

Telefon: 031-62 41 28
 Redaktör:
 Håkan Bjärsdal 031-62 41 40
 E-post: namn@gp.se
 Adress: Namn, GP, 405 02 Göteborg.

10 JANUARI

... 1778
 dör
 blomster-
 kungen
 Carl von
 Linné.



... 1917
 dör Buf-
 falo Bill.
 Hans rik-
 tiga namn
 var Wil-
 liam Cody.



... 1922 öppnas årets riks-
 dag, för första gången med
 kvinnor som ledamöter. Det är
 landets första yrkesinspektör,
 liberalen Kerstin Hesselgren,
 som i 1921 års val blivit med-
 lem av första kammaren.



Dagens namn

Sigurd är ett fornnordiskt namn, bildat av ord som betyder *seger* och *väktare* och betyder följaktligen segerns väktare. **Sigurd Ring** hette en mytisk svensk och dansk kung på 700-talet. Namnet började användas på 1880-talet och kom in i almanackan 1901. Antalet namnbärare är runt 8 000, av dessa har omkring 1 300 det som tilltalsnamn.



Sigbritt är ett danskt namn som är sammansatt av två ord för *seger* och *ljus*. Sigbritt var mor till Kristian tyrann (den gode kallad i Danmark) stora kärlek Dyveke. Sigbritt var ganska populärt på 1920- och 1930-talen, men är i dag mycket ovanligt. Antalet är runt 2 000, av dessa har omkring 1 100 det som tilltalsnamn.

Nytt om namn

Ännu fler studenter komma ifrån väst

Examen vid Högskolan Väst:
 Ek kandidatexamen, huvudämne företagsekonomi, 120 poäng: Maria Stensson, Grebbestad, Jenny Axelsson, Ed (studenten har gått en co-oputbildning.) Fil kandidatexamen, pedagogik inriktning hälsopromotion: Åsa Wejshag, St. Levene.

Fil kandidatexamen huvudämnet psykologi: Lena Berg, Göteborg, Carina Heikkilä, Lilla Edet, Anna Oldengård, Stockholm, Sabina Hanzén, Solna (studenten har under sin utbildning fullföljt arbets- och organisationspsykologiskt program).

Fil kandidatexamen huvudämnet socialt arbete: Martin Flocke, Oskarshamn, Linda Palhamn, Göteborg, Jessica Shahada, Trollhättan och Sara Snapp, Uddevalla. Högskoleexamen inriktning mot pedagogik, 80 poäng: Susanne Söder, Trollhättan.

Lärarexamen avsedd för undervisning i förskola, förskoleklass, grundskolans tidigare år och fritidshem, 140 poäng: Helena Ekström, Uddevalla, Johanna Elvelind, Lidköping, Marielle Johansson, Uddevalla, Madeleine Karlsson, Vänersborg, Eva-Lotta Magnusson, Vänersborg och Roza Matthild Voudouri. Lärarexamen avsedd för undervisning i grundskolans tidigare år med ämnesinriktning, 140 poäng: Charlott Hillberg, Uddevalla och Lisa Ängehagen, Trollhättan.

Social omsorgsexamen med inriktning mot socialpedagogiskt arbete, 140 poäng: Christina Bohlin, Linköping, Linda Palhamn, Göteborg, Rickard Persson, Uddevalla och Sara Snapp, Uddevalla.

All vår sorg är kärlekens pris

För drygt ett år omkom äldste sonen Jonathan i en bilolycka i USA. Han kommer aldrig tillbaka. Men hans mamma Gunnel Lavin har trots allt bestämt sig för att lära sig själv och andra att hantera sorgen. Hon utbildar sig till certifierad sorgearbetare.

Det var en annons i tidningen om Svenska institutet för sorgbearbetning som väckte Gunnels intresse. Rubriken var: Vill du hjälpa människor i sorg? Hon ringde och frågade om de tyckte att det var för tidigt för henne att gå kursen.

– Men de sa att om jag hade funderat på det så var det inte för tidigt. Även om jag har egen sorg så kan jag vara en tillgång för andra. Har jag fått detta till mig så vill jag använda det på något sätt. Det kanske låter konstigt, men så är det.

EN SORG BEHÖVER INTE HANDLA om dödsfall utan är alla former av känslomässiga förluster. En skilsmässa, att bli av med jobbet, flytt till annan ort eller att en nära vän vänder dig ryggen. Man ska inte värdera andras känslomässiga förluster. Men för alla och envar gäller det att våga bejaka sorgen och inte lägga locket på.

– Vi är dåligt tränade på att hantera och bemöta människor i sorg. En människa som sörjer behöver hjälp med att bearbeta och bli bejakad för att få känslomässig läkning.

Gunnel säger att de på kursen kom fram till att det finns många myter om sorg – oav-

GUNNEL LAVIN

Ålder: 53 år

Yrke: Montessoriförskollärare, certifierad sorgbearbetare

Bor: Askim

Familj: Maken Bosse och sönerna Jonathan (som blev 21 år) och Victor 19 år

Intressen: Golf, möten med människor

Läs mera: Vi som förlorat barn www.sorg.se Svenska institutet för sorgbearbetning

sett vad förlusten handlar om.

