



## Döden, döden, döden

*Det är få saker vi kan vara helt säkra på, men att vi någon gång ska dö är en av dem. Så länge som det har funnits människor har det också funnits tankar om döden. Vi vet inte vad som händer efter det att vi dör, och frågan har gäckat mänskligheten sedan urminnes tider. Det är inte ovanligt att vara rädd för döden, och många tycker att det är svårt och tungt att prata om den. Men varför har vi så svårt att acceptera att vi ska dö, och vad är det egentligen vi är rädda för? I serien Döden, döden, döden får vi följa Anna Lindman i hennes sökande efter svaren på de stora frågorna. Vad är egentligen döden? Och hur påverkar den oss människor i livet?*



**Speltid:** ca 28 min/avsnitt.

**Från:** 13 år

**Ämne:** Religion, Psykologi, Filosofi, Biologi, Vård & omsorg, Sorg & död.

**Programledare:**

Anna Lindman

**Produktion:**

© SVT

**Svensk version:**

© Filmo, 2014

**Ansvarig utgivare:**

Mia Lund Arnell

**Filmer:**

- 7271 Vad ska hända med min döda kropp
- 7272 Liket
- 7273 Döden kan komma plötsligt
- 7274 Sorgen

## Del 1 - Vad ska hända med min döda kropp

I den första delen av Döden, döden, döden kommer vi i kontakt med döden i sin allra mest konkreta form – döda kroppar. Olika kulturer har olika sätt att hantera den döda människokroppen. Det finns alltid en tanke bakom tillvägagångssättet, ofta vill man underlätta för den döde när hen så småningom ska vidare till himmelen, nirvana eller sitt nästa liv. Förutom religion är geografien avgörande för hur begravningsritualen ska gå till. Där de geografiska förhållande tillåter att man gräver i jorden är det vanligt med jordbegravningar, och på andra platser är kremering det allra vanligaste.

Begravningsceremonier finns i alla religioner och kulturer, och det är ett tillfälle för den avlidnes nära att ta avsked. Oftast är det någon anhörig som ser till att begravningen blir så som den döde velat, men det finns undantag. I filmen möter vi Kajsa, som befinner sig i livets slutskede. Hon har själv, ihop med en begravningsentreprenör, planerat sin begravning för att den ska bli just så som hon vill att den ska vara. Det kan vara skrämmande att tänka på vad som kommer att hända med ens kropp efter det att man har dött. Vare sig att ruttna eller att brinna låter särskilt lockande, och att föreställa sig en tillvaro under jord ger närmast klaustrofobiska känslor. För vi vet ju faktiskt inte vad som händer med vår person, vår själ efter döden. Vad som händer med vår kropp är däremot något vi kan kontrollera, och kanske är det därför det känns så viktigt för oss att veta, vad som händer med våra döda kroppar.

FILMO

En del av Swedish Film AB

Box 6014 • 171 06 Solna • SWEDEN • Tel: 08-445 25 59 • Fax: 08-445 25 60  
info@filmo.se • www.filmo.se

## Frågor att prata om efter visning

- Spelar det någon roll vad som händer med den döda kroppen och hur den blir begravd? För vem spelar det roll?
- Vad vet ni om olika religioners begravningsritualer? Förklara några olika tillvägagångssätts symbolik och innebörd!
- Varför tror ni att det är skrämmande att föreställa sig sin egen döda kropp och vad som kommer att hända med den?
- Tror ni att döden är en mindre skrämmande tanke för religiösa personer? Varför? Vilken funktion fyller religionen i detta fall?

## Del 2 - Liket

Döden är den kanske mest självklara delen av livet, ändå är det något vi inte gärna talar om eller tänker på. Förr dog de flesta hemma, men idag är det vanligaste att vi lämnar bort våra anhöriga när de ska dö. De flesta dör idag på sjukhus eller ålderdomshem, och därför är det många som aldrig har sett en död människa. Historiskt har rädslan för lik varit bra då en död kropp kan bära på farliga sjukdomar, men idag verkar den mer irrationell. Att undvika lik gör det lättare att låtsas som om döden inte finns, men lämnar vår rädsla för den döda kroppen större än någonsin. I det andra avsnittet av serien Döden, döden, döden utmanas rädslan för liket. För vad är det egentligen vi är rädda för?

