriver, hvordan videnskab bliver udviklet gennem historiske og samfundsmæssige praksisser (Højholt, 2005:24). Dette relaterer sig ligeledes til, hvordan vi må inddrage informanternes perspektiv for at få viden om, hvilke muligheder og begrænsninger de oplever i deres bearbejdning af sorg, og hvordan sociale medier virker i sammenhæng med andre dele af informanternes liv. Kritisk psykologi indeholder en dialektisme, der omhandler en vekselvirkning, der eksisterer mellem mennesket og verden, og undersøger, hvordan disse gensidigt har indvirkning på hinanden (Jartoft, 1996:182). Den kritiske psykologi erkender altså, at verden som værende det objektive eksisterer uafhængigt af subjektet, men at subjektets erkendelse af verden skaber eksistensen af den (Hunich & Mørck, 2009 ¶ Kritisk psykologi). Til dette vil vi igen drage paralleller til beskrivelsen af, hvordan sorgens udtryk ændrer sig over både over *tid* og *sted*, der fremgår af forrige kapitel. Det historiske dialektiske forhold kommer altså til udtryk her, og i dette ser vi, hvordan mennesket og verden gensidigt har haft indvirkning på, hvordan sorgen er blevet begrebet. Holzkamp beskriver, at målet med kritisk psykologi ikke er at være en teori, men at udlede nye videnskabelige grundbegreber. Ved at gøre dette, er der mulighed for at frembringe nye bestemmelser inden for psykologisk forskning (Holzkamp, 2005:7). Dreier argumenterer for begrebernes funktion og uddyber, at et

subjektvidenskabeligt perspektivs begreber skal ”*tjene som redskaber, der kan vejlede bearbejdningen af disse problematikker ud fra et alment subjektstandpunkt og -perspektiv*” (Dreier, 2001:47). For at besvare specialets problemformulering vil vi inddrage nogle kritiske psykologiske begreber, der kan åbne op for vores empiri og forståelsen af denne. Disse begreber vil vi beskrive og argumentere for i nedenstående afsnit.

## 2.2. Analytiske begreber

Dette afsnit indeholder en redegørelse og argumentation for de begreber vi inddrager i analysen. Det er begreber, som vi mener bedst muligt kan åbne op for sammenhænge og forskelle i empirien. Vi beskrev i forrige afsnit, at subjekters udvikling foregår som en mikroskopisk del af en samfundsmæssig udvikling, og inddrog et citat fra Dreier (1979). Disse sammenhænge og forskelle bliver relevante at undersøge, da de kan indeholde et aspekt af sammenblandingen af den psykologiske og marxistiske tankegang, hvor man både betragter alt i et historisk perspektiv, og i overensstemmelse med det materielle. Vi vil altså også undersøge, hvordan de historiske perspektiver får betydning for informanternes omgivelser og omvendt. De begreber vi har valgt at inddrage i specialet er livsførelse og handlemuligheder. Herudover vil vi benytte begreberne; betingelser, begrundelser og betydninger. Disse begreber vil dog ikke være en del af dette afsnit, da vi vil benytte dem som en analysestrategi, og de vil derfor blive præsenteret i afsnit 4.1.2.

### 2.2.1. Livsførelse

*“There is no human being who is not situated within a scene of everyday life conduct. One can either ignore this world-relatedness (as has hitherto been the case), or else integrate it as an fundamental prerequisite into one’s efforts to develop basic concepts to overcome psychology’s worldlessness from within.”*  
(Holzkamp, 2013:314).

Dette citat beskriver, hvordan mennesker *altid* befinder sig i situationer, hvor de skal integrere situationen i deres daglige livsførelse. Kritisk psykologi tager højde for dette aspekt, hvoraf livsførelses-begrebet er et centralt begreb i dette perspektiv. Dreier beskriver, hvordan livsførelse er et redskab til at indfange menneskets subjektivitet ud fra et standpunkt, der inddrager, hvor og hvordan subjektet lever deres liv i sociale praksisser (Dreier, 2016:15). Menneskers subjektivitet bliver mere håndgribelige og forståelige når det studeres, hvordan subjektet fungerer og udvikler sig



ved at involvere sig selv i den verden og i de omgivelser, de lever i. Dreier beskriver yderligere, at man førhen inddrog situationer, men det var for abstrakt og man måtte derfor se på, hvordan subjektet lever deres hverdagsliv og forstå situationer som en del af denne (Dreier, 2016:16-17). Dreier beskriver videre:

*“We gain a richer and more adequate grasp of persons as social beings by analyzing how they conduct their everyday life. It also lets us inquire into how the abilities, experiences, reasons, understandings, concerns, etc. of persons are associated with their conduct of life and affected by it, as well as how socio-structural forces their conduct of life.”* (Dreier, 2016:17).

Det er altså en interesse i at undersøge, hvordan subjekters hverdagsliv har indvirkning på, hvordan de oplever forskellige situationer, samt hvordan dette har et dialektisk forhold til de samfundsmæssige strukturer. Holzkamp beskriver livsførelse som værende en aktivitet, man udfører hver evig eneste dag med formålet om at organisere, integrere samt konstruere ens dagligdag på en måde, så de forskellige og modstridende krav imødekommer individet og dermed kan forenes og ordnes. Livsførelse sætter altså fokus på de aktiviteter, kontakter og relationer som mennesker gør for, at deres deltagelse forskellige steder integreres og dermed hænger sammen i en hverdag (Holzkamp, 1998:27). Daglig livsførelse kan åbne op for forståelser af, at mennesker indgår i forskellige praksisser, samt at de enkelte praksisser og aktiviteter kun er et aspekt af de aktiviteter og praksisser man ellers deltager i. Det er også et begreb, der henviser til, at mennesker bevæger sig på tværs af mange handlesammenhænge i deres livsførelse, og analytisk kan det åbne op for nogle forskelle samt ligheder i organiseringen af handlesammenhænge i forskellige handlemuligheder. Det kan være handlemuligheder, der foregår forskellige steder og ud fra forskellige positioner som mennesker besidder, og lige så vel måder at deltage på i de forskellige handlesammenhænge (Kousholt, 2013:188). Dette begreb kan altså også åbne op for de modsætninger, der kan opstå og være på tværs af forskellige praksisser. Vi mener, at begrebet livsførelse er relevant i dette speciale, da vi gennem dette kan få indsigt i de mange forskellige sammenhænge informanterne deltager i, og herunder, hvordan deres sorg er integreret og får betydning i disse. Livsførelses-begrebet åbner op for informanternes deltagelse på tværs af forskellige praksisser i deres liv, samt hvordan de er integreret og organiseret. Begrebet er centralt i relation til at forstå sociale mediers betydning i informanternes liv, da det kan give en forståelse, hvordan sociale medier virker i forskellige dele af informanternes liv.

### **2.2.2. Handlemuligheder**

Handlemuligheder er et centralt begreb inden for kritisk psykologi, og dette indebærer en forståelse af, at menneskers handling og rådighed bliver sat i fokus. Det er, som vi har beskrevet i ovenstående afsnit, også et opgør med de eksperimentelle psykologiske teorier, hvor netop dette bliver set som værende determinerende af ydre eller indre forhold (Dreier, 1979:8). Da vi vil undersøge informanternes muligheder og begrænsninger i deres sorgbearbejdning, er vi interesserede i at undersøge, hvilke handlemuligheder de har samt kan agere ud fra: *“Each individual's existential orientation is a subjective aspect of the type and degree of her/his agency - that is, opportunities to act and constraints on those opportunities.”* (Holzkamp, 2013:20). Den eksistentielle orientering er altså et subjektivt aspekt af de typer og grader af muligheder og begrænsninger som et subjekt har i forhold til at handle i forskellige situationer. Dette er i relation til, at vi undersøger, hvilke muligheder og begrænsninger informanterne har i deres sorgbearbejdning, hvor vi blandt andet vil inddrage omstændighederne omkring tabet og undersøge, hvordan eksempelvis dette får betydning for informanternes handlemuligheder. I den forbindelse finder vi det også relevant at beskrive, hvad der sker med mennesket, når mennesket har begrænsede handlemuligheder. Ifølge Dreier er et menneskets subjektive velbefindende afhængig af graden af rådighed over sine livsbetingelser (Dreier, 2008:36). I vores speciale kan vi benytte dette til at forstå, hvad begrænsede handlemuligheder har af følelsesmæssige betydninger for informanterne. Handlemuligheder indeholder ifølge Holzkamp to momenter; rådigheden over livsbetingelser med modsigelsesfyldte og spontane processer, og samtidig er det et forhold mellem begrænsninger og muligheder (Holzkamp, 2005:19). Dette vil vi blandt andet inddrage når vi undersøger om informanterne har oplevet hjælp som en mulighed eller begrænsning, hvor hjælp kan være enten professionel hjælp eller sociale medier. Vi vil desuden inddrage ovenstående fra Holzkamp, hvor vi vil undersøge, hvorvidt informanterne har oplevet en rådighed over deres egne livsbetingelser i deres bearbejdning af sorg. Sammenfattende inddrager vi begrebet handlemuligheder for at få en forståelse af, hvilke muligheder og begrænsninger informanterne har, og hvordan de navigerer i disse, og samtidig forsøger at besidde en rådighed over dem. Vi ønsker altså at få en forståelse af, hvilke betingelser de har i deres sorgbearbejdning og vi kan med begrebet åbne op for en bredere forståelse af dette.

### **2.3. At producere viden med et kritisk psykologisk afsæt**

Ifølge Højholt betragtes viden i kritisk psykologi som åben, ufuldstændig og som en del af noget fra en særlig vinkel. Viden er altså ikke entydig, og viden bliver på den måde knyttet til at søge forståelser

af komplekse sociale sammenhænge. Og hertil er en vigtig pointe, at man i denne søgen er opmærksom på, at forhold er forbundet, og derfor ikke kan forstås isoleret (Højholt, 2005:27). Vi vil i de følgende afsnit redegøre for, hvordan forskning og vidensproduktion kan begribes med et kritisk psykologisk afsæt, hvortil vi sætter det i relation til dette speciale, og hvordan dette gør sig gældende for designet af vores undersøgelse. Men vi vil også redegøre for nogle kriterier vi finder relevante for vores undersøgelse, der har udgangspunkt i kvalitativ forskning generelt. Brinkmann og Tanggaard (2015) skriver i forbindelse med kvalitet i kvalitative studier om *transparens*. Vi bestræber os på i indeværende speciale på at gøre vores planlægning og udførelse af interviews samt vores tilgang til empirien og analyse af denne så gennemsigtig som muligt. Ikke med henblik på, at det skal være muligt at gentage denne, som er målet i den eksperimentelle forskning, hvor reliabilitet er i fokus, men for at give læseren mulighed for at vurdere sammenhængen af de fremlagte analyser og konklusioner (Brinkmann & Tanggaard, 2015:523-524). Vi har arbejdet med at gøre vores undersøgelse transparent gennem hele formidlingen. Herudover er hensigten med dette teoretiske kapitel at fremlægge, hvilket teoretisk afsæt dette speciale er forankret i, da dette ligeledes kan højne kvaliteten af en kvalitativ undersøgelse - altså at der kohærens (Brinkmann & Tanggaard, 2015:529). Ved at anlægge et kritisk psykologisk perspektiv på problemstillingen får dette betydning for, hvad vi får øje på i empirien. Hvis vi havde haft et andet teoretisk udgangspunkt, havde vi ikke haft denne tilgang til empiriproduktionen og analysen, og dette får naturligvis betydning for, hvad vi i sidste ende kan konkludere. Validiteten af dette specialets vidensbidrag afhænger altså blandt andet af transparensen og kohærens af vores undersøgelse. Der er nogle særlige elementer som vi mener ligeledes betydning for vores vidensproduktion. Disse knytter sig til, hvordan man producerer viden med et kritisk psykologisk afsæt. I det følgende afsnit vil vi præsentere begrebet praksisforskning i relation vidensudvikling samt begrebet almengørelse.

### **2.3.1. Praksisforskning som forståelse i relation til vidensudvikling**

Vi har redegjort for, at man med et kritisk psykologisk afsæt ikke kan se viden løsrevet fra praksis. I den forbindelse vil vi i dette afsnit inddrage og redegøre for begrebet praksisforskning for at tydeliggøre vigtigheden af, at man ser viden som en del af praksis. Vi er bevidste om, at Højholt taler ud fra en anden praksis end den vi arbejder med, men vi mener, at det er relevant at inddrage denne forståelse af praksis i dette speciale, da vi også har tilgået vores undersøgelse ud fra denne forståelse.

Praksisforskning betegnes som en særlig måde at organisere forskning på, og ifølge Højholt skal det betegnes som ”*forståelsesmåder og organiseringer af forskning end som en egentlig*

'metode'" (Højholt, 2005:22). Højholt argumenterer yderligere, at der er noget på spil i praksisser, at viden er knyttet til, hvad deltagerne gør i disse praksisser, samt hvilken betydning både muligheder og dilemmaer har for deres aktiviteter. Dermed kategoriserer hun viden som værende situeret, fordelt og historisk (Højholt, 2005:26). Ifølge Højholt, udspringer praksisforskning af et opgør med udgangspunktet for videnskabelighed - et opgør med ideen om, at man skulle være i stand til at skabe viden, der er løsrevet fra praksis (Højholt, 2005:23-24). Højholt skitserer nogle nøgleord fra praksisforskning: "*forstå og organisere forskning som en enhed mellem vidensudvikling og praksisudvikling. Det handler om samarbejde i forskningsprocessen, om deltagelse, medforskning, udvikling*" (Højholt, 2005:29). Vi vil tydeliggøre, at Højholt henviser til en anden praksis, end den vi arbejder i. Højholt henviser til skoleklasser og børneområdet som praksis, men vi vil argumentere for, at vi kan benytte hendes definition og beskrivelse af praksisforskning i den praksis, vi undersøger: sorg som praksis. I kapitel 1 har vi løbende beskrevet, hvordan sorgen kommer til udtryk på tværs af tid af sted, samt hvordan man kan bearbejde sorgen på forskellige måder. Vi beskrev også, hvordan teknologien har sat sit præg på sorgens udtryk. Disse forskellige beskrivelser og redegørelser medvirker til, at vi kan anse sorgen som en praksis. En sorgpraksis er naturligvis ikke et 'sted' man kan gå hen, såsom en skole, en daginstitution eller en arbejdsplads. Men med inddragelsen af praksisbegrebet, der netop omhandler, at viden er knyttet til, hvad mennesker gør, og hvilken betydning dette har i deres liv, finder vi det ligeledes relevant for undersøgelsen af informanternes sorgbearbejdning. Vi vil gennem specialet referere til dette som *sorgpraksis*.

### **2.3.2. Almengørelse**

Vores undersøgelse indeholder seks interviews med informanter, der alle har mistet en til døden, og delt deres sorg på sociale medier. Vi vil uddybe vores undersøgelse yderligere i det næste kapitel omhandlende vores metodiske overvejelser, men først vil vi redegøre for, hvad de seks interviews kan bidrage med i relation til at producere viden med et kritisk psykologisk afsæt. Holzkamp skriver:

*"... vi må finde et almengørelsesbegreb på et andet plan end dette begreb om hyppighedsalmengørelse, hvor mennesker i grunden kun kan forstås som undtagelser. Det må uden indskrænkning indeholde 'den til enhver tid værende mig's' ... unikhed, og alligevel må en almengørelse være mulig."* (Holzkamp, 2005:27).

Dette citat ser vi i sammenhæng med, hvordan kritisk psykologi er udviklet som et opgør mod den eksperimentelle psykologi. Vi forstår, at Holzkamp adresserer, med begrebet *almengørelse*, hvad man også kunne kalde generalisering som den kvalitative forskning ofte har fået kritik for ikke at være i stand til (Kvale & Brinkmann, 2015:229). Årsagen til, at vi inddrager dette i relation til at producere viden med et kritisk psykologisk afsæt skyldes, at vi gør os overvejelser om, hvad vi med denne undersøgelse i sidste ende kan være i stand til at konkludere. Ifølge Holzkamp handler det om at skabe en fremgangsmåde i en almengjort form som subjektet kan benytte til at “... *forstå de betingelser, hvorunder de kan opnå rådighedsudvidelse og forbedring af deres livskvalitet inden for den konkrete problemstilling ...*” (Holzkamp, 2005:28). Det vil altså sige, at analysen af de seks interviews med seks forskellige fortællinger i dette speciale, danner grundlag for udledelsen af en almengørelse af menneskers sorgpraksis. Holzkamp skriver netop “... *i denne konkrete problemstilling ....*” (Holzkamp, 2005:28), og i forhold til dette skriver Kousholt: “*Almengørelse er nemlig også et tilbud om en processuel uafsluttelig analyse (...) og almengørelse i en kritisk psykologisk forstand handler dermed også om en intersubjektiv fælles skaben, hvor analyser og konklusioner ikke kun er den enkelte forskers og ikke afsluttes for hver analyse, for hver konklusion.*” (Kousholt, 2018:257). Relateret til, hvad Holzkamp beskrev om den konkrete problemstilling, kan denne beskrivelse af almengørelse vise, hvordan en almengørelse netop er med til at afslutte en given analyse af en bestemt praksis. Dette betyder altså, at man med en almengørelse kan fremhæve, hvad der kan være på spil i praksis, men med et kritisk psykologisk afsæt må man således altid sætte spørgsmålstejn ved, hvad der foregår og fylder i praksis og undersøge nye perspektiver på dette. Vi vil i dette speciale inddrage begrebet almengørelse med en bevidsthed om, at dette ikke er lig med en endegyldig konklusion af de informanternes muligheder og begrænsninger i sorgbearbejdning. Almengørelse kan bidrage til en udvikling af viden om sorgpraksis, der kan medtages i andre undersøgelser om dette, hvorved der kan videreudvikles på det. Vores undersøgelse kan altså bidrage til at skabe forståelse af nogle almene betingelser, der får særlig betydning for informanternes handlemuligheder i deres sorgbearbejdning.

## **2.4. Sociale medier som social intervention?**

Den anden del af specialets problemformulering lyder: *og kan sociale medier forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning?* For at besvare dette spørgsmål er det vigtigt at klarlægge, hvad vi forstår ved begrebet social intervention. I dette afsnit vil vi præsentere forskellige måder at forstå dette på med udgangspunkt i en række forskellige forskeres arbejde med social intervention.

Formålet er at vise, hvordan der er forskellige måder at opfatte begrebet social intervention på, så vi kan inddrage disse i vores analyse af, hvorvidt sociale medier i relation til sorgbearbejdning kan forstås som en social intervention. Vi vil altså med udlede en række kriterier, der kan karakterisere en social intervention, der kan bruges i specialets analysedel 2.

Der arbejdes med interventioner mange steder i verden, og dette er et omfattende internationalt felt i sig selv, hvilket vi har afgrænset os fra at klarlægge i dette speciale. I dette speciale beskæftiger vi os med at forstå sorg i relation til sociale medier i en dansk kontekst, hvorfor vi vil fokusere på, hvordan der arbejdes med sociale interventioner i Danmark. Dette er også et omfattende felt, hvorfor vi har afgrænset os til at arbejde med forståelser af sociale interventioner med udgangspunkt i antologien *'Social intervention: meningsfuld indgriben i menneskers liv'* (2016), der kan betragtes som en grundbog på kandidaten i sociale interventioner. Begrebet social intervention bliver beskrevet med en opdeling af begrebet således, at der først defineres, hvordan begrebet intervention forstås, og herefter betydningen af begrebet social i en intervention (Dupret, Krøjer & Nielsen, 2016). Dupret, Krøjer og Nielsen skriver om begrebet intervention: "... samlet betyder intervention således at 'komme imellem' eller 'at lægge sig imellem' - eller i mere almindeligt talesprog at 'gribe ind', sådan at et ellers forventet udfald forhindres." (Dupret, et al., 2016:11). Deres kapitel i antologien er et introducerende kapitel til sociale interventioner, hvorfor vi vil benytte dette til at redegøre for sociale interventioner, samt hvad dette indebærer. Ifølge disse forskere præciserer definitionen ikke nærmere, hvad og hvor interventionen finder sted, men hovedpointen er, at der med en intervention fremkommer et brud med en given eller selvfølgelig udvikling (Dupret, et al., 2016:11). I denne definition af begrebet intervention, retter vi særlig opmærksomhed mod det aspekt, der forholder sig til, at der sker et brud med en ellers selvfølgelig udvikling. I relation til sorgbearbejdning er vi interesseret i at undersøge om informanternes deling af sorg på sociale medier kan være med til at skabe dette brud på en ellers selvfølgelig udvikling i sorgprocessen. Med andre ord: om deling af sorg på sociale medier kan skabe en *forandring* for informanterne i deres sorgproces. Og netop dette kan være med til at svare på, om sociale medier kan forstås som en social intervention. Vi vil i afsnit 2.4.2. redegøre for tilføjelsen af 'social' til social intervention, hvor vi vil tage udgangspunkt i begrebet meningsfuldhed.

#### **2.4.1. Et konstateret behov?**

*"I dag anvendes interventionsbegrebet dog i stigende grad som akademisk, professionelt eller fagligt begreb inden for en række felter, hvor det kan referere til*

*et i udgangspunktet ret uspecifikt, men konstateret behov for professionel, faglig -  
og hermed underforstået også vidensbåren og autoritativ - indsats eller indgriben.”*

(Dupret, et al., 2016:11).

Med dette uddrag vil vi først og fremmest fremhæve; ‘et konstateret behov’. Hertil forstår vi af ovenstående præsentation af interventionsbegrebet, at nogle andre, såsom fagpersoner, forskere eller politikere, konstaterer et i udgangspunktet uspecifikt behov, der skal løses gennem en indsats eller indgriben. Vi vil med ovenstående uddrag rette opmærksomhed på om sociale medier kan karakteriseres som en social intervention i relation til sorg på trods af, at der ikke er nogle, der som sådan har konstateret et behov for en indgriben. I forhold til spørgsmålet om, hvem der bestemmer indholdet af en intervention hæfter vi os ved Dupret, Krøjer og Nielsens beskrivelse af, hvordan man i stigende grad forbinder interventioner med begreber som akademisk, professionel, faglig, vidensbåren eller autoritativ. I vores speciale vil vi inddrage disse begreber i en diskuterende analyse af, hvorvidt sociale medier kan forstås som en social intervention. Vi finder dette relevant, da man ved at forstå interventioner ud fra disse begreber risikerer at lukke øjne for den før beskrevet forandring, der kan forekomme på trods af, at interventionen ikke er faglig og vidensbåren. I den forbindelse stiller vi spørgsmål ved, om en social intervention kan opstå på trods af, at den ikke er professionel, autoritativ, akademisk, faglig og vidensbåren?

Med udgangspunkt i ovenstående finder vi det relevant at undersøge om sociale medier kan skabe et brud med en ellers selvfølgelig udvikling. Vi kalder dette brud for en *forandring*, og vi undersøger netop om informanterne oplever, at sociale medier har skabt en forandring for dem i deres sorgproces - både på godt og ondt. Herudover har vi i det ovenstående redegjort for, at Dupret, Krøjer og Nielsen forbinder social intervention med faglighed og viden, hvortil brugen af sociale medier i relation til sorg ikke nødvendigvis har udgangspunkt i disse begreber. Og her er vi nysgerrige på, om en forandring kan finde sted og karakteriseres som en social intervention på trods af, at viden og faglighed ikke er tilstedeværende? Vi vil ud fra ovenstående uddrage nogle forskellige fokuspunkter som vi vurderer er relevante i vores analyse af, hvorvidt sociale medier kan forstås som social intervention i relation til sorgbearbejdning. Fokuspunkterne er: 1) om sociale medier kan skabe en forandring for informanterne i deres sorgbearbejdning, og 2) om sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning, selvom det ikke er professionelt og vidensbåret.

### 2.4.2. Meningsfuldhed

Hvordan ved man om de implicerede i en social intervention finder interventionen relevant og bidragende til deres liv? Vi vil præsentere begrebet meningsfuldhed og betydningen af dette i sociale interventioner, da dette kan åbne op på forståelsen af, hvorvidt sociale medier i relation til sorg kan forstås som en social intervention. Meningsfuldhed er et centralt begreb i Dupret, Krøjer og Nielsens forståelse af social intervention, da de opfatter meningsfuldhed som det, der afgør om en intervention kan opfattes som social. De arbejder med begrebet meningsfuldhed som noget, der opleves subjektivt, men som produceres socialt i samspil med mennesker og med samfundsmæssige aktører samt institutioner (Dupret, et al., 2016:9). I relation til sociale interventioner beskriver de, hvordan menneskers oplevelse af meningsfuldhed er central for, at mennesker oplever en intervention som værende et værdifuldt bidrag til deres hverdagsliv og dermed, at mennesker finder interventionen værd at involvere sig i. På den måde er meningsfuldhed og deltagelse ifølge Dupret, Krøjer og Nielsen snævert forbundet (Dupret, et al., 2016:9). *“Samfundet og det sociale ser forskelligt ud fra forskellige menneskers perspektiver, og det kan give anledning til modstridende opfattelser af interventioners mål og midler.”* (Dupret, et al., 2016:11). Der beskrives her det uundgåelige konfliktpotentiale som interventioner rummer med tilføjelsen af begrebet *social* til intervention. De beskriver også dette som *“... modstridende opfattelser af meningsfuldhed ...”* (Dupret, et al., 2016:11). Inddragelsen af begrebet meningsfuldhed i sociale interventioner finder vi relevant, da dette kan give os en forståelse af, hvordan sociale medier opleves af informanterne. Dog argumenterer vi for, at vi med vores teoretiske afsæt må inddrage en definition af meningsfuldhed, der er forankret i en kritisk psykologisk tilgang.

