Undersökning om krishantering vid svåra livssituationer 2019

Ansvarig:
Fereshteh Ahmadi, professor, huvudansvarig

December 2019

Innehållsförteckning

1. Inledning 3
2. Sammanfattning 4
3. Metod och urvalsbeskrivning 5
   3.1 Målgrupp och urval 5
   3.2 Datainsamling 5
   3.3 Felmarginaler 5
   3.4 Analyser 5
4. Beskrivning av respondenterna 6
5. Olika livsåskådningar 9
6. Krishanteringen har lyckats ganska väl 10
7. Olika sätt att hantera livskrisen 11
8. Krishanteringens påverkan på hur väl krisen klarats 19
9. Appendix – tabeller med resultat för olika subgrupper 20

1. Inledning

Gävle universitet har genomfört en undersökning om hanteringskriser bland föräldrar i Sverige som under sitt liv har förlorat ett barn. Frågorna i denna enkät fokuserar på så kallade krishanteringsstrategier (copingstrategier).

Dessa krishanteringsstrategier berör en mängd olika aspekter som till exempel individens personliga karaktär, de egna livserfarenheterna, olika kulturella aspekter, individens livsåskådning, men också vanliga sociodemografiska faktorer såsom ålder, kön, social bakgrund samt den nuvarande livsstilen och sättet att tänka.

Syftet med denna studie är att lyfta fram dessa frågor och förhoppningsvis kan resultatet komma att hjälpa de som i framtiden går igenom liknande livskriser.

Rapporten består av fyra delar. Den första delen handlar om vilka dessa intervjupersoner är utifrån olika sociodemografiska bakgrundsfrågor som kön, ålder, familjesituation, boendeform etc. på respondenterna. Den andra delen redovisar dessa föräldrars livsåskådning. Den tredje delen redovisar vilka sätt föräldrarna har använt sig av för att klara sin kris. Den fjärde, och sista delen är ett försök att avgöra vad som faktiskt varit viktigast för att klara sig igenom sin sorg och som verkar ha haft bästa effekt på hur väl man hanterat krisen. Avslutningsvis, redovisas tabeller i ett appendix.

Föreliggande rapport bygger på en undersökning av ett urval av människor som gått igenom denna svåra erfarenhet. Urvalet kommer från två föreningar för föräldrar som förlorat ett barn; FEBE (Nätverk för Föräldrar som har Förlorat Barn) och SPES (Riksförbundet för Suicid Prevention och Efterlevandes Stöd). Datainsamlingen har skett via en webbenkät. Resultatet baseras på 162 respondenter.

Professor i sociologi, Fereshteh Ahmadi, är ansvarig för denna studie.

Gävle universitet, Avdelningen för Socialt arbete och Kriminologi

Tack till:

Ansvariga för projektet vill rikta ett stort tack till Högskolan i Gävle och Akademin för hälsa och arbetsliv som finansierat årets undersökning, samt ett särskilt tack till *Stöd organisationen Febe.net: Nätverk för föräldrar som har förlorat barn* och *Riksförbundet för Suicid Prevention och Efterlevandes Stöd*. Sist men inte minst tackar vi våra informanter, utan dem hade inte denna studie kunnat genomföras.

2. Sammanfattning

1. Majoriteten av föräldrarna anser sig ha lyckats väl med sin krishantering efter sitt barns bortgång

Sex av tio föräldrar i denna studie anser att man lyckats ganska eller mycket bra med sin krishantering efter att sitt barn har avlidit. Det är dock oftast ganska bra man lyckats. Endast en av tio tycker att man klarat sin kris dåligt.

De samhällsgrupper som anser sig att man hanterat krisen bäst är föräldrarna i åldersgruppen 50-59 år, där 19 procent lyckats mycket bra. Tillsammans med de som anser sig ha lyckats ganska bra blir siffran 68 procent. Andra grupper i samhället som klarat sin kris relativt bra är de med högskoleutbildning, de som förlorat en son, att barnet varit äldre än 26 år vid dödsfallet, samt att barnet inte begått en suicidal handling utan dött på annat sätt. De som är troende respektive agnostiker anser sig också ha klarat krisen bättre än de som är ateister eller de som är osäkra i sin livsåskådning. Ju yngre barnet och föräldrarna varit, desto sämre anser man sig ha klarat av krisen.

2. Den vanligaste krishanteringsmetoden har varit samtal med andra personer om sina känslor

Sett till ett frekvensindex är den vanligaste förekommande krishanteringsmetod som använts av föräldrarna i denna studie, som undersökt användandet av 26 olika strategier för detta ändamål, att de har ”pratat med andra om sina känslor”. Så många som 68 procent uppger att man gör detta hela tiden eller åtminstone ofta, dvs nästan var femte respondent, 19 procent, uppger att man alltid gör detta och medan 49 procent uppger ofta. Detta är också mammornas vanligaste metod. Endast tre procent uppger att man aldrig använt sig av denna metod.

Det är främst samhällsgruppen troende som uppger att man använt denna mest vanliga strategi, dvs pratat med andra om sina känslor, då hela 80 procent säger att man gör det hela tiden, eller i alla fall ofta. Att man har förlorat en dotter snarare än en son, har också bidragit till att man pratat om sina känslor oftare. Kvinnor har också pratat oftare med andra om sina känslor än vad män har gjort.

Den näst vanligaste krishanteringsstrategin efter sitt barns död har varit att ”få vara ensam och fundera över livets mening”(61%), vilken också är pappornas vanligaste metod, tillsammans med metoden ”varit i naturen för större känslomässig tillhörighet” och ”lyssnat på musik”. Var fjärde (26%) uppger att man hela tiden varit ” ensam och funderat över livets mening” medan ytterligare 35 procent att man ofta gjort detta. Det är återigen endast tre procent som aldrig använt denna metod för att hantera sin livskris.

Den tredje vanligaste strategin för att klara sin livskris har varit att få ”vara i naturen för större känslomässig tillhörighet” som 57 procent uppger att man ofta eller alltid gör. Två av tio (20%) gör detta hela tiden och närmare fyra av tio (37%) gör det i alla fall ofta. Endast fem procent har aldrig gjort detta.

Det fjärde vanligaste sättet enligt detta frekvensindex är att hantera sin kris att man ”pratat med sitt avlidna barn i sina egna tankar”, vilket 60 procent ofta eller alltid använder sig av. 35 procent gör det hela tiden och ytterligare 25 procent gör det ofta. En av tio (12%) har aldrig gjort detta. De vanligaste krishanteringsstrategierna därefter är att man ”haft naturen som viktig resurs” samt ”lyssnat på naturens musik”. Sammanfattningsvis är de vanligaste metoderna att man har haft samtal, tänkt på olika sätt eller funnit en plats för att sörja som att t.ex. att vara ute i naturen.

Först på fjortonde plats av 26 återfinns ”tänkt på gud” som metod för att komma igenom sin kris. Trots att sex av tio uppgett att man gjort detta så har man inte gjort det ofta, utan snarare sällan. Längre ned på listan kommer andra religiösa metoder som man använt sig av, som till exempel ”gått till en religiös plats (plats 16), ”bett till gud”(17) och ”sökt andlig hjälp från religiös ledare” (23).

3. Ju oftare man haft tanken om kraften inom sig - desto bättre har man lyckats hantera sorgen

Att man använt sig av en metod ofta behöver inte innebära att denna metod haft störst påverkan på hur väl man lyckats med sin krishantering. Den krishanteringsmetod som denna studie visar sig haft störst påverkan på hur väl man anser sig ha klarat att hantera sorgen är metoden när föräldrar ”tänkt på en kraft som de har inom sig”. Denna metod har den starkaste korrelationen mellan hur ofta man gjort detta och hur väl man lyckats med sin krishantering. Andra strategiers frekvens som också har en relativt stark korrelation med hur väl man lyckats hantera sin sorg, är då föräldrar haft ”en stark känslomässig kontakt med andra människor” eller ”tänkt sitt liv i ett större sammanhang”. Ju oftare man har gjort detta, desto bättre anser man att man klarat att hantera sorgen.

3. Metod och urvalsbeskrivning

3.1 Målgrupp och urval

Målgruppen för denna studie är människor boende i Sverige som har förlorat sitt barn genom sjukdom eller olycksfall. Rekryteringen till urvalet har skett genom att föräldrar, som varit medlemmar i en förening för föräldrar som förlorat ett barn, har haft möjligheten att på föreningens hemsida, kunnat anmäla sig till denna studie. Studien gör inga försökt till att vara representativt för alla föräldrar i Sverige som förlorat ett barn utan urvalet kan bara svara för de som medverkat i studien. Dock kan detta resultat ge en god fingervisning om hur det kan se ut för övriga föräldrar med samma erfarenhet.

Urvalsstorleken uppgår till 162 föräldrar. Urvalet har inte på något sätt viktats eller vägts mot gruppen föräldrar som förlorat ett barn för att försöka skapa ett representativt urval för denna grupp. Dessutom är populationen i detta fall okänd sett till sociodemografiska variabler som t.ex. om man är ensamstående eller ej, förälderns ålder vid barnets dödsfall eller barnets ålder vid dödsfallet.

3.2 Datainsamling

Datainsamlingen har skett med hjälp av en webbenkät som funnits tillgänglig på föräldraföreningarnas webbplats. Datainsamlingen skedde under 2019.

3.3 Felmarginaler

I denna studie har inga felmarginaler beräknats eftersom den inte syftar till att vara representativ för alla föräldrar som förlorat ett barn.

