



Döden är en del av livet

Information om filmen
Döden är en del av livet
och om hur man kan använda
filmerna för reflektion.

Att förlora en närstående eller annan betydelsefull person är en av de svåraste upplevelserna vi kan ha i vårt liv. Speciellt hårt drabbas vi om döden kommer plötsligt och oförberett. Död, döende och sorg är en del av livet som vi alla förr eller senare kommer att ställas inför. Såväl andras som vår egen. Inom hälso- och sjukvården möter vi människor i alla livets skeden – vi möter hela människan, alla åldrar och därmed alla livets olika faser – från födseln till döden.



Coronapandemin och dess oerhörda konsekvenser med högt antal sjuka och döda har bidragit till en ökad uppmärksamhet på frågor om hur vi nu för tiden förhåller oss till död och sorg. Förr hade död och sorg en mer naturlig och synlig plats i människans vardag. Idag kan kanske en del känna sig osäkra på hur sorgen kan te sig, vad man kan säga eller hur man kan göra i situationer och i mötet med död och sorg. Det finns medarbetare och chefer som möter död och sorg mer ofta i sina professionella roller och som därmed kan ha hittat bra sätt att möta dessa situationer och frågor medan andra tycker att det kan kännas svårt.

På vilket sätt kan vi skapa bättre förutsättningar och utrymme för tankar och reflektioner om död och sorg inom hälso- och sjukvården?

Hur bevarar vi respekten för var och en samtidigt som vi skapar plats för att närma oss det som kan kännas svårt att prata om?

När vi möter död och sorg – vad kan vara ett hjälpsamt sätt och beteende i mötet med sörjande?

Vilka exempel på bra sätt att bemöta död och sorg finns det på våra arbetsplatser?

Utifrån frågor som dessa väcktes idén till att göra en film om död och sorg och som kan inspirera till reflektion samt skapa utrymme, möjlighet och stöd för gemensamma forum och samtal på arbetsplatserna.

I samarbete mellan Eva Svensson Isfej, legitimerad psykolog och psykoterapeut från Regionalt kunskapscentrum kris- och katastrofpsykologi, Katrin Kopp, HR-strateg på regionledningskontoret och Albin Biblom, filmare, fotograf och konstnär gjordes filmen Döden är en del av livet. I filmen får du lyssna på medarbetare och chefer inom Region Stockholm som utifrån sina erfarenheter och kunskaper berättar om tankar och reflektioner över att möta död och sorg i sitt arbete.

I samband med filmen gjordes också ett stödmaterial i form av en kortlek med frågor om död och sorg. Kortleken kan användas på arbetsplatsen för reflektioner och samtal om död och sorg utifrån filmen.

Medverkande i filmen

Lena Ekberg, sjukhuspräst och legitimerad psykoterapeut, Södersjukhuset

Charlotte Elf, enhetschef, Pedagogiskt Resurscentrum, Astrid Lindgrens Barnsjukhus

Emelie Johansson, legitimerad hälso- och sjukvårdskurator, Alviks Vårdcentral

Katrin Kopp, HR-strateg, Strategisk HR, regionledningskontoret

Christina Lindström, omvårdnadschef, Astrid Lindgrens Barnsjukhus

Sanaz Shafiei, vårdchef, Anestesi- och Intensivvård, Danderyds sjukhus

Filmen introduceras och avslutas med poeten Daniel Boyacioglus framförande som han gör utifrån reflektionerna i filmen.

Möt de medverkande gemensamt i filmen (37 min) och var för sig i sju korta filmsessioner (2–6 minuter).

Vi rekommenderar att du tittar gemensamt med din arbetsgrupp på filmen och reflekterar efteråt. De kortare versionerna kan användas i fortsatta reflektioner. Ta gärna hjälp av reflektionsfrågorna i kortleken.

Vilka tankar och reflektioner har du om döden och sorgen?

Innan filmen

Se till att du/ni har avsatt tillräckligt med tid och är på en plats där du/ni inte blir störda av annat.

Efter filmen

Ägna gärna en stund till att reflektera över filmen på egen hand. Efter det kan du eller tillsammans med gruppen använda reflektionsfrågorna i kortleken. Kortleken innehåller 16 frågor.

Reflektionsledare

För dig som ska ansvara för att leda gruppreflekationen så finns det en guide för gemensam reflektion. Kontakta din HR-avdelning för information om guiden.

Skriften Vagar genom sorg

Skriften Vagar genom sorg vänder sig till människor som förlorat en nära anhörig eller närstående genom dödsfall. Den beskriver hur sorgen naturligt kan te sig, vilka uttryck den tar och hur sorgen förändras med tiden.



Du hittar skriften Vagar genom sorg på:

<https://www.katastrofpsykologi.se/informationsmaterial/vagar-genom-sorg/>

Du kan också beställa skriften som en tryckt broschyr på:

<https://www.katastrofpsykologi.se/informationsmaterial/>

Kontaktuppgifter

Har du frågor, tankar eller annat som du vill skriva till oss om utifrån filmen eller materialet så är du välkommen att kontakta oss:

eva.svensson-isfej@regionstockholm.se

katrin.kopp@regionstockholm.se



Varmt tack till dig som delat med dig av dina kunskaper, erfarenheter och reflektioner i filmen och till Daniel Boyacioglu för poetiskt framförande, Katharina Nuttell och Linus Andersson för originalmusik i filmen.

Tack för att du tar dig tid till att se filmen och låta dig inspireras och reflektera över viktiga frågor som kan göra dig mer redo inför mötet med död och sorg.