Juhl (2016) analyserer tidlig indsats på børneområdet som social intervention, og i den forbindelse har hun fokus på, hvordan socialpolitik søger at skabe sociale forandringer og betydninger af disse i social praksis (Juhl, 2016:52). Juhl forsker i en anden praksis end vi gør, men hendes forståelse af social meningsfuldhed i forbindelse med sociale interventioner vurderer vi, at kunne gøre brug af i vores undersøgelse af informanternes sorgpraksis. Dette skyldes, at hendes forskning er teoretisk forankret i den kritiske psykologi, ligesom vores undersøgelse er. Juhls forståelse af social meningsfuld er, at man må udforske meningsfuldhed med udgangspunkt i, hvilken betydning en intervention får i menneskers dagligdag (Juhl, 2016:53). Herudover pointerer Juhl, at det sociale aspekt af meningsfuldhed henviser til graden af de impliceredes inddragelse i interventionen (Juhl, 2016:53). Med Juhls fokus på menneskers inddragelse forstår vi, at meningsfuldhed kobles til rådighed. Vi har tidligere i dette kapitel argumenteret for inddragelsen af begrebet handlemuligheder,



og hvordan menneskets velbefindende afhænger af graden af rådighed over egne livsbetingelser (Dreier, 2008:36). Derfor finder vi det nærliggende at inddrage denne forståelse af begrebet meningsfuldhed, der er koblet til rådighed. Med begrebet meningsfuldhed kan vi altså åbne op for de dele af empirien, der relaterer sig til sociale mediers betydning for informanterne, og undersøge om sociale medier er meningsfuld for dem i relation til deres sorgbearbejdning. Vi vil inddrage Dreiers definition af begrebet intervention, da vi argumenterer for, at hans definition understøtter, hvordan man bør forholde sig til betydningen af interventionen i menneskets liv. Dreier beskæftiger sig med psykologiske interventioner, og hans definition af disse tager udgangspunkt i hans beskrivelse af daglig livsførelse. I dette speciale undersøger vi sociale medier som en social intervention, hvorfor vi ikke vil forholde os yderligere til betydningen af psykologisk i relation til intervention. Men vi finder Dreiers definition relevant at inddrage, da den netop understøtter vores tilgang til begrebet meningsfuldhed, og sætter det i sammenhæng til informantens øvrige hverdagsliv. Han skriver: "*En given interventions betydning og virkning afhænger af den særlige måde, hvorpå en klient fører sit dagligliv.*" (Dreier, 2014:13). Ud fra denne forståelse vurderer vi, at vi ikke kan svare på om sociale medier er en meningsfuld social intervention for informanterne sorgbearbejdning, hvis ikke vi undersøger deres øvrige hverdagsliv. Med andre ord: vi kan ikke opnå forståelse af, hvordan de sociale medier virker i informanternes sorgbearbejdning, hvis ikke vi forholder os til de forskellige praksisser de deltager i ud over deres sorgpraksis. Her bliver det tydeligt, at det er en forudsætning at behandle den første del af problemformuleringen, der omhandler informanternes oplevelse af sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger i deres sorgbearbejdning, før vi bliver i stand til at svare på, om sociale medier er en meningsfuld intervention i relation til deres sorgbearbejdning.

Sammenfattende om dette teoretiske afsnit om sociale medier som en social intervention, vil vi uddrage en række kriterier vi vil benytte i analysen af, hvorvidt sociale medier kan forstås som en social intervention i informanternes sorgbearbejdning. Først og fremmest vil vi undersøge, om sociale medier har skabt et brud med en selvfølgelig udvikling, altså en forandring for informanterne. I den forbindelse vil vi rette fokus på om informanterne oplever den eventuelle forandring som meningsfuld. Det vil altså sige, hvilke betydninger forandringerne har haft i informanternes liv, og om informanterne med disse forandringer har haft rådighed over egne livsbetingelser. Derudover vil vi i en diskuterende analyse undersøge om sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning på trods af, at den ikke er professionel, autoritativ, akademisk, faglig og vidensbåren. I den forbindelse vil vi ligeledes diskutere, hvordan behovet for hjælp til informanternes sorg bliver konstateret ud fra nogle samfundsmæssige normer.

## Kapitel 3: Metodiske overvejelser

Dette kapitel har til formål at skabe gennemsigtighed for, hvordan vi har planlagt og udført specialets undersøgelse. Vi præsenterede i forrige kapitel, at vi undersøger med et subjektvidenskabeligt afsæt, og det fremgår, hvordan specialets problemformulering har været altafgørende for, hvilket perspektiv på viden vi mener er hensigtsmæssigt i dette speciale. Dette gør sig ligeledes gældende i relation til metodevalget. I designet af undersøgelsen har vi derfor taget udgangspunkt i specialets problemformulering. Med andre ord: problemformuleringen kalder på et bestemt valg af metode, og derfor vil dette kapitel også omhandle en argumentation for, hvorfor vi har valgt interview som metode.

Kapitlet indledes med en præsentation af designet af undersøgelsen. Herunder vil vi præsentere begrebet praksisforskning, samt hvordan og i hvilken grad dette er inddraget i undersøgelsen. Dernæst vil vi redegøre for, hvorfor vi har valgt at benytte os af interview som metode, hvor vi også vil præsentere, hvordan interviewene er designet og udformet. Afslutningsvist vil vi redegøre for, hvordan vi kan se vores seks interviews som handlesammenhænge. Gennem kapitlet vil vi præsentere etiske refleksioner samt mulige dilemmaer vi har oplevet gennem undersøgelsen.

### 3.1. Praksisforskning som særlig arbejdsmåde

De følgende afsnit omhandler først og fremmest en introduktion til begrebet praksisforskning i relation til vores metodiske overvejelser. Dernæst vil vi argumentere for, hvilken indflydelse grundtankerne ved praksisforskning har haft for vores måde at designe vores undersøgelse. Højholt skriver: “ ... *praksisforskning som en særlig arbejdsmåde og forståelse i relation til vidensudvikling.*” (Højholt, 2005:22). Den særlige arbejdsmåde som Højholt fremhæver, er netop det vi vil fokusere på. Den særlige arbejdsmåde Højholt refererer til, vælger vi at benytte som metodisk inspiration i organiseringen af vores undersøgelse. Ifølge Højholt må praksisforskning forstås som forståelser og organiseringer af forskning, snarere end en egentlig metode (Højholt, 2005:22). Vi har valgt at benytte interview som metode i dette projekt, og måden, hvorpå vi har planlagt og udført disse interviews er med inspiration fra praksisforskning. På den måde er praksisforskning netop en særlig forståelse og organisering af vores undersøgelse, og ikke en egentlig metode. Men hvad er så særligt ved denne måde at forstå og organisere forskning, og hvorfor er denne måde at tænke på relevant for besvarelsen af vores problemformulering?

### 3.1.1. Samarbejde om forskningen

Ifølge Højholt er vi alle uvidende i den forstand, at når vi ønsker at udvikle viden om noget, er der noget vi mangler viden om (Højholt, 2005:29). I dette projekt mangler vi viden om, hvilke sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger informanterne oplever i bearbejdningen af deres sorg. De subjektive oplevelser af disse muligheder og begrænsninger i sorgbearbejdningen mangler vi altså viden om med henblik på at kunne udvikle viden om forståelsen af sociale medier som social intervention i sorgbearbejdning. For at få adgang til den viden vi mangler om informanternes oplevelser af muligheder og begrænsninger i sorgbearbejdningen, har vi med inspiration fra praksisforskningen valgt at betragte vores interviews som et samarbejde mellem os som forskere og vores informanter. Ifølge Højholt omhandler praksisforskning samarbejde i forskningsprocessen - Højholt kalder også dette for demokratisering af forskningen (Højholt, 2005:29). Det er dette samarbejde som vi anser som værende særligt ved praksisforskningen, og som vi har fundet inspiration i til vores planlægning og udførelse af interviews. Ifølge Højholt kan et forskningssamarbejde foregå på mange forskellige måder - alt fra et samarbejde om et enkelt interview til et flerårigt samarbejde. Højholt pointerer, at det ikke omhandler kvantitet af samarbejdet (hvor meget og hvor tæt et samarbejde), men om at overskride den relation, der oftest er mellem forskere og informanter (Højholt, 2005:29). Vi har arbejdet med at forsøge at overskride denne relation på flere måder. Først og fremmest har vi valgt at foretage et indledende interview i begyndelsen af vores empiriproduktion. Vi kalder dette for et *forberedende interview*. Afholdelsen af det forberedende interview skyldes, at vi måtte erkende, at på trods af vores egne forestillinger og forforståelser af, hvad der var betydningsfuldt i en sorgpraksis, havde vi behov for en indsigt i, hvilke emner og problemstillinger der kan være gældende i praksis. Det fungerede altså som en kvalificering af interviewspørgsmålene i den forstand, at dette interview hjalp os og guidede os til at spørge ind til de tematikker og problemstillinger som begrundes betydningsfulde for vores informanternes handlinger, adfærd og oplevelser. Udover at afholde et forberedende interview forud for de resterende interviews, består samarbejdet med informanterne i undersøgelsen af, at vi har informeret informanterne om, hvordan vi betragter dem i vores undersøgelse, nemlig som 'dem, der ved bedst'. Højholt beskriver, hvad hun mener med begrebet medforskning som vi er inspireret af: "*Et interview kan på den måde udvikle sig til en fælles søgeproces.*" (Højholt, 2005:39). Vi har netop gjort vores informanter opmærksomme på, at vi betragter dem som 'dem, der ved bedst', og at de besidder en særlig viden om deres oplevelser og deres situation som vi søger viden om. Med andre ord kan man sige, at vi gennem interviewet i samarbejde med informanterne i fællesskab har søgt sammenhænge af, hvilke betingelser, der har haft betydning for deres håndtering af sorgbearbejdningen.

### 3.1.2. Forskellige forståelser af praksis

*“For ikke at lade os fastholde og måske begrænse af de selvfølgelige forståelser, vi umiddelbart er vant til at tænke i, kommer vi i praksisforskning netop til at arbejde med forskellige forståelser. Det betyder ikke, at vi skal stille os kritiske op over for enhver umiddelbar forståelse, men nærmere at vi må erkende, at der er flere måder at forstå på, og allerede denne erkendelse giver os mulighed for at kigge på selve forståelserne og se sammenhænge mellem dem.” (Højholt, 2005:30).*

Vi inddrager ovenstående citat, da vi finder det relevant i forbindelse med en præsentation af, hvilken betydning forskellige forståelser af praksis har for vores metodiske overvejelser. Ifølge Højholt kommer man nemlig i praksisforskning til at arbejde med forskellige forståelser af praksis (Højholt, 2005:30). Vi beskrev i forrige kapitel, hvordan vi i dette speciale undersøger i sorgpraksis. Højholt forsker i børn og skoleliv, og derfor henviser hun i citatet til forskellige forståelser af lige præcis denne praksis, der eksempelvis kunne være professionelles og forældres forståelser. I vores undersøgelse har vi ikke inddraget professionelle såsom psykologer, da vi i problemformuleringen spørger ind til de *sørgendes* oplevelse af muligheder og begrænsninger. I indledningen til dette kapitel skrev vi, at problemformuleringen er afgørende for de metodiske valg vi har foretaget, og da vi ikke i problemformuleringen søger et professionelt perspektiv på sorgbearbejdning argumenterer vi for, at det ikke er relevant at inddrage professionelles syn på dette. Vi baserer altså vores undersøgelse på de seks informanternes oplevelser. Men det betyder ikke, at der ikke kan være flere forståelser af praksis blot fordi vi kun har taget udgangspunkt i seks informanter og én målgruppes oplevelser. Derfor mener vi, at Højholts tilgang til praksis ligeledes er relevant i vores undersøgelse. Højholt beskriver i ovenstående citat, hvordan man må erkende, at der er flere måder at forstå på, fremfor at stille sig kritisk over for forståelserne. I vores undersøgelse betyder dette, at vi går til praksis med et udgangspunkt af, at informanternes eventuelle forskellige forståelser af sorgpraksis er relevante og kan lære os mere om den praksis vi undersøger i. Det betyder, at vi ikke har stillet os kritiske overfor modsætningsfyldte forståelser, men i stedet har forsøgt at åbne op for dem med sigtet om at forstå betydningen af forskellige begrundelser.

## 3.2. Interview som metode

I nedenstående afsnit vil vi argumentere for, hvorfor vi mener, at interview som metode er hensigtsmæssig til at producere specialets empiri. Vi vil præsentere, hvordan vi har designet en

interviewguide som vi mener kan være medvirkende til, at vi kan producere empiri, der kan danne grundlag for besvarelsen af vores problemformulering. Dernæst vil vi præsentere, hvordan udførelsen af interviewene er foregået. Vi har været opmærksomme på, at vi udforsker og undersøger et emne i en følsom praksis, hvor der kan komme følelser til udtryk i interviewsituationen. Derfor vil vi således også uddybe, hvordan vi har håndteret dette.

### **3.2.1. At interviewe i en sorgpraksis**

“*Det kvalitative forskningsinterview forsøger at forstå verden ud fra subjekternes synspunkter, udfolde betydningen af deres oplevelser og afdække deres levede verden forud for videnskabelige forklaringer.*” (Kvale & Brinkmann, 2015:19). Sådan introducerer Kvale og Brinkmann (2015) til interviewforskningen. Vi spørger i vores problemformulering ind til informanternes *oplevelser* af sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger i bearbejdning af sorg, og derfor mener vi, at det er centralt, at vores undersøgelse tager udgangspunkt i et førstepersonsperspektiv, hvor vi får mulighed for at inddrage subjektets eget perspektiv på disse oplevelser. Med dette mener vi ikke, at det er målet at nå frem til subjektets indre, men målet er at frembringe deres personlige fortællinger om det at være i sorg, således at vi kan forstå, hvordan betingelser stiller sig for den enkelte og får forskellige betydninger. Målet bliver således at forstå det særlige i det almene. Med andre ord: målet er ikke at producere viden om informanterne, men om den sorgpraksis, som de er en del af. Derudover er det centralt for vores teoretiske afsæt at muliggøre og frembringe forståelser af, hvordan de sørgendes sorgpraksis er forankret i deres øvrige liv således, at vi muliggør en forståelse for betydningerne og sammenhænge ved de sørgendes sorgpraksis og deres deltagelse på tværs af andre praksisser. Derfor mener vi, at vores problemformulering bedst kan besvares ved at inddrage mennesker i sorg og deres oplevelser af muligheder og begrænsninger i sorgbearbejdning. Men der er naturligvis mange måder at inddrage informanterne på, og det kvalitative forskningsinterview er blot én. Så hvorfor er interviewmetoden hensigtsmæssig som metode i lige præcis dette speciale? Svaret på dette finder vi i vores ontologiske og epistemologiske grundantagelser som vi præsenterede i forrige kapitel. Vi tager i udarbejdelsen af denne undersøgelse afsæt i en forståelse af, at man ikke kan producere viden løsrevet fra praksis (Højholt, 2005:23-24). Dermed argumenterer vi for, at hvis vi vil producere viden om informanternes oplevelser af muligheder og begrænsninger i sorgbearbejdning må vi gå ud i den praksis hvorpå den foregår, som vi i forrige kapitel har beskrevet som *sorgpraksis*. Det er, som vi forklarede, ikke et ‘sted’ man kan gå hen som en daginstitution, en skole eller en virksomhed. Men grundantagelsen af, at viden findes i praksis er den samme, og i

indeværende speciale er det hos den sørgende. Samtidig er det som vi redegjorde for en central pointe at muliggøre medforskning, da vi netop forstår informanterne som 'dem der ved bedst' og som værende eksperter i egen situation. Og vi argumenterer for, at den måde vi benytter os af begrebet medforskning på ikke ville kunne lade sig gøre, hvis informanterne ikke fik mulighed for at komme med nye perspektiver. Det kan være perspektiver som vi ikke nødvendigvis har lagt op til i vores spørgsmål, men som vi i samarbejde med dem kan undersøge nærmere - den førnævnte fælles *søgeproces* mellem os som forskere og informanterne (Højholt, 2005:39). Ovenstående er argumenterne for, at vi har valgt det kvalitative interview som metode. Men der er mange måder at planlægge og udføre et kvalitativt interview på. Vi vil i nedenstående redegøre for, hvilke overvejelser, der er årsag til, hvorfor vi har designet og udført vores interviews netop som vi har gjort.

### **3.2.2. Planlægning af interview - hvem, hvor mange og hvor?**

Som nævnt indledte vi vores empiriproduktion med et forberedende interview med Janne (bilag 2), som vi fik kontakt til gennem vores netværk. Dette interview udvidede vores forståelse af praksis, og hvilke betingelser der kan have betydning for informanternes sorgbearbejdning. Forud for interviewet med Janne gjorde vi hende opmærksom på formålet med dette: at vi ønskede indblik i hendes oplevelser af hendes bearbejdning af sorg. Dette beskrev vi tidligere som et led i at samarbejde med informanterne om forskningen. Derfor har vi brugt de tematikker hun talte frem aktivt i de efterfølgende interviews. Interviewet med Janne blev brugbart, så med hendes tilladelse besluttede vi os for at inddrage det som empiri til vores analyse. Herefter oprettede vi opslag på vores egne Facebook profiler (bilag 8) med en efterspørgsel på informanter til vores undersøgelse. Vi gjorde os mange overvejelser omkring opbygningen og ordlyden af dette opslag: hvor meget skal vi skrive om vores uddannelse? Hvor skarpe skal vi være på, hvor i landet informanterne må bo, da vi jo ikke vil lade chancen for en oplagt informant forbi passere fordi vedkommende ikke bor i nærheden? Hvilke ord skal vi bruge om, hvad undersøgelsen omhandler? Hvilken kontaktinformation skal vi skrive på? De mange overvejelser resulterede i et opslag, hvor vi skrev ganske lidt om 1) hvor og hvad vi studerer, 2) en letforståelig tekst om, hvad undersøgelsen omhandler, 3) at vi helst søger informanter, der bor på Sjælland samt 4) at vi søger mennesker, der har mistet en nærtstående person, der har delt sorgen over tabet på sociale medier. Vi besluttede at fravælge bestemte ord og erstatte dem med dagligdags ord. Eksempelvis ændrede vi ordene muligheder og begrænsninger til ordene fordele og ulemper. Til sidst i opslaget opfordrede vi til at dele det, så det kunne nå ud til flest mulig mennesker. Efter dette opslag fik vi utrolig mange henvendelser, og vi gjorde os tanker om antallet af interviews

vi skulle afholde. Vores udgangspunkt var, at vi skulle være i stand til at behandle den producerede empiri udtømmende. Det vil sige, at vi ikke skulle lade os forføre og tage imod alle de mange henvendelser vi fik, da vi kunne risikere at producere mere empiri end vi kunne behandle tilstrækkeligt og udtømmende i dette speciale. Vi har afholdt i alt seks interviews (inklusive det forberedende interview) med seks forskellige informanter, der danner grundlag for specialets analyse. Næste afsnit vil omhandle afholdelsen af interviews, og hvilke refleksioner vi har gjort os om dette.

### **3.2.3. Udførelse af interview**

Interviewsituationen har udspillet sig på forskellige lokationer; hjemme hos informanterne, på deres arbejdsplads og hjemme hos os. Vi har gjort os tanker om, at vi skulle tale med informanterne om et emne, der kan være følsomt for dem, og derfor har vi ladet informanterne beslutte, hvor de vil have det bedst med at interviewet skulle finde sted. Forud for interviewet havde vi forberedt en interviewguide med inspiration fra Brinkmann og Tanggaard (Brinkmann & Tanggaard, 2015:38-41). Denne interviewguide fungerede som guide til alle seks interviews, hvor vi efter det forberedende interview tilføjede nogle af de tematikker Janne talte frem, såsom uoverskuelighed efter tabet. I interviewguiden skrev vi først og fremmest aspekter ned som vi anser som vigtige i introduktionen. Dette er aspekter som; varighed af interviewet, optagelse af interviewet, anonymisering af informanten, rollefordeling, påtale følsomheden omkring emnet, samt hvordan vi betragter informanten som ekspert i egen situation (bilag 1:1). Kvale og Brinkmann argumenterer netop for, at informeret samtykke respekterer menneskers evne til at træffe beslutninger, og skal opfyldes med henblik på at undgå at skade deltagerne (Kvale & Brinkmann, 2015:116). Vi havde på forhånd sendt vores informanter en skriftlig introduktion til, hvad interviewet ville omhandle med det formål at skabe åbenhed om undersøgelsen. Dette gentog vi også ved gennemgangen af interviewets rammer. Det var vigtigt for os at skabe gennemsigtighed omkring interviewets form og formål, da dette kan medvirke til at frembringe medforsker-perspektivet samt undgå utryghed og uvidenhed om, hvad interviewet og undersøgelsen omhandler. Vi gjorde en dyd ud af at fortælle vores informanter, hvordan de kunne få adgang til både transskriberingerne af deres interviews, men også den efterfølgende analyse, og at der ikke ville være identificerbare informationer om dem i specialet. Selve interviewspørgsmålene var også nedfældet i denne interviewguide (bilag 1:2). Her havde vi opdelt guiden i to kolonner; forskningsspørgsmål og interviewspørgsmål. Forskningsspørgsmål fungerer sjældent som et godt interviewspørgsmål, da det ofte er for abstrakt (Brinkmann & Tanggaard, 2015:40). Inddragelsen af forskningsspørgsmål tvang os til at formulere spørgsmål, der

kunne hjælpe os til besvarelsen af specialets problemformulering. Og ved en opdeling af forskningsspørgsmål og interviewspørgsmål blev vi i stand til at stille spørgsmål, der fungerede i interviewsituationen. Interviewguiden fungerede som en guide til interviewet, og da vi har valgt at udføre semistrukturerede interviews var dette blot en retningslinje som vi kunne afvige fra, hvis det blev aktuelt (Brinkmann & Tanggaard, 2015:37-38). Det var vigtigt for os at spørge ind til forudbestemte tematikker, såsom brug af sociale medier i sorgbearbejdning. Men det var lige så vigtigt, at informanterne fik mulighed for at være medbestemmende i forhold til, hvad vi talte om, og hvad de ønskede at fremhæve ved de på forhånd udpegede tematikker. Derudover er det en vigtig pointe, at man ved muligheden for at afvige fra interviewguiden giver informanterne mulighed for at få nye erkendelser og forståelser undervejs. Ifølge Højholt er det nemlig ikke kun er os som forskere, der producerer ny viden. Informanterne kan også gennem deres egne og vores fælles søgeproces åbne op nye muligheder og forståelser (Højholt, 2005:34). Dette vil vi uddybe yderligere i næste afsnit, hvor vi vil redegøre for, hvordan interviewet kan forstås som en handlesammenhæng.

I interviewene introducerede vi som nævnt rammerne omkring interviewet. Derefter stillede vi nogle indledende spørgsmål, der skulle sætte konteksten for interviewet såsom “kan du fortælle lidt om, hvem du har mistet, hvordan og hvornår?” (bilag 1:1). Vi stillede dette spørgsmål for at igangsætte interviewet, og efterfølgende stillede vi opfølgende spørgsmål, alt efter, hvad informanterne ledte os ind på. Vi var opmærksomme på at stille sonderende spørgsmål for at få mulighed for at få mere fyldestgørende svar, og vi forfulgte her, hvad informanterne sagde. Det var også vigtigt for os at stille fortolkende spørgsmål (Kvale & Brinkmann, 2015:190-191), såsom “med det du siger, mener du så, at sociale medier er blevet en stor del af din hverdag?”. Dette var relevant for os, da vi ville sikre, at vi havde forstået, hvad informanterne mente, samt give dem mulighed for at tydeliggøre, hvad de mente. Ved at give dem denne mulighed mener vi, at det kan styrke den fælles søgeproces vi netop arbejder med som en del af samarbejdet om undersøgelsen. I udformningen af spørgsmålene har vi forsøgt at designe spørgsmål, der kan give os viden om informanternes hverdagsliv, da dette netop er en væsentlig del af vores teoretiske afsæt. Derfor har vi stillet spørgsmål som: “Hvordan oplever du i din almindelige hverdag de sociale medier i relation til din sorg?” (bilag 1:2). Vi forsøgte med dette spørgsmål at åbne op for informanternes øvrige hverdagsliv, og hvordan sorgen og de sociale medier virker heri. Da vi udførte semistrukturerede interviews var der mulighed for, at informanterne kunne fortælle om eksempelvis deres hverdagsliv, før vi spurgte om dette, hvilket vi også oplevede i interviewene. Derfor varierede det, hvilke spørgsmål vi stillede informanterne, da nogle af dem af sig selv berørte de emner og tematikker vi havde opstillet på



forhånd. Vores fokus var at få forskningsspørgsmålene besvaret med de designede interviewspørgsmål, men som det fremgår af bilagene (bilag 2; 3; 4; 5; 6 & 7), varierede processen dertil alt afhængig af, hvad informanterne talte frem.