3.4 Analyser

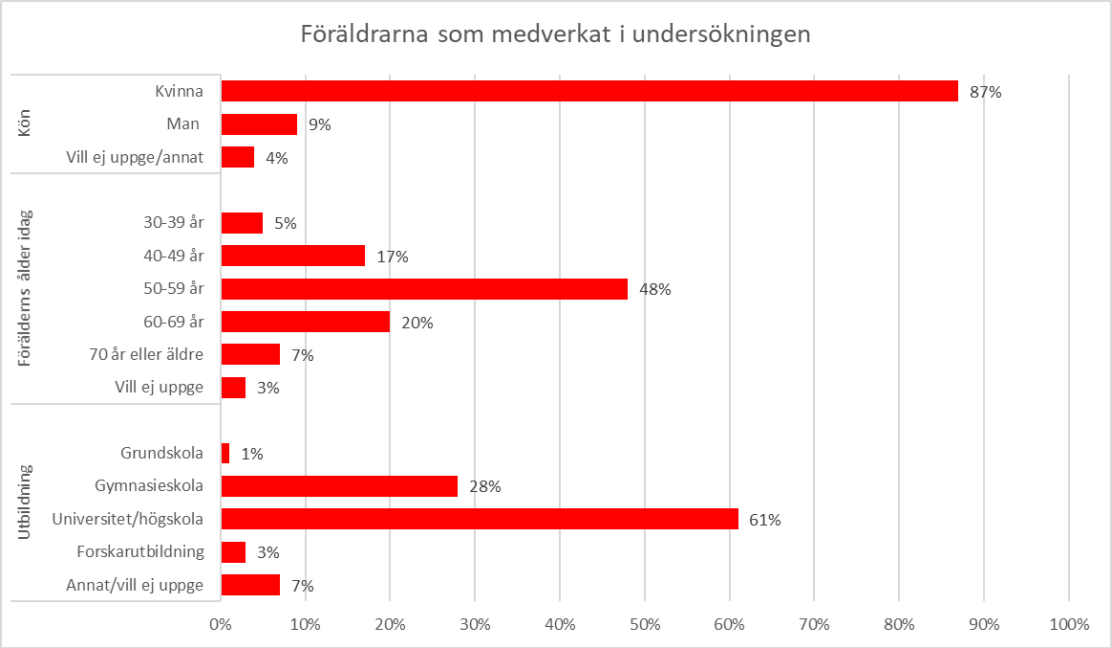
Genomgående i denna rapport redovisas hur respondenterna svarat på de olika frågorna i enkäten och i olika frekvensdiagram. Frågorna är i vissa fall också nedbrutna på olika subgrupper i tabeller och svaren redovisas då som ett index för att tydligare kunna visa hur ofta olika subgrupper använt sig av de olika

hanteringsmetoderna, samt ett annat index hur väl olika subgrupper anser sig ha lyckats hantera sin sorg. Indextal har använts istället för procenttal i korstabuleringar för en bättre överblick och jämförelse av alla metoder som använts av de olika subgrupperna.

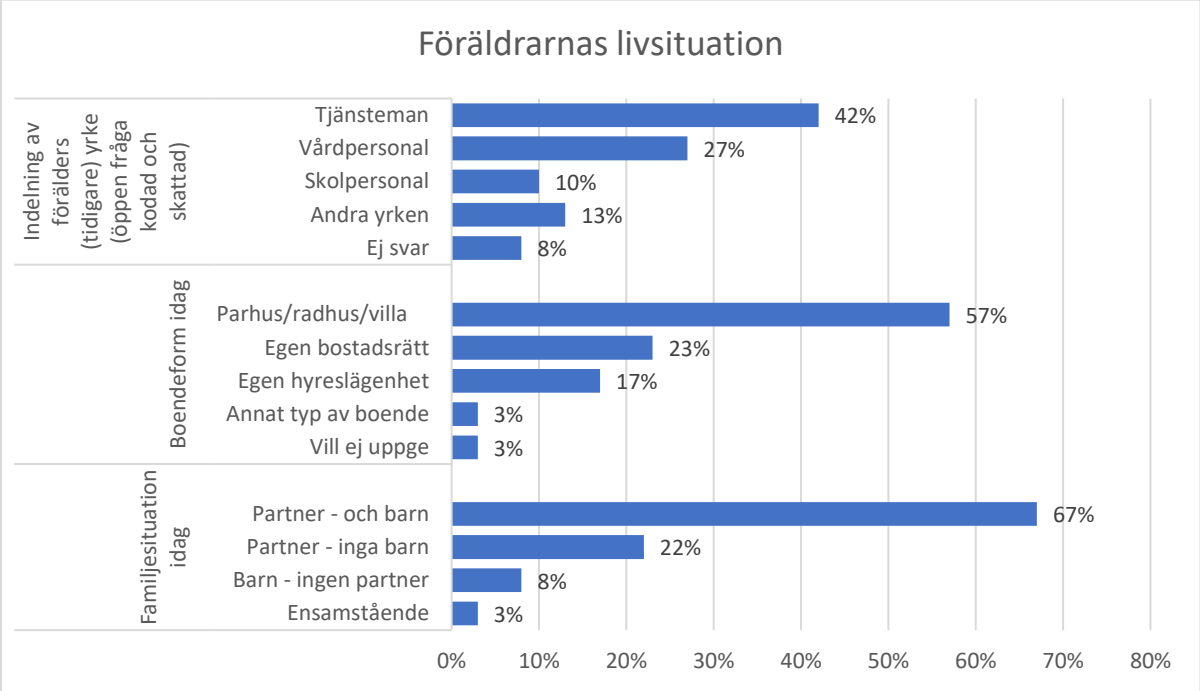
En korrelationsanalys har gjorts mellan hur ofta man använt sig av en metod och hur väl man lyckats hantera sin sorg. Detta för att påvisa vilka metoder som haft störst effekt på sorgearbetet.

4. Beskrivning av respondenterna

Nedan redovisas data på de föräldrar som medverkat i studien.



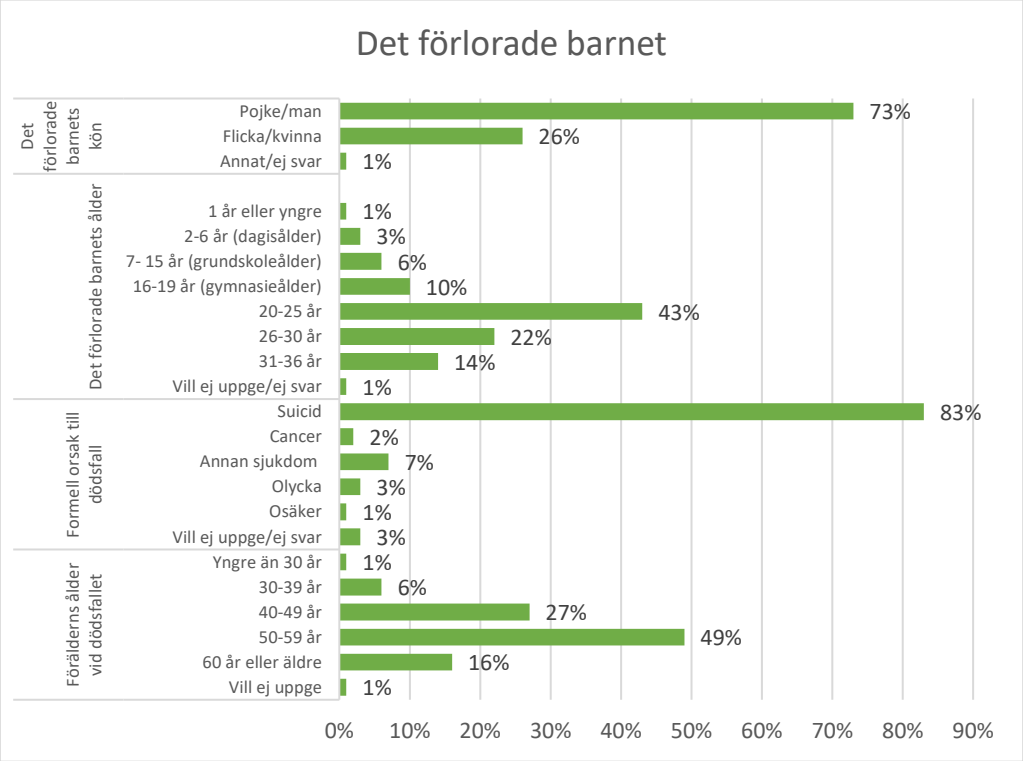
Nästan nio av tio i studien är mamma till det förlorade barnet. Sett till ålder så är fyra av tio inom åldersintervallet 50-59 år. Majoriteten av respondenterna har universitets – eller högskoleutbildning.



Frågan om föräldrars yrke är en öppen fråga som kodats. Sammanställningen visar att de flesta arbetar, eller har arbetat om de är pensionärer, som (privat) tjänsteman. De tjänstemän som uppgivit att de har någon typ av tjänst inom skola, vård och omsorg har brutits ut och redovisas separat.

En majoritet (57%) bor i villa, radhus eller parhus, medan var fjärde (23%) bor i bostadsrätt. Familjesituationen för dessa föräldrar är att knappt sju av tio (67%) har partner och barn (hemmavarande eller utflyttade), medan en av fyra (25%) förlorade sitt enda barn har en partner eller är ensamstående utan barn. En förälder har uppgivit i de öppna svaren att hon hade förlorat två barn.

Föräldrarna uppger över femtio olika svenska städer när man berättar om var man bor. Grovt uppskattat bor ungefär en av tio i Stockholmsområdet. Ungefär nio av tio är själva uppväxta i Sverige medan de övriga är uppväxta i ett annat europeiskt land. Bara någon enstaka förälder uppger att de växt upp i ett utomeuropeiskt land.