När vi dör förändras kroppen. Syrebrist i musklerna gör att kroppen stelnar, och huden tappar färg. Kroppstemperaturen sjunker och blodet samlas i kroppens lägsta punkter. Cellerna dör vilket så småningom leder till att börjar kroppen att ruttna. Om anhöriga ska ta farväl av den döde brukar man därför göra kroppen fin, få den att se lite mindre död ut. Om kroppen är skadad kan man tvätta och laga den, för att göra döden mer värdig. I filmen får vi träffa Chirin och Jerker, som jobbar med att göra i ordning och svepa kroppar. För dem är inte den döda kroppen något skrämmande. Visst blir döden påtaglig i mötet med en död människa, men det finns inget att vara rädd för, annat än själva rädslan.

## Frågor att prata om efter visning

I filmen gavs två typer av förklaringar till att vi är rädda för döda människokroppar. Dels gavs en evolutionär

förklaring om att lik kan bära på sjukdomar, och dels en psykologisk om att döden blir påtaglig i mötet med en död kropp.

- Vari tror ni att rädslan för lik grundar sig?
- Hur tror ni att dagens inställning till lik skiljer sig från den historiska?
- Blir man mindre rädd för döden om man låtsas som att den inte finns?
- Vad tycker ni? Är en död kropp en person eller ett objekt?
- Varför gör man kroppar fina innan de visas för anhöriga?
- Vad händer med kroppen när man dör (biologiskt). Ta reda på mer.



## Del 3 - Döden kan komma plötsligt

I den tredje delen i serien om döden bekantar vi oss med rädslan för den plötsliga döden. Varje år dör tusentals människor i olyckor och av plötsliga hjärtinfarkter. När som helst kan telefonen ringa med ett dödsbud. Skräcken för att dö själv eller förlora någon nära person går att hantera på olika sätt. Vissa menar att det inte är någon idé att oro sig – händer det så händer det. Andra menar tvärtom att vi i dödens närvaro blir mer medvetna om livets och tidens värde. I filmen möter vi filosofen Torbjörn Tännsjö, som frågar sig om vi kanske tänker för lite på att vår tid är begränsad. Och han är inte ensam om att tänka så. Allt fler skriver så kallade "bucket lists" – listor på saker man vill göra innan man dör.

I filmen får vi träffa Maith, som har ett hjärtfel som när som helst kan avsluta hennes liv. Vi möter familjen till Jonas, som dog ung i en trafikolycka. Slutligen får vi följa Björn Lockström, som livnär sig på att fotografera olycksplatser. Deras berättelser för oss lite närmare insikten att döden kan komma plötsligt. Vad vi sedan ska göra med den insikten är dock upp till var och en av oss.

## Frågor att prata om efter visning

- Hur har dödens närvaro påverkat personerna vi mötte i filmen?
- Håller ni med filosofen Torbjörn Tännsjö? Tänker vi för lite på att vår tid är begränsad?
- Skulle vi leva våra liv på något annat sätt om vi tänkte mer på döden? Skulle en förändring av vårt levnadssätt vara positiv? För vem skulle den vara positiv?
- Ibland inträffar större katastrofer och olyckor. Exempel på det är Estonia-katastrofen 1994 och tsunamin 2004. Påverkar så speciella omständigheter vårt sorgearbete? Hur arbetar kommuner idag med krishantering vid större olyckor? Och hur har tidigare katastrofer påverkat den nationella krishanteringen, jämfört med tidigare? Diskutera i mindre grupper i klassen.

## Del 4 - Sorgen

Vi kommer alla att gå igenom perioder av sorg i våra liv. Att förlora personer vi älskar är en del av livet, ändå gör det lika ont varje gång. Och det slutar inte göra ont. I filmen får vi träffa Olle, som har förlorat sin då sjuuttonåriga son Svante. Det är mer än femton år sedan Svante dog, men sorgen finns kvar. Många har sagt till Olle han måste glömma och gå vidare, men det sista han vill är att glömma Svante. Istället har han lärt sig att leva med sorgen, och accepterat att Svante inte kommer tillbaka. Han saknar honom fortfarande, men sorgen är inte lika panikartad som tidigare. Vi får också träffa familjen Balazsi, där mamman i familjen, Anna, har blivit diagnosticerad med ALS. Hon har bara några år kvar och familjen försöker så gott de kan att förbereda sig på hennes död. Men det är svårt att förbereda sig på något sådant, och sorgen och saknaden finns redan där, trots att Anna fortfarande lever.