#### **3.2.4. Interviewsituationen med et kritisk psykologisk blik**

For at forstå betydningen af selve interviewsituationen med et kritisk psykologisk afsæt inddrager vi Forchhammers forståelse af interviewet som handlesammenhæng (2001). I definitionen på begrebet handlesammenhæng henviser Forchhammer til Dreier, og forklarer, at vores liv er organiseret i handlesammenhænge, og at dette betyder; hvor vi befinder os og vores handlinger finder sted. *“Der er tale om lokaliserede (sted) og situerede (tids/stedsligt afgrænsede) men forbundne sociale sammenhænge.”* (Forchhammer, 2001:25-26). To mennesker, der tilfældigvis passerer hinanden på gaden karakteriseres dermed ikke som en handlesammenhæng. Der skal være tale om en social sammenhæng, organiseret omkring en vis fælleshed mellem parterne af betingelser, mål og midler (Forchhammer, 2001:26). Forchhammer skriver om interviewet som handlesammenhæng: *“... forskningsinterviewet i-sig-selv er en samfundsmæssig konstrueret situation, en social situation, med forskellige parter, forskellige mulige mål/middelrelationer, bestemte objektive mulighedsbetingelser og løbende subjektiverings- og objektiviseringsprocesser.”* (Forchhammer, 2001:28). Selvom Forchhammer har forsket i en anden praksis end den vores undersøgelse foregår i, mener vi stadig, at vi kan drage nytte af hendes blik på interviewsituationen. Dette betyder, at vi har forholdt os nysgerrige og spørgende overfor, hvad interviewet og os som forskere har sat i gang af tanker hos informanterne. Dette har vi blandt andet gjort ved, afslutningsvis i interviewet, at spørge om informanterne havde gjort sig nogle tanker forud for interviewet som vi ikke har berørt. Herudover har vi gjort informanterne opmærksomme på, at de er velkomne til at kontakte os efter interviewet, hvis der er noget de kommer i tanke om efterfølgende, da vi er klar over, at interviewet kan afstedkomme nogle tanker og refleksioner efterfølgende ligeså vel for dem som for os. Kvale og Brinkmann (2015) beskriver den kvalitative forskers etiske dilemma: *“Forskeren ønsker, at interviewet skal være så dybtgående og udforskende som muligt med risiko for at krænke personen, og ønsker på den anden side at vise interviewpersonen så stor respekt som muligt med risiko for, at det indhentede empiriske materiale kun lige skraber overfladen.”* (Kvale & Brinkmann, 2015:106). Vi har som nævnt informeret informanterne om, hvad de deltog i, og vi gav dem mulighed for at sige fra løbende, hvis der opstod ubehag eller andet. Gennem alle interviews har vi været opmærksomme på om vi stillede spørgsmål, der gjorde informanterne utilpasse eller triste. På baggrund af dette har

vi reflekteret over, hvad vi kunne 'tillade' os at spørge om, hvor vi er vendt tilbage til hovedsagen af, at de har sagt ja til at deltage velvidende om, at det omhandler deres sorg. På baggrund af, at de er velvidende om dette, har vi stillet nogle 'svære' spørgsmål, der kunne medføre, at informanterne ville blive kede af det. Vi afholder ikke interviewet med formålet om at hjælpe dem med håndteringen af deres sorg. Vi har derfor været opmærksomme på og reflekteret over, hvordan vi bedst muligt interviewede informanterne uden at starte noget, vi ikke kunne håndtere. Dertil har vi reflekteret over, betydningen af at forlade informanten og lade informanten sidde og være i sorg efter interviewet. Vi har dertil erfaret, at informanterne er i sorg uanset om vi har været hos dem eller ej. Desuden har vi altid givet informanterne mulighed for at holde pause, skifte emne, hvis det bliver for hårdt eller i sidste ende afslutte. Forchhammer pointerer, at interviewet som handlesammenhæng ofte er karakteriseret af modstridende og sommetider decideret konfliktuerende mål (Forchhammer, 2001:29). Hertil har vi reflekteret over og været bekymret for om nogle af informanterne har indvilget i at medvirke med sigtet om at tale om deres sorg og bearbejde den i interviewsituationen. Når dette har været en bekymring for os skyldes det både en etisk overvejelse omhandlende, at vi ikke er kvalificerede til at varetage dette, men også, at vi frygtede, at fokus på vores undersøgelse ville forsvinde. Det viste sig, at der ikke var nogle konfliktuerende mål og interesser mellem os og informanterne. Nogle af informanterne fremlagde deres sigte med deres deltagelse, og hvad vores henvendelse og deres deltagelse havde igangsat af tanker hos dem. Dette har vi besluttet at inddrage som analytiske pointer, og vi vil derfor uddybe dette i det næste kapitel.

## Kapitel 4: Analyse

Dette kapitel indeholder specialets to analysedele. Vi argumenterede i kapitel 1 for, hvordan og hvorfor specialets problemformulering er opdelt i to spørgsmål. Problemformuleringen lyder: *hvilke sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger oplever seks mennesker i deres bearbejdning af sorg, og kan sociale medier forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning?* Således vil vi også opdele vores analyse i to dele, der fokuserer på et delspørgsmål hver fra problemformuleringen. Først vil vi præsentere, hvordan vi har arbejdet med den producerede empiri efter vores interviews, herunder kodning og transskribering. Dernæst vil vi præsentere betingelses-, betydnings- og begrundelsesanalysen, der danner grundlag for vores analytiske tilgang. Herefter vil vi påbegynde analysedel 1 efterfølgende af analysedel 2. Vi opsummerer analysedel 1 og 2 med en delkonklusion med formålet om at samle op og fremhæve de centrale analysepointer. Delkonklusionen fra analysedel 1 danner grundlag for analysedel 2, hvor de væsentligste pointer benyttes som byggesten for at analysere, hvorledes sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning.

### 4.1. Analysestrategi

I dette afsnit vil vi redegøre og argumentere for vores analysestrategi. Dette indebærer, hvordan vi har valgt at kode vores producerede empiri, samt hvilken analysestrategi vi vil benytte os af i analysen for bedst muligt at kunne besvare vores overordnede problemformulering. Ifølge Kousholt (2018) kan empiriske sammenstillinger og kontraster bidrage til at fremhæve betingelsers situerede karakter. Hun henviser til Dreier (2007) i hendes udlægning af, hvorledes inddragelse af viden om forskelle og ligheder i relation til andre lignende sammenhænge kan producere viden om den enkelte sammenhæng (Kousholt, 2018:239). Dette er relevant i vores analysearbejde, da vi netop søger en forståelse af, hvilke betingelser vores seks informanter begrunder som betydningsfulde for deres muligheder og begrænsninger i deres sorgarbejde. Eksempelvis vil vi undersøge om der er sammenhænge mellem informanternes betingelser i sorgbearbejdningen og deres oplevede muligheder og begrænsninger heri. Alle seks informanter har oplevet et tab, hvilket vi anser som noget alment, men det centrale for os i dette speciale er at forstå det særlige i, hvordan de seks informanter subjektivt har oplevet deres muligheder og begrænsninger i deres sorgbearbejdning. Inden vi påbegynder selve analysen vil vi redegøre og argumentere for, hvordan vi har kodet og transskriberet vores producerede empiri. Herefter vil vi introducere til betingelses-, betydnings- og

begrundelsesanalyse og argumentere for, hvorfor netop denne analysestrategi er relevant at inddrage i besvarelsen af specialets problemformulering.

#### **4.1.1. Transskribering og kodning**

Vi har afholdt seks interviews med seks informanter. Disse interviews er blevet transskriberet efter en transskriberingsnøgle som vi mener kan bidrage til at give en særlig og virkelighedsnær fornemmelse af, hvordan interviewene er forløbet. Vi har inddraget en transskriberingsnøgle, der kan give os mulighed for at tage højde for følelser, gestikulationer og andre centrale pointer i selve interviewene, der ikke fremgår af det sagte. Vi har eksempelvis noteret en gestikulation eller tårer i øjnene i parentes for at give en fornemmelse af, hvordan situationen udspillede sig. Herefter har vi valgt at kode interviewene, så vi kan sortere og nedbryde empirien i mindre stykker for at gøre det mere håndgribeligt (Kristiansen, 2015:485). Dette har vi ligeledes gjort for at finde frem til ligheder og forskelle i empirien som vi vil beskrive i nedenstående omhandlende analysestrategi. I vores gennemlæsning af den producerede empiri søgte vi nogle tematikker, der kunne indfange informanternes betingelser i deres sorgbearbejdning. Ifølge Kousholt giver tematikker mulighed for at samle op på pointer på tværs af empirien (Kousholt, 2018:248). Det vil altså sige, at vi eksempelvis med tematikker får mulighed for at få øje på og forstå det særlige i det almene, altså sorgens unikke udtryk og informanternes håndtering heraf. Tematikkerne er udsprunget af specialets begreber i den forstand, at vi har benyttet disse til at stille spørgsmål til empirien således, at vi åbner op for denne med hjælp fra begreberne. Eksempelvis har vi brugt begrebet handlemuligheder til at åbne op for forståelsen af, hvad informanterne har oplevet at have rådighed over i deres sorgproces. Disse tematikker er; digitale gravsteder, subjektets oplevelse af andres holdninger, formål med at dele på sociale medier, sorgproces, tankerne bag og fællesskab. Således er eksempelvis temaet sorgproces udsprunget af begreberne handlemuligheder og rådighed. Disse mener vi netop kan åbne op for både forskelle og ligheder samt hjælpe med en besvarelse af problemformuleringen. Det er som sagt overordnede tematikker, der har gjort det muligt at overskue empirien og derefter analysere den ud fra nedenstående analysestrategi. Vi vil ikke inddrage tematikkerne aktivt i selve analysen, disse har udelukkende fungeret som redskab til at få et overblik over den producerede empiri.

#### **4.1.2. Betingelses-, betydnings- og begrundelsesanalyse**

Vi vil analysere vores producerede empiri ved at arbejde med betingelses-, betydnings- og begrundelsesanalysen, der er udviklet inden for den kritiske psykologi (Kousholt, 2018:237). Når man undersøger forskelle og ligheder i ens empiri, kan man få tydeliggjort betingelsernes situerede

karakter, og man kan lære om en enkelt sammenhæng ved at skabe viden om ligheder og forskelle til andre og lignende sammenhænge. Betingelser udgøres af samfundsmæssige forhold, og er modsætningsfyldte. Mennesker er ikke determinerende, men står i forhold til disse, og mennesker skaber forskellige betydninger af de modsætningsfyldte betingelser. Hermed kan disse bestå af både muligheder og begrænsninger. Der er mange forskellige ting, der udgør betingelser, ligesom vi mennesker udgør betingelser for andre mennesker (Kousholt, 2018:239). Det er eksempelvis teknologi, regler og procedurer, hvor forståelsen og brugen af disse udgør betingelser for mennesker. Betingelser skaber altså særlige begrænsninger og muligheder når vi handler med dem og samtidig forandrer dem (Kousholt, 2018:239). Kousholt beskriver, hvordan betingelses-, betydnings- og begrundelsesanalysen er opdelt i to analyseskridt: *“1. Betydningsanalyse: en analyse af betingelsernes betydning for subjektet. 2. Begrundelsesanalyse: en analyse af subjektets grunde til at handle, som det gør i forhold til betingelsernes og sine egne behov og interesser.”* (Kousholt, 2018:242). Kousholt argumenterer for, at selvom analysestrategien er opdelt, indeholder den en sammenhæng mellem de tre begreber, da det er afgørende, at de er en del af hinanden. Sammenhængen er i relation til, at mennesket og omverden gensidigt konstituerer hinanden i en proces, der er influeret af reproduktion, konflikt og kreativitet. Denne opdeling kan, ifølge Kousholt, dog argumenteres med, at mennesker ikke er betinget direkte af de samfundsmæssige processer, men at de i fællesskab kan overskride det umiddelbare, og i stedet handler mennesker begrundet i og med betingelsernes betydninger (Kousholt, 2018:242). Da vi undersøger ud fra et førstepersonsperspektiv qua vores videnskabsteoretiske afsæt, interesserer vi os for, hvordan nogle særlige betingelser udgør og skaber nogle særlige handlemuligheder for informanterne, samt hvordan de handler med betingelserne og videre skaber betydninger af dem (Kousholt, 2018:243). Vi vil altså analysere vores empiri ud fra denne analysemodel, hvoraf vi vil inddrage begreberne livsførelse og handlemuligheder som vi har beskrevet i specialets kapitel 2.

## **Analysedel 1: Menneskets oplevelser af sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger i deres sorgbearbejdning**

### **4.2. De særlige omstændigheder ved tabet**

I dette analyseafsnit vil vi inddrage dele af empirien, der omhandler, hvordan informanterne beskriver omstændighederne ved deres tab, altså hvordan deres kære er gået bort og det forløb, der har været

omkring dette. Ud fra denne empiri vil vi analysere frem, hvordan informanterne begrundes deres handlemuligheder i sorgbearbejdningen med de særlige omstændigheder, der har været forbundet med den enkeltes tab. I dette bliver døden og tabet altså det almene, hvori omstændighederne omkring dette er det særlige. Disse personlige fortællinger kan altså give os viden om det særlige i det almene. Formålet med dette analyseafsnit er at analysere, hvordan omstændigheder omkring dødsfaldet får betydning for informanternes sorgbearbejdning. I afsnit 2.1.1. præsenterede vi vigtigheden af at inddrage den historiske kontekst med et kritisk psykologi afsæt. Vi argumenterer for, at den historiske kontekst af kritisk psykologi er relevant at inddrage i indeværende analyseafsnit, da et tilbageblik på omstændighederne omkring deres tab kan lære os noget om, hvordan disse har haft betydning for deres handlemuligheder.

#### **4.2.1. “... det er jo ikke normalt, at børn dør, og at en kvinde på 31 år dør.”**

Med dette underafsnit vil vi analysere frem, hvordan informanterne begrundes en sammenhæng mellem, *hvem* de har mistet og den hjælp de har opsøgt og modtaget, samt den respons de har fået af omverdenen. I kapitel 1 beskrev vi specialets målgruppeafgrænsning, og at vi ikke ville differentiere i tab af betydningsfulde personer, hvorfor vi både vil beskæftige os med tab af søskende, forældre, venner, børn, bedsteforældre eller andre. Derfor finder vi det væsentligt at fremhæve, hvordan informanterne faktisk differentierer i tab, og tillægger dette en betydning i forhold til deres sorgbearbejdning. Følgende citat er fra interviewet med Mikkel. Mikkel mistede i september 2018 sin kone og sin stedsøn, da en brand brød ud i deres hjem, og de to omkom. Mikkel fortæller om den hjælp han har modtaget efter tabet, og at hans tilfælde nok også var ekstrem. Han siger: “... *det er jo ikke normalt, at børn dør, og at en kvinde på 31 år dør. Øhm. Så har folk nok også været mere berørte over det, end hvis en eller anden har mistet sin morfar eller what ever ikk’. Øhm. Så det har været meget overvældende, og det havde jo ikke sket uden de sociale medier, kan man sige.*” (bilag 7:5). Ved dette citat bemærker vi, hvordan Mikkel begrundes den hjælp han har modtaget gennem sociale medier med omstændighederne ved det tab han har lidt. Hen over interviewet med Mikkel bemærker vi, at Mikkel fremhæver, hvilken hjælp han har modtaget, samt hvordan han er blevet mødt i sin sorg. Mikkel fortæller, at han ved at dele sin sorg på Facebook har fået udvidet sit netværk, har modtaget donationer, der er faciliteret af hans netværk, som har resulteret i, at Mikkel har fået et sted at bo. I målgruppeafgrænsningen i kapitel 1 beskrev vi, at vi også ville forholde os til andre slags sorg som informanterne kan bære udover tabet af en nærtstående person. Mikkel har også mistet sit hjem, og dette er helt centralt i forståelsen af Mikkels livssituation, da tabet af hjemmet har betydning for hans

øvrige hverdagsliv. Mikkel tydeliggør i interviewet, hvordan hjælpen har gjort hans sorgbearbejdning nemmere og betydet, at livet gav mening, selvom det alligevel ikke gjorde det. Han fremhæver, at det skyldes, at der findes gode mennesker, der har hjulpet ham på sociale medier. Vi vil senere i analysen vende tilbage til, hvordan Mikkel modtog den hjælp han gjorde gennem sociale medier, men i denne kontekst vil vi fremhæve, at Mikkel netop begrundet omstændighedernes betingelser ved hans tab med den hjælp han har modtaget samt betydningen af denne. For Mikkel er der altså en sammenhæng mellem omstændighederne af hans tab og den efterfølgende sorgbearbejdning i relation til hjælp (Kousholt, 2018:239). Det er altså en begrundelse i netop Mikkels særlige livssituation; at han har mistet sin kone, stedsøn og sit hjem i en brand. I ovenstående citat siger Mikkel, at folk nok blev mere berørte over hans tab, end over en, der har mistet sin morfar. Dette leder os til næste citat fra interviewet med Janne, hvor vi ligeledes har fokus på sammenhængen mellem, *hvem* informanten har mistet og den efterfølgende sorgbearbejdning. Ved at inddrage dette citat vil vi skabe forståelse for Jannes situation set i lyset af Mikkels. Janne fortæller om, hvorfor hun ikke opsøgte Børn, Unge & Sorg:

*“Så det er også hele tiden en frygt for man ikke bliver mødt på den anden side tror jeg, ikk? Og at folk måske ikke kan forstå, fordi hvis jeg kom og sagde, at det var min mor eller søster, der var død, så havde folk måske bedre kunne forstå, at jeg var helt dernede, fordi at det kræver lidt en længere forklaring at fortælle, at min mormor ikke bare var en mormor for mig, hun var mere end det.” (bilag 2:4).*

Med dette citat vil vi fremhæve, hvordan Janne begrundet sine valg og handlinger, altså valget om *ikke* at søge hjælp, ud fra betingelsen af, at det er hendes mormor hun har mistet. Dette står i kontrast til, hvad Mikkel beskriver omkring omstændighederne af hans tab og den hjælp han har modtaget. Vi vil dog tydeliggøre, at vi er opmærksomme på, at deres udgangspunkt er forskellige; Mikkel taler om den hjælp han har modtaget via Facebook og Janne taler om at opsøge sorggrupper. Pointen i dette er, at de begge begrundet deres handlemuligheder i sorgbearbejdningen med, *hvem* de har mistet, og at denne betingelse således har en betydning for deres sorgbearbejdning. Citatet fra interviewet med Janne kan altså lære os noget om, at omstændighederne ved hendes tab begrænser hendes handlemuligheder i hendes sorgbearbejdning. Det vil altså sige, at der ligeledes i Jannes tilfælde er en sammenhæng for hende mellem omstændighederne af hendes tab og den efterfølgende sorgbearbejdning i forhold til hjælp. Vi har i dette fremhævet en lighed mellem de to informanters begrundelser for deres handlemuligheder; *hvem* de har mistet.

Vi vil fremhæve to væsentlige aspekter i relation til de to ovenstående citater. Det ene aspekt består i, hvordan informanternes særlige betingelser, såsom informanternes forhold til deres kære udgør en subjektiv betingelse for informanternes handlemuligheder, og det er netop dette vi har haft fokus på i ovenstående. Det andet aspekt består i, at vi stiller spørgsmål til, hvordan den samme betingelse i form af, *hvem* informanterne har mistet kan udgøre både en mulighed og en begrænsning. Dette kan skyldes, at betingelser også kan udgøres af samfundsmæssige forhold, og at subjektet står i forhold til disse og kan skabe forskellige betydninger heraf (Kousholt, 2018:239; Holzkamp, 2013:21). Dette vil vi inddrage i det følgende, hvor vi vil analysere, hvorvidt betydninger af de kulturelle og sociale forhold i relation til samfundsmæssige normer udgør betingelser i sorgbearbejdningen. I den forbindelse har vi undersøgt forskellige sorggruppers målgrupper med henblik på at forstå, hvem de henvender sig til. Fælles for dem alle, er at der er en tydelig målgruppeafgrænsning i form af, at man kan komme i betragtning til et forløb et af stederne, hvis man har mistet sin mor eller far, sin søster eller bror, eller et barn (Liv & Død, u.å., ¶ Sorggrupper og aktører med fokus på sorg). Dette argumenterer vi for kan være udtryk for en samfundsmæssig norm omhandlende, hvad der skal til for at komme i betragtning til en sorggruppe. Vi inddrager dette med formålet om at tydeliggøre, at der er en samfundsmæssig betingelse for informanterne omhandlende, hvordan de bliver mødt i deres tab af omverdenen. Janne og Mikkel skaber forskellige betydninger af den samfundsmæssige betingelse, og derfor kan denne betingelse udgøre både en mulighed og en begrænsning for deres handlemuligheder. Mikkel beskriver selv sammenhængen mellem, at hans tab har været meget tragisk og unormalt, og dette har skabt en mulighed for ham i hans sorgbearbejdning, da han har modtaget hjælp. Modsat beskriver Janne, at hun ikke har opsøgt hjælp af frygt for, hvordan hun bliver mødt, da hendes tab ikke er lige så tragisk og unormalt og skal redegøre for sit forhold til afdøde. Dette knytter sig til dette analyseafsnits overordnede pointe, der omhandler omstændighederne ved tabet. Med dette underafsnit har vi vist, at der for Mikkel og Janne er en sammenhæng mellem, *hvem* de har mistet, og hvilken hjælp de har modtaget og har haft lyst til at opsøge. Med andre ord: relationen til den afdøde har en betydning for deres sorgbearbejdning, og denne relation kan således både være en mulighed og en begrænsning for deres sorgbearbejdning.

#### **4.2.2. “Og det har også indflydelse på sorgen bagefter tror jeg. At man ikke har fred og ro.”**

Flere af informanterne har mistet deres kære til sygdom, og nogle af dem fortæller om det sygdomsforløb som de stod på sidelinjen til inden deres kære gik bort. I dette underafsnit vil vi fokusere på sygdomsforløbet som særlig omstændighed ved tabet og undersøge, hvordan



sygdomsforløbet får betydning for den efterfølgende sorgbearbejdning. Dette underafsnit tilhørende de særlige omstændigheder ved tabet har således til formål at vise, hvordan informanterne oplever, at deres handlemuligheder er indskrænket, og oplever, at de ikke har indflydelse på situationen. Vi begynder med Kristine, der mistede sin mor i 2017 efter halvandet år med sygdommen cancer (bilag 5:1), hun fortæller:

*“Og så var det jo et meget intensivt forløb, altså det var hele tiden hospitalsbesøg, hospice og altså, meget intensivt samtidig med min skole, så det var ligesom, at det var også en lettelse, da det var, at hun ikke var her mere. Selvom det er svært at sige, men det var en lettelse til at starte med, så de første, det første halve år havde jeg det faktisk rigtig godt, hvis man kan sige det sådan?” (bilag 5:5).*

Med dette citat vil vi fremhæve, at Kristine oplevede hendes mors død som en lettelse. At Kristine bruger ordet ‘lettelse’ om tabet af sin mor kan for nogen umiddelbart virke absurd, for hvordan kan dette give en følelse af lettelse? Kristine begrundet lettelsen med, at det var et intensivt forløb fordi hun deltog i mange praksisser da sygdomsforløbet stod på. Vi beskrev i afsnit 2.2.1., at begrebet daglig livsførelse åbner op for en forståelse af, at mennesker deltager i forskellige praksisser og aktiviteter, og at disse kun er et aspekt af de aktiviteter og praksisser som mennesker ellers deltager i (Kousholt, 2013:188). Hen over interviewet med Kristine bliver det tydeligt, at hun deltager i mange praksisser såsom venindeforhold, skole, arbejde og hendes mors sygdomsforløb. Ud fra denne viden forstår vi, at Kristines livsførelse skal hænge sammen på tværs af mange praksisser, og hun har mange aktiviteter, der har forskellige krav samt normer for deltagelse. De forskellige praksisser er indrettet på forskellige måder og kræver, at Kristine indretter sin daglige livsførelse herefter. Eksempelvis har hospitaler besøgstider, der for det meste skal overholdes, og dette kan være med til at gøre Kristines hverdag uoverskuelig, da deltagelse i en af de andre praksisser kan have indflydelse på dette. Omvendt kan hospitalsbesøgene ligeledes have indvirkning på Kristines deltagelse i andre praksisser, hvilket tydeliggør det dialektiske forhold praksisserne imellem og ikke mindst mellem praksisserne og mennesket, der deltager i dem. I afsnit 2.2.2. præsenterede vi, hvordan menneskets velbefindende er afhængig af, at de har rådighed over deres livsbetingelser og handlemuligheder (Dreier, 2008:36). Kristines deltagelse i forskellige praksisser med dertilhørende krav og normer kan medføre til, at hun har oplevet et ekstraordinært pres i hendes mors sygdomsforløb. Kristine begrundet det intensive forløb ved hendes mors død, der både indebærer krav til deltagelse i forbindelse med sygdom, men

også andre praksissers krav, som betydningsfuldt for hendes følelse af at være lettet, altså i hendes efterfølgende sorgbearbejdning. Ovenstående beskrevet betingelser kan være medvirkende til, at hun har oplevet et mindre råderum over egne livsbetingelser og handlemuligheder, der netop medfører, at hun ikke trives. Dermed kan det forstås, at Kristines følelse af lettelse over hendes mors død er et udtryk for, at hun herefter genvinder rådigheden over sine livsbetingelser, og får større mulighed for at deltage og imødekomme de forventninger, der er til hende i de andre praksisser i hendes liv, såsom hendes studium. For Kristine har dette betydet, at der er en sammenhæng mellem et intensivt sygdomsforløb, og følelsen af at være lettet efter sin mors død. Vi vil inddrage et andet eksempel på, hvordan sygdomsforløb får betydning for sorgbearbejdningen. Anja mistede sin mand i 2017, og fortæller om forløbet op til tabet:

*“På de tre måneder, hvor han fra den dag han blev indlagt, hvor de fandt ud af, at det var helt galt, og så til han døde, der kørte jeg 6000 kilometer, og det var næsten udelukkende frem og tilbage fra sygehuset. Når vi bor i Stege, så er vores akutsygehus i Nykøbing. Og når han skulle behandles for kræft, så var det i Næstved. (...) Det var næsten det værste, fordi der ikke er fred på noget tidspunkt. Og det har også indflydelse på sorgen bagefter tror jeg. At man ikke har fred og ro.” (bilag 4:4).*

I dette citat forstår vi, at Anja begrundet nogle særlige betingelser ved sin mands sygdomsforløb som havende betydning for hendes sorgbearbejdning efterfølgende. Disse betingelser vil vi benytte til at analysere og forstå, hvordan Anja har været nødsaget til at imødekomme mange krav fra forskellige mennesker og praksisser. Disse praksisser er eksempelvis deltagelse i hendes mands behandling og noget så simpelt som at være ‘chauffør’ for sin mand. Her over interviewet med Anja kommer det til udtryk, at hendes bopæl på Møn har haft betydning, og hun begrundet altså placeringen af hendes hjem som havende en betydning for sygdomsforløbet og for den efterfølgende sorgbearbejdning. Placeringen af bopælen har altså haft en betydning for hendes oplevelse af indflydelse på hendes situation, da kørslen til og fra to forskellige sygehuse blandt andet har betydet, at hun ikke har haft mulighed for at deltage i andre praksisser, såsom hendes sorgpraksis og at bearbejde sin sorg. Anja siger nemlig netop, at hun ikke har haft fred og ro. Anja nævner, at hun kører 6000 kilometer på tre måneder. Denne kørsel kan have indflydelse på Anjas øvrige hverdagsliv og livsførelse, såsom praktiske opgaver i hjemmet, tiden til at se hendes børn samt have et godt naboskab som hun

fremhæver som havende betydning for hende gennem hele interviewet. I ovenstående citat ser vi også den særlige betydning som samfundsmæssige betingelser har for Anja i forhold til, at sundhedssystemet er indrettet på en bestemt måde. Dette kommer til udtryk ved, at hendes mand skal modtage behandling for sin cancer på Næstved Sygehus, men at de skal opsøge Nykøbing Sygehus ved akut behov, hvilket er en afstand på cirka 30 kilometer fra bopælen i Stege til de respektive sygehuse. Dette er en samfundsmæssig betingelse, der får en særlig betydning for Anja og hendes mand da de er bosat på Møn, og dermed skal køre langt til sygehuse, og derudover skal forskellige steder hen. Anja beskriver i nedenstående citat ligeledes, hvordan indretningen af sundhedssystemet som samfundsmæssig betingelse får en særlig betydning for hende:

*“... og fordi, at vi har et forkvaklet system, undskyld jeg siger det, hvor folk ikke kan få lov at dø i fred. (...) Så bliver de alligevel ved med at kaste folk rundt. Og det kan de ikke. Jo, hvis man endelig langt om længe kan få en plads på et hospice, så slår det hele jo en kolbøtte den anden vej. Det nåede vi så kun i 23 timer, fordi der var ikke plads nogle steder.” (bilag 4:4).*

I dette citat beskriver Anja de ydre og samfundsmæssige betingelser, der får særlig betydning for hende i sygdomsforløbet og den efterfølgende sorgbearbejdning, og herunder vil vi særligt fremhæve betingelsen omhandlende et kort ophold på hospice. Hertil vil vi tydeliggøre, hvordan Anja ikke oplever at have indflydelse på sine egne livsbetingelser og har begrænsede handlemuligheder. Anja fortæller i interviewet, at hun ville ønske, at det sidste døgn havde foregået i hjemmet, men at dette ikke kunne lade sig gøre, da hendes mor bor hos dem. Anja siger, at moderen gav udtryk for, at hun ikke kunne holde til at se Anjas mand syg. I denne situation bliver Anjas handlemuligheder begrænset da hun ikke har mulighed for at få indflydelse på situationen, da hensynet til hendes mor blev prioriteret over hendes eget behov. Hen over interviewet med Anja kommer det flere gange til udtryk, at hun tilsidesætter sine egne behov, både i forhold til hendes mand og hendes mor, der får betydning for Anjas efterfølgende sorgbearbejdning.