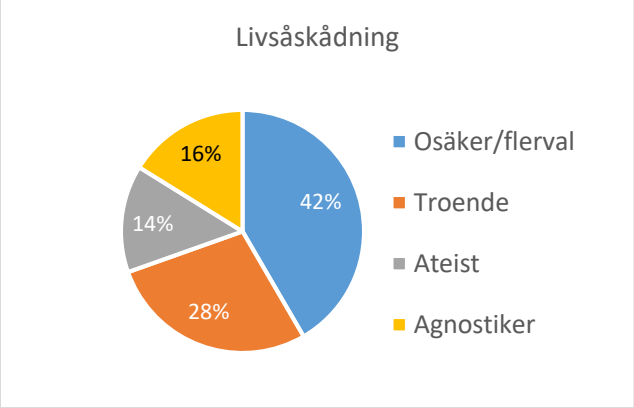


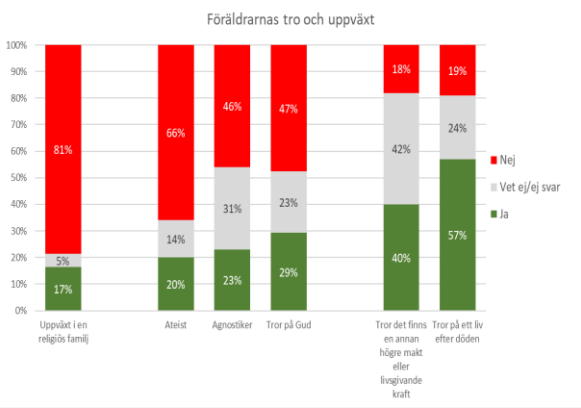
Barnet som dessa föräldrar uppgivit att man förlorat är ofta en pojke eller man, närmare bestämt 73 procent. Vid dödsfallet var nästan hälften (43%) av de förlorade barnen inom åldersintervallet 20-25 år. Var femte (20%) var yngre än 20 år och var tredje (36%) äldre än 25 år. Som diagrammet ovan visar så har andelen avlidna barn ökat med stigande åldersgrupper fram till 20-25 år som varit kulmen, och därefter har andelen minskat succesivt. Det äldsta barnet har varit 36 år medan det yngsta inte hunnit fylla ett år.

En mycket stor grupp av barnen begick självmord, närmare bestämt 83 procent. Andra formella orsaker till dödsfallet har varit cancerfall eller annan sjukdom och olyckor.

Hälften (49%) av föräldrarna som medverkat i studien var mellan 50 och 59 år vid dödstillfället. Så många som 8 av 10 (76%) var inom åldersintervallet 40 år och 59 år när deras barn gick bort.

5. Olika livsåskådningar

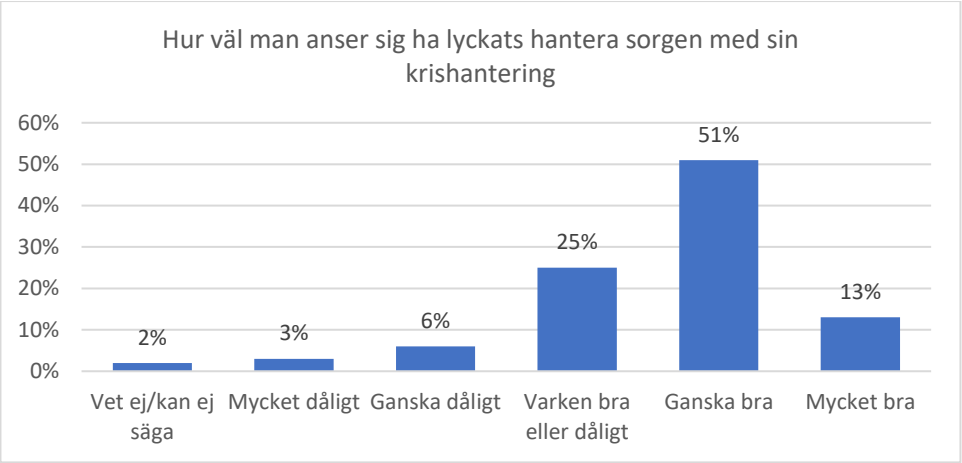




Diagrammet till vänster visar att nästan tre av tio (28%) uppger sig vara troende medan relativt få anser sig inte kunna veta tillräckligt huruvida Gud (eller motsvarande inom någon annan religion) existerar, dvs är agnostiker (agnostiker tror att människans förnuft är oförmöget att tillhandahålla tillräckliga rationella grunder för att rättfärdiga antingen tron på att Gud finns eller tron att Gud inte finns), eller inte alls tror på en gud, dvs är uttalade ateister. De flesta uppger dock att man inte har någon trosuppfattning alls eller att man är osäker i allmänhet och uppger flera åsikter.

Diagrammet ovan till höger visar att ungefär en femtedel (19%) av dessa föräldrar uppger att man växt upp i en religiös familj. Samma diagram visar också att nästan var tredje förälder (32%) tror på en annan högre makt och så många som 60 procent tror på ett liv efter döden.

6. Krishanteringen har lyckats ganska väl

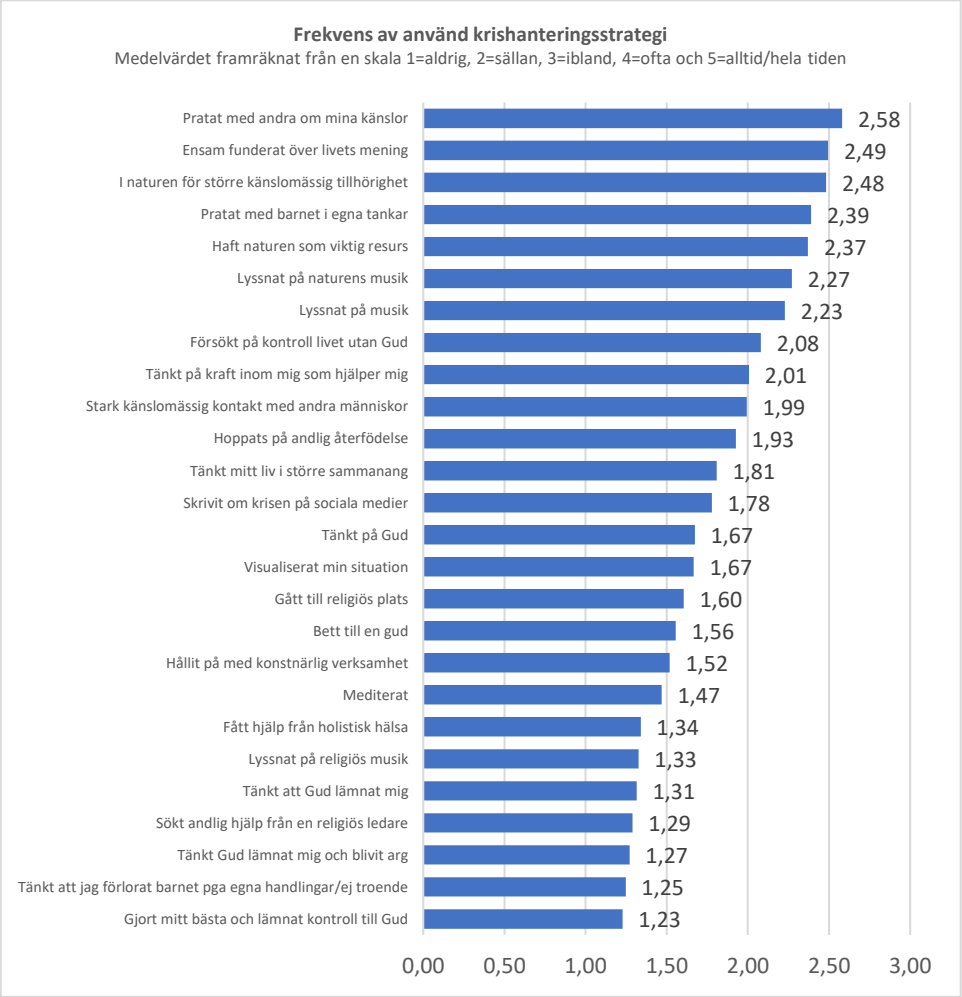


Oberoende av vilket eller vilka krishanteringsätt man använt sig av så är det mer än sex av tio (64%) som anser att man lyckats ganska eller t o m mycket bra med sin krishantering. Det är dock vanligast att man anser sig ha lyckats med sin krishantering bara ganska bra. Endast en av tio (9%) tycker att det fungerat ganska eller mycket dåligt.

De grupper som anser sig hanterat krisen bäst är de i åldersgruppen 50-59 år där 23 procent har klarat krisen mycket bra och 68 procent uppger ganska eller mycket bra. Övriga subgrupper som klarat krisen relativt bra (alla med minst 2,6 i medelvärde) är de med universitetsutbildning, de som förlorat en son, att barnet varit äldre än 26 år, samt att barnet inte begått en suicid handling. De som är troende respektive agnostiker anser sig ha klarat krisen bättre än de som är ateister eller osäkra i sin livsåskådning. (se tabell i appendix).

7. Olika sätt att hantera livskrisen

Detta diagram visar vilka sätt som varit vanligast att hantera sin kris.



Diagrammet visar att det har varit vanligast att prata med andra om sina känslor, och därefter att ensam har funderat över livets mening, respektive varit i naturen för en större känslomässig tillhörighet.

Nedan kommer en mer utförlig analys av hur frekvent olika krishanteringsmetoder har använts men också vilka subgrupper som använt sig av respektive sätt för att hantera krisen efter sitt barns bortgång. Krishanteringssätten redovisas i kronologisk ordning efter hur frekvent de har använts. Fullständiga tabeller till dessa analyser redovisas i appendix.

1. **Pratat med andra om mina känslor.** Det högsta medelvärdet (2,58) får faktorn ”Pratat med andra om mina känslor”. Nästan var femte respondent, 19 procent, uppger att man alltid gör detta och ytterligare 49 procent ofta, vilket gör att så många som 68 procent gör detta ofta eller alltid. Bara tre procent uppger att man aldrig gör detta.

   De är främst gruppen troende som framför detta sätt att hantera krisen (2,8) där hela 80 procent säger att de alltid eller ofta gjort detta. Att man har förlorat en dotter verkar också ha bidragit till att man gjort detta oftare för dem som svarat på enkäten. De subgrupper som annars gjort detta oftare än andra subgrupper är kvinnor, de som är yngre än 60 år, de med universitetsutbildning, där barnets ålder var 20-25 år och föräldrars ålder vid dödsbeskedet var 50-59 år samt att man är inte uppvuxen i en religiös familj.

2. **Ensam funderat över livets mening.** Det näst vanligaste sättet att hantera denna kris sett till näst högsta medelvärdet (2,49) är att man helt enkelt funderat över livets mening. Var fjärde (26%) uppger att man alltid gör detta och ytterligare 35 procent att man ofta gör detta. Återigen endast tre procent som aldrig gör detta.

   De är främst de i åldersgruppen 50-59 år som nämner detta sätt att hantera krisen (medelvärde 2,72). Att man har förlorat en dotter verkar också ha bidragit att man gjort detta oftare för de som svarat på enkäten. Subgrupper som annars gjort detta oftare än andra subgrupper är kvinnor, gärna yngre än 60 år, med universitetsutbildning, barnets ålder var 20-25 år, förälderns ålder vid dödsbeskedet 50-59 år, och att man inte var uppväxt i en religiös familj.