Den som mist ett barn kan få höra att de ska vara tacksamma för att de i alla fall har ett barn kvar. Den som gått igenom en skilsmässa kan få höra att mister du en står dig tusenden åter. Tiden läker alla sår och Nu måste du vara stark är andra tecken på vår syn på sorg.

– Kanske är många rädda för sorgen. Men den är en normal och naturlig känslomässig reaktion vid en förlust av något slag. En konsekvens av kärleken – sörjer vi inte har vi inte älskat.

Att vi inte vågar fråga någon i sorg hur de har det tror Gunnel beror på att vi är rädda för att göra den som sörjer ännu mer ledsen, att vi är rädda för tårarna och de starka känslorna.

På kursen i sorgbearbetning var det sjukvårdspersonal, terapeuter, psykologer, diakoner, jurister och en kriminalassistent. Alla i yrken som kom i kontakt med människor. Gunnel Lavin själv är förskollärare på en Montessoriskola.

– Det första vi fick göra var att berätta vilka sorger vi varit med om själva. Vi var två som utöver andra förluster hade mist våra barn, flera hade mist sina föräldrar eller syskon och någon hade fått vara med om att varsla en massa folk. Sedan fick vi till uppgift att göra ett förlustdiagram där vi skrev in när i livet känslomässiga förluster skedde.

EFTER DET GJORDE GUNNEL OCH hennes kurskamrater ett relationsdiagram där de fick identifiera tankar och känslor kring en specifik förlust. Formulera det som aldrig blev sagt, både det positiva och det som var mindre positivt.

Slutligen skrev de ett så kallat fullbordansbrev och läste upp i en liten grupp. Ett brev till den de hade en ofullbordad kommunikation med. Det kunde vara saker de vill be om ursäkt för, förlåta eller andra känslor som aldrig blev sagda.

– Det är viktigt att sätta egna ord på sorgen och smärtan. Du blir lyssnad till utan att det du läst kommenteras eller värderas. Känslorna är dina och det finns inga felaktiga känslor. Den som lyssnar har enbart till uppgift att

vara ett hjärta med öron, men utan mun.

Hon säger att hela kursupplägget bygger på en amerikansk modell som är 30 år gammal och betonar att den inte är en allena rådande form för bearbetning. Det kan behövas mycket mer eller finnas annat. Men den här modellen tilltalade henne för att den är enkel och går att tillämpa på mycket.

SJÄLV HAR GUNNEL SEDAN JONATHANS död ägnat sig åt mindfulness och avslappning. Även om sorgen är så förlamande att hela kroppen värker och spänner har hon gjort det hon orkat.

– För det är så att om sorgen till 99 procent går ut på att hantera förlusten och lära sig leva igen kanske man har en procent kvar där man orkar och klarar av att göra något. Det får man ta vara på.

Hon berättar att hon som tidigare gillade att bära färgglada kläder och smycken mestadels bara klarat av att bära svart. Och när hon provade att sätta på sig ett halsband igen kändes det som om ett tungt ok om halsen.

– Sorgen har förändrat mig. Jag har alltid varit en öppen människa som varit effektiv och haft många bollar i luften. Nu är jag lugnare, mer i nuet och retar inte upp mig på smågrejer.

Alla människor bär på sorger och känslomässiga förluster. Gunnel har märkt att deras egen öppenhet har gjort det lättare för andra att våga prata och vara öppna.

– Delar av bekantskapskretsen som jag trodde hade det så perfekt visade sig ha varit med om stora sorger, som vi aldrig pratat om tidigare. Det har gett mig många fina möten med människor på vägen.

ÄVEN OM GUNNEL SÄGER ATT hon och hennes familj har fantastiska släktingar och vänner som tagit hand om dem och burit dem fram vet hon att det inte är alla förunnat.

– Som sörjande får man lov att vara som man vill. Ingen annan kan säga åt dig hur du bör vara. Om någon ringde och frågade om jag ville gå med på promenad kanske jag inte orkade det två gånger av tre. Det gäller då att

Skymningstid

Alltid en fingerborg på farmors långfinger

Med nål i hand sitter flickan vid köksbordet. På hattstocken framför henne: en halvfärdig hatt. Hennes första. Det är slutet på 1920-talet och platsen är Gruvriset, en gård söder om Falun. Materialet är svart. Men bara vit tråd finns till

hands. Kanske är flickan för stolt att fråga pappa – skräddaren – om hjälp. Man ska klara sig själv. Hon går över till spisen. Och med en nypa sot får tråden rätt färg.

Cirka 70 år senare, tidigt 90-tal, går Ingeborg Anderson

trappan upp i Stockholms Operahus. In i Gyllene Salen. Där får hon ta emot, ur Drottningens hand, ett mästarbrev för ett liv i hattmakeriets tjänst – för livet som modist, ett liv där hatten är huvudsaken, som hon själv ofta sade.