Vi har i dette analyseafsnit analyseret frem, hvordan informanterne deltager i forskellige praksisser, hvoraf sygdomsforløbet udgør en betingelse for informanternes sorgbearbejdning. Sygdomsforløbet kan forstås som en praksis de er nødsaget til at deltage i, og denne indebærer nogle særlige forventninger. Deres øvrige hverdagsliv og deltagelsen på tværs af forskellige praksisser har haft en indvirkning og betydning for informanterne i deres bearbejdning af sorg. For Kristine har dette

betydet, at hun har følt sig lettet efter sin mors død, og for Anja har det betydet, at hun ikke haft fred og ro til at forholde sig til sin egen sorg. Informanterne begrundet altså deres bearbejdning af sorg med, hvordan de har oplevet sygdomsforløbet, der kan forstås som havde indflydelse på deres daglige livsførelse. Sygdomsforløbet hæmmer deres deltagelse i øvrige praksisser, der er inkorporeret i deres hverdagsliv, og sammenfattende kan det siges, at der er en sammenhæng mellem, hvordan informanterne oplever de betingelser som sygdomsforløbet udgør for dem, og hvordan de bearbejder sorgen efterfølgende.

#### **4.2.3. “... at min fars historie og min fortid med ham den bare hjemsøgte mig.”**

Vi har i de ovenstående afsnit præsenteret Mikkel, Janne, Kristine og Anjas særlige omstændigheder ved deres tab, og dette underafsnit vil omhandle Liva og Ditte, der ligesom de andre informanter har en særlig fortælling om deres tab. Formålet med dette underafsnit er at analysere, hvorledes deres historie forud for deres tab kommer til udtryk i deres sorgbearbejdning. I dette underafsnit vil vi undersøge, hvordan Dittes mange tab får betydning for hendes sorgbearbejdning. Herefter vil vi analysere om der er en sammenhæng mellem Livas historik med en far, der var misbruger og hendes sorgbearbejdning efter faderens død. Formålet i relation til det overordnede tema omhandlende de særlige omstændigheder ved tabet er altså at undersøge, hvordan Ditte og Livas historier får betydning for deres bearbejdning af sorg. Og derigennem vil vi undersøge, hvordan deres særlige historie kan ses i sammenhæng med deres sorgbearbejdning. Vi begynder med Ditte, hvor vi vil fremhæve, at det hen over interviewet med hende kommer til udtryk, at hun har mistet mange tætte relationer, og hun fortæller:

*“Men problemet er, at når du har så mange andre, meget andet sorg, som du egentlig bærer på dig, eller bærer i dig, så hver gang der kommer et nyt dødsfald, og det er tit, at det er kommet i stimer ved os, så kommer der lige 3-4 i træk. Så kan du ikke// Jeg kan ikke abstrahere for dem// Med det samme når nogen, så får jeg lige den der (slår armene ud fra kroppen). Hvis jeg får at vide, at nogen er død, ikk?” (bilag 3:2).*

Dette citat vil vi benytte til at se sammenhængen mellem de mange dødsfald Ditte har oplevet og hendes efterfølgende sorgbearbejdning. Her vil vi tydeliggøre, hvordan Ditte oplever de mange dødsfald og sorgen som problematiserende. Hen over interviewet med Ditte er det tydeligt, at sorg og dødsfald fylder meget i Dittes liv, og er blevet en del af hendes livsførelse. Når hun siger, at hun ikke

kan abstrahere fra *dem* (og med dette forstår vi dødsfaldene fra fortiden), forstår vi, at de mange dødsfald får betydning for Dittes sorgpraksis. I denne forbindelse bliver Dittes handlemuligheder begrænset, da hun altså ikke er i stand til at forholde sig til nye dødsfald, grundet sorgen hun bærer rundt på over andre dødsfald. Med dette ser vi, at Dittes indflydelse på egne livsbetingelser indskrænkes når hun oplever et tab. I den forbindelse forstår vi, at Dittes historie med de mange tab hun har været igennem får en betydning for hendes efterfølgende sorgbearbejdning, der kommer til udtryk ved, at hun har svært ved at forholde sig til nye tab. Der er således en sammenhæng mellem hendes historie, der indebærer mange tab af kære og den måde hun forholder sig til dødsfald og sorg på.

Vi vil nu inddrage uddrag fra interviewet med Liva for at understøtte, hvordan man må forholde sig til menneskers historie i forståelsen af deres bearbejdning af sorg. Formålet med at inddrage citater fra Liva er at undersøge, hvilken betydning hendes oplevelse af hendes fars misbrug har haft for hendes efterfølgende sorgbearbejdning. Liva fortæller: “... så man kan sige, at jeg har flere gange i min barndom ønsket, at han ikke skulle være her mere, men da det så lige pludselig skete, så tror jeg ikke man, jeg var ikke klar over, hvad der ventede en, da det så skete.” (bilag 6:2). Med dette citat vil vi drage paralleller til Kristines følelse af at være lettet efter hendes mors død. For Kristine var det sygdomsforløbet, der havde betydning for oplevelsen af at være lettet, og for Liva er det hele hendes historie med hendes far, der har en betydning for hendes sorgpraksis. Hen over interviewet med Liva er det tydeligt, at hendes fars misbrug har indvirkning på hendes deltagelse i andre praksisser, såsom hvorvidt hun følte sig tilpas blandt sine venner. Det bliver altså tydeligt, at hendes fars misbrug har en betydningsfuld rolle i Livas daglige livsførelse, både forud for hendes fars død og for hendes efterfølgende sorgbearbejdning. Til dette vil vi også tydeliggøre, at informanterne kan være i sorg over andet end tabet af en nærtstående til døden, ligesom vi beskrev angående Mikkel, der mistede sit hjem. For Liva er det hendes fars misbrug som hun også er i sorg over. Livas fars misbrug har haft betydning for hendes sorgbearbejdning. Hun fortæller om den første tid efter tabet: “... at min fars historie og min fortid med ham den bare hjemsøgte mig. Jeg sov ikke i tre måneder, og jeg var rigtig dårlig altså.” (bilag 6:3). Vi vil i denne sammenhæng tydeliggøre, hvordan Liva ikke blot skulle forholde sig til at miste sin far, men også hans misbrug og den betingelse misbruget har udgjort gennem hendes liv, men nu også i hendes sorg. Dette får en betydning i andre praksisser som Liva deltager i. Liva beskriver netop selv, at hun ikke sov i tre måneder, og var rigtig dårlig. Dette har unægteligt haft indvirkning på hendes deltagelse i andre praksisser. Heraf ser vi en sammenhæng mellem Livas fortid med sin far og den måde, hvorpå hun håndterer sin sorg. I denne forbindelse

bliver det relevant at udforske, hvad Liva har gjort for at genvinde rådigheden over egne betingelser for at udvide sine handlemuligheder, og dette vil vi analysere senere i dette kapitel. Afslutningsvist vil vi tydeliggøre den pointe vi i det ovenstående har fremanalysert ved hjælp af empiri fra både Ditte og Livas interview, der består i, at deres historie forud for deres tab kommer til udtryk i deres sorgbearbejdning. I Dittes tilfælde kommer det til udtryk ved, at de mange tab hæmmer hende når hun skal forholde sig til nye dødsfald og den dertilhørende sorg, altså den tidligere sorg indskrænker hendes rådighed over egne livsbetingelser. I Livas tilfælde kommer det til udtryk ved, at hendes fars misbrug udgør betingelser, der har haft en betydning for Livas daglige livsførelse forud for hans død, og som ligeledes har indvirkning på hendes sorgpraksis. Disse begrænser hende i hendes råderum over egne livsbetingelser, og har indflydelse på hendes velbefindende, hvilket medvirker, at hun eksempelvis er ude af stand til at sove i flere måneder.

#### **4.2.4. Opsamling: De særlige omstændigheder ved dødsfaldet**

Med analyseafsnittet omhandlende de særlige omstændigheder ved tabet, har vi fundet, at der ved hver enkelt informants fortælling viser sig nogle særlige forhold, der kommer til udtryk i informantens sorgbearbejdning. Med ovenstående analyse af de særlige omstændigheder ved tabet har vi vist det særlige i det almene, nemlig at alle informanterne oplever en sorg, men at denne kommer til udtryk på forskellige måder. Vi har fundet på tværs af interviewene, at informanterne, af forskellige årsager har mistet rådigheden over egne livsbetingelser i deres sorg, og deres mulighed for at forbedre deres livssituation er indskrænket med dødsfaldet.

### **4.3. At være i sorg - hvad kan man stille op?**

I dette analyseafsnit har vi fokus på, hvordan informanterne bliver i stand til at genvinde rådigheden over egne livsbetingelser og udvide deres handlemuligheder. Vi vil inddrage empiri, der omhandler informanternes fortælling om deres tanker om at søge hjælp i bearbejdningen af sorg. Det er informanternes fortolkning af ordet *hjælp*, der er afgørende for, hvad der lægges vægt på. Flere af informanterne taler om professionel hjælp såsom psykolog, sorggrupper eller lignende, og det er relevant og vigtigt for os at tydeliggøre, at vi ikke anser professionel hjælp som altafgørende for alle mennesker, der bearbejder sorg. Vi undersøger blot ud fra informanternes oplevelser, og tager dermed ikke stilling til, hvorvidt man *skal* have hjælp af professionelle eller ej. Dette anser vi som en vigtig pointe at tydeliggøre i relation til specialets kapitel 1, hvor vi præsenterede relevant forskning i sorg, og ej heller tog stilling til, hvad der er en korrekt måde at bearbejde sin sorg på. Vi vil inddrage

empiri, der indeholder informanternes opfattelser og oplevelser af, hvad de har haft behov for i deres sorgbearbejdning. Deraf vil vi analysere, hvilke betingelser, der får betydning for, at informanterne har disse forskellige behov i bearbejdelsen af sorg, samt hvad informanterne har gjort for at opfylde disse behov. Det mest centrale i dette analyseafsnit er altså, hvordan informanterne bliver i stand til at genvinde rådigheden over egne livsbetingelser og udvide deres handlemuligheder. I den forbindelse vil vi undersøge, hvilken betydning sociale medier har i informanternes sorgbearbejdning. Derfor vil vi fremanalysere, hvordan sociale medier på tværs af interviewene udgør en betingelse for informanterne, der gør dem i stand til at genvinde rådighed samt udvide deres handlemuligheder og deraf forbedre deres livssituation.

#### **4.3.1. “... men fordi min far havde et misbrug, så kunne de ikke hjælpe mig...”**

I dette underafsnit vil vi fokusere på, at informanternes omgivelser kan udgøre betingelser for dem. Dette kan også være samfundsmæssige betingelser, hvilket vi redegjorde for i afsnit 4.1.2. (Kousholt, 2018:239; Holzkamp, 2013:21). Vi vil i dette underafsnit inddrage citater fra interviewene med Ditte, Liva og Kristine. Vi vil analysere frem, hvilke betydninger betingelserne har for deres sorgbearbejdning, samt hvilke muligheder de har for at få indflydelse på deres egne livsbetingelser og forbedre deres livssituation.

Vi vil begynde med et citat fra interviewet med Ditte, der beskriver, hvordan hendes alder er en begrænsning for hende i hendes bearbejdning af sorg. Ditte beskriver, hvordan hun oplevede, at der ikke var særlig mange muligheder for at få hjælp i sin sorg: ”... *der er Børn, Unge & Sorg, og der er skyggebørn i Aalborg, men hvis du er over 28, så har du ikke ret mange muligheder.*” (bilag 3:6). Vi forstår, at Ditte begrundede de manglende muligheder med, at hun er over en vis alder. Dittes alder udgør dermed en betingelse i form af, at hun ikke kan få hjælp fra bestemte steder som hun kender. Dette er altså en samfundsmæssig og regel-bestemt begrænsning for mennesker, der er over en bestemt alder og vil have hjælp herfra, og de er dermed tvunget til at søge andetsteds efter hjælpen (Kousholt, 2018:239). Vi vil inddrage et citat fra interviewet med Liva. Hun beskriver, hvordan hun ej heller oplevede en nem tilgængelighed af hjælp: ”... *kontaktede jeg Børn, Unge & Sorg, men fordi min far havde et misbrug, så kunne de ikke hjælpe mig, og de kunne henvise mig til en autoriseret psykolog, hvor jeg selv skulle lægge 450 kroner i timen eller hvad fanden det var.*” (bilag 6:2). Vi har i det forrige analyseret, hvordan Livas fars misbrug har været en del af hendes livsførelse i mange år, og nu skal hans død ligeledes til at være en del af hendes livsførelse. I dette citat kommer det til udtryk, hvordan hendes fars misbrug udgør betingelser for hendes bearbejdning af sorgen. Her ser vi

en sammenhæng mellem Livas fars misbrug og den hjælp hun kan modtage, der i denne sammenhæng er en begrænsning. Med andre ord: Livas fars misbrug udgør gennem hendes liv en betingelse for, hvorvidt og hvordan Liva kan bearbejde sin sorg efterfølgende. Liva tydeliggør, at hun ikke kan betale 450 kroner i timen for at få hjælp fra en psykolog, hvilken kan skyldes, at hun er studerende på daværende tidspunkt. Her ser vi, hvordan hendes øvrige hverdagsliv ligeledes får betydning for hendes handlemuligheder i hendes sorgpraksis. Vi har inddraget disse citater for at vise, at der kan være forskellige betingelser, der får betydning for om informanterne kan få opfyldt deres behov for hjælp. Og med disse uddrag bliver det tydeligt, at informanterne ikke altid selv har indflydelse på disse betingelser, og dette har således betydning på, hvordan informanterne kan bearbejde deres sorg.

Vi vil tydeliggøre, hvordan både Ditte og Liva gjorde sig yderligere tanker om at søge professionel hjælp, men at der var nogle betingelser, der havde betydning for deres videre søgning af hjælp. Dette blandt andet i dette citat fra interviewet med Ditte: ”... *ej men det kunne også være, at jeg skulle prøve at se om jeg kunne komme til psykolog. (...) Fordi jeg havde Tryk Forsikring.*” (bilag 3:3). I dette citat vil vi fremhæve, at Ditte søger psykolog fordi hun har forsikring. Hun begrundes beslutningen om at søge psykolog med, at hun har Tryk Forsikring. Vi forstår, at dette udgør en betingelse, der måske ikke ville have medført psykologbehandling, hvis hun ikke var medlem af forsikringsselskabet. Ditte genvinder i denne forbindelse rådighed over sin situation, da hun handler ud fra sin betingelse af, at hun har en forsikring, og skaber en ny handlemulighed; hun kan søge hjælp. Liva beskriver ligeledes, hvordan hun kom videre fra afslaget fra første forsøg på at søge hjælp ved Børn, Unge & Sorg: “... *TUBA, som er sådan en øh ... jamen det er en organisation, som ... terapi og rådgivning for børn og unge af alkoholikere og misbrugere. Og så kontaktede jeg dem med min historie og de kunne godt hjælpe mig om 25 uger eller sådan noget, så gik jeg bare helt ned.*” (bilag 6:2). Her bliver Livas ‘nederlag’ begrundet med, at TUBA har for lang ventetid, og det kan argumenteres som værende endnu en betingelse for Liva, der gør det svært at være i bearbejdningen af sorgen efter hendes fars død. Vi vil inddrage endnu et citat fra Livas interview for at tydeliggøre, hvorvidt hun har været i stand til, ud fra denne betingelse, at få indflydelse på egne livsbetingelser, og deraf udvide sine handlemuligheder: “... *og så skrev jeg til dem, at jeg er sgu bange for mit eget helbred, hvis ikke de gjorde noget nu, og så tilbød de mig så en akutsamtale i oktober, og han var død i august.*” (bilag 6:3). Liva har altså handlet ud fra denne betingelse, og skabt en ny betydning af betingelsen, hvor hun har formået at få hjælp tidligere end først anslået. At Liva ikke kunne få hjælp tidnok begrundes hun som havende en betydning for hende, og hendes helbred er en del af hendes livsførelse, da den har betydning for hendes helbred og deltagelse i andre praksisser. Vi forstår, at



hun derfor vælger at handle på dette, og heraf har hun mulighed for endnu engang at genvinde rådighed over hendes egne livsbetingelser ved at tydeliggøre alvoren af hendes situation. Disse uddrag fra de to interviews har vist os, at både Ditte og Liva er begrænset af nogle betingelser i deres sorgbearbejdning. De vælger at handle ud fra betingelserne, hvorved de skaber nye handlemuligheder og dermed en ny betydning af dem. De udvider ligeledes deres handlerum ved at søge nye muligheder for hjælp. Ditte og Liva har altså begge formået at få opfyldt de behov, de har haft i deres sorgbearbejdning, der for dem begge har bestået i at få hjælp til at bearbejde sin sorg af professionelle.

Vi finder på tværs af interviewene, at det er en væsentlig og gennemgående problematik og udfordring, at informanterne er begrænsede i deres søgning af hjælp til bearbejdning af sorg, og vi finder det derfor relevant at tydeliggøre yderligere. Vi vil inddrage et eksempel fra interviewet med Kristine, der kontaktede Børn, Unge & Sorg inden hendes mor døde: *“Og så havde jeg skrevet mig op, og så faktisk samme dag da hun lå og skulle til at dø, der ringede Børn, Unge & Sorg og spurgte om jeg ville til noget psykologhjælp.”* (bilag 5:2). Kristine fik hurtigt etableret kontakt til Børn, Unge & Sorg, og dette gjorde hun allerede før hendes mor gik bort. Sorgen var altså på en måde allerede en del af Kristines daglige livsførelse, og hun forsøgte at udgøre og skabe nogle betingelser for sig selv når hendes mor en dag gik bort, så hun kunne bearbejde sorgen. Kristine fortæller videre, at planen derefter var fastsat: *“Det er også derfor, at Børn, Unge & Sorg gerne vil have, at man venter i hvert fald et halvt år. At man sådan lige får bearbejdet// Eller lige finder ud af, hvor man er i sorgprocessen inden, ikk? Men at der så gik et helt år, der gik for langt tid synes jeg.”* (bilag 5:5). Ventetiden og reglerne hos Børn, Unge & Sorg udgør altså en betingelse i Kristines sorgbearbejdning i form af, at man skal vente i et halvt år før man kan komme i et forløb hos dem. Her vil vi fokusere på, hvad dette har betydet for Kristines sorgarbejde. Kristine forsøgte at udvide sine handlemuligheder ved at søge hjælp forud for hendes mors død, og hun forsøgte at få det integreret i sin daglige livsførelse, og herunder hendes sorgpraksis. Kristine fik ganske vist en mulighed for professionel hjælp, men den samfundsmæssige betingelse i form af ventetid medvirkede til, at det blev utilgængeligt. Vi præsenterede i afsnit 4.1.2., at betingelser både kan udgøre muligheder for subjektet, men også begrænsninger (Kousholt, 2018:239). Denne betingelse gør, at Kristine ikke har mulighed for at modtage professionel hjælp før der er gået et år, hvilket betød, at hun ikke fik opfyldt de behov hun havde på daværende tidspunkt, og dette kan altså forstås som en begrænsning for Kristine i hendes sorgbearbejdning.

Disse forskellige uddrag har vist os, at hjælp i form af psykolog og sorggrupper har været utilgængelige for informanterne. De begrundede deres handlen med ventetider, nægtet adgang på

baggrund af forskellige betingelser, og de forsøger ud fra disse at udvide deres handlemuligheder, således at de får mulighed for at modtage den hjælp, de har behov for. Fælles for disse tre informanter har været, at hjælpen har været utilgængelig, og derfor vil vi i næste afsnit af denne del af analysen undersøge, hvorvidt de på baggrund af utilgængeligheden af hjælp, har benyttet sig af sociale medier.

#### **4.3.2. ”Men jeg synes da det er en god måde, for du kan gøre det kl. 12 om natten, hvis det er der, at det hele lige pludseligt tårner sig op. Du skal ikke hen og bestille en tid.”**

Dette underafsnit har til formål at fremhæve, hvordan informanterne ved hjælp af sociale medier genvinder rådigheden over egne livsbetingelser og udvider deres handlerum. I analysen af de særlige omstændigheder ved tabet havde vi fokus på, at sygdomsforløb og informantens historie begrænsede dem i deres sorgbearbejdning. Dette har forringet deres livskvalitet idet de var underlagt betingelser, der begrænsede dem, og ikke havde indflydelse på deres situation (Dreier, 2008:36). I dette analyseafsnit har vi fokus på, hvordan sociale medier er med til at lade informanterne tage styringen tilbage over deres livssituation. Dette afsnit skal ses i relation til ovenstående afsnit, da det har til formål at vise, hvordan informanterne har genvundet rådighed over egne livsbetingelser og deraf udvidet deres handlemuligheder.

Vi vil begynde dette underafsnit med at inddrage et citat fra interviewet med Mikkel, hvor han forklarer hans opfattelse af brugen af sociale medier: ”*Hvad er meningen med sociale medier? Det er jo, at vi er i kontakt med hinanden, øhm. Der er jo meget større muligheder. Det er meget mere tilgængeligt og meget nemmere.*” (bilag 7:12). Mikkel gik hos en psykolog få gange, men har ikke benyttet sig yderligere af det, og hans brug af psykolog begrunder han, ligesom Ditte, med adgang via et forsikringsselskab. Mikkel siger yderligere, at han ikke havde benyttet sig af psykologhjælp, hvis det ikke havde været så tilgængeligt for ham. Ovenstående citat viser, at Mikkel finder brugen af sociale medier *mere* tilgængeligt end professionel hjælp. Mikkel tydeliggør også, at der er større muligheder på sociale medier, og her vil vi uddybe, hvorfor der er en sammenhæng mellem disse muligheder på sociale medier og lige netop Mikkels behov. Mikkel har på mange måder udvidet sit handlerum ved at benytte sig af sociale medier i forhold til hans sorgbearbejdning. Han beskriver, at formålet med sociale medier ifølge ham er, at vi er i kontakt med andre mennesker. Mikkel har efter hans kone og stedsøns død delt et opslag, hvor han fortæller om dødsfaldet og efterfølgende delt opdateringer og følelser på Facebook. Han fremhæver selv i interviewet, at han ikke, før dødsfaldet, var typen, der delte sit liv særlig meget på Facebook: “*Før denne her ting skete for mig, der var jeg ikke typen, der delte noget hver eller hver anden dag, overhovedet. Øhm, men når man ... bruger det*

*mere, så lægger man mere mærke til ting. Øhm, og der er rigtig mange mennesker - især på Facebook - som gerne vil hjælpe folk.*” (bilag 7:4-5). Mikkel begrundet sin tiltaget deling af opslag på Facebook med, at han har mistet sin kone og stedsøn, og han har derigennem fået større kendskab til, at der er et stort netværk, der hjælper hinanden. Mikkel har altså udvidet sit handlerum ved at begynde med at dele sin sorg på Facebook, og derefter har brugen af sociale medier fået større betydning for ham i hans bearbejdning. Hertil bliver vi nysgerrige på, hvad der har medvirket til, at Mikkel er begyndt at dele oftere på Facebook. Mikkel begrundet dette med følgende: *“... før det her skete, var jeg egentlig ikke en, der var så aktiv på Facebook, men det er jeg nu af en eller anden årsag. (...) fordi jeg gerne vil have at de skal huskes og ikke glemmes, og så måske et råb om hjælp på en eller anden måde...”* (bilag 7:10). I dette bliver det tydeligt, at Mikkels tab har haft betydning for, at hans brug af sociale medier er steget. Han begrundet altså sine handlinger ud fra tabet, og hans deltagelse i praksissen bestående af sociale medier er sammenhængende med tabet af hans kone og stedsøn. Vi har beskrevet, at Mikkel på mange måder har udvidet sit handlerum gennem brug af sociale medier, og derigennem fået flere handlemuligheder til at bearbejde sin sorg. Vi vil i det følgende analysere, hvorledes Mikkels brug af sociale medier har været medvirkende til, at han har genvundet rådighed over de betingelser, der ellers har været styrende for hans handlemuligheder. Mikkel har delt sin sorg og historie åbent på Facebook, hvilket har resulteret i, at hans netværk herpå påbegyndte en indsamling med formålet om at rejse penge til et nyt hjem til ham, da Mikkel ikke havde et sted at bo efter branden, da hjemmet ikke var forsikret. Hertil vil vi drage paralleller til, hvordan Dittes og Mikkels arbejdsforsikring åbnede en mulighed for hjælp for dem, hvor Mikkels boligsituation står i kontrast hertil grundet manglende privatforsikring. Mikkel fortæller om denne indsamling: *“Fordi der var nogle, der ville hjælpe mig, fordi jeg havde en boligsituation, som var skidt, vores hjem brændte ned, og jeg havde ikke noget sted at bo. Og jeg havde to børn som jeg gerne ville se ... oprettede hun så en fundraiser på Facebook for at hjælpe mig.”* (bilag 7:6). Mikkels boligsituation udgjorde altså nogle betingelser, der medførte, at han ikke udelukkende kunne sørge over sin kone og stedsøn. Han var nødsaget til at finde et andet sted at bo, og på baggrund af, at han delte sin historie og sorg på Facebook, udgjorde netværket herpå andre betingelser for ham. Mennesker udgør altså også betingelser for hinanden, og Mikkels deling af tabet på Facebook medvirkede til, at hans netværk startede en fundraiser for ham. Hermed har hans netværk og Facebook som platform udgjort en betingelse for hans sorgbearbejdning, der har resulteret i et sted at bo (Kousholt, 2018:239; Holzkamp, 2013:21).