Sorgeprocessen kan delas in i fem faser:

- Inledningsvis befinner man sig i chock, och förnekar det som har skett.
- Nästa fas är ilska.
- Efter det kommer ett slags förhandlingsfas där man önskar att det som hänt kunde göras o gjort.
- Den fjärde fasen är depression.
- Den femte och slutgiltiga är acceptans.

Att acceptera att någon inte längre finns betyder inte att sorgen försvinner, men den är lättare att

förlika sig med. Vi hanterar sorg olika, vissa finner stöd i religionen, som sätter ramar för sorgen. Andra försöker glömma och gå vidare så snabbt som möjligt. Sorgen efter en bortgång person är något som vi alla kommer att gå igenom, det är en del av att vara människa. Somliga vill vara ensamma med sin sorg, men för de flesta blir sorgen lättare om man inte bär den själv.

## Frågor att prata om efter visning

- Vad innebär det att "gå vidare" efter någon närståendes död? Finns det flera innebörder?
- Vilka är sorgprocessens fem faser? Förklara vad faserna innebär.
- Går det att förbereda sig på att någon ska dö?
- Vilka olika sätt att hantera sorg togs upp i filmen?
- Hur kan man som vän stötta någon som sörjer?

## Nyckelord för hela serien *Döden, döden, döden*

Livet, sorg, begravning, rädsla, filosofi, kroppen, själen, religion, tid, livets slutskede, saknad.



## Internetkällor

<http://sverigesradio.se/sida/gruppsida.aspx?programid=3381&grupp=19916> - Programmet Tendens i Sveriges Radio om gravplatser och sorg.

<http://sverigesradio.se/sida/avsnitt/86962?programid=407> - Vetenskapsradion Historia i Sveriges Radio om svenska begravningsceremonier genom historien.

<http://www.ts.skane.se/fakta/doden-och-begravningen> - Artikel om döden och begravningen ur ett historiskt perspektiv. Bakom sidan står Region Skånes kulturnämnd.

[http://assets.timecutcloud.com/46sbfipad402/sites/assets.timecutcloud.com.46sbfipad402/files/pdf/sbf\\_mangkulturellt.pdf](http://assets.timecutcloud.com/46sbfipad402/sites/assets.timecutcloud.com.46sbfipad402/files/pdf/sbf_mangkulturellt.pdf) - PDF-fil från Sveriges Begravningsbyråers förbund med fakta om olika religioners och kulturers seder och bruk vid begravning.

<http://www.1177.se/Stockholm/Tema/Psykisk-halsa/Diagnoser-och-besvar/Barn-och-unga/Sorg/> - Vårdguidens hemsida om sorg och sorgearbete.

<http://sverigesradio.se/sida/avsnitt/3434?programid=793> - Filosofiska rummet i Sveriges Radio om döden. I programmet hörs Peter Strang, professor i palliativ medicin, som även medverkar i Döden, döden, döden.

<http://fof.se/tidning/2011/7/dodsogonblicket-i-hjarnan> - Artikel i tidskriften Forskning och Framsteg om vad som händer i hjärnan vid dödsögonblicket.

<http://www.fonus.se/vetamera/for-sjukvarden/forvaring-av-kroppen/kroppens-forandring/> - Begravningsbyrån Fonus hemsida om vad som händer i kroppen när man dör.

[www.ne.se](http://www.ne.se) - Nationalencyklopedin

[www.google.se](http://www.google.se) - Användbar sökmotor

[www.dn.se](http://www.dn.se) - Dagens nyheter

<http://www.thefactlab.com/?setcountry=Other&setlanguage=Swedish> - Dagens nyheters skolsajt

[www.wikipedia.se](http://www.wikipedia.se) - Bra nätencyklopedi

[www.filmo.se](http://www.filmo.se) - Filmos hemsida

**Filmerna om döden är bland annat perfekta att använda sig av i religionsundervisning utifrån det centrala innehållet i Lgr11:**

**I årskurs 7-9, religion, sid 189-190, Lgr11**

Religion och samhälle:

*"Sambandet mellan samhälle och religion i olika tider och på olika platser".*

Identitet och livsfrågor:

*"Riter, till exempel namngivning och konfirmation, och deras funktion vid formandet av identiteter och gemenskaper i religiösa och sekulära sammanhang"*

Etik:

*"Etiska frågor samt människosynen i några religioner och andra livsåskådningar"*