3. **I naturen för större känslomässig tillhörighet.** Det tredje vanligaste sättet att hantera denna kris sett till tredje högsta medelvärdet (2,48) handlar om att känna en större känslomässig tillhörighet till naturen, vilket två av tio (20%) alltid gör och ytterligare fyra av tio (37%) ofta gör. Endast fem procent gör aldrig detta.

   Noterbart är att det är allra främst de som växt upp i en religiös familj som uppger detta (medelvärde 2,67). Kvinnor, de i åldern 50-59 år, de med gymnasieutbildning samt de som är agnostiker idag uppger denna metod relativt ofta. Barnet har oftast varit en dotter och barnet har varit 20-25 år.

4. **Pratat med barnet i egna tankar.** Det fjärde vanligaste sättet att hantera denna kris sett till fjärde högsta medelvärdet (2,39) är att man pratat med sitt avlidna barn i sina egna tankar. Detta gör 35 procent alltid och ytterligare 25 procent ofta. En av tio (12%) har aldrig gjort detta.

Det är främst de med högst gymnasieutbildning och de som uppger att man är agnostiker idag som uppger detta. För övrigt gör kvinnor detta och de i åldersgruppen 50-59 år. Barnet har oftast varit en dotter och barnet har varit 20-25 år.

5. **Har haft naturen som viktig resurs.** Det femte vanligaste sättet att hantera denna kris sett till femte högsta medelvärdet (2,37) är att man har haft naturen som en viktig resurs i sorgearbetet. Detta uppger 28 procent att man alltid har, och ytterligare 29 procent ofta, dvs totalt 57 procent alltid eller ofta. Återigen en grupp på en av tio (10%) som aldrig använder denna metod.

   Det är främst de som växt upp i religiös familj men också de som idag är agnostiker. Annars har kvinnor det oftare och den äldsta åldersgruppen som är 60 år eller äldre. Barnet har också oftast varit äldre, dvs 26 år eller äldre.

6. **Lyssnat på naturens musik.** Detta är det sjätte vanligaste sättet att hantera sin kris. Hälften (50%) gör detta ofta eller hela tiden. Nästan två av tio (16%) gör aldrig detta.

   Denna metod är oftast använd om barnet varit en kvinna och äldre än 26 år. Det är också relativt vanligt om föräldrar är äldre än 60 år och att föräldern är agnostiker. Återigen gör man detta oftare om barnet avlidit genom en suicidal handling.

7. **Lyssnat på musik**. Detta sätt är det sjunde mest förekommande sättet att hantera sin livskris. Nästan hälften (47%) gör detta ofta (36%) eller alltid (11%). Få, sex procent, gör aldrig detta.

   Vanligast förekommande är det bland troende och att ålder på barnet var 20-25 år. Detta är annars en av få metoder som pappor använder sig av oftare än mammor. Dessa föräldrar är också oftare äldre än 60 år.

8. **Försökt få kontroll av livet utan direkt hjälp av Gud**. Det åttonde mest förekommande sättet att hantera sin livskris är att få kontrollen själv utan Gud. Nästan hälften (45%) gör detta ofta (22%) eller alltid (23%). Relativt många, 28 procent, uppger att man aldrig gjort detta.

   Vanligast förekommande är det bland ateister. Annars återigen en av få metoder som pappor använder sig av oftare än mammor. Dessa personer är också oftare äldre än 60 år och har oftare universitetsutbildning. Återigen gör man detta oftare om barnet avlidit genom en suicidal handling.

9. **Tänkt på kraft inom sig som hjälper**. Metod nummer nio som vanligast att hantera sin livskris är att få en kraft inom sig. 36 procent uppger detta att man tänkt på detta sätt ofta eller alltid,

varav 17 procent alltid tänker denna tanke. Relativt många, 19 procent, uppger att man aldrig tänkt på denna kraft.

Att tänka på detta är vanligast bland dem som haft ett barn som dött på annat sätt än suicidal handling, och bland de som uppger sig vara troende och uppväxt i religiös familj. Det är betydligt vanligare bland kvinnor än män, och bland de med lägre utbildning. Barnet har också oftare varit äldre än 26 år.

10. **Stark känslomässig kontakt med andra människor**. Den tionde vanligaste metoden för att hantera sin livskris är att få en stark känslomässig kontakt med andra människor. Det är 32 procent som har haft detta ofta eller har det hela tiden, men av dem är det bara sex procent som uppger att det är hela tiden. Det är dock lika många som uppger att man har detta ibland (32%) och bara 11 procent att man aldrig har haft det.

    Det är de troende och de som är uppväxta i en religiös familj som oftast har denna känslomässiga kontakt med andra människor med detta syfte. Annars har kvinnor detta oftare än män, de i 50-59 års ålder, de med lägre utbildning, samt att barnets ålder var 20-25 år och man var själv var 50-59 års ålder vid sitt barns dödsfall.

11. **Hoppats på andlig återfödelse**. På plats nummer elva kommer krishanteringen att hoppas på andlig återfödelse (Medelvärde 1.93). Var femte (19%) hoppas hela tiden på detta och ytterligare 19 procent gör det ofta. Men å andra sidan är det relativt många (27%) som svarar att man aldrig hoppats på denna andliga återfödelse.

    Det är framförallt den yngre gruppen under 50 år som har hoppats på detta. Och de tillhörde också den yngre gruppen (49 år eller yngre) när deras barn gick bort, och att deras barn var 20-25 år. De är också relativt ofta troende och de uppväxta i en religiös familj som oftast har denna tro på andlig återfödelse. Också har kvinnor denna tro oftare än män.

12. **Tänkt sitt liv i större sammanhang**. Som tolfte vanligaste sätt att hantera sin livskris kommer att man har tänkt sitt liv i ett större sammanhang (Medelvärde 1.81). 14 procent tänker så hela tiden och ytterligare 15 procent ofta. Även här en större grupp (27%) som svarar att man aldrig tänkt på detta sätt.

    Det är framförallt de troende och de som är uppväxta i en religiös familj som oftast har haft dessa tankar. Man har också relativt ofta haft ett barn som avlidit utan att begå självmord. De är också oftare kvinnor och yngre föräldrar, och de som tillhörde den yngre gruppen (49 år eller yngre) föräldrar vid dödsfallet.

13. **Skrivit om krisen på sociala medier**. Det trettonde vanligaste sättet att hantera sin livskris innebär att man skrivit om sin livskris på social medier (Medelvärde 1.78). Något mer än var fjärde (28%) gör detta hela tiden eller i alla fall ofta. Men fler (34%) uppger att man aldrig gjort detta för att hantera sin livskris.

    Det är framförallt de yngre föräldrarna – under 50 år – som har gjort detta ofta. Det är också vanligare bland de troende och de som är uppväxta i en religiös familj som skrivit på social medier. Man har också relativt ofta haft ett barn, oftare en dotter, som avlidit på annat sätt än att begå självmord. De är också oftare kvinnor och de yngre föräldrarna, och de som tillhörde den yngre gruppen (49 år eller yngre) föräldrar vid dödsfallet, som gjort detta oftare.

14. **Tänkt på Gud**. Som det fjortonde vanligaste sättet att hantera sin livskris kommer att man har tänkt på gud i detta sammanhang (Medelvärde 1.67), då 10 procent gör det alltid och ytterligare 16 procent ofta. En mycket stor grupp (38%) svarar att man aldrig tänkt på Gud med syfte att hantera sin livskris.

    Det är framförallt de troende förstås, och de som är uppväxta i en religiös familj som oftast har haft dessa tankar. Även i detta fall är det vanligare att kvinnor tänkt på Gud i detta sammanhang och syfte.

15. **Visualiserat sin situation**. Som det femtonde vanligaste sättet att hantera sin livskris kommer att man har visualiserat sin situation (Medelvärde 1.67). Endast sex procent gör detta hela tiden, men ytterligare 11 procent gör det ofta. Även här en mycket stor grupp (34%) svarar att man aldrig visualiserat sin situation med syfte att hantera sin livskris.

    Det är framförallt de troende och de som är uppväxta i en religiös familj som oftast har gjort detta. Relativt ofta även bland de som haft ett barn som avlidit på annat sätt än att begå självmord. Även i detta fall är det oftare kvinnor som gjort detta än män.

16. **Gått till religiös plats**. Som nummer 16 av 26 metoder som vanligaste sättet att hantera sin livskris kommer att man har gått till en religiös plats (Medelvärde 1.6). Endast fem procent gör detta hela tiden, men ytterligare 11 procent gör det ofta. Även här är det en mycket stor grupp (34%) svarar att man aldrig gått till en religiös plats.

    Det är framförallt de troende och de som är uppväxta i en religiös familj som oftast har gjort detta. Även i detta fall är det vanligare bland kvinnor som gjort detta än män.

17. **Bett till en gud**. Som nummer 17 av 26 metoder som det vanligaste sättet att hantera sin livskris handlar återigen om en religiös handling, nämligen att ha bett till en gud (Medelvärde 1.56). En av tio gör detta hela tiden (10%) och lika många gör detta ofta (10%). Även här en mycket stor grupp (44%) som svarar att man aldrig bett till en gud.

    Det är framförallt de troende och de som är uppväxta i en religiös familj som oftast har gjort detta. Även i detta fall är det oftare kvinnor som gjort detta än män.

18. **Hållit på med konstnärlig verksamhet**. På 18:e plats av 26 metoder kommer att man har hållit på med konstnärlig verksamhet för att hantera sin livskris (Medelvärde 1.52). Nästan en av tio gör detta hela tiden (7%) och något fler gör detta ofta (11%). Det är dock allra vanligast att man aldrig gör detta (46%).

    Det är framförallt vanligast i gruppen som förlorat ett barn på annat sätt än självmord som gjort detta. Även de som är uppväxta i en religiös familj har relativt ofta har gjort detta. Detta sätt är relativt sett lika förekommande bland män som kvinnor, även om kvinnor gör det något oftare. Det är också mer förekommande bland äldre föräldrar, de som haft äldre barn och de som var äldre när deras barn gick bort.