Der er mange årsager til, at Mikkel har brugt Facebook til at fortælle om sin sorg, og han beskriver, at det har hjulpet ham at bruge Facebook i hans sorgbearbejdning. Vi vil inddrage endnu et citat fra interviewet med Mikkel med henblik på at fremhæve, hvordan han selv opfatter hans brug af sociale medier:

*”Det er jo netop det jeg har tænkt meget over inden I kom, hvorfor gør jeg egentlig det her, og der er så mange forskellige årsager til det. Nogle gange er det fordi ... at jeg gerne vil have, at de ... skal blive husket. Og nogle gange er det fordi jeg gerne vil have hjælp eller opmærksomhed.”* (bilag 7:7-8).

Mikkel beskriver altså selv, at han også deler sin sorg på sociale medier for opmærksomhedens skyld, hvilket kommer til udtryk flere gange hen over interviewet. I afsnit 1.1.1. beskrev vi, hvordan der ifølge Ariés var et skifte i sorgens udtryk fra at være fokus på den døende til et skifte i fokus til den der skulle miste (Jacobsen & Kofod, 2015:251). Ved at inddrage Ariés’ faser i denne sammenhæng kan vi se, at der for Mikkel i høj grad er fokus på ham som den efterladte idet han selv efterspørger en opmærksomhed gennem de sociale medier. Samtidig er det ikke så simpelt, da Mikkel samtidig i citatet beskriver, at han ligeledes ønsker, at hans kone og stedsøn skal blive husket. Med inddragelsen af Ariés’ beskrivelser af de forskellige faser af sorgens udtryk, kan vi åbne op for de nuanceringer, der er i sorgens udtryk på sociale medier, som ovenstående citat fra interviewet med Mikkel indeholder. Her kommer det til udtryk, at det er en komplekst praksis vi undersøger. Ved ovenstående citat vil vi yderligere fremhæve, at Mikkel siger: *”Det er jo netop det jeg har tænkt meget over inden I kom ...”* (bilag 7:7-8). Dette vil vi fremhæve som en metodologisk analytisk pointe i relation til vores forståelse af interviewet som handlesammenhæng. Her kommer det til udtryk, at vores interview med Mikkel har igangsat nogle tanker vedrørende hans ageren på sociale medier. At Mikkel har haft tanker forud for interviewet anser vi ikke som konfliktuerende i forhold til vores mål med interviewet, der består i at lære om hans sorgpraksis. Forchhammer beskriver, at en handlesammenhæng i en interviewsituation kan være konfliktuerende i forhold til målet med interviewet (Forchhammer, 2001:29). Her anser vi Mikkels tanker forud for interviewet som bidragende til at understøtte, at forskningen er en fælles søgeproces, hvor informanterne har mulighed for at fremhæve, hvad de finder relevant for problemstillingen. At Mikkel netop forud for interviewet har gjort sig tanker om, hvorfor han egentlig benytter de sociale medier i sin sorgbearbejdning tyder på, at dette optager ham, og derfor har vi inddraget dette i analysen. For at opnå yderligere forståelse

af, hvordan informanterne selv opfatter deres brug af sociale medier, vil vi inddrage et citat fra interviewet med Janne. Hun fremhæver ligeledes, at det er tilgængeligheden af de sociale medier, der har medvirket til, at hun har brugt dem i sin bearbejdning af sorg, men tilføjer et nyt aspekt; identificering på sociale medier:

*“Jeg tror, at det er grunden til, at jeg har brugt det, det er tilgængeligheden. Og så fordi, det kommer jo meget an på, hvordan man vælger at bruge de sociale medier, men de fleste mennesker giver jo en del af sig selv til sit sociale medie, til både Facebook eller Instagram. Så eftersom det er en del af mig, ville det være kunstigt ikke at have det stående på en måde ikk?” (bilag 2:6).*

Jannes brug af sociale medier er en integreret del af hendes livsførelse, og hun beskriver det som værende en del af hende selv. Vi vil derfor fremhæve, hvordan sociale medier udgør en betingelse for Jannes sorgbearbejdning, og ikke på samme måde som Mikkel, der altså først benytter det efter tabet af sine kære. Vi forstår, at det er en betingelse for Janne, at hun har brugt sociale medier aktivt førhen, og derfor, ifølge hende selv, ikke kan undgå at dele sorgen, da det ville virke kunstigt ikke at dele det. Janne begrundet først sit brug af sociale medier i relation til sorg med, at hun finder det tilgængeligt, og derefter begrundet hun det med, at hun giver en del af sig selv til det. Jannes brug af Facebook forud for hendes mormors død, udgør altså en betingelse for, at hun eventuelt kan føle sig ‘tvunget’ til at dele sit tab på sociale medier, da hun er vant til at dele andet, og hun beskriver det som kunstigt, hvis ikke hun gør det. Et andet eksempel på, hvordan informanterne opfatter deres brug på sociale medier er fra interviewet med Liva: *“Det hjælper for mig. Og det hjælper rigtig meget for min proces om at blive et gladere og bedre menneske, at jeg kan få lov til ... at udtrykke mig et sted, hvor der er andre, der kan se, hvordan jeg har det.”* (bilag 6:10). Ved dette citat vil vi fremhæve, at Livas brug af sociale medier i relation til sorg har betydning for hendes humør. Af dette forstår vi, at sociale medier er en betingelse for Livas humør, for hvad hvis hun ikke fik mulighed for at udtrykke sig her? Hun begrundet sit brug af sociale medier med, at det er en del af hendes sorgproces, og hun udvider dermed også sit handlerum, og skaber flere handlemuligheder for sig selv i processen om at blive et gladere og bedre menneske. Et sidste eksempel på, hvordan informanterne opfatter og oplever sociale medier i forbindelse med deres sorgbearbejdning er fra interviewet med Anja: *“Men jeg synes da det er en god måde, for du kan gøre det kl. 12 om natten, hvis det er der, at det hele lige pludseligt tårner sig op. Du skal ikke hen og bestille en tid.”* (bilag 4:15). Anja finder det komfortabelt og nemt at

bruge de sociale medier i hendes bearbejdning af sorgen efter hendes mands død, da hun kan gøre det på alle tidspunkter, og når hun har brug for det. Ligesom de andre informanter udvider Anja altså sit handlerum ved at bruge sociale medier, da hun kan gøre det når *hun* har behov for det, og ikke når hun kan få en tid. Anja beskriver altså nogle betingelser i form af tidsbestilling, der får betydning for hendes valg af at bruge sociale medier. Dette understøtter den overordnede pointe omhandlende, at informanterne har forskellige behov i deres sorgbearbejdning, og Anja udtrykker her et behov for at kunne reagere på sin sorg her og nu. Hertil udgør sociale medier en mulighed for Anja til at forfølge dette og få opfyldt sine behov.

Sammenfattende om dette underafsnit har vi analyseret, hvordan Mikkel, Liva, Janne og Anja har opnået nye handlemuligheder i deres bearbejdning af sorg gennem sociale medier. Vores analyse har vi vist, at informanterne har været underlagt betingelser, der har begrænset deres handlemuligheder i forhold til at modtage hjælp fra professionelle som de selv har fremhævet som betydningsfulde for deres sorgbearbejdning. Hertil har vi fundet, at sociale medier har givet informanterne mulighed for at få indflydelse over egen situation. Analysen har vist, at der er forskellige sammenhænge mellem, hvorfor de benytter sig af sociale medier i deres sorgpraksis. For Mikkel var det dødsfaldet, der havde betydning for, at han besluttede sig for at dele sin sorg på sociale medier. For Janne var det hendes allerede eksisterende brug af sociale medier i andre sammenhænge, der blev betydningsfulde for, at hun delte sin sorg på sociale medier. Der er således to forskellige sammenhænge mellem, *hvorfor* de benytter sig af sociale medier i deres bearbejdning af sorg. Vi har altså i dette afsnit analyseret frem, at det varierer alt efter om det er dødsfaldet, der er betingelsen for delingen af sorg eller om det er sociale medier, der er betingelsen for delingen af sorg på sociale medier, og de respektive betingelser kan skabe forskellige handlemuligheder for informanterne.

#### **4.3.3. Opsamling: I sorg - hvad kan man stille op?**

Med analyseafsnittet 'I sorg - hvad kan man stille op?' har vi vist, hvordan nogle af informanterne forbinder og associerer hjælp med hjælp fra professionelle, og hvordan dette af flere årsager har været utilgængeligt for dem. Vi har fundet, at informanterne er underlagt nogle samfundsmæssige betingelser i forhold til denne hjælp, som de må handle ud fra såsom ventetider og målgruppeafgrænsninger. Vi har i den forbindelse undersøgt, hvordan informanterne får mulighed for at handle og ikke lade sig begrænse af de betingelser de er underlagt. Det mest centrale fund i dette analyseafsnit er, at informanterne genvinder rådigheden over deres situationer, og skaber nye handlemuligheder ved at bruge sociale medier i deres bearbejdning af sorg. De tager altså styringen

tilbage over egne livsbetingelser gennem brug af de sociale medier ved at dele deres sorg herpå, og skaber nye betingelser ud fra dette.

#### **4.4. En stor legeplads fuld af muligheder?**

I dette analyseafsnit vil vi inddrage empiri, der omhandler informanternes fortællinger og oplevelser af deres brug af sociale medier i deres sorgbearbejdning. Formålet med afsnittet er at fremhæve, hvordan informanterne handler ud fra de betingelser sociale medier udgør, og skaber forskellige betydninger af disse. Vi inddrager empiri, der har til formål at vise, hvordan informanterne gør brug af de muligheder som sociale medier tilbyder. Herudover vil vi inddrage empiri, der har til formål at vise kompleksiteten af delingen af sorg på sociale medier, og dertil analysere, hvordan sociale medier således både kan udgøre en mulighed og en begrænsning i relation til sorgbearbejdning.

##### **4.4.1. “Så hvis noget fungerer for den ene, så er det fedt, og der tror jeg, at Facebook og andre sociale medier, det er jo en stor legeplads, hvor der er hjernedødt mange muligheder, du kan gøre ved det som du har lyst.”**

I det forrige havde vi fokus på, hvordan informanterne, ved hjælp af sociale medier, havde mulighed for at genvinde rådigheden over egne livsbetingelser og via sociale medier udvide deres handlemuligheder. I dette underafsnit vil vi i forlængelse af forrige afsnit fokusere på, hvordan alle informanterne benytter sig af sociale medier på hver deres særlige måde og med forskellige formål. Vi vil inddrage empiri med henblik på at analysere, hvordan informanterne begrundes deres handlemuligheder på sociale medier, og hvordan sociale medier får betydning for deres sorgpraksis. Vores informanter har som nævnt forskellige hensigter og formål med at dele deres sorg på sociale medier. I læsningen hen over empirien er det tydeligt, at der er nogle ligheder i deres måder og formål med at dele på sociale medier, men samtidig også nogle forskelle. Disse vil fremhæve i nedenstående.

Vi vil præsentere et citat fra interviewet med Janne, hvor hun beskriver, hvordan hendes egen sorgbearbejdning efter hendes mormors død har været. I den forbindelse reflekterer hun over, hvordan hendes mor og søster har håndteret sorgen, da det er samme person de har mistet, men relationen til den afdøde har været forskellig. Janne og hendes søster har mistet deres mormor og Jannes mor har mistet sin mor. Janne fortæller:

*“... så har vi tre for eksempel haft vidt forskellige tilgange til det. Så hvis noget fungerer for den ene, så er det fedt, og der tror jeg, at Facebook og andre sociale*

*medier, det er jo en stor legeplads, hvor der er hjernedødt mange muligheder, du kan gøre ved det som du har lyst. Og det tror jeg, det der er rigtig godt ved det, jeg kan skrive det på min måde, jeg kan udtrykke min sorg på min måde, og du kan gøre det en helt anden måde. Men budskabet er det samme på en eller anden måde.”*  
(bilag 2:15).

Med dette citat vil vi fremhæve, at Janne oplever, at hendes familie har bearbejdet deres sorg på forskellige måder, og hun tydeliggør sociale mediers potentiale i, at man kan bruge sociale medier som man har lyst til, og at man kan gøre det på sin egen måde. Vi vil også fremhæve, at Janne forklarer, at budskabet er det samme, hvor vi forstår budskabet som værende sorgen eller bearbejdningen af denne, og det særlige bliver i denne sammenhæng, at man kan gøre det på forskellige måder. Det bliver ikke beskrevet, hvordan de øvrige familiemedlemmer har bearbejdet deres sorg, da vi ikke i interviewet spurgte ind til det og Janne kom heller ikke yderligere ind på det. Vi anser det ikke som relevant for vores problemstilling at beskæftige os med Jannes families håndtering af sorgen, da vi tager udgangspunkt i Jannes oplevelser. Det væsentlige er, at de ifølge Janne bearbejder sorgen forskelligt, og Janne fremhæver det som betydningsfuldt, at hun kan udtrykke sin sorg på sin egen måde på sociale medier. Her analyserer vi frem, at sociale medier udgør en betingelse for Janne, der gør det muligt for hende at håndtere sorgen på sin egen måde. Hen over interviewet med Janne bliver det tydeligt, at det er betydningsfuldt for hende, at omverdenen og hendes omgangskreds ved, hvad hun går igennem. Hun begrundet det med, at det er rart i tilfælde af, at hun møder en perifer bekendt, der spørger, hvordan det går med hende. Med delingen af hendes sorg på sociale medier har Janne udvidet sit handlerum ved at fortælle om sin mormors død offentligt, hvilket hun blandt andet har gjort med henblik på at fortælle sin omgangskreds, at det var denne situation, hun befandt sig i. At fortælle omverdenen, hvad hun gennemgår er således et af Jannes formål med at dele sin sorg på sociale medier. Jannes deling af sorg på sociale medier kan altså få betydning i hendes øvrige hverdagsliv, hvori eksempelvis perifere bekendtskaber indgår. Sociale medier kan i den forbindelse udgøre en mulighed for Janne, der kan medvirke til at sikre, at hendes omgangskreds er bevidste om, hvad hun gennemgår, der netop er hendes behov og ønske.

Vi vil inddrage et andet eksempel på, at sociale medier giver informanterne mulighed for at bearbejde deres sorg på deres egen måde. Livas far havde et misbrug, og vi har tidligere analyseret frem, hvordan dette har betydning for hendes sorgbearbejdning. I denne forbindelse vil vi fremanalysere, hvad Livas deling på sociale medier får af betydning for hendes sorgbearbejdning.



Hen over interviewet bliver det tydeligt, at Liva deler på sociale medier af flere årsager: at få det kanaliseret ud, at blive respekteret, at blive lettet, samt at hendes omgangskreds forstår, hvorfor hun handler som hun gør. Liva fortæller, at hendes deling på sociale medier har betydet, at hun har haft mulighed for at give indsigt i, hvorfor visse ting gør hende vred, eksempelvis, at en veninde aflyser en aftale med kort varsel, og dette begrundes hun med, at hun ofte er blevet svigtet af sin far. Livas deling på sociale medier har altså indvirkning i andre praksisser hun deltager i, såsom hendes venindeforhold, da Liva udtrykker, at hendes veninder har bedre forståelse for, at hun handler på en bestemt måde, når de kan følge med i hendes opslag på sociale medier. Dertil udgør sociale medier en mulighed for Liva i hendes øvrige hverdagsliv. Liva fortæller, at der er mange ting hende og hendes far ikke har fået talt om omkring hans misbrug, samt hvilken betydning dette har haft for hende og deres forhold. Hen over interviewet med Liva er det tydeligt, at hun har et behov for at åbne op omkring disse ting, da det hjælper hende til at blive et bedre og gladere menneske. Adspurgt til, hvorfor hun deler på sociale medier, fortæller hun: “ ... jeg tror, at det er kombinationen af at føle, at jeg bliver forstået, fordi jeg altid før min far døde, så delte jeg min opvækst med så få som overhovedet muligt, for det har aldrig været sjovt ... ” (bilag 6:10). Liva har altså mulighed for at udtrykke nogle af de ting som hun har haft behov for i sin barndom og ungdom på sociale medier. Hun har førhen været underlagt betingelser i form af at tie stille omkring problemer, da det var normen i hendes familie, og nu formår hun med sociale medier at udvide sit handlerum til at fortælle åbent om det. Liva har altså i denne forbindelse genvundet rådigheden over sit velbefindende og udvidet måden, hvorpå hun bearbejder sin sorg. Man kan sige, at Liva benytter de sociale medier til at bearbejde nogle af de udfordringer hun har haft i sin barndom, der primært omhandler hendes fars misbrug. De sociale medier har givet Liva muligheder for at nå ud til mange mennesker, da hendes deling herpå har givet hende mulighed for at optræde på nationalt TV, lave en dokumentar, samt at få trykt sin historie i en national avis. Vi forstår, at problematikken i, at Liva ikke føler, at hun har fået talt ordentligt ud med sin far, har en indvirkning på hendes deling af sin historie, og dermed har hans død også en betydning for, at hun deler sin sorg på mange platforme.

Som vi har analyseret frem i det ovenstående, er der netop mange muligheder på sociale medier, og man kan mere eller mindre gøre, hvad man har lyst til. I behandlingen af empirien har vi haft fokus på at få indblik i de forskellige måder informanterne har brugt de sociale medier på, og vi har haft fokus på, hvad de har gjort med deres kære Facebook-profiler. For at vise denne forskel vedrørende informanternes håndtering af deres kære Facebook-profiler vil vi inddrage citater fra interviewene med Mikkel og Kristine, da de har haft forskellige tilgange til netop dette. Kristine beskriver i

interviewet, at hendes mor var meget privat omkring hendes sygdomsforløb, og at det ikke var noget som hendes mor ønskede skulle deles med alle. Kristine havde derfor et ønske om at få slettet sin mors profil på Facebook, og beskriver følgende:

*“Jeg var meget sådan, at jeg vil gerne have slettet min mors profil på Facebook med det samme. For jeg har ikke lyst til, den skal være tilgængelig, (...) Så den skulle virkelig slettes. Der var virkelig store problemer med at få den slettet faktisk ifølge Facebook. Man skulle bruge skifteretsattest og så skulle man bruge dødsattest og så var det ikke nok, at der stod, at jeg var den pårørende, det var virkelig virkelig indviklet, det tog flere uger at få den lukket.” (bilag 5:6).*

Som det fremgår af citatet var det altså ikke let for Kristine at få slettet sin mors profil. Facebook har nogle rammer og regler for, hvordan man skal håndtere sletning af profiler, også når det omhandler et dødsfald. Vi vil ikke gå i dybden med disse regler og rammer, men vi finder det relevant at tydeliggøre, hvordan disse har skabt nogle betingelser for Kristines bearbejdning af sorg efter hendes mors død. Kristine oplevede altså udfordringer med at få slettet denne profil, og hun havde ikke rådighed over disse betingelser. Kristine måtte handle ud fra de betingelser hun var underlagt i form af Facebooks regler og rammer, og hun har skullet navigere i disse. Kristine lykkedes med dette, og fik dermed udvidet sit handlerum i sin sorg ved at få slettet sin mors profil. Vi spurgte i interviewet ind til, hvorfor det var så vigtigt for hende at få slettet profilen, og hertil svarer hun: *“... jeg havde ikke lyst til at se de minder jeg har haft med hende eller noget, som hun har haft lagt op og så noget. Det var mest det, der var vigtigt for mig. Det jeg selv har lagt ud, har jeg det egentlig okay med sådan.”* (bilag 5:7). Kristine begrundede valget om at slette sin mors profil med en af de funktioner, som Facebook har. Det er en funktion, der sender minder frem til en, som man selv tidligere har uploadet eller en anden har uploadet, altså et opslag med et billede eller en tekst. Dette ville Kristine ikke konfronteres med, i hvert fald ikke når det drejer sig om minder, som hendes mor har lagt på Facebook. Vi forstår af dette, at hun ønsker at have styringen i forhold til hvad, hvornår og hvordan hun bliver konfronteret i forhold til hendes mor og sorgen omkring moderens død. Dette vil vi knytte an til en central pointe vi med analysens første afsnit har vist; at menneskers livskvalitet kan komme til udtryk i, hvor stor rådighed de har over egne livsbetingelser (Dreier, 2008:36). Kristines måde at få rådighed over Facebooks mindefunktion var at få slettet sin mors profil.

Vi vil inddrage et eksempel fra interviewet med Mikkel, der viser forskellen i, hvordan informanterne har håndteret deres kæres afdødes profiler. Med dette søger vi at opnå forståelse for, hvordan dette får forskellige betydninger for informanterne. Vi spørger Mikkel, hvad han har gjort af overvejelser omkring hans kones Facebook-profil, og hertil svarer han: “... altså jeg overvejede muligheden for at slette den eller gøre den til en mindeside. Øh. Og grunden til, at jeg gjorde den til en mindeside, var både for at respektere andre end mig selv, som holdt af hende. Og så fordi jeg ville være bange for at fortryde det senere ikk’.” (bilag 7:9). I denne sammenhæng udgør Facebooks funktioner nogle betingelser for, hvordan Mikkel efterfølgende kan bearbejde sin sorg. Vi bemærker, at Mikkel tager hensyn til andre end ham selv i sine overvejelser omkring, hvad der skal ske med hans kones Facebook profil. I denne sammenhæng er Mikkel medvirkende til at udgøre betingelser for andre mennesker (Kousholt, 2018:239; Holzkamp, 2013:21), da han gør det muligt for andre mennesker at besøge hendes profil som et ‘digitalt gravsted’. Om disse mennesker oplever dette som en mulighed eller begrænsning kan vi ikke svare på, og her bliver det tydeligt, at en undersøgelse med et kritisk psykologisk afsæt kan fortsætte i det uendelige, da flere perspektiver på en problemstilling altid kan inddrages (Kousholt, 2018:257). I denne analyse med denne problemstilling er det væsentlige, hvad Mikkel har haft af muligheder og begrænsninger i sin bearbejdning af sorg. I den forbindelse vil vi fremhæve, at Mikkel beskriver, hvordan det gjorde ondt på ham i starten at få disse minde-opslag, som vi kort berørte i Kristines situation ovenfor. Derfor kontaktede han Facebook for at få dem til at lave hans kones Facebook-profil om til en mindeside, da man med en sådan side ikke modtager opslag hun tidligere har skrevet i form af minde-opslag. Mikkel udvider hermed sit handlerum og opnår nye handlemuligheder, der medvirker til, at han kan bearbejde sin sorg på egne præmisser. Mikkel løsriver sig således fra Facebooks betingelser, og disse betingelser får en ny betydning for Mikkel og andre, der holder af hans kone, og de kan bruge mindesiden til at bearbejde sorgen. Sociale medier udgør altså nogle forskellige betingelser som informanterne skaber handlemuligheder ud fra. Mikkel og Kristine har begge udvidet deres handlerum i forhold til deres bearbejdning af sorg, og har valgt at gøre det på to forskellige måder. Der er også forskellige årsager og begrundelser for, hvorfor de har handlet som de har gjort, og de har begge gjort sociale medier i sorgbearbejdningen til en del af deres livsførelse og særligt deres sorgpraksis.

Sammenfattende om dette underafsnit har vi analyseret frem, hvordan sociale medier indeholder mange muligheder. Vi analyserede frem, hvordan sociale medier giver Janne mulighed for at dele sin sorg på sin egen måde. Liva har ikke tidligere haft mulighed for at fortælle åbent om hendes situation på grund af nogle betingelser hun var underlagt, men med de sociale medier får hun

indflydelse over egen situation. Derudover har vi analyseret, at Facebook har nogle rammer, der får betydning for Mikkel og Kristines sorgpraksis idet de har haft mulighed for at beslutte, hvad der skulle ske med deres kæres Facebook-profiler. De har begge navigeret og handlet ud fra de betingelser Facebook udgjorde for dem, men har haft forskellige behov i deres sorg, som de begge har formået at få opfyldt. Deres betingelser var først styret af Facebooks rammer og regler, men de har begge udvidet deres handlemuligheder i deres sorgbearbejdning samt formået at tage styringen over egne betingelser tilbage.