På fyrtioalet i Vänersborg träffade hon Nils. Stilig och vänlig. Giftermål. Två barn. Hemmafru? Aldrig. Ingeborg drev presentbutik, höll kurser, handlade med antikviteter, nå-

got som tog henne till London på inköpsresor och – Ingeborg sydde hattar. Nils stöttade allt hon gjorde.

På sextioalet flyttade de till Göteborg, så småningom till en våning på Karl Gustavsgatan. I en affärslokal två våningar under slog Ingeborgs Päls och Hatt upp dörrarna. Det kom fyra barnbarn, som, när de var på besök, alltid sprang obehindrat mellan våningen och affären, lekte kurragömma

... 1926 har Fritz Langs futuristiska film **Metropolis** premiär i Berlin.



... 1929 syns i en belgisk tidning tecknaren och författaren Hergés **Tintin** för första gången.



... 1934 avrättas holländaren **Marinus van der Lubbe** med giljotin av nazisterna. Han var anklagad för riksdagshusbranden i Berlin 1933.



... 1971 installeras **Margit Sahlin** som kyrkoherde i Engelbrekts församling i Stockholm. Hon blir därmed den första kvinnan på detta ämbete i Sverige.



Bild: ELISABETH ALVENBY

BEARBETAR SORGEN. Efter att hon förlorat sin son valde Gunnel Lavin att gå en kurs i sorgbearbetning. Bland annat pratar hon med barnen på Montessoriskolan om sorg.

folk inte ger upp och att de orkar höra av sig igen och igen.

Det finns de som går omvägar för att slippa möta någon som har drabbats av en stor förlust. För att de inte vet vad de ska säga. Vad har du för tips att ge?

– Man kan säga: Jag har hört vad som har hänt och är ledsen för din skull. Eller så kan man helt enkelt säga: Jag vet faktiskt inte vad jag ska säga. Eller: Det finns inga ord. Där-
imot ska man inte säga att man vet hur det

känns, för allas sorg är unik. Be inte heller den sörjande att höra av sig om man vill ha hjälp, för det orkar man inte.

Gunnel Lavin är nu klar med grundkursen sorgbearbetning. Hon har precis tagit sig an sina första klienter. De ska träffas åtta gånger och i början av nästa år startar Gunnel sorgbearbetning i grupp. Till sommaren blir det en fördjupningskurs. Men redan nu vet hon att hon kan bemöta barnen på förskolan bättre. Kommer ett barn till henne och säger

att deras marsvin dött kan Gunnel möta dem i den känslan.

– Jag ber dem berätta vad som hände, vad marsvinet hette och hur de brukade leka med det. Kanske hjälper jag dem att skriva ett brev som vi läser tillsammans där de får uttrycka det som aldrig blev sagt. Det avslutas alltid med ett farväl. Sen erbjuder jag en kram. Det brukar kännas bra.

Livet blir aldrig sig likt för Gunnel och hennes familj. Hon säger att hon hade två saker

att välja på när Jonathan dog. Att sluta leva eller att leva vidare. Hon och familjen har bestämt sig för att ha ett bra liv tillsammans.

– Min man Bosse säger att sorgen är som att gå på skare. Det gäller att gå oerhört försiktigt och långsamt, springer du sjunker du igenom. Förhoppningsvis kommer man på stark is så småningom.

GERD ERIKSSON

031-62 40 00 namn@gp.se

bland kunderna i butiken. På Ingeborgs långfinger – alltid en fingerborg. Ett sytillbehör som naturligtvis, i mitt femåriga huvud, hade fått sitt namn efter henne. Min farmor.

I samma veva som Ingeborg mottar mästarbrevet i Gyllene Salen är hon med och startar Sveriges första utbildning för modister.

– Intresset för hattar hade ökat bland våra elever, berättar Margit Danielsson, rektor på

Tillskärarakademien i Göteborg, jag hade hört talas om Ingeborg och när jag började fundera på att starta hattkurser kontaktade jag henne.

Det uppstod en själarnas sym-
pati. Kurserna var snart igång.



Först i butikens baksida, sedan uppe i matsalen i lägenheten. Därefter en lokal på Erik Dahlbergsgatan. Nästa anhalt blev Stora Katrinelunds Landeri.

– Ingeborg var skärpt, stilsäker och kunnig, en stor inspiratör för eleverna. Samtidigt ödmjuk och hon kunde vara rädd för att ta för mycket plats. Hon bar en jantelag inom sig, som hon ofta bröt mot.

Kursverksamheten växte till en 2-årig modistutbildning i

Tillskärarakademins regi med statsbidrag och statlig tillsyn. Margit stod för det organisatoriska, Ingeborg för kunskapen.

– Ålderskillnaden mellan mig och Ingeborg var över trettio år, men hon var en kvinna som var med i tiden. Vi fick en nära relation.

Flickan, som sotade den vita tråden, blev modistmästare, fru, mamma, mormor och farmor och gick bort i augusti i år – 90 år gammal.

Ty dagen får mening och livet smak, när det sakta mot aftonen vänder, för den som har makten att göra en sak,

med egna utlärda händer

Alf Henriksson

ERIC LUNDEKRANS
Barnbarn

Skyningstid är GP:s vinjett för tankar kring livets slut och minnet av dem som gått bort.