19. **Mediterat**. På plats nummer 19 kommer att metoden att meditera för att hantera sin livskris (Medelvärde 1.47). Det är väldigt få som gör detta hela tiden (3%) men något fler gör detta ofta (12%). En majoritet av respondenterna svarar dock att man aldrig gör detta (56%).

    Det är framförallt vanligast i gruppen som förlorat ett barn på annat sätt än självmord som gör detta. Men också relativt vanligt bland de som är troende och de som är uppväxta i en religiös familj. Även detta sätt är relativt sett mer vanligt bland kvinnor än män, och också något vanligare bland äldre föräldrar och de med universitetsutbildning.

20. **Fått hjälp från holistisk hälsa.** Som nummer 20 som vanligast förekommande sätt att hantera sin kris kommer metoden att få hjälp från holistisk hälsa (Medelvärde 1.34). Det är väldigt få som gör detta hela tiden (3%) men något fler uppger att man gör detta ofta (6%). En klar majoritet av respondenterna svarar dock att man aldrig gör detta (63%).

    Det är framförallt vanligast i gruppen föräldrar som förlorat en dotter och som själva var relativt unga när de förlorade sitt barn. Också mer förekommande om man förlorat ett barn på annat sätt än självmord. Men det är också relativt vanligt bland de som är troende och de som är uppväxta i en religiös familj. Även detta sätt är relativt sett mer vanligt bland kvinnor än män.

21. **Lyssnat på religiös musik**. Som nummer 21 av 26 metoder som vanligaste sättet att hantera sin livskris handlar det återigen om en religiös handling, nämligen att ha lyssnat till religiös musik (Medelvärde 1.33). Bara två procent gör detta regelbundet medan något fler (6%) gör det ofta. Även här en mycket stor grupp (60%) som svarar att man aldrig lyssnat på religiös musik.

    Det är framförallt de troende och de som är uppväxta i en religiös familj som oftast har gjort detta. Även i detta fall vanligare bland kvinnor än män, och bland de som är 60 år eller äldre, samt bland dem med högskoleutbildning.

22. **Tänkt att Gud lämnat dem**. På plats nummer 22 av 26 metoder kommer tanken att gud har lämnat dem i sin livskris. (Medelvärde 1.31). En av tio (10%) har tänkt denna tanke ofta eller gör det hela tiden. Även här en mycket stor grupp (74%) som svarar att man aldrig tänkt denna tanke.

    Det är framförallt den yngre gruppen (49 år eller yngre) och de som är ateister som har tänkt denna tanke. Även i detta fall oftare kvinnor som tänkt denna tanke oftare än män.

23. **Sökt andlig hjälp från en religiös ledare**. Som nummer 23 av 26 metoder som vanligaste sättet att hantera sin livskris handlar det återigen om en religiös handling, nämligen att ha sökt andlig hjälp från en religiös ledare (Medelvärde 1.29). Bara fyra procent gör detta regelbundet medan tre procent uppger att man gör detta ofta. Även här en mycket stor grupp (66%) som svarar att man aldrig sökt andlig hjälp från en ledare.

    Det är framförallt de troende som gör detta men också relativt ofta de som är uppväxta i en religiös familj. Även i detta fall är det vanligare att kvinnor gjort detta än män.

24. **Tänkt att Gud lämnat dem**. På plats nummer 24 av 26 metoder kommer tanken om att gud har lämnat dem eller att de själva blivit arga för att Gud inte varit närvarande för att hjälpa dem. (Medelvärde 1.27). En av tio (10%) har tänkt denna tanke ofta eller gör det hela tiden. Även här en mycket stor grupp (74%) som svarar att man aldrig tänkt denna tanke.

    Det är framförallt gruppen agnostiker och de som tillhör den yngre föräldragruppen (49 år eller yngre) som har tänkt denna tanke. Även i detta fall vanligare bland kvinnor som tänkt denna tanke.

25. **Tänkt att man förlorat barnet pga. egna handlingar/ej tillräckligt troende**. På näst sista plats kommer tanken om att man förlorat barnet pga. sina egna handlingar eller inte varit tillräckligt

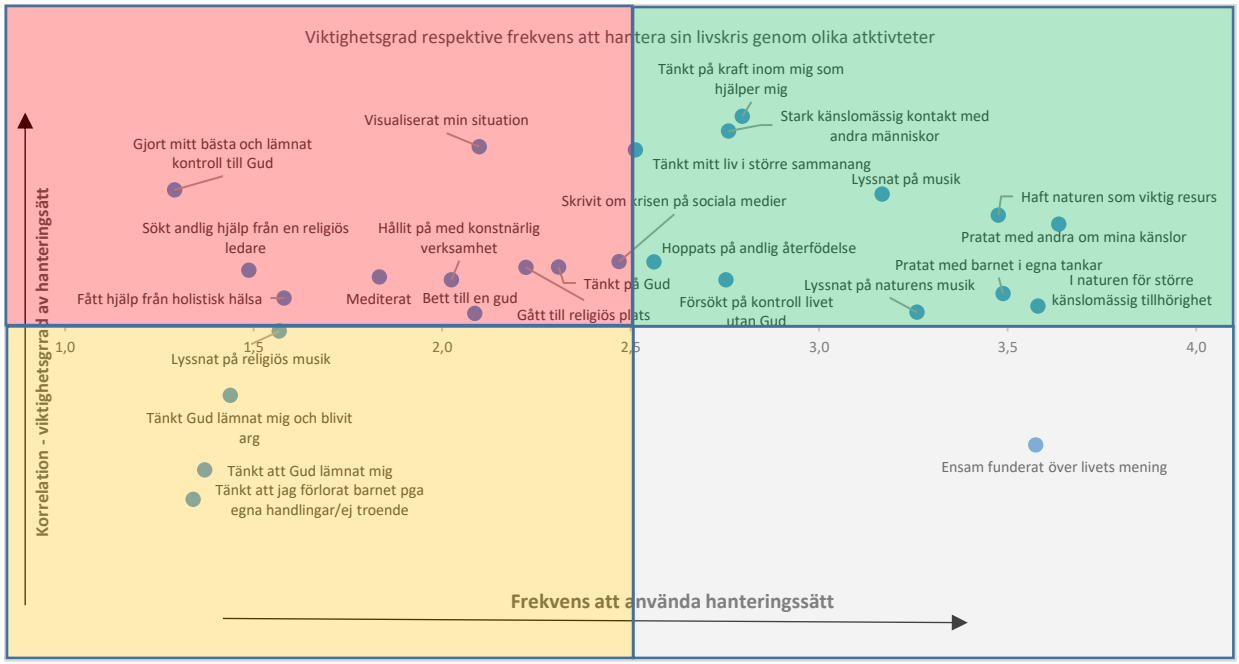
troende (Medelvärde 1.25). En av tio (9%) har tänkt denna tanke ofta eller gör det hela tiden. Även här en mycket stor grupp (81%) som svarar att man aldrig tänkt denna tanke.

Det är framförallt den yngre föräldragruppen, oavsett det handlar om ålder idag eller åldern när deras barn avled, som har tänkt denna tanke. De med yngre barn har tänkt denna tanke oftare än de med äldre barn som avlidit. Även i detta fall har kvinnor gjort det oftare än män.

26. **Gjort sitt bästa och lämnat kontrollen till Gud**. På den allra sista platsen för hur ofta man har gjort något för att lindra sin livskris är att man gjort sitt och lämnat kontrollen till Gud. (Medelvärde 1.23). Bara sex procent gör detta hela tiden eller har gjort detta ofta. Även här en mycket stor grupp (75%) som svarar att man aldrig gjort detta.

    Det är framförallt troende som gjort detta, men också relativt vanligt hos de som växt upp i en religiös familj. De med yngre barn har tänkt denna tanke oftare än de med äldre barn som avlidit. Även i detta fall oftare kvinnor som tänkt denna tanke än män, och något oftare de som har universitetsutbildning.

8. Krishanteringens påverkan på hur man klarat krisen



Hur ofta man gör något är inte detsamma som hur effektivt det verkar vara mot att lyckas väl med sin krishantering. Diagrammet ovan visar på att alla hanteringssätt ovanför den horisontella linjen har en positiv korrelation mellan hur ofta man använder ett krishanteringssätt och hur bra man lyckats hantera sin sorg. De sätt som ligger under har således en negativ korrelation.

Den hanteringssätt som har störst påverkan på hur väl man lyckats med sorgen är att man ”tänkt på en kraft som man har inom sig”. Att detta sätt ligger i den GRÖNA kvadranten innebär att relativt många också gör detta relativt ofta. Det sätt som har näst starkast korrelation med hur väl man lyckats hantera sin sorg är ”att man haft stark känslomässig kontakt med andra människor”.

De sätt som återfinns i den RÖDA kvadranten visar på en relativt stark påverkan på hur man lyckats med sin sorg, men att relativt få gör detta idag. På gränsen däremellan återfinns även metoden att ”man tänkt på sitt liv i ett större sammanhang”. Tillsammans med sättet att kunna ”visualisera sin situation” så visar analysen att fler borde göra detta eftersom det verkar ha en relativt stark påverkan på hur väl man hanterar sin sorg.

De sätt som hamnar till vänster under den horisontella linjen (GUL kvadrant), visar på sätt som få använder sig av och som har en relativt liten effekt på om man lyckats väl eller inte med sin sorg. I den GRÅ kvadranten till höger hamnar de sätt som många använder sig av men som har en relativt liten effekt från hur ofta man gör det på hur man lyckas med att hantera sin sorg.

9. Appendix

I appendix redovisas resultaten från olika sätt att hantera sin kris och hur väl man lyckats hantera sorgen nedbrutet på olika sociodemografiska variabler.

Tabellerna 1-3 visar medelvärden på hur väl man lyckats hantera krisen med sitt barn bortgång i ett indextal (index baserat på en 1-5 gradig skala; 1= mycket dåligt – 5 = mycket bra. Dessa tabeller redovisar också medelvärden baserat på hur frekvent man använt dessa metoder (index baserat på en 1-5 skala; 1=aldrig – 5=hela tiden/alltid)

Tabellerna 4-5 visar fullständiga frekvenstabeller på väl man lyckats hantera krisen med sitt barn bortgång och hur frekvent man använt dessa krishanteringsmetoder. Alla svar är nedbrutna på olika sociodemografiska bakgrundsvariabler.