#### **4.4.2. “Et eller andet sted så er det rart, men på den anden side er det også “det burde du simpelthen ikke kommentere på”.”**

I dette underafsnit vil vi ligesom i forrige afsnit have fokus på, hvilke forskellige formål informanterne fremhæver ved deres deling af sorg på sociale medier. I forrige afsnit havde vi fokus på at analysere frem, at Facebook rummer mange muligheder, der gør det muligt for informanterne at få opfyldt de forskellige behov de har i deres sorgbearbejdning og her har vi analyseret, hvordan dette kommer til udtryk for Janne, Mikkel og Kristine. I dette afsnit vil vi ligeledes fokusere på informanternes formål med delingen af deres sorg på sociale medier, men vi vil i stedet inddrage empiri omkring, hvordan informanten er blevet mødt i deres deling. Det vil altså sige, hvilken respons de har fået, og om de har oplevet responsen som begrænsende i deres sorgbearbejdning. Formålet med, at dette afsnit kommer i forlængelse af de øvrige er at vise kompleksiteten af sociale medier, og således opnå forståelse af, hvordan sociale medier udgør en betingelse for informanterne, der indeholder muligheder, men samtidig også kan begrænse dem i deres bearbejdning af sorg.

Vi vil begynde analysen i dette underafsnit med et citat fra Kristine, der gennem interviewet adskillige gange fortæller, at hun deler sin sorg på sociale medier både for at få lettet sit hjerte, men også for at få et budskab frem med sine opslag om eksempelvis Kræftens Bekæmpelses kampagne, Knæk Cancer. Adspurgt til, hvad hun tænker, at der er af ulemper ved deling af sorg på sociale medier svarer hun: *“Det passer jeg også meget på med, når jeg lægger op, at det skal ikke være sådan, at folk skal tro// Altså de skal ikke have ondt af mig når jeg lægger det op. Det er mere for at få noget ud, budskabet ud ikk?”* (bilag 5:13). I dette citat vil vi fremhæve den del, hvor Kristine siger, at hun ‘passer på’. Hen over interviewet med Kristine er det tydeligt, at hun tænker meget over, *hvad* hun lægger op, samt *hvornår* hun lægger det op. Og hun fortæller, at hun sommetider involverer sin kæreste når hun skal lægge et bestemt opslag op. Hertil får Kristines deling af sorg på sociale medier betydning for hendes øvrige hverdagsliv, da hendes kæreste inddrages i hendes sorgpraksis, og hertil

forsøger hun at integrere forskellige praksisser i hendes livsførelse (Holzkamp, 1998:27). Kristine har en offentlig profil på den sociale platform Instagram, der er tilgængelig for mange mennesker, og alle brugere har adgang til at se, hvad hun deler på denne platform. At Kristine ligger meget tanke bag hendes opslag kan være udtryk for, at hun forsøger at tage styring over sin situation, at *hun* bestemmer indholdet og tidspunktet for sine opslag. Men er det virkelig muligt at styre alt på de sociale medier? Dette finder vi relevant at opnå en forståelse for. Hertil vil vi inddrage et citat, hvor Kristine fortæller om den respons hun modtager efter hun har delt et opslag på sociale medier:

*“Ulempen vil helt klart være, det der med, at så lægger jeg det op, og så kommer det ud til enormt mange (...) men jeg synes godt, at der kan være nogen, hvor den ulempe med kommentarer med et eller andet hjerte eller sådan ”tænker på dig, positive tanker”. Et eller andet sted så er det rart, men på den anden side er det også ”det burde du simpelthen ikke kommentere på”. Fordi det er for personligt, men alligevel lægger jeg det op, så ved godt, at jeg selv opfordrer lidt til, at måske komme med noget respons, men... ja det ved jeg ikke, jeg synes den er lidt svær. Men ulempen må nok være, at man bliver kontaktet lidt uopfordret, synes jeg.”*  
(bilag 5:10-11).

I ovenstående citat fra interviewet med Kristine bemærker vi, at hun oplever en ambivalens omkring hendes deling af sorg på sociale medier. Her vil vi fremhæve de negative følelser hun beskriver, såsom at hun bliver kontaktet uopfordret. Netop dette vil vi benytte til at forstå, hvor meget styring Kristine oplever at have over sin deling af sin sorg på sociale medier. Kristine vil gerne styre, hvad hun deler på sociale medier, og er bevidst omkring, at det kommer ud til enormt mange mennesker. Kristines råderum indskrænkes samtidig, da hun i ikke er i stand til at styre, hvor mange mennesker, der ser hendes opslag, samt hvilken respons de giver hende. Kristine har altså ikke kontrol over, hvad andre mennesker giver hende af respons, såsom en emoji med et hjerte, og hertil bliver det væsentlige, hvad dette har af betydning for Kristine. Den rådighed Kristine oplevede at have over egne betingelser i forhold til, hvad hun lægger op, og hvornår hun lægger det op, mister hun når først opslaget er delt og responsen kommer. Kristine udtrykker gennem interviewet flere gange en irritation over responsen og ambivalensen omkring opslagene, og dette kan skyldes, at Kristine ikke har rådighed over egne betingelser. Kristine gør sig umage med at udarbejde sine opslag med et budskab, og hun vil ikke have at folk får medlidenhed med hende. For Kristine kan en emoji med et hjerte, samt at folk skriver

‘positive tanker’ betyde, at hun ikke oplever, at hendes intention med opslaget er lykkedes, og at hun får den medlidenhed hun ellers ville undgå. Præmissen for Kristines deling på sociale medier, og den dertilhørende respons, udgør en betingelse for hende, der medvirker til, at hun oplever at have ambivalente følelser omkring, hvordan hendes opslag bliver modtaget. Dette forstår vi som, at Kristine mister rådigheden over egne livsbetingelser i det øjeblik, hun deler et opslag, og når det bliver tilgængeligt blandt mange mennesker. Det kan altså være på grund af den manglende kontrol over, hvilken respons hun modtager, at Kristine oplever en følelse af irritation.

Vi vil inddrage et anderledes eksempel på, hvordan informanternes ikke kan kontrollere, hvordan andre modtager og forstår deres deling af sorg på sociale medier, samt responderer på dette. Mikkel beskriver i interviewet, at han italesætter sin sorg på sociale medier, og at han er meget udadvendt i sin deling på Facebook. Vi spurgte Mikkel om der kunne være ulemper ved at dele sin sorg på sociale medier, og til dette svarede han: “... *min kones mor kontaktede mig og spurgte om jeg ikke ville lade være med at dele på Facebook ... Fordi at det gjorde ondt på hende. Hvor at min egen tanke og holdning egentlig er, at så må du lade være med at følge mig på Facebook.*” (bilag 7:9). Med dette citat vil vi fremanalysere, hvordan Mikkels deling af sorg på Facebook kan udgøre en betingelse for hans kones mors sorgbearbejdning. Vi har ikke talt med Mikkels kones mor, hvorfor vi ikke er i stand til at sige, hvilken betydning Mikkels deling af sorg har for hende, men Mikkels oplevelse er, at det gør ondt på hende. Mikkels deling af sorg på Facebook skaber altså en mulighed i hans sorgbearbejdning, men dette kan eventuelt være en begrænsning for andres sorgbearbejdning, i dette tilfælde Mikkels kones mor. Inddragelsen af dette er for at tydeliggøre kompleksiteten i at bruge de sociale medier til bearbejdning af sorg, hvor det kan skabe en mulighed for én person, men en begrænsning for en anden. Ifølge Mikkel kan moderen lade være med at følge hans profil, og dette kan være et udtryk for en af Facebooks mange funktioner, der altså kan udgøre betingelser for brugerne. For Mikkel betyder dette, at han kan se en mulighed for at løse moderens problem gennem Facebooks funktioner ved blot at slette venskabet. Dette er et eksempel på, hvordan sociale medier indeholder mange muligheder, og det viser, at Mikkel er bevidst om disse og kan bruge dem i sin sorgbearbejdning, hvis der var noget på de sociale medier, der begrænsede ham i hans sorgbearbejdning.

Et andet eksempel på dette er fra interviewet med Liva, hvor hun ligesom Mikkel har oplevet negativ respons ved sin deling på sociale medier. I forrige underafsnit analyserede vi, hvordan Liva har haft behov for at dele sin sorg over sin fars misbrug og død, og vi vil nu analysere, hvordan Liva har mødt en negativ respons fra hendes fars kone, og hvilke betydninger dette har haft for Liva. Hun

fortæller: “... *min far var gift med kvinde som mener, at jeg sådan koger suppe på min fars død.*” (bilag 6:13). At Livas fars kone mener, at Liva koger supper på faderens død begrunder Liva med hendes deling af sorgen i det offentlige rum (både tv, aviser, foredrag og sociale medier efter hans død). Hen over interviewet med Liva er det tydeligt, at det er vigtigt for hende at fortælle, at hun ikke vil ‘dyrke’ og sidde fast i sorgen, men derimod komme med løsninger på, hvordan man kan arbejde med den. Det er derfor paradoksalt, at konen tolker hendes deling som, at hun ‘koger suppe’ på sin fars misbrug og død. Dette er et eksempel på samt tydeliggørelse af, at det der deles på sociale medier kan fortolkes på forskellige måder fra forskellige ståsteder, og at man netop ikke kan styre, hvordan det opleves og fortolkes af andre. Livas fars kone valgte at skrive en besked til Liva efter hendes optræden på nationalt TV, og hun fortæller om denne besked: “... *hvor hun bare skriver “du glemmer også at sige, at din far skiftede fra heroin til metadon i 98, og hvorfor har du ikke bare valgt at tie stille”.* Hun skrev så mange grimme ting ... og så ... kopierede jeg bare beskeden, og gemte den på min telefon, og slettede den og blokerede hende.” (bilag 6:14). Her vil vi drage paralleller til, hvad vi fremanalyserede ved den respons, Mikkel oplevede, og derfor vil vi fremhæve den del af citatet omhandlende, at Liva sletter beskeden og blokerer faderens kone. Dette viser, at Liva tager styring over de betingelser og muligheder, som sociale medier udgør for hende. Dette viser, at Liva, ligesom Mikkel, ikke selv kan styre, hvilken respons hun modtager, men hun har selv mulighed for at styre, hvad hun gør med denne respons. Liva kender sociale mediers funktioner, og hun handler ud fra disse for at skabe muligheder for sig selv. I arbejdet med dette uddrag bemærker vi, at Liva siger, at hun har kopieret beskeden og gemt den. Det faktum, at hun har gemt beskeden formåede vi ikke at spørge ind til i interviewsituationen, men dette kunne have været relevant i analysen af, hvad denne respons har betydet for hendes sorgbearbejdning. Liva fortæller, at henvendelsen fra hendes fars kone gjorde hende vred, og hun begrunder sin vrede med, at hun har kendt sin far hele sit liv, og konen har kendt ham i to-tre år, og at hun derfor ikke kan udtale sig om, hvordan Liva har oplevet hans svigt. Hertil udgør relationerne og forskellige opfattelser af historien en betingelse for, hvordan Liva oplever den respons hun får på sin deling. Uddraget med Liva viser, at hun ikke har styring over, hvordan andre modtager hendes deling, men at hun selv tager styring over, hvad hun gør med den respons hun modtager.

Sammenfattende har vi med dette underafsnit vist, hvordan informanterne har mulighed for at styre deres opslag på sociale medier inden det er delt. Når det er tilgængeligt for andre og er offentliggjort på sociale medier, mister de denne styring. Hertil har vi vist, at hvad der deles på sociale medier kan opfattes på forskellige måder. Informanterne har en intention med deres deling, men det

kan fortolkes og opleves anderledes af dem, der læser det, og det kan risikere at få en anden betydning end det, der var intentionen. Et eksempel på dette er Kristines forsøg på *ikke* at få medlidenhed med sine opslag, men netop modtager respons fra andre som hun tolker som medlidenhed. Et andet eksempel er Livas forsøg på ikke at dyrke sin sorg på sociale medier, da hun tager afstand til netop dette, men at det af hendes fars kone opfattes som at 'koge suppe' på sorgen. Vi har analyseret, at sociale medier har funktioner som informanterne kan gøre brug af, og vi har vist, at nogle af informanterne formår at bruge disse, og på den måde genvinde rådigheden i sorgbearbejdningen i relation til den respons de modtager.

#### **4.4.3. Opsamling: En stor legeplads fuld af muligheder?**

Med analyseafsnittet 'En stor legeplads fuld af muligheder?' har vi analyseret informanternes oplevelser af sociale mediers muligheder, men samtidig også den kompleksitet de indeholder, der kan give begrænsninger i informanternes sorgbearbejdning. Vi har analyseret, at sociale medier indeholder mange muligheder, og at dette betyder, at informanterne kan dele deres sorg på deres helt egen måde. Herudover, at sociale medier gør det muligt for informanterne at kanalisere deres følelser, fortællinger og oplevelser ud til mange mennesker. Et centralt fund gennem dette analyseafsnit er, at informanterne har rådighed over sine betingelser inden de lægger et opslag op, da de selv kan bestemme, hvad og hvornår de vil lægge noget op. Men når opslaget først er delt, kan de ikke kontrollere, hvilken respons de får. Hertil har vi fundet, at det udgør en betingelse for informanternes bearbejdning af sorg på sociale medier, at der ikke altid er sammenhæng mellem den intention de har haft med deres deling og den respons de får. I dette analyseunderafsnit kommer kompleksiteten af sociale medier til udtryk, og det ses, at der er mange perspektiver på en problemstilling, da opfattelsen af sociale medier er kulturelt og socialt betinget.

### **4.5. Delkonklusion: Analysedel 1**

I analysedel 1 har vi analyseret, hvordan forskellige betingelser i de seks informanternes hverdagsliv får betydning for dem i deres sorgbearbejdning. Analysedel 1 har peget på, at omstændighederne omkring informanternes tab har haft betydning for deres sorgbearbejdning. Dette ses eksempelvis i Kristine og Anjas fortællinger om sygdomsforløbet, hvor de oplever at miste en stor del af rådigheden over deres livsbetingelser, hvilket får betydning for deres deltagelse i deres øvrige hverdagsliv. Herudover har analysedel 1 peget på, at der kan eksistere en samfundsmæssig norm omhandlende, hvem man skal have mistet for at komme i betragtning til hjælp, og at dette får betydning for



informanterne i forhold til, hvordan de bliver mødt i deres sorg, herunder, hvilken hjælp de kan få og føler sig trygge ved at opsøge. Analysedel 1 har desuden vist, at informanterne forbinder ordet 'hjælp' med professionel hjælp, hvortil vi forstår, at informanterne kan være præget af tendensen om sygeliggørelsen af sorg, og at dette skal behandles med professionel hjælp som vi præsenterede i kapitel 1. Hertil er en væsentlig pointe, at informanterne har oplevet en begrænsning i modtagelsen af den professionelle hjælp, da de enten har haft for lange ventetider, for snævre målgrupper eller har været økonomisk utilgængelige for informanterne. Det er lykkedes nogle af informanterne at handle ud fra disse betingelser i form af eksempelvis egen forsikring. Samlet set viser første del af analysedel 1 de betingelser, der har betydning for informanterne i deres sorgbearbejdning, og hvordan sygdomsforløbet for de fleste er præget af en følelse af afmagt. Analysen har vist, hvordan informanternes rådighed over deres situation i flere sammenhænge er indskrænket med tabet og sorgen, og dette har haft indvirkning på deres velbefindende. Hertil peger analysedelen på, at informanterne genvinder denne rådighed ved at dele deres sorg på sociale medier. Sociale medier udgør dermed en betingelse for informanterne, der får forskellige betydninger, idet informanterne i deres sorgbearbejdning har forskellige behov for at få deres hverdagsliv til at fungere. Disse forskellige behov er kommet til udtryk ved eksempelvis Mikkels behov for en ny bolig for at kunne se sine børn og opretholde sit øvrige hverdagsliv, Livas behov for at udtrykke sin historie og fortid for at blive et gladere menneske, samt Kristines behov for at udtrykke et budskab vedrørende Kræftens Bekæmpelses kampagne, Knæk Cancer, for at skabe fokus på sygdommen. De har alle skabt nye handlemuligheder for at få opfyldt deres særlige behov, der får betydning for, at de kan opretholde deres hverdagsliv ved at bearbejde deres sorg på de sociale medier.

Analysedel 1 har samtidig fremhævet en kompleksitet ved brugen af de sociale medier til sorgbearbejdning. Denne kompleksitet kommer til udtryk når informanterne har delt deres opslag på eksempelvis Facebook. Liva, Kristine og Mikkel har oplevet en negativ respons på deres opslag, og hertil har vi fremanalyseret, at informanterne mister kontrollen over situationen så snart opslaget er delt, da de ikke kan styre, hvordan modtagerne opfatter opslaget. Dette har blandt andet medført, at Kristine oplever en irritation over den respons hun får, og har betydet, at hun bruger meget energi på at overveje hendes opslag, da hun ikke vil have medlidenhed. Vores analyse af kompleksiteten af de sociale medier består altså i, at informanterne oplever at have indflydelse på deres situation i deres udformning af opslag, og at sociale således udgør en mulighed i deres sorgbearbejdning. De mister kontrollen over situationen når opslaget er blevet delt, fordi det ikke kun er op til dem, hvordan andre

oplever og reagerer på opslaget. Dermed kan denne mulighed i stedet blive en begrænsning når de ikke længere har rådighed over deres situation.

## **Analysedel 2: Kan sociale medier forstås som en social intervention?**

### **4.6. En forandring, der er meningsfuld?**

Vi har redegjort for, at det, der karakteriserer en social intervention er, at der sker et brud med en ellers selvfølgelig udvikling, og i dette speciale kalder vi dette *en forandring* (Dupret, et al., 2016:11). I dette analyseafsnit vil vi fremanalysere, hvordan deling af sorg på sociale medier har været en forandring for informanterne, og i den forbindelse om de finder forandringen meningsfuld. Dette vil vi fremanalysere ved at trække dele af analysepointerne fra analysedel 1 ned for at se betydningen af de sociale medier, hvor vi ud fra dette kan vurdere, om informanterne finder den meningsfuld og værd at tage del i.

#### **4.6.1. “ ... uden sociale medier havde jeg måske boet i en papkasse.”**

Det mest tydelige og eksplicitte eksempel på, hvordan sociale medier har skabt en forandring finder vi i Mikkels fortælling. Mikkel siger selv: “*Nej nej, altså uden sociale medier havde jeg måske boet i en papkasse.*” (bilag 7:7). Mikkel begrundet sociale medier som altafgørende for, at han har fået sted at bo, da han mistede sit hjem i branden, der dræbte hans kone og stedsøn. På den måde bliver sociale medier og disses funktioner, såsom muligheden for en indsamling, forandrede for Mikkels liv. Det ses tydeligt, at de sociale medier har skabt en forandring i Mikkels liv i forhold til hans boligsituation, men har det også skabt en forandring for hans sorgbearbejdning? Hen over interviewet med Mikkel er det tydeligt, at det er en vigtig del af hans sorgbearbejdning, at han bliver set og hørt af hans omgangskreds, samt at hans kone og stedsøn ikke bliver glemt. Dette kan ifølge Mikkel lade sig gøre på de sociale medier, da han gennem sin deling får mulighed for at få den opmærksomhed han efterspørger. Samtidig kan han minde sin kone og stedsøn, både gennem sine opslag og gennem den mindeside han har lavet sin kones Facebook-profil om til. Men betyder dette så, at det er meningsfuldt for ham? For at forstå dette ser vi på, hvad de sociale medier betyder for Mikkels liv, og til dette inddrager vi pointer som vi har fremanalyseret i analysedel 1. Heri har vi belyst, hvordan Mikkel gennem de sociale medier har udvidet sit netværk, da han gennem sin deling af sorg er blevet

bevidst om, at der findes mange mennesker, der gerne vil hjælpe. Herudover, at Mikkel rent faktisk har oplevet at blive hørt på sociale medier, og at han på den måde har fået opmærksomhed fra sit netværk, hvilket har været et behov han har haft i sin sorgbearbejdning. Derigennem har Mikkels brug af sociale medier i hans sorg haft betydning for, at han har fået opfyldt nogle af de behov som han har haft: at få en bolig, at blive set og hørt, samt at minde hans kone og stedsøn. Brugen af sociale medier har hjulpet Mikkel til at genvinde rådigheden over hans livssituation. Ved at inddrage begrebet livsførelse kan vi se, hvordan Mikkel får sit hverdagsliv til at hænge sammen på tværs af forskellige praksisser: han får et sted at bo, hvor han kan skabe en base, hvor han kan se sine børn. De sociale medier får altså betydning for Mikkels øvrige hverdagsliv, og han genvinder rådigheden over sine betingelser. Vi redegjorde i afsnit 2.4.2. for, at Juhl (2016) knytter meningsfuldhed til begrebet rådighed, og derfor vurderer vi ud fra dette, at de sociale medier har været meningsfulde for Mikkels sorgbearbejdning, idet de netop har givet ham rådigheden over sin livssituation tilbage.

For Anja har de sociale medier ligeledes skabt en forandring. Anja fortæller, at det var hendes mand, der startede med at dele hans sygdom på de sociale medier, og at det faktisk var dette, der fik hendes øjne op for potentialet i det. Anja fortæller: *“Og det (deling på sociale medier, red.) gjorde faktisk, at jeg ikke oplevede det som mange oplever, at folk flygter over på den anden side af fortovet, fordi de ikke ved, hvad de skal sige.”* (bilag 4:3). Hende og hendes mands deling af sygdom og sorg på sociale medier har altså været med til at forandre hendes omgangskreds' indstilling til, hvordan de møder Anja i hendes sorg. Hen over interviewet med Anja fremgår det flere gange, at hun er meget åben omkring sine tanker omkring døden og sygdom. Det vil altså sige, at Anjas deling på sociale medier får betydning for hendes hverdagsliv. Med andre ord: hendes digitale liv får betydning i hendes analoge liv. Anja tager afstand fra, at folk ikke vil tale om det, og hende og hendes mand har gennem hans sygdom haft en åben tilgang, der blandt andet indebar, at de fik talt om hans ønsker til begravelsen. Med denne viden kombineret med det ovenstående citat forstår vi, at det er vigtigt for Anja at blive mødt med åbenhed i sin sorg, hvilket hun i ovenstående citat begrundes de sociale medier som medvirkende til. De sociale medier har altså været medvirkende til at skabe en forandring for Anja i hendes sorgbearbejdning, der har været meningsfuld for hende, da den har givet hende indflydelse på hendes situation i forhold til, hvordan hun bliver mødt af sin omgangskreds. Hun har, ligesom Mikkel, haft nogle behov i sin sorgbearbejdning hun ønskede at få opfyldt, hvilket hun via sociale medier har givet udtryk for overfor sin omgangskreds. Omgangskredsen og hendes netværk på sociale medier har derefter reageret på, at Anja og hendes mand deler sygdommen åbent, hvilket har medført til, at de ikke har haft berøringsangst over, at Anja er i sorg. Det er altså på baggrund af,

at Anja og hendes mand i hans sygdomsforløb har været åbne omkring sygdommen, at det efterfølgende var i orden at tale om sorgen, og at Anja har skabt denne forandring, der medvirker til omgangskredsens åbenhed.

En af vores pointer fra analysedel 1 har været, at informanterne har forskellige behov i deres sorgbearbejdning, som de ikke har kunnet få opfyldt andetsteds grundet samfundsmæssige begrænsninger og normer, samt manglende indflydelse over deres situation. Hertil har sociale medier givet informanterne handlemuligheder og rådighed over egen situation, og de har haft mulighed for at få opfyldt disse behov. Kristine har eksempelvis haft behov for at få lettet sit hjerte, og samtidig dele et budskab. Kristine fortæller: *“Jeg synes det er rart at kunne komme ud med det til flere end bare at ringe til en veninde eller skrive et brev, som man bliver meget anbefalet af alle mulige ...”* (bilag 5:17). Heri vil vi fremhæve, at Kristine udtrykker et behov for, at komme ud med *det*. Med ordet *det* forstår vi hendes sorg og budskaber om hendes sorg og savn. Vi vil ligeledes fremhæve, at Kristine vælger ordet *bare* i sammenhæng med, at hun taler med sine veninder om sin sorg, som om, at det ikke er nok for hende kun at tale med hendes veninder i hendes bearbejdning. Dette vil vi fremhæve, da vi dertil vurderer, at sociale medier har et forandringsaspekt i hendes sorgbearbejdning, der medfører en betydning, der kan argumenteres for at være lige så betydningsfuld som når hun taler med sine veninder. Kristine vælger altså at bruge sociale medier som et tillæg til, at hun taler med sine veninder. Hertil forstår vi, at hendes brug af sociale medier er med til at forandre Kristines situation da hun uden sociale medier ikke ville have mulighed for at nå ud til flere mennesker end blot hendes veninder, der netop er hendes ønske. For Kristine har dette betydet, at hun er lykkedes med at nå ud til flere mennesker, hvorfor vi forstår, at sociale medier har skabt en forandring for hende og hendes sorgbearbejdning. Men som vi fremanalyserede i analysedel 1, har dette også medvirket, at hun har modtaget respons, som har medført irritation. På den måde bliver analysen af, hvorvidt sociale medier er meningsfulde for Kristine i hendes sorgbearbejdning relevant at undersøge, da der er flere nuancer heri. Med den forståelse vi har af begrebet meningsfuldhed åbner vi op for at se, hvordan sociale medier virker og får betydning i Kristines hverdagsliv (Juhl, 2016:53). Hertil finder vi, at hendes brug af sociale medier til deling af sorg virker på en positiv måde i Kristines hverdag, da hun kan få lettet sit hjerte, som hun begrundes som betydningsfuldt i hendes sorgbearbejdning. Men vi finder også, at de sociale medier til dels kan have en negativ virkning i hendes liv, da hun bliver irriteret over dele af responsen som hun får. Kristine har ikke mulighed for at have indflydelse på dette, og vi vurderer, at det er fordi, der ikke er en sammenhæng mellem hendes intention med hendes deling og den respons hun får, da hun tolker emojis med hjerter fra bekendte

som medlidenhed. Ud af dette kan vi forstå, at sociale medier til dels er meningsfulde for Kristine i hendes sorgbearbejdning, da hun ikke har rådighed over alle aspekter af hendes deling, såsom den respons hun modtager. Kristine får opfyldt sit behov for at få lettet sit hjerte, men samtidig skaber det også nogle utilsigtede henvendelser og reaktioner. Ved at bruge ordene 'til dels' om, at sociale medier er meningsfulde for Kristine, mener vi også, at der er et andet aspekt af betydningen af sociale medier for Kristine, hvilket vi vil uddybe senere i denne analysedel omhandlende sociale mediers kompleksitet.