Färgmarkeringarna i de tre första diagrammen med jämförande medelvärden: Ju mörkare grönare färg i en ruta för en subgrupp ju högre medelvärde från totalen/genomsnittet, medan ju rödare en ruta är desto lägre medelvärde från totalen/genomsnitt. OBS! Färgerna visar inte om ett resultat är signifikant lägre eller högre än genomsnittet.

Tabell 1: Medelvärdet från hur väl man lyckats med att hantera sorgen och frekvens av krishanteringssätt nedbrutet på kön, ålder och utbildning

	TOTAL	KÖN		ÅLDER			UTBILDNING	
Krishantering och resultat av krishanteringen	Total	Man	Kvinna	Yngre än 50 år	50-59 år	60 år eller äldre	Grundskola/gymnasium	Universitet/högskola/forskarutbilning
Lyckats med att hantera sorgen	2,54	2,50	2,55	2,33	2,63	2,55	2,44	2,61
Pratat med andra om mina känslor	2,58	2,33	2,62	2,60	2,60	2,55	2,52	2,59
Ensam funderat över livets mening	2,49	2,42	2,50	2,50	2,72	2,26	2,56	2,45
I naturen för större känslomässig tillhörighet	2,48	2,33	2,50	2,47	2,43	2,54	2,44	2,49
Pratat med barnet i egna tankar	2,39	2,13	2,43	2,47	2,51	2,23	2,54	2,30
Haft naturen som viktig resurs	2,37	1,96	2,44	2,27	2,34	2,45	2,38	2,35
Lyssnat på naturens musik	2,27	1,83	2,34	2,10	2,21	2,42	2,25	2,28
Lyssnat på musik	2,23	2,29	2,21	2,27	2,12	2,32	2,15	2,26
Försökt på kontroll livet utan Gud	2,08	2,13	2,07	1,83	2,12	2,15	2,02	2,11
Tänkt på kraft inom mig som hjälper mig	2,01	1,71	2,06	1,97	2,03	2,00	2,10	1,96
Stark känslomässig kontakt med andra människor	1,99	1,75	2,04	1,97	2,06	1,94	2,08	1,95
Hoppats på andlig återfödelse	1,93	1,29	2,03	2,30	2,06	1,62	1,92	1,93
Tänkt mitt liv i större sammanang	1,81	1,42	1,87	1,90	1,85	1,72	1,69	1,85
Skrivit om krisen på sociala medier	1,78	1,25	1,86	2,10	1,96	1,45	2,00	1,68
Tänkt på Gud	1,67	1,33	1,72	1,70	1,73	1,60	1,63	1,68
Visualiserat min situation	1,67	1,58	1,69	1,67	1,73	1,60	1,52	1,72
Gått till religiös plats	1,60	1,46	1,62	1,57	1,64	1,58	1,56	1,61
Bett till en gud	1,56	1,33	1,58	1,47	1,66	1,49	1,54	1,55
Hållit på med konstnärlig verksamhet	1,52	1,46	1,52	1,37	1,46	1,65	1,50	1,55
Mediterat	1,47	1,25	1,51	1,47	1,43	1,51	1,31	1,54
Fått hjälp från holistisk hälsa	1,34	1,13	1,36	1,30	1,39	1,31	1,35	1,33
Lyssnat på religiös musik	1,33	1,21	1,35	1,33	1,19	1,46	1,27	1,35
Tänkt att Gud lämnat mig	1,31	1,21	1,34	1,27	1,33	1,32	1,29	1,32
Sökt andlig hjälp från en religiös ledare	1,29	1,25	1,30	1,13	1,33	1,32	1,27	1,29
Tänkt Gud lämnat mig och blivit arg	1,27	1,21	1,28	1,30	1,24	1,29	1,23	1,28
Tänkt att jag förlorat barnet pga egna handlingar/ej troende	1,25	1,00	1,29	1,37	1,31	1,12	1,27	1,24
Gjort mitt bästa och lämnat kontroll till Gud	1,23	1,08	1,26	1,17	1,25	1,23	1,13	1,28

Tabell 2: Forts. Medelvärdet från hur väl man lyckats med att hantera sorgen och från frekvens av krishanteringssätt, nu nedbrutet på föräldrars ålder när barnet förlorades, barnets kön och ålder

	TOTAL	FÖRÄLDERNS ÅLDER NÄR BARNET FÖRLORADES			BARNETS KÖN		BARNETS ÅLDER		
Krishantering och resultat av krishanteringen	Total	49 år eller yngre	50-59 år	60 år eller äldre	Son	Dotter	19 år eller yngre	20-25 år	26 år eller äldre
Lyckats med att hantera sorgen	2,54	2,47	2,59	2,56	2,60	2,42	2,35	2,56	2,62
Pratat med andra om mina känslor	2,58	2,53	2,65	2,48	2,53	2,72	2,45	2,63	2,57
Ensam funderat över livets mening	2,49	2,47	2,59	2,26	2,54	2,35	2,55	2,57	2,34
I naturen för större känslomässig tillhörighet	2,48	2,49	2,45	2,56	2,44	2,58	2,42	2,51	2,48
Pratat med barnet i egna tankar	2,39	2,42	2,49	2,04	2,37	2,42	2,35	2,49	2,28
Haft naturen som viktig resurs	2,37	2,24	2,45	2,41	2,36	2,40	2,16	2,36	2,48
Lyssnat på naturens musik	2,27	2,18	2,31	2,33	2,22	2,44	2,10	2,20	2,48
Lyssnat på musik	2,23	2,27	2,21	2,19	2,25	2,19	2,06	2,33	2,26
Försökt på kontroll livet utan Gud	2,08	1,98	2,09	2,26	2,11	1,98	1,97	2,01	2,17
Tänkt på kraft inom mig som hjälper mig	2,01	1,87	2,08	2,07	2,03	1,95	1,68	2,00	2,14
Stark känslomässig kontakt med andra människor	1,99	1,96	2,05	1,89	1,96	2,07	1,71	2,17	1,93
Hoppats på andlig återfödelse	1,93	2,22	1,90	1,41	1,90	2,02	2,00	2,20	1,59
Tänkt mitt liv i större sammanang	1,81	1,93	1,79	1,63	1,81	1,81	1,65	2,06	1,60
Skrivit om krisen på sociala medier	1,78	1,96	1,88	1,11	1,70	1,95	1,81	1,91	1,64
Tänkt på Gud	1,67	1,69	1,75	1,41	1,71	1,58	1,39	1,97	1,47
Visualiserat min situation	1,67	1,62	1,75	1,52	1,65	1,72	1,52	1,70	1,67
Gått till religiös plats	1,60	1,56	1,64	1,59	1,70	1,35	1,26	1,86	1,52
Bett till en gud	1,56	1,55	1,63	1,37	1,59	1,47	1,29	1,77	1,43
Hållit på med konstnärlig verksamhet	1,52	1,53	1,46	1,67	1,54	1,47	1,45	1,46	1,66
Mediterat	1,47	1,58	1,36	1,56	1,46	1,51	1,39	1,56	1,41
Fått hjälp från holistisk hälsa	1,34	1,44	1,25	1,41	1,30	1,47	1,29	1,37	1,34
Lyssnat på religiös musik	1,33	1,33	1,30	1,41	1,34	1,30	1,26	1,36	1,34
Tänkt att Gud lämnat mig	1,31	1,44	1,25	1,26	1,31	1,28	1,29	1,36	1,29
Sökt andlig hjälp från en religiös ledare	1,29	1,29	1,30	1,26	1,35	1,14	1,26	1,36	1,24
Tänkt Gud lämnat mig och blivit arg	1,27	1,36	1,23	1,22	1,25	1,30	1,23	1,27	1,31
Tänkt att jag förlorat barnet pga egna handlingar/ej troende	1,25	1,44	1,18	1,07	1,21	1,30	1,35	1,36	1,07
Gjort mitt bästa och lämnat kontroll till Gud	1,23	1,20	1,28	1,15	1,21	1,28	1,13	1,30	1,21

Tabell 3: Medelvärdet från hur väl man lyckats med att hantera sorgen och medelvärdet från frekvensen av krishanteringssätt nedbrutet på om respondenten vuxit upp i religiös familj, typ av livsåskådning denne har samt orsak till barnets bortgång.

	TOTAL	RELIGIÖS FAMILJ		LIVSÅSKÅDNING				ORSAK TILL BARNETS BORTGÅNG	
Krishantering och resultat av krishanteringen	Total	Uppväxt i religiös familj	Ej uppväxt i religiös familj	Troende	Ateist	Agnostiker	Osäker/flerval	Suicid	Annan orsak
Lyckats med att hantera sorgen	2,54	2,53	2,59	2,60	2,52	2,62	2,49	2,53	2,60
Pratat med andra om mina känslor	2,58	2,52	2,59	2,80	2,39	2,42	2,56	2,58	2,57
Ensam funderat över livets mening	2,49	2,59	2,47	2,62	2,48	2,65	2,35	2,51	2,43
I naturen för större känslomässig tillhörighet	2,48	2,67	2,44	2,47	2,52	2,58	2,44	2,49	2,43
Pratat med barnet i egna tankar	2,39	2,33	2,40	2,44	2,09	2,54	2,40	2,42	2,27
Haft naturen som viktig resurs	2,37	2,67	2,31	2,47	2,35	2,58	2,24	2,39	2,30
Lyssnat på naturens musik	2,27	2,30	2,27	2,33	2,17	2,38	2,22	2,29	2,20
Lyssnat på musik	2,23	2,30	2,21	2,38	2,00	2,19	2,22	2,26	2,10
Försökt på kontroll livet utan Gud	2,08	2,11	2,07	1,82	2,48	2,15	2,09	2,12	1,90
Tänkt på kraft inom mig som hjälper mig	2,01	2,19	1,97	2,22	1,83	1,96	1,94	1,95	2,23
Stark känslomässig kontakt med andra människor	1,99	2,19	1,96	2,24	1,78	1,73	2,00	1,99	2,00
Hoppats på andlig återfödelse	1,93	2,22	1,87	2,20	1,39	1,96	1,91	1,94	1,87
Tänkt mitt liv i större sammanang	1,81	2,07	1,76	2,18	1,35	1,85	1,71	1,77	1,97
Skrivit om krisen på sociala medier	1,78	1,93	1,75	1,91	1,48	1,77	1,79	1,74	1,93
Tänkt på Gud	1,67	2,07	1,59	2,49	1,09	1,62	1,35	1,66	1,73
Visualiserat min situation	1,67	1,85	1,63	1,80	1,57	1,54	1,66	1,63	1,83
Gått till religiös plats	1,60	1,85	1,56	2,02	1,30	1,42	1,50	1,64	1,43
Bett till en gud	1,56	1,85	1,50	2,24	1,09	1,38	1,32	1,57	1,50
Hållit på med konstnärlig verksamhet	1,52	1,81	1,46	1,58	1,30	1,42	1,59	1,45	1,83
Mediterat	1,47	1,63	1,44	1,69	1,30	1,38	1,41	1,36	1,93
Fått hjälp från holistisk hälsa	1,34	1,41	1,33	1,40	1,17	1,42	1,32	1,32	1,43
Lyssnat på religiös musik	1,33	1,63	1,27	1,56	1,22	1,31	1,22	1,32	1,37
Tänkt att Gud lämnat mig	1,31	1,30	1,32	1,29	1,39	1,27	1,32	1,32	1,30
Sökt andlig hjälp från en religiös ledare	1,29	1,37	1,27	1,62	1,09	1,15	1,19	1,28	1,33
Tänkt Gud lämnat mig och blivit arg	1,27	1,33	1,26	1,24	1,26	1,42	1,24	1,27	1,27
Tänkt att jag förlorat barnet pga egna handlingar/ej troende	1,25	1,22	1,25	1,29	1,22	1,19	1,25	1,26	1,20
Gjort mitt bästa och lämnat kontroll till Gud	1,23	1,37	1,20	1,47	1,04	1,23	1,13	1,21	1,30

Tabell 4a: Frekvenstabell av hur väl man lyckats med krisen och 1-9 krishanteringssätt nedbrutet på kön, ålder och utbildning.

		TOTAL	KÖN		ÅLDER			UTBILDNING	
			Man	Kvinna	Yngre än 50 år	50-59 år	60 år eller äldre	Grundskola/gymnasium	Universitet//högskola/forskarutbilning
Generellt sett, hur väl man tycker att man lyckats med att hantera sin sorg	1. Mycket dåligt	**3%**	4%	3%	3%	4%	2%	6%	2%
	2. Ganska dåligt	**6%**	4%	7%	17%	1%	6%	10%	4%
	3. Varken bra eller dåligt	**25%**	29%	25%	20%	25%	28%	21%	26%
	4. Ganska bra	**51%**	54%	50%	30%	58%	52%	48%	53%
	5. Mycket bra	**13%**	4%	15%	23%	10%	11%	13%	14%
	6. Vet ej	**2%**	4%	1%	7%	0%	2%	2%	2%
Lyssnat på musik	1. Aldrig	**6%**	0%	7%	10%	8%	2%	10%	3%
	2. Sällan	**18%**	21%	18%	13%	20%	19%	19%	19%
	3. Ibland	**27%**	25%	27%	27%	32%	22%	25%	28%
	4. Ofta	**36%**	38%	36%	40%	29%	42%	31%	39%
	5. Alltid	**11%**	13%	10%	10%	11%	11%	13%	9%
	6. Vet ej	**1%**	4%	1%	0%	0%	3%	2%	1%
Lyssnat på naturens musik	1. Aldrig	**6%**	13%	5%	10%	3%	8%	6%	6%
	2. Sällan	**16%**	25%	14%	27%	18%	8%	17%	15%
	3. Ibland	**28%**	42%	25%	17%	34%	26%	29%	27%
	4. Ofta	**37%**	17%	41%	40%	31%	42%	38%	36%
	5. Alltid	**13%**	4%	13%	7%	12%	15%	10%	14%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
I naturen för större känslomässig tillhörighet	1. Aldrig	**5%**	8%	4%	3%	5%	6%	6%	5%
	2. Sällan	**9%**	13%	8%	7%	11%	8%	6%	10%
	3. Ibland	**23%**	25%	23%	33%	26%	15%	31%	19%
	4. Ofta	**42%**	46%	41%	40%	35%	49%	33%	46%
	5. Alltid	**20%**	8%	22%	17%	24%	18%	23%	18%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	0%	3%	0%	2%
Ensam funderat över livets mening	1. Aldrig	**3%**	9%	1%	0%	2%	5%	2%	3%
	2. Sällan	**8%**	4%	9%	10%	2%	15%	9%	8%
	3. Ibland	**25%**	26%	25%	30%	20%	29%	21%	27%
	4. Ofta	**35%**	39%	35%	30%	39%	34%	34%	37%
	5. Alltid	**26%**	17%	27%	30%	36%	13%	34%	21%
	6. Vet ej	**1%**	4%	0%	0%	2%	0%	0%	1%
Stark känslomässig kontakt med andra människor	1. Aldrig	**11%**	21%	9%	27%	5%	10%	11%	11%
	2. Sällan	**22%**	21%	22%	13%	20%	27%	21%	22%
	3. Ibland	**32%**	42%	30%	23%	42%	27%	26%	35%
	4. Ofta	**26%**	13%	29%	27%	25%	27%	32%	24%
	5. Alltid	**6%**	4%	6%	10%	6%	3%	9%	5%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	2%	0%	2%	0%
Tänkt mitt liv i större sammanang	1. Aldrig	**27%**	46%	24%	40%	25%	23%	40%	22%
	2. Sällan	**22%**	25%	21%	7%	22%	28%	21%	23%
	3. Ibland	**19%**	13%	20%	17%	20%	19%	8%	23%
	4. Ofta	**15%**	8%	17%	20%	14%	14%	13%	17%
	5. Alltid	**14%**	4%	15%	17%	17%	9%	17%	12%
	6. Vet ej	**2%**	0%	2%	0%	2%	3%	2%	2%
Hoppats på andlig återfödelse	1. Aldrig	**35%**	75%	28%	20%	27%	50%	35%	34%
	2. Sällan	**11%**	8%	11%	10%	11%	11%	13%	10%
	3. Ibland	**11%**	4%	12%	0%	15%	11%	10%	11%
	4. Ofta	**19%**	0%	23%	27%	24%	11%	17%	20%
	5. Alltid	**19%**	13%	19%	33%	20%	11%	23%	17%
	6. Vet ej	**4%**	0%	4%	10%	2%	3%	2%	5%
Haft naturen som viktig resurs	1. Aldrig	**8%**	25%	5%	10%	6%	9%	6%	9%
	2. Sällan	**11%**	17%	10%	10%	15%	8%	10%	12%
	3. Ibland	**22%**	21%	22%	33%	20%	19%	27%	19%
	4. Ofta	**29%**	17%	31%	27%	30%	28%	25%	30%
	5. Alltid	**28%**	21%	29%	20%	26%	34%	29%	28%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	2%	0%	0%	1%
Fått hjälp från holistisk hälsa	1. Aldrig	**63%**	88%	59%	60%	63%	64%	58%	64%
	2. Sällan	**13%**	4%	15%	17%	11%	14%	17%	12%
	3. Ibland	**11%**	4%	13%	17%	11%	9%	15%	10%
	4. Ofta	**6%**	4%	6%	7%	8%	5%	6%	6%
	5. Alltid	**3%**	0%	3%	0%	3%	3%	4%	2%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	3%	0%	0%	2%

Tabell 4b: Frekvenstabell av olika krishanteringssätt 10-16 nedbrutet på kön, ålder och utbildning

		TOTAL	KÖN		ÅLDER			UTBILDNING	
			Man	Kvinna	Yngre än 50 år	50-59 år	60 år eller äldre	Grundskola/gymnasium	Universitet//högskola/forskarutbilning
Mediterat	1. Aldrig	**56%**	75%	53%	53%	58%	55%	63%	52%
	2. Sällan	**13%**	4%	13%	20%	12%	9%	17%	11%
	3. Ibland	**15%**	17%	15%	7%	14%	20%	10%	18%
	4. Ofta	**12%**	4%	13%	13%	9%	14%	4%	15%
	5. Alltid	**3%**	0%	3%	7%	3%	0%	6%	1%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	2%	0%	0%	1%
Visualiserat min situation	1. Aldrig	**34%**	46%	32%	43%	25%	38%	42%	29%
	2. Sällan	**18%**	13%	18%	13%	20%	17%	17%	19%
	3. Ibland	**24%**	25%	24%	20%	28%	22%	29%	23%
	4. Ofta	**11%**	13%	11%	13%	13%	9%	4%	13%
	5. Alltid	**6%**	4%	6%	10%	5%	5%	6%	6%
	6. Vet ej	**6%**	0%	7%	0%	8%	6%	2%	8%
Skrivit om krisen på sociala medier	1. Aldrig	**34%**	63%	30%	13%	24%	55%	19%	43%
	2. Sällan	**16%**	21%	15%	17%	17%	14%	15%	15%
	3. Ibland	**21%**	8%	23%	30%	21%	16%	33%	15%
	4. Ofta	**15%**	4%	16%	13%	21%	9%	17%	15%
	5. Alltid	**13%**	4%	14%	27%	15%	3%	17%	10%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Pratat med barnet i egna tankar	1. Aldrig	**12%**	29%	9%	7%	5%	22%	8%	14%
	2. Sällan	**9%**	8%	9%	13%	11%	5%	4%	11%
	3. Ibland	**16%**	13%	17%	13%	17%	17%	21%	15%
	4. Ofta	**25%**	29%	24%	30%	23%	25%	29%	24%
	5. Alltid	**35%**	21%	37%	37%	44%	25%	38%	31%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	0%	3%	0%	2%
Pratat med andra om mina känslor	1. Aldrig	**3%**	8%	1%	0%	6%	0%	4%	2%
	2. Sällan	**7%**	4%	7%	10%	3%	10%	6%	7%
	3. Ibland	**20%**	42%	16%	20%	21%	19%	26%	18%
	4. Ofta	**49%**	33%	51%	37%	43%	60%	34%	53%
	5. Alltid	**19%**	13%	21%	33%	25%	6%	30%	16%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	1%	2%	0%	2%
Hållit på med konstnärlig verksamhet	1. Aldrig	**46%**	54%	45%	63%	43%	41%	40%	48%
	2. Sällan	**21%**	8%	23%	10%	28%	19%	31%	16%
	3. Ibland	**14%**	29%	11%	17%	11%	16%	8%	17%
	4. Ofta	**11%**	8%	10%	0%	9%	17%	13%	10%
	5. Alltid	**7%**	0%	8%	10%	6%	6%	8%	7%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	2%	0%	0%	1%
Tänkt på kraft inom mig som hjälper mig	1. Aldrig	**19%**	46%	15%	23%	15%	22%	15%	22%
	2. Sällan	**16%**	4%	18%	13%	18%	14%	17%	14%
	3. Ibland	**25%**	29%	23%	27%	26%	22%	25%	25%
	4. Ofta	**19%**	17%	19%	13%	22%	19%	23%	16%
	5. Alltid	**17%**	4%	19%	20%	15%	17%	19%	17%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	2%	2%	0%	2%