Med dette underafsnit har vi vist, hvordan de sociale medier har skabt en forandring for henholdsvis Mikkel, Anja og Kristine. Forandringen har været af forskellig karakter, og matcher det behov de hver især har haft: et behov for en ny bolig og blive set og hørt, et behov for at tale åbent om døden og sorgen og blive mødt på denne måde af omverdenen, samt et behov for at få lettet sit hjerte og komme ud med et budskab. Herudover har vi med dette underafsnit fremanalyseret, at sociale medier som intervention er meningsfuld for Mikkel og Anja, da de får mulighed for at få opfyldt de behov de har haft, og at sociale medier har givet dem rådighed tilbage over deres livssituation. I forhold til Kristines oplevelse af meningsfuldhed er denne forståelse ambivalent, da hendes deling af sorg på sociale medier også har betydet, at hun oplever at få en medlidenhed som hun ikke ønsker. Hun gør en dyd ud af ikke at modtage den slags respons, men hun har ikke rådighed over, hvordan hendes deling opleves, fortolkes og reageres på af andre.

#### **4.6.2. "Det var virkelig fedt at se en, der ligesom fik sat ord på noget af det man selv tænker."**

Ovenstående underafsnit har vist, hvordan sociale medier kan imødekomme nogle individuelle behov for informanterne hver især. I forbindelse med dette vil vi i dette afsnit inddrage empiri, der omhandler, hvordan informanterne oplever et forandringspotentiale i sociale medier, der kan være medvirkende til en forandring for andres situationer, og hvordan informanterne kan gøre brug af egne erfaringer og oplevelser til at hjælpe andre på sociale medier. Dette afsnit er altså i forlængelse af forrige afsnit, men har blot en tilføjelse af, at vi undersøger, hvordan informanterne har oplevet meningsfuldhed og forandring i deres brug af sociale medier. Dette kan enten være ved at se andre dele deres sorg, eller ved at skabe meningsfuldhed og forandring for andre med deres egen sorg på sociale medier. Hvor der i forrige afsnit var fokus på de individuelle behov, er der i dette afsnit fokus på, hvad vi betegner som de fælles forandrende aspekter ved de sociale medier. I dette afsnit vil vi inddrage empiri fra interviewene med Janne, Liva og Ditte.

Vi vil fokusere på et aspekt fra interviewet med Janne, hvor hun forklarer, hvad hun også bruger sociale medier til i hendes bearbejdning af sorg. Vi spørger ind til, hvordan hun oplever, at andre deler deres sorg på Facebook, og hertil svarer hun:

*“Men de har ligesom mulighed for at lave opråb ikk? Et rigtig godt eksempel kan jeg huske var Heino Hansen, ham komikeren og radioværtten lagde op på et tidspunkt. Han mistede sin mor og faktisk lagde en guide op til pårørende til folk, der har mistet ... Det var virkelig fedt at se en, der ligesom fik sat ord på noget af det man selv tænker.”* (bilag 2:9-10).

Vi inddrager dette citat da Janne fremhæver, at en offentlig person, som Heino Hansen, deler hans fortælling og erfaring med sorg, og dette anser vi som et centralt aspekt i Jannes sorgbearbejdning. Der er flere væsentlige pointer i dette. Janne har skabt en forandring for sig selv ved at ‘læse med’ og følge med i, hvad Heino Hansen skriver på sociale medier om sorg i forhold til pårørendes ageren. Dette har haft en indvirkning på, hvordan Janne selv har oplevet pårørendes ageren. Desuden oplever Janne, at det er en fordel, at en offentlig person udtaler sig om dette, da de kan nå bredere ud til folk. Vi forstår ligeledes af dette, at Janne har en opfattelse af, at sorg og forståelsen af dette, samt hvordan man handler i forhold til efterladte har en væsentlig relevans i samfundet. I dette forstår vi, at Janne anser som medvirkende til at skabe forandringer for sørgende, der enten selv læser det, eller som bliver mødt anderledes af deres omgangskreds. Dette er ligeledes i relation til, hvad Kristine oplever med hensyn til, at hun kan nå bredere ud med sine budskaber ved at dele på sociale medier, end hvis hun gør det i et brev. Vi vil altså argumentere for, at Janne oplever sociale medier som meningsfulde, da hun både forandrer sin egen situation, men også oplever en mulighed for, at sociale medier kan forandre andres situation. Vi har altså fremanalyseret ved hjælp af Jannes beskrivelse og oplevelse af andres deling, hvordan Janne finder sociale medier værd at tage del i, og dette relaterer samtidig til, at hun finder den meningsfuld.

Vi vil inddrage et andet eksempel på, hvordan brug af sociale medier kan skabe meningsfuldhed og forandring, men denne gang vil vi undersøge, hvordan informanterne oplever en ‘trang’ og lyst til at hjælpe andre i sorg. Hen over interviewet med Liva fremhæves det, hvordan hun bruger de sociale medier til både at få det bedre selv og forbedre sin egen situation, men også ved at bruge sin egen erfaring til at hjælpe andre. Liva beskriver i følgende citat, hvad hun i grove træk bruger sociale medier til i hendes bearbejdning af sorg:

*“ ... jeg har brugt det meget mere efter jeg startede i terapi for at ... bruge min sorg ... bruge mit liv til ligesom ... jeg kan trække vejret bedre når jeg lige får lavet sådan (tager hænderne op til munden og herefter frem i luften) ud. Og især fordi jeg ved, at der er rigtig mange andre, der relaterer til lige præcis det jeg sidder i, så det giver mig en eller anden, øh, det giver mig en eller anden følelse af, at jeg slipper et pres inde i mig selv som jeg forhåbentlig også kan slippe for andre. Så det er meget det jeg bruger det til tror jeg.” (bilag 6:5).*

Liva oplever altså en lettelse og bedring, når hun deler sin sorg på sociale medier. Vi vurderer, at sociale medier og hendes brug af denne i hendes sorgbearbejdning forandrer, hvordan Liva har det i sin sorg. Vi fremanalyserede i analysedel 1, hvordan det at skrive et opslag på Facebook eller lægge et billede på Instagram omhandlende hendes følelser, giver Liva råderum over egne livsbetingelser. Her vil vi fremanalyserer, at sociale medier altså har et forandringspotentiale, netop fordi hun tager styringen tilbage over sin egen situation. Hen over interviewet med Liva bliver det tydeligt, at hun gør sig umage, og tager stor del i at forsøge at hjælpe andre i deres sorg, og at hun har et brændende ønske om, at sorg ikke skal være et tabubelagt emne at berøre på sociale medier. Vi beskrev i analysedel 1, hvordan Liva har deltaget i mange offentlige indslag, hvilket også medfører, at der er mange, der ser hendes opslag og billeder, og hun har derfor mulighed for at nå bredt ud med sit budskab. I ovenstående citat kommer det ligeledes til udtryk, hvordan Liva forsøger at hjælpe andre. Det er altså ud fra Livas egne erfaringer, at hun oplever en lyst til at hjælpe andre, men også en evne til at hjælpe andre. Liva har gennem bearbejdningen af sin sorg opnået viden om, at der er mange, der sidder i lignende situationer, og hun beskriver en forhåbning om, at hvad hun gør for sig selv, kan hun gøre for andre. Med andre ord: at den forandring i hendes sorgbearbejdning hun har skabt for sig selv, kan hun skabe for andre ved at dele sine erfaringer og oplevelser. Denne forandring forsøger hun at skabe ved at bruge sociale medier, således at hun kan ramme en bred målgruppe og benytte den viden hun opnår i andre praksisser til at skabe denne forandring. Vi vil altså derfor argumentere for, at Liva oplever sociale medier i bearbejdning af sin sorg som meningsfuldt, og derfor finder en lyst og grund til at tage del i den. Både på baggrund af, at hun har skabt en forandring for sig selv i sin bearbejdning, som de andre informanter ligeledes har, men også fordi hun ser et potentiale i sociale medier angående, at hun kan hjælpe andre, og i den forbindelse skabe en forandring for dem. Sammenfattende forstår vi af dette, at Liva finder sociale medier meningsfulde idet hun har rådighed

over sin egen situation, men at hun også oplever at have mulighed for at give sine erfaringer videre, så andre kan gøre brug af disse.

Vi vil inddrage endnu et eksempel på, at nogle af informanterne oplever en lyst, evne eller 'trang' til at hjælpe andre i deres sorg. Vi berørte i analysedel 1, hvordan Ditte har været igennem megen sorg, og hvordan hun har integreret dette i hendes livsførelse. Dette har betydet, at Ditte er aktiv på forskellige platforme, heriblandt Facebook, Instagram og har egen blog, hvor hun deler sin sorg både for sin egen skyld, men også fordi hun har denne lyst og trang til at hjælpe andre i samme situation. Ditte beskriver hendes oplevelse af andres deling, og hvorvidt nogle deler deres følelser, mens andre ikke gør:

*“Folk er ikke så glade for, og så kommer vi jo til det, de er jo ikke så glade for at fortælle om deres følelser online. Og slet ikke så noget som er privat på den måde. Der er i hvert fald ikke ret mange, der bryder sig om det. Så folk begyndte at skrive i min indbakke. Og så tænkte jeg ”ej nu laver jeg en lukket sorggruppe”, jeg kan næsten ikke bære, at der sidder andre, der heller ikke føler, at de har et sted at gå hen.” (bilag 3:6).*

Ditte oplever altså, at hun kan bruge sin erfaring med sorg over flere tab af kære til at hjælpe andre. Vi vil med dette fremhæve, hvordan Ditte bruger funktionerne på sociale medier til at hjælpe andre. I denne sammenhæng skaber Ditte altså en mulighed for andre, der kan medføre forandring i deres sorgbearbejdning, hvor det begyndte som en forandring for hende selv. Det er på baggrund af henvendelser til Ditte om sorg, at hun vælger at hjælpe andre, hvortil vi ser, at mennesker også kan udgøre betingelser for hinanden (Kousholt, 2018:239; Holzkamp, 2013:21). Ditte udtrykker, at folk ikke bryder sig om at fortælle om deres sorg offentligt, hvorfor de har skrevet til hendes private indbakke, og dette kan ligeledes relatere sig til Ariés' beskrivelse af, at sorg er blevet et privat anliggende (Jacobsen & Kofod, 2015:253). Hen over interviewet kommer det til udtryk, hvordan Dittes indhold og tid på sociale medier bruges til at hjælpe hende selv i sin egen sorg, men også, at hun bruger energi på at hjælpe andre: *“Det er jo både// For at hjælpe andre og for at hjælpe mig selv samtidig med.”* (bilag 3:9). Dette indeholder altså et aspekt af forandring, da hun forsøger at bearbejde sin sorg, både for sig selv, men også for andre. Dette er altså endnu et eksempel på, hvordan sociale medier ikke kun har et forandringspotentiale for den enkelte, men også har mulighed for at nå ud til flere mennesker og skabe forandring.



#### **4.6.3. Opsamling: En forandring, der er meningsfuld?**

De to ovenstående underafsnit har omhandlet, hvorvidt sociale medier har skabt en meningsfuld forandring for informanterne. Vi har gennem analysen fundet, at sociale medier både rummer et individuelt forandrende potentiale, men også et fælles forandrende potentiale i form af at aftabuisere, og dele erfaringer som andre kan gøre brug af i deres sorgpraksis. Sammenfattende har vi fundet, at ud fra kriterierne for en social intervention som vi redegjorde for i afsnit 2.4. omhandlende forandring og meningsfuldhed, kan de sociale medier forstås som en social intervention i sorgbearbejdningen for de seks informanter. De sociale medier er meningsfulde for informanterne at tage del i, da de hjælper dem til at få indflydelse over deres livssituation, og hjælper dem til at få deres liv på tværs af forskellige praksisser til at hænge sammen.

### **4.7. En diskussion af sociale medier som social intervention**

Den første del af analysedel 2 har omhandlet, hvorvidt sociale medier har skabt en forandring i informanternes liv, og dertil om informanterne har oplevet denne forandring som meningsfuld i deres sorgbearbejdning. Denne del af analysedel 2 har til formål at fremanalysere, hvordan informanterne har intervenseret overfor sig selv, og vi vil diskutere hvilke udfordringer dette kan medføre. Herudover vil vi diskutere, om sociale medier som social intervention i sorgbearbejdning udelukkende er positiv. Vi har med ovenstående analyse ikke fundet, at sociale medier som social intervention bærer præg af eksempelvis faglighed og autoritet (Dupret, et al., 2016:11) da interventionen altså udelukkende foregår på informanternes initiativ. Med dette afsnit vil vi diskutere, hvordan denne intervention kan opstå, samt hvilke muligheder og begrænsninger, der er kommet til udtryk gennem hele analysen af sociale medier som social intervention.

#### **4.7.1. Et overset potentiale?**

På tværs af alle seks interviews har vi fundet, at informanterne har taget et valg om at dele deres sorg på sociale medier. Det fremgår i empirien, at de ikke er blevet anbefalet af nogen at gøre dette, og ud fra analysedel 1 har vi fundet, at de har delt det ud fra forskellige behov samt formål. Med andre ord, er deres deling foregået på deres egne præmisser. Vi vil i dette fremføre en diskussion af, hvem der har konstateret et behov for hjælp til sorg, og i den forbindelse drage paralleller til specialets kapitel 1, hvor vi har redegjort for, hvordan vi i dag ifølge Brinkmann og Petersen (2015) lever i et samfund, hvor sorg sygeliggøres, samt at det er optaget som diagnose i ICD-11 diagnoseklassifikationssystemet (Brinkmann og Petersen, 2015:7). Dertil forstår vi, at der med sygeliggørelsen af sorgen kan eksistere

en norm omhandlende, at man skal 'løse' sin sorg. Med dette mener vi, at der i Danmark eksisterer en kulturel betingelse af, at man bør reagere på sin sorg og arbejde med den. Det er netop dette vi har analyseret, at informanterne gør ved at dele deres sorg på sociale medier. Med dette vil vi argumentere for, at konstateringen af, at der er et behov for at intervenere overfor sorg udgør en samfundsmæssig norm og forventning, som informanterne handler ud fra. Men vi argumenterer for, at der ikke er nogen andre end informanterne selv, der har konstateret, at det kan løses ved at bruge sociale medier. Det vil altså sige, at der ikke er nogen udefrakommende, der har planlagt og igangsat denne sociale intervention over for informanternes sorg. Vi vurderer på baggrund af ovenstående, at den sociale intervention i form af deling af sorg på sociale medier er opstået *lokalt*, i den forstand, at den er opstået ud fra et behov, som informant selv har reageret på og forsøgt at løse. Der har ikke været professionelle, forskere eller politikere involveret i planlægningen og igangsætningen af interventionen, og derfor argumenterer vi for, at denne sociale intervention ikke kan karakteriseres som vidensbåren, autoritativ, professionel eller faglig (Dupret, et al., 2016:11). Men blot fordi, forandringen ikke bærer præg af den viden som professionelle, forskere og politikere kan bringe i spil, gør det så den sociale intervention mindre virkelig, eller endnu vigtigere; mindre *virkningsfuld*? Vi har gennem vores analyser fremført argumenter for betydningen af sociale medier for de seks informanter i relation til deres sorgbearbejdning. Vi har samlet fundet, at informanterne ved tabet af deres kære var begrænset i deres råderum, og at dette havde implikationer for deres velbefindende. Dertil fandt vi gennem analysen ud af, at informanterne gennem sociale medier fik nye muligheder, og ved at dele deres sorg på sociale medier fik opfyldt nogle af de behov de havde hver især, men muliggjorde også, at andre kunne få hjælp til deres sorg. Når de kriterier vi har fremlagt for en social intervention er, at der er tale om en meningsfuld forandring i menneskers liv, og sociale medier for de seks informanter har 1) forandret, og 2) haft en overordnet positiv virkning for deres sorg og øvrige liv, vurderer vi, at sociale medier derfor kan karakteriseres som en social intervention i relation til sorgbearbejdning for de seks informanter.

Vi vil i den forbindelse fremhæve vores refleksioner omhandlende risikoen i at overse potentialet i, at mennesker kan have en evne til at intervenere i deres egen sorg, hvis sociale interventioner udelukkende forbindes med faglighed, professionalisme og viden. Vi nævnte i ovenstående, at der er en norm og forventning om, at mennesker skal 'løse' deres sorg, og i kapitel 1 redegjorde vi for, hvordan sygeliggørelsen af sorg bevirker, at der er en tendens til at løsningen på dette findes ved professionel hjælp. Hertil er en vigtig pointe, at vores analyse netop vist, at en meningsfuld forandring og hjælp kan finde sted uden faglig og professionel indgriben, hvorfor vi

vurderer, at der er behov for en tilføjelse i forståelsen af sociale interventioner når det relaterer sig til bearbejdning af sorg på sociale medier. Vores analyse har vist, at de seks informanter selv har handlet ud fra de betingelser de har været underlagt, og de har skabt nye handlemuligheder ved brugen af de sociale medier. Essensen af dette er, at de ikke nødvendigvis selv har konstateret, at de har behov for at få hjælp, men de har selv igangsat interventionen, der har hjulpet dem ved at dele deres sorg på sociale medier. Dette mener vi kan indfanges med begrebet *lokal*, og med dette lægger vi op til at få øje på potentialet i menneskers evne til at intervenere overfor dem selv i deres sorg, altså at en intervention kan være lokalt forankret. Vi har ikke til hensigt at kritisere forståelsen af, at en intervention også kan indeholde faglighed og viden, men vi vil blot påpege, at man ved udelukkende at fokusere på tilstedeværelsen af dette kan risikere at overse potentialet i menneskers egne evner til at gribe ind i deres sorg.

#### **4.7.2. Sociale mediers ustyrlighed**

Vi vil i dette underafsnit inddrage et mere nuanceret perspektiv på vores måde at betragte sociale medier på. Dette skyldes, at vi gennem vores analyse også har fundet, at der er nogle aspekter ved de sociale medier, der kan give anledning til, at der kan opstå komplikationer og udfordringer. Vi har i analysedel 1 behandlet, hvad den respons Kristine får, har af betydning for hende: irritation, og en oplevelse af, at hendes opslag ikke bliver modtaget på den måde hun havde intentioner om. I den første del af analysedel 2 har vi behandlet, hvordan dette er med til at pege på, at de sociale medier kun til dels er meningsfulde for Kristine. Hertil vil rette opmærksomheden på kompleksiteten af de sociale medier og inddrage Tække (2013), der pointerer nogle uklarheder samt en ambivalens ved Facebook. Begrebet *venner* har nemlig fået en ny betydning på sociale medier, hvor man både er 'digitale venner' med familie, kollegaer, gamle studiekammerater, bekendte og venner fra det analoge liv. Hans pointe er, at man sjældent i den virkelige verden befinder sig i en situation, hvor man taler til mennesker som man har vidt forskellige relationer til på samme tid, men dette lader sig altså gøre på sociale medier (Tække, 2013:79-80). Vi inddrager dette, da det kan åbne op for at forstå den ambivalens Kristine oplever omkring den respons hun får på sine opslag. Kristine pointerer selv, at hun ønsker at hendes opslag, der indeholder budskaber, når ud til mange mennesker, hvorfor vi bliver nysgerrige på, hvordan hun kan ende med at blive irriteret når hun tilsyneladende lykkedes med dette. Men dette kan netop skyldes, at præmisserne for det at være social har ændret sig med de sociale medier. Med andre ord: man er social på en ny måde. Kristine kan sidde alene, og formulere et opslag, som hun kan dele til forskellige mennesker, som hun har vidt forskellige relationer til, og hun har

ikke rådighed over, hvordan de forskellige mennesker modtager og tolker hendes opslag, og hvilken respons de giver hende. Dette vurderer vi, kan give sociale medier et aspekt af 'ustyrlighed', som vi mener er relevant at medtage i diskussionen af sociale medier som social intervention.

Vi vil inddrage nogle andre eksempler fra empirien, der viser en anden måde, hvorpå denne 'ustyrlighed' kan komme til udtryk. Både Mikkel og Liva har modtaget henvendelser med holdninger til deres deling af sorg fra deres omgangskreds. For Mikkel drejer det sig om en henvendelse fra hans afdøde kones mor, der gav udtryk for, at hun blev ked af at se Mikkels opslag om tabet af konen og stedsønnen. For Liva drejer det sig om en henvendelse fra hendes afdøde fars kone, der mente, at Liva "... *koger suppe ...*" (bilag 6:3) på hendes sorg, sagde ting, der ikke passede om hendes fars misbrug, og at Liva burde tie stille. Vi inddrager disse eksempler med henblik på at vise det konfliktuerende potentiale sociale medier som social intervention har (Dupret, et al., 2016:11). Med disse eksempler bliver det tydeligt, at hvad der er meningsfuldt for nogle, ikke nødvendigvis er det for andre, hvortil konflikter om interventionen, bestående af sociale medier til sorgbearbejdning, kan opstå. Med vores teoretiske udgangspunkt er vi opmærksomme på, hvad det har af betydning, at mennesker kan udgøre betingelser for hinanden (Kousholt, 2018:239). Med ovenstående eksempler vurderer vi, at Mikkel og Livas deling af sorg på sociale medier kan udgøre betingelser for henholdsvis Mikkels afdøde kones mors og Livas afdøde fars kones sorgbearbejdning. Med vores undersøgelse kan vi ikke sige noget om, hvilken betydning det har for deres øvrige hverdagsliv, men deres henvendelser til Mikkel og Liva giver os et indtryk af, at de ikke har været tilfredse med dette. Vi har analyseret informanternes oplevelser af meningsfuldhed knyttet til begrebet rådighed, og i denne sammenhæng må det siges, at Mikkels afdøde kones mor og Livas afdøde fars kone *ikke* har rådighed over, hvad Mikkel og Liva deler. Pointen med dette er, at de sociale medier også her viser sig som ustyrlige. Vi vil inddrage begrebet livsførelse for at åbne op for de udfordringer ustyrligheden kan medføre. Livsførelses-begrebet fokuserer på, at menneskers deltagelse forskellige steder integreres og dermed hænger sammen i en hverdag (Holzkamp, 1998:27). Vi betragter sociale medier som endnu en praksis informanterne deltager i, og som de skal integrere i deres livsførelse for at få det til at hænge sammen med deres øvrige hverdagsliv. Hertil sætter vi spørgsmål til, hvordan informanterne kan få integreret sociale medier i deres livsførelse når de ikke kan styre, hvordan deres deling bliver modtaget, og at det er ude af deres kontrol? Vi har diskuteret potentialet i, at mennesker kan intervenere overfor dem selv uden, at der nødvendigvis er faglig og vidensbåren indgriben til stede. Informanterne har intervenseret overfor dem selv, og dette medfører, at der ikke vil være en opfølgning på, hvordan de har oplevet den sociale intervention, der består af sociale medier. En social

intervention, der er faglig og vidensbåren vil sædvanligvis medføre en evaluering, der kan tage forskellige former (Krogstrup, 2016), hvor der netop kan følges op på, hvordan de involverede har oplevet interventionen. Med dette vil vi ikke pege på, at der nødvendigvis skal indføres evalueringer af menneskers brug af sociale medier i deres sorgbearbejdning, vi har blot åbnet op de udfordringer, der kan være ved, at en intervention ikke er vidensbåren, faglig, professionel og autoritativ.

#### **4.7.3. Opsamling: En diskussion af sociale medier som social intervention**

Med dette analyserende diskussionsafsnit: 'En diskussion af sociale medier som social intervention' har vi fundet, at der kan være en samfundsmæssig norm og forventning, der medfører, at informanterne søger at 'løse' deres sorg. Vi har dertil fundet, at informanterne selv har taget initiativ til at forbedre deres situation, og at de har gjort dette ved at bruge sociale medier i deres sorgbearbejdning. Hertil har vi diskuteret, at man kan risikere at overse potentialet i menneskers evne til at intervenere i deres egen sorg ved udelukkende at forbinde sociale interventioner med faglighed, professionalismisme, autoritet og viden. Med denne analysedel har vi også fundet, at de sociale medier indeholder en grad af ustyrlighed, da informanterne mister rådigheden over, hvad de har delt, i det øjeblik deres opslag er offentligt på de sociale medier. Dette kan betyde, at informanternes opslag kan fortolkes og forstås på andre måder, end hvad der var den oprindelige intention, hvilket kan medføre ambivalens i delingen af sorg på sociale medier.

#### **4.8. Delkonklusion: Analysedel 2**

Vi har i analysedel 2 haft fokus på at besvare den anden del af specialets problemformulering, der omhandler, hvorvidt sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning. Analysedel 2 peger på, at der har været en forandring i informanternes sorgbearbejdning ved deres brug af sociale medier. Vi har analyseret frem, hvordan forandringerne har set forskellige ud for informanterne, men forandringerne har været medvirkende til at opfylde de behov, som informanterne hver især har haft. Mikkels bestræbelse på at få sit hverdagsliv til at hænge sammen bliver muliggjort ved, at han bruger sociale medier til at udtrykke sin sorg. Vi har inddraget Juhls (2016) forståelse af meningsfuldhed i en kritisk psykologisk begrebsliggørelse af begrebet om rådighed, og vurderet, at brugen af sociale medier har været meningsfulde for Mikkel. Dette vurderer vi ud fra, at de sociale medier har givet Mikkel mulighed for at få rådighed over egen situation, og få genetableret sit hverdagsliv, så det kan fungere optimalt blandt andet i forhold til få et hjem, hvor han kan se sine børn. Anja har i sin brug af sociale medier i relation til sorg forandret, hvordan hendes

omgangskreds imødekommer hende i sorgen. Dette er et eksempel på, hvordan det 'digitale liv' kan få indvirkning på det 'analoge liv', og at det for Anja får en betydning af, at hun får opfyldt et behov bestående af, at hun gerne vil tale åbent om hendes tab og sorg. Vi har i denne analysedel altså fremanalyseret, hvordan sociale medier kan imødekomme nogle individuelle behov, og at informanterne finder sociale medier meningsfulde i deres sorgbearbejdning. Vi har i denne analysedel ligeledes analyseret, hvordan nogle af informanterne bruger sociale medier til at forsøge at skabe forandringer for andre, og at de bruger deres egen viden og historie til at hjælpe andre. Analysedel 2 peger på, hvordan Ditte og Liva oplever et behov og en lyst til at forandre andres situation i forbindelse med sorg, og at sociale medier indeholder en mulighed for at gøre dette. De har begge benyttet sociale medier til at forandre egen situation og genvinde rådigheden over eget liv, og de deler derfor deres egne erfaringer med sorg. Vi har altså i denne analysedel fundet, at sociale medier også rummer et potentiale i, at man kan dele erfaringer, viden og redskaber til at forandre både sin egen situation, men også andres. Den første del af analysedel 2 peger på, at sociale medier kan karakteriseres som en social intervention på trods af, at der ikke forekommer en faglig og vidensbåren indgriben udefra. Vores analyse peger altså på, at informanterne har intervenseret overfor sig selv, hvortil vi argumenterer for, at det er en lokalt forankret social intervention.

Den anden del af analysedel 2 peger på, at sociale medier som social intervention indeholder en kompleksitet og en ustyrlighed. Denne ustyrlighed består i, at det er en anden måde at være social på, end den vi kender fra det virkelige liv, og at informanterne ikke har styringen når deres opslag er delt offentligt. Set på et mere overordnet plan, kan dette sammenfattes ved en bevidsthed om, at den nye måde at være social på kan give komplikationer i forhold til graden af rådighed over sine betingelser på de sociale medier.

## Kapitel 5: Afslutning og konklusion

Formålet med dette kapitel er at svare på specialets overordnede problemformulering, og samlet vurdere vores undersøgelse, der danner grundlag for hele specialet. Udarbejdelsen af dette speciale er udsprunget af et problem vi beskrev i specialets kapitel 1: at sorg bliver sygeliggjort og skal 'løses' og 'fjernes', og at det ofte er forbundet med professionel behandling. Hertil stiller vi spørgsmål ved, hvilke sociale og kulturelle muligheder og begrænsninger seks informanter har i deres sorgbearbejdning, og hertil om sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning. Specialet er forankret i et kritisk psykologisk perspektiv, hvortil vi har fundet inspiration i praksisforskning og medforsker-begrebet i afholdelse af interviewene, hvoraf ét var et såkaldt *forberedende interview*. Vi har inddraget de kritisk psykologiske begreber; livsførelse og handlemuligheder med henblik på at åbne op for den producerede empiri, som vi analyserer ud fra betingelses-, betydnings- og begrundelsesanalysen.

Vores analyser har vist, at de seks informanters tab og de særlige omstændigheder, der var knyttet til hver af disse, har haft en indvirkning på deres livsførelse både før og efter tabet, som de har skullet integrere i deres hverdagsliv. Dette har betydet, at nogle af informanterne har haft behov for at søge hjælp, men er blevet begrænset af nogle samfundsmæssige betingelser, der umuliggjorde denne hjælp, såsom afgrænsede målgrupper. Informanternes manglende indflydelse over egen rådighed har betydet, at de blev afmægtiggjort, og ikke havde styring over deres situation. Dertil har de fundet de sociale medier relevante at bruge som alternativ eller tillæg til den professionelle hjælp. Analyserne har peget på, at på tværs af alle seks interviews har informanterne genvundet rådigheden over deres betingelser ved hjælp af de sociale medier. De har gennem de sociale medier udvidet deres handlemuligheder for at få den hjælp de havde behov for, for at få deres øvrige hverdagsliv til at hænge sammen, såsom et nyt hjem samt at tale åbent om sorgen og tabet. Brugen af de sociale medier har altså haft betydning for de seks informanters hverdagsliv og deres sorgbearbejdning. Hertil har vi fundet, at sociale medier både rummer et individuelt og et fælles forandrende potentiale, idet informanterne også har mulighed for at hjælpe andre i sorg gennem deres deling. I den forbindelse vil vi fremhæve, at teknologiens præg på sorgudtrykket har medført en forandring for de seks informanter, idet de har brugt de sociale medier aktivt i deres sorgbearbejdning. Vores analyser peger på, at denne forandring er meningsfuld for informanterne, idet den har medvirket at genvinde rådigheden, og gjort muligt, at informanterne kan få deres liv til at hænge sammen på tværs af forskellige praksisser. Hertil har vi fundet, at sociale medier rummer en kompleksitet og er ustyrlige

for informanterne når opslaget først er delt offentligt. Da informanterne ikke kan styre, hvordan deres opslag modtages, samt hvilken respons de får på det, mister de en del af deres rådighed.

Vi kan altså på baggrund af vores analyser vurdere, at sociale medier i relation til sorgbearbejdning kan forstås som en social intervention. Hertil forstår vi, at informanterne har genvundet styringen over egen livssituation ved at bruge sociale medier i deres sorgbearbejdning ud fra, at de har et behov, der skal opfyldes, og har gjort det på eget initiativ. Her vurderer vi, at det relevant at rette opmærksomheden mod det potentiale, der kan være i, at mennesker kan intervenere over for dem selv. Vi er opmærksomme på, at der ligeledes er et potentiale i, hvad faglighed og professionelle kan bidrage med i interventioner, såsom muligheden for at følge op på, hvordan brugerne af interventionen har oplevet denne. Ikke desto mindre har vores analyser vist, at sociale medier har bidraget med en meningsfuld forandring for de seks informanter, og med dette speciale vil vi fremhæve, at forståelsen af sociale interventioner i relation til sorgbearbejdning kan indfanges med begrebet *lokalt*. Vi mener, at dette begreb kan indfange, hvad mennesker er i stand til at gøre på eget initiativ når de er i sorg. Vi vurderer således, at dette speciale både har bidraget med nye forståelser af sorg som praksis, men også åbnet op for en ny forståelse af sociale interventioner i relation til sorgbearbejdning, nemlig; en forståelse for potentialet i en lokal forankret social intervention.

Vores undersøgelse er som nævnt forankret i et kritisk psykologisk perspektiv, og vi vil derfor vurdere vores undersøgelse med udgangspunkt i både kvalitative forskningskriterier, og kriterier for god forskning inden for den kritisk psykologiske tradition. Vi vil indlede med en vurdering af specialets metodevalg og de seks interviews vi har afholdt. Vi har været inspireret af praksisforskningen og medforsker-begrebet, hvorfor vi har bestræbt os på at afholde interviewene som en fælles søgeproces med et samarbejde om forskningen, der netop er kriterier for god forskning inden for kritisk psykologi. Vi vurderer, at vi har inddraget informanternes perspektiv i det omfang vi i dette speciale har ønsket, samt hvad der har været muligt. Men vi vil påpege nogle metodiske udfordringer i relation til afholdelsen af de seks interviews. Vi har i specialets kapitel 3 beskrevet, hvordan vi har undersøgt en følsom praksis, og at dette har afstedkommet nogle etiske overvejelser. I bearbejdningen af empirien blev det tydeligt, at det var vanskeligt for os at undersøge denne følsomme praksis i relation til, hvad vi oplevede, at vi kunne spørge informanterne om. Dette har medført, at der er tidspunkter, hvor vi ikke har formået at stille informanterne uddybende spørgsmål til det de fortæller, der kunne give os større indsigt i, hvilken betydning det har for dem. Vi har ydermere gjort os overvejelser om, at det kunne have været relevant for vores undersøgelse at



gennemgå informanternes opslag på sociale medier i fællesskab med dem. Dette kunne vi gøre med formålet om at understøtte deres fortællinger, samt få et større indblik i, hvad opslagene samt reaktionerne på disse har af betydning for informanterne. Hvis vi havde inddraget dette, havde undersøgelsen set anderledes ud, og vi kunne eventuelt have inddraget selve opslagene i analysen, hvortil vi kunne analysere betydningen rundt om disse.

Vi vil som nævnt også vurdere vores undersøgelse ud fra nogle generelle kvalitative forskningskriterier, herunder transparens og kohærens. Vi har forsøgt at skabe kohærens mellem specialets teori, metode og analyse som et led i at skabe transparens i tilblivelsen af de forskellige dele af specialet. Dette er gjort med formålet om at give læseren indsigt i og mulighed for at tage stilling til de analytiske pointer vi frembringer.

Vi vil i dette også vurdere, hvad den kritisk psykologiske tilgang har bidraget med i indeværende speciale, men også, hvad denne tilgang *ikke* har kunnet åbne op for. Vi mener, at den kritisk psykologiske tilgang har været i overensstemmelse med vores ønske om undersøge, hvorvidt sociale medier kan forstås som en social intervention i relation til sorgbearbejdning. Med den kritisk psykologiske tilgang til hverdagslivet og betingelsers betydninger heri, har vi åbnet op for, hvordan sociale medier stiller sig som betingelse for seks informanter, og får forskellige betydninger. Derfor vurderer vi, at den kritiske psykologi har været den mest hensigtsmæssige tilgang til netop vores problemstilling. Vi har gennem specialet nævnt, at der med optagelsen af sorg som diagnose er kommet 'en ny måde at tale om sorg på'. At beskæftige sig med italesættelser af bestemte fænomener og forskellige diskurser i samfundet, i dette tilfælde sorg, kræver en anden tilgang til feltet. Havde vi ønsket at undersøge italesættelser og diskurser om sorg kunne have inddraget socialkonstruktivisme, da er vi bevidste om kritisk psykologis begrænsninger. Afslutningsvis vil vi pointere, at vi med inddragelsen af det kritisk psykologiske perspektiv er bevidste om, at dette har afstedkommet en særlig måde at forstå og undersøge sorg som praksis, der har betydning for, hvad vi med dette speciale kan konkludere.

## Kapitel 6: Perspektivering

Dette kapitel indeholder både en praksis- og teoriorienteret perspektivering. Vi fandt det nærliggende at perspektivere til både teori og praksis med vores teoretiske udgangspunkt, idet vores undersøgelse netop har åbnet op for nogle nye forståelser af sorgpraksis, men også for nogle nye forståelser af sociale medier som social intervention i relation til sorgbearbejdning.

Vores konklusion peger på, at informanterne med deres brug af sociale medier i bearbejdning af deres sorg har fået åbnet op for nye handlemuligheder og forbedret deres livskvalitet. De har altså intervenseret overfor dem selv, og en intervention er opstået lokalt uden andre menneskers planlægning, udførelse eller evaluering. I forhold til sorgpraksis, vil vi ikke forsøge at argumentere for, at alle mennesker i sorg bør benytte sig af sociale medier, da det både er i strid med vores teoretiske afsæt, men også fordi vores undersøgelse viser, at de sociale medier har forskellig betydning for vores informanter, hvorfor de får noget forskelligt ud af at bruge dem. Vi vil i stedet pege på, at vores undersøgelse kan bidrage til videre undersøgelser og forskning på området. Men vi vil også åbne op for et bredere perspektiv, og fremlægge muligheden for at inddrage undersøgelsens fund i andre praksisser.

Vores undersøgelse viser, at der er et potentiale i menneskers deling af sorg på sociale medier, og at mennesker kan intervenere over for sig selv og de udfordringer de har. Men hvad med andre udfordringer såsom ensomhed? Det er klart, at der vil være nogle andre aspekter, der indvirker på denne praksis, som vil være nødvendige at undersøge før det kan konkluderes, at der kan opstå en lokal forankret intervention som for vores seks informanter. Det betyder altså, at vi ikke direkte kan overføre dette speciales fund på andre praksisser uden at undersøge disse praksisser. Med et kritisk psykologisk afsæt må vi udvikle teori og praksis, og med denne perspektivering ønsker vi at fremhæve, at denne undersøgelse har bidraget til netop dette. Med vores speciale har vi bidraget til en teoretisk udvikling bestående af en nuancering af forståelsen af begrebet social intervention i relation til sorgbearbejdning på sociale medier. Her har vi vist, at sociale interventioner ikke altid er planlagt af professionelle og ikke altid er vidensbårene. Udvikling af praksis består i, at vores undersøgelse har givet mulighed for at se nye måder mennesker handler på i deres sorg ved hjælp af de sociale medier, der faktisk har vist sig at åbne op for nye handlemuligheder for dem. Derfor vil vi med denne perspektivering lægge op til, at denne udvikling af teori kan medtages i undersøgelser i andre praksisser, således at viden om andre praksisser kan udvikles. Vi indledte kapitel 1 med at skrive, at sociale medier ifølge Linaa Jensen og Tække (2013:9) er blevet en central del af mange

danskeres hverdag, og da dette er helt generelt, hvad kan sociale medier så ellers skabe af muligheder i andre sammenhænge end sorg? Organisationen Headspace skrev den 19. september 2018 en artikel omhandlende, hvordan sociale medier kan være med til at bryde tabuet om ensomhed (Lorenzo Pugholm, Headspace, 2018 ¶ Sociale medier kan bryde tabuet om ensomhed), hvori de berører en del af det vi med denne undersøgelse adresserer: at sociale medier kan være et potentiale for mange mennesker i forskellige sammenhænge, da det kan give nye handlemuligheder. Vi vil altså med denne perspektivering pege på, at vores undersøgelse har bidraget med relevant viden inden for sorgpraksis, der kan udvikles videre på, men at disse pointer ligeledes er værd at undersøge i andre praksisser, hvor andre følelser og udfordringer er på spil.

# Litteratur

Brinkmann, S. (2018a). *Could grief be a mental disorder?* Nordic Psychology. Routledge: Taylor and Francis Group. 70:2, 146-159.

Brinkmann, S. (2018b). Sorgens fænomenologi. I: Brinkmann, S. *Det sørgende dyr*. Forlaget Klim: Aarhus.

Brinkmann, S. & Petersen, A. (2015). Diagnoser i samtiden: en introduktion. I: Brinkmann, S. & Petersen, A. *Diagnoser - perspektiver, kritik og diskussion*. Klim: Aarhus.

Brinkmann, S. & Tanggaard, L. (2015). Interviewet: Samtale som forskningsmetode. I: Brinkmann, S. & Tanggaard, L. *Kvalitative metoder. En grundbog*. København: Hans Reitzels Forlag.

Brinkmann, S. & Tanggaard, L. (2015). Kvalitet i kvalitative studier. I: Brinkmann, S. & Tanggaard, L. *Kvalitative metoder. En grundbog*. København: Hans Reitzels Forlag.

Brügger, N. (2013). Facebooks historie. Udviklingen af en tom struktur. I: Linaa Jensen, J. & Tække, J.: *Facebook, fra socialt netværk til metamedie*. Samfundslitteratur: Gylling.

Det Nationale Sorgcenter (u.å.). *Urimelig lang ventetid for unge efterladte*. Lokaliseret d. 6. marts 2019 på: <https://sorgcenter.dk/news/urimelig-lang-ventetid-for-unge-efterladte/>

Dreier, O. (1979). Indledning. I: Dreier, O. (red.): *Den kritiske psykologi*. København: Rhodos.

Dreier, O. (1998). Introduktion. Om Holzkamps arbejde med livsførelse. I: Holzkamp, K.: *Daglig livsførelse som subjektvidenskabelig grundkoncept*. Nordiske Udkast, nr. 2.

Dreier, O. (2001). *Virksomhed – læring – deltagelse*. Nordiske Udkast, Dansk Psykologisk Forlag.

En undersøgelse af sociale medier som social intervention i relation til sorgbearbejdning  
Emma Schønning Larsen (61973, emscla@ruc.dk) & Mathilde Andersen (61957, mata@ruc.dk)

Dreier, O. (2007). Generality and particularity of knowledge. I: Deventer, V.V., Blanche, M.T., Fourie, E. & Segalo, P. (red.). *Citizen City. Between Constructing Agent and Constructed Agency*. Concord, Ontario: Captus Press.

Dreier, O. (2008). Theorizing Persons in Structures of Social Practice. I: Dreier, O. *Psychotherapy in Everyday Life*. Cambridge University Press.

Dreier, O. (2014). *Intervention, evidensbaseret forskning og dagligliv*. I: Nordiske Udkast, årg. 42, nr. 1.

Dreier, O. (2016). Conduct of Everyday Life: Implications for Critical Psychology. I: Schraube, E. & Højholt, C.: *Psychology and the conduct of everyday life*. Routledge.

Dupret, K., Krøjer, J. og Nielsen, S. B. (2016): Introduktion til social intervention. I: Krøjer, J. og Dupret, K. (red.): *Social Intervention. Meningsfuld indgriben i menneskers liv*. Frederiksberg: Frydenlund Academics

Forchhammer, B. H. (2001). *Interviewet som handlesammenhæng*. Nordiske Udkast. Nr. 1.

Gross, R. (2018). Grief as a socio-cultural phenomenon: how should we grieve? I: *The Psychology of Grief*. Routledge. New York.

Gross, R. (2018). The experience and nature of grief. What is it like? I: *The Psychology of Grief*. Routledge. New York.

Guldin, M. (2010). De store teoriers fald. Træk af sorgteori gennem tiden. I: *Tæt på døden*: Tidsskrift for Forskning i Sygdom og Samfund.

Holz kamp, K. (1998). *Daglig livsførelse som subjektvidenskabeligt grundkoncept*. Nordiske Udkast, nr. 2.

Holz kamp, K. (2005). *Mennesket som subjekt for videnskabelig metodik*. Nordiske Udkast, nr. 5. København. Dansk Psykologisk Forlag.

En undersøgelse af sociale medier som social intervention i relation til sorgbearbejdning  
Emma Schønning Larsen (61973, emscla@ruc.dk) & Mathilde Andersen (61957, mata@ruc.dk)

Holzkamp, K. (2013). Basic Concepts of Critical Psychology. I: Schraube, E. & Osterkamp, U.: *Psychology from the standpoint of the subject. Selected Writings of Klaus Holzkamp*. Palgrave Macmillan.

Holzkamp, K. (2013). Psychology: Social Self-Understanding on the Reasons for Action in the Conduct of everyday life. I: Schraube, E. & Osterkamp, U.: *Psychology from the standpoint of the subject. Selected Writings of Klaus Holzkamp*. Palgrave Macmillan.

Huniche, L. & Mørck, L. (2009). *Leksikon for det 21. århundrede*. Lokaliseret d. 7. april 2019 på: <https://www.gaderummet.dk/Karl%20Marx/2008-01-09%20Kritisk%20Psykologi.%20Lotte%20og%20Line.htm>

Højholt, C. (2005). Præsentation af praksisforskning. I: Højholt, C. (red). *Forældresamarbejde – forskning i fællesskab*. Dansk Psykologisk Forlag.

ICD, (2018, december). WHO. *ICD-11 for Mortality and Morbidity statistic: 6B42 Prolonged Grief Disorder*. Lokaliseret den 6. marts 2019 på: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/1183832314>

Jacobsen, H. M. (2010). Thanatosociologi - træk af en udviklingshistorik og tilstandsrapport. I: *Tæt på døden: Tidsskrift for Forskning i Sygdom og Samfund*.

Jacobsen, M. H. & Kofod, K. H. (2015). Sorg: en fraværsfølelse under forandring. I: Glavind, B. I. & Jacobsen, M.: *Hverdagslivets følelser*. Hans Reitzels Forlag.

Jartoft, V. (1996). Kritisk psykologi. I: Højholt, C. & Witt, G.: *Skolelivets socialpsykologi: Nyere socialpsykologiske teorier og perspektiver*. Roskilde Universitetsbibliotek.

Juhl, P. (2016): Tidlig indsats: policy og praksis i social intervention. I: Krøjer, J. og Dupret, K. (red.): *Social Intervention. Meningsfuld indgriben i menneskers liv*. Frederiksberg: Frydenlund Academics.

En undersøgelse af sociale medier som social intervention i relation til sorgbearbejdning  
Emma Schønning Larsen (61973, emscla@ruc.dk) & Mathilde Andersen (61957, mata@ruc.dk)

Kofod, K. H. (2015). Sorg som grænsediagnose. I: Brinkmann, S. & Petersen, A. *Diagnoser - perspektiver, kritik og diskussion*. Klim: Aarhus.

Kousholt, K. (2013). *Deltagelse på tværs af sociale lærings- og testsammenhænge*. Psyke og Logos, 34.

Kousholt, K. B. (2018). Betingelses-, betydnings- og begrundelsesanalyse - elevperspektiver på test som eksempel. I: Bøttcher, L., Kousholt, D. & Winther-Lindqvist, D. *Kvalitative analyseprocesser. Med eksempler fra det pædagogiske psykologiske felt*. Latgales Druka: Samfundslitteratur.

Kristiansen, S. (2015). *Kvalitative analyseredskaber*. I: Brinkmann, S. & Tanggaard, L. *Kvalitative metoder. En grundbog*. København: Hans Reitzels Forlag.

Krogstrup, H. K. (2016). Introduktion til evaluering som begreb og fænomen. I: Krogstrup, H. K. *Evalueringsmodeller*. 3. Udgave. Hans Reitzels Forlag.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). Ethiske spørgsmål i forbindelse med interview. I: Kvale, S. & Brinkmann, S. *Interview. Det kvalitative forskningsinterview som håndværk*. København: Hans Reitzels Forlag.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). Interviewkvalitet. I: Kvale, S. & Brinkmann, S.: *Interview - det kvalitative forskningsinterview som håndværk*. 3. udgave. København: Hans Reitzels Forlag.

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). Introduktion til interviewforskning. I: Brinkmann, S. & Kvale, S. I: *Interview. Det kvalitative forskningsinterview som håndværk*. København: Hans Reitzels Forlag

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). Udførelse af et interview. I: Kvale, S. & Brinkmann, S. *Interview. Det kvalitative forskningsinterview som håndværk*. København: Hans Reitzels Forlag.

En undersøgelse af sociale medier som social intervention i relation til sorgbearbejdning  
Emma Schønning Larsen (61973, emscla@ruc.dk) & Mathilde Andersen (61957, mata@ruc.dk)

Linaa Jensen, J. & Tække, J. (2013). Indledning: Facebook i den danske hverdag - fra socialt netværk til metamedie. I: Linaa Jensen, J. & Tække, J.: *Facebook, fra socialt netværk til metamedie*. Samfundslitteratur: Gylling.

Liv & Død. Sorggrupper og aktører med fokus på sorg (u.å.). Lokaliseret den 15. maj 2019:  
<https://livogdoed.dk/temaer/sorggrupper-og-aktoerer-med-fokus-paa-sorg/>

Lorenzo Pugholm, M. (2018, 18. september). Headspace. Sociale medier kan bryde tabuet om ensomhed. Lokaliseret den 26. maj 2019 på: <https://www.headspace.dk/nyheder/sociale-medier-kan-bryde-tabuet-om-ensomhed>

Mentzen, P. & Gullestad, S. (2005, 2. oktober). *Leksikon for det 21. århundrede. Sorg*. Lokaliseret den 29. januar 2019 på: <https://leksikon.org/art.php?n=2379>

O'Connor, M. (2018). *Indledning - sorgens psykologi, empiriske og teoretiske perspektiver på naturlige og komplicerede sorgreaktioner*. Psyke og Logos, 39.

Refslund Christensen, D. & Gotved, S. (2015). *Online memorial culture: an introduction*. New review of Hypermedia and Multimedia: 21:1-2, 1-9.

Roesgaard Mogensen, J. & Engelbrekt, P. (2013). *Bowlbys fase teori*. I: Roesgaard Mogensen, J. & Engelbrekt, P. At forstå sorg. Teoretiske og praktiske perspektiver. Samfundslitteratur: Gylling.  
Roesgaard Mogensen, J. & Engelbrekt, P. (2013). *Sigmund Freud - sorg som løsrivelse*. I: Roesgaard Mogensen, J. & Engelbrekt, P. At forstå sorg. Teoretiske og praktiske perspektiver. Samfundslitteratur: Gylling.

Rosenblatt, C. P. (2017). *Researching Grief: Cultural, Relational, and Individual Possibilities*. Journal of Loss and Trauma, 22:8, 617-630. Routledge: Taylor and Francis Group.

Skall Sørensen, K. A. (2013). Venskab i krise? Venner og venskab i de sociale mediers tidsalder. I: Linaa Jensen, J. & Tække, J.: *Facebook, fra socialt netværk til metamedie*. Samfundslitteratur: Gylling.



En undersøgelse af sociale medier som social intervention i relation til sorgbearbejdning  
Emma Schönning Larsen (61973, emscla@ruc.dk) & Mathilde Andersen (61957, mata@ruc.dk)

Slots- og kulturstyrelsen (2018). *Kort nyt: brug af sociale medier i 2018*. Mediernes udvikling i Danmark. Lokaliseret d. 22. april 2019 på: <https://mediernesudvikling.slks.dk/2018/kort-nyt/brug-af-sociale-medier-i-2018/>

Tække, J. (2013). Facebook og social ambivalens. I: Linaa Jensen, J. & Tække, J.: *Facebook, fra socialt netværk til metamedie*. Samfundslitteratur: Gylding.

Walter, T. (2016, 21. august). *Sociale medier gør døden mere synlig*. Lokaliseret d. 6. marts 2019 på: <https://videnskab.dk/kultur-samfund/sociale-medier-gor-doden-mere-synlig>

Aalborg Universitet. (u.å.) *Om projektet*. Lokaliseret den 12. februar 2019 på: <https://www.kommunikation.aau.dk/forskning/vidensgrupper/cqs/sorg/om/>

Aalborg Universitet. u.å. *Socio-materielle praksisser for offentlig sorg og kollektiv erindring*. Lokaliseret den 12. februar 2019 på: [https://www.kommunikation.aau.dk/forskning/vidensgrupper/cqs/sorg/om/arbejdspakker/sorgens\\_kulturelle\\_dimensioner/socio-materielle-praksisser-for-offentlig-sorg-og-kollektiv-erindring/](https://www.kommunikation.aau.dk/forskning/vidensgrupper/cqs/sorg/om/arbejdspakker/sorgens_kulturelle_dimensioner/socio-materielle-praksisser-for-offentlig-sorg-og-kollektiv-erindring/)

Aalborg Universitet. u.å. *Sorgens kultur*. Lokaliseret den 12. februar 2019 på: <https://www.kommunikation.aau.dk/forskning/vidensgrupper/cqs/sorg/>