Tabell 4c: Frekvenstabell av olika krishanteringssätt 17-26 nedbrutet på kön, ålder och utbildning

		TOTAL	KÖN		ÅLDER			UTBILDNING	
			Man	Kvinna	Yngre än 50 år	50-59 år	60 år eller äldre	Grundskola/gymnasium	Universitet//högskola/forskarutbilning
Tänkt på Gud	1. Aldrig	**38%**	63%	33%	33%	32%	45%	46%	33%
	2. Sällan	**22%**	13%	24%	27%	23%	19%	19%	24%
	3. Ibland	**13%**	17%	12%	10%	17%	9%	8%	15%
	4. Ofta	**16%**	8%	18%	27%	9%	19%	15%	17%
	5. Alltid	**10%**	0%	11%	3%	18%	5%	13%	8%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Gått till religiös plats	1. Aldrig	**34%**	50%	32%	37%	32%	36%	46%	30%
	2. Sällan	**22%**	13%	24%	23%	24%	19%	17%	24%
	3. Ibland	**26%**	29%	25%	23%	23%	30%	19%	30%
	4. Ofta	**11%**	4%	12%	13%	12%	9%	13%	9%
	5. Alltid	**5%**	4%	5%	3%	8%	3%	6%	5%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Bett till en gud	1. Aldrig	**44%**	71%	40%	50%	30%	56%	48%	44%
	2. Sällan	**21%**	8%	23%	20%	29%	13%	21%	20%
	3. Ibland	**12%**	8%	13%	13%	14%	9%	8%	14%
	4. Ofta	**10%**	13%	9%	3%	12%	11%	13%	9%
	5. Alltid	**10%**	0%	12%	13%	12%	6%	10%	8%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Lyssnat på religiös musik	1. Aldrig	**60%**	71%	58%	53%	69%	55%	71%	57%
	2. Sällan	**16%**	13%	17%	23%	15%	14%	10%	18%
	3. Ibland	**11%**	13%	10%	13%	11%	9%	10%	11%
	4. Ofta	**6%**	4%	7%	10%	0%	11%	6%	6%
	5. Alltid	**2%**	0%	2%	0%	2%	3%	2%	2%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	0%	2%	0%	1%
Gjort mitt bästa och lämnat kontroll till Gud	1. Aldrig	**75%**	88%	73%	73%	75%	76%	81%	73%
	2. Sällan	**9%**	4%	11%	13%	9%	8%	8%	9%
	3. Ibland	**4%**	4%	5%	3%	5%	5%	6%	4%
	4. Ofta	**4%**	0%	5%	3%	6%	2%	2%	5%
	5. Alltid	**2%**	0%	2%	0%	2%	3%	0%	3%
	6. Vet ej	**3%**	4%	2%	7%	0%	3%	2%	3%
Försökt på kontroll livet utan Gud	1. Aldrig	**28%**	33%	28%	40%	26%	25%	29%	28%
	2. Sällan	**9%**	4%	10%	7%	11%	8%	10%	7%
	3. Ibland	**10%**	8%	10%	20%	6%	9%	10%	10%
	4. Ofta	**22%**	25%	22%	20%	22%	23%	21%	21%
	5. Alltid	**23%**	25%	22%	10%	28%	25%	21%	25%
	6. Vet ej	**6%**	4%	6%	3%	6%	6%	8%	5%
Sökt andlig hjälp från en religiös ledare	1. Aldrig	**66%**	81%	63%	80%	62%	64%	76%	62%
	2. Sällan	**14%**	10%	15%	10%	15%	15%	9%	17%
	3. Ibland	**10%**	5%	11%	7%	11%	11%	7%	10%
	4. Ofta	**3%**	5%	2%	0%	5%	2%	4%	2%
	5. Alltid	**4%**	0%	4%	3%	3%	5%	4%	4%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Tänkt att jag förlorat barnet pga egna handlingar/ej troende	1. Aldrig	**81%**	96%	78%	73%	75%	89%	75%	84%
	2. Sällan	**6%**	4%	6%	7%	8%	3%	10%	3%
	3. Ibland	**2%**	0%	2%	3%	2%	2%	2%	1%
	4. Ofta	**8%**	0%	10%	13%	12%	2%	8%	8%
	5. Alltid	**1%**	0%	1%	3%	0%	2%	4%	0%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Tänkt att Gud lämnat mig	1. Aldrig	**74%**	83%	73%	80%	71%	75%	73%	76%
	2. Sällan	**6%**	0%	7%	3%	9%	5%	8%	5%
	3. Ibland	**2%**	4%	1%	0%	2%	3%	2%	2%
	4. Ofta	**6%**	4%	7%	3%	8%	6%	4%	7%
	5. Alltid	**4%**	0%	5%	7%	3%	5%	6%	4%
	6. Vet ej	**3%**	4%	2%	7%	2%	2%	4%	2%
Tänkt Gud lämnat mig och blivit arg	1. Aldrig	**70%**	87%	67%	77%	65%	72%	64%	73%
	2. Sällan	**15%**	4%	17%	7%	22%	13%	26%	10%
	3. Ibland	**2%**	0%	2%	3%	3%	0%	0%	3%
	4. Ofta	**5%**	9%	5%	3%	6%	5%	4%	6%
	5. Alltid	**4%**	0%	5%	10%	2%	5%	6%	3%
	6. Vet ej	**1%**	0%	1%	0%	0%	2%	0%	1%

Tabell 5a: Frekvenstabell av hur väl man lyckats med att hantera sin sorg respektive kristhanteringsstrategierna 1-9 nedbrutet på livsåskådning, förälderns uppväxt i religiöst hem eller inte, samt det förlorade barnets kön och ålder.

		TOTAL	LIVSÅSKÅDNING				RELIGIÖS FAMILJ		FÖRLORADE BARNETS KÖN		BARNETS ÅLDER		
			Osäker/flerval	Troende	Ateist	Agnostiker	Ej uppfäxt i religiös familj	Uppväxt i religiös familj	Son	Dotter	19 år eller yngre	20-25 år	26 år eller äldre
Generellt sett, hur väl man tycker att man lyckats med att hantera sin sorg	1. Mycket dåligt	**3%**	6%	0%	4%	0%	3%	4%	3%	2%	6%	3%	2%
	2. Ganska dåligt	**6%**	6%	7%	9%	4%	7%	4%	4%	12%	10%	7%	3%
	3. Varken bra eller dåligt	**25%**	26%	27%	22%	23%	25%	26%	25%	28%	26%	24%	26%
	4. Ganska bra	**51%**	50%	49%	57%	50%	53%	41%	53%	44%	23%	54%	60%
	5. Mycket bra	**13%**	10%	18%	9%	15%	10%	26%	14%	12%	29%	11%	7%
	6. Vet ej	**2%**	1%	0%	0%	8%	2%	0%	2%	2%	6%	0%	2%
Lyssnat på musik	1. Aldrig	**6%**	3%	5%	13%	8%	7%	0%	6%	5%	16%	0%	5%
	2. Sällan	**18%**	19%	16%	17%	19%	18%	19%	17%	21%	23%	19%	12%
	3. Ibland	**27%**	30%	20%	30%	27%	26%	31%	27%	24%	16%	26%	35%
	4. Ofta	**36%**	40%	41%	17%	35%	36%	38%	37%	36%	39%	36%	37%
	5. Alltid	**11%**	4%	18%	13%	12%	10%	12%	11%	10%	6%	16%	7%
	6. Vet ej	**1%**	1%	0%	4%	0%	1%	0%	1%	2%	0%	1%	2%
Lyssnat på naturens musik	1. Aldrig	**6%**	6%	11%	0%	4%	7%	4%	6%	7%	6%	9%	3%
	2. Sällan	**16%**	18%	11%	22%	12%	18%	4%	17%	9%	23%	16%	9%
	3. Ibland	**28%**	28%	20%	35%	31%	23%	52%	30%	21%	32%	28%	26%
	4. Ofta	**37%**	36%	36%	26%	50%	37%	36%	34%	44%	35%	31%	45%
	5. Alltid	**13%**	10%	20%	13%	4%	14%	4%	11%	16%	3%	15%	16%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
I naturen för större känslomässig tillhörighet	1. Aldrig	**5%**	3%	7%	9%	4%	5%	4%	5%	5%	3%	4%	7%
	2. Sällan	**9%**	12%	7%	9%	4%	10%	0%	9%	9%	6%	9%	10%
	3. Ibland	**23%**	25%	24%	9%	27%	23%	23%	26%	14%	39%	22%	16%
	4. Ofta	**42%**	37%	38%	48%	54%	40%	50%	38%	51%	35%	45%	41%
	5. Alltid	**20%**	22%	22%	22%	12%	20%	23%	20%	21%	16%	20%	24%
	6. Vet ej	**1%**	0%	2%	4%	0%	1%	0%	2%	0%	0%	0%	2%
Ensam funderat över livets mening	1. Aldrig	**3%**	2%	2%	9%	0%	3%	0%	2%	5%	0%	3%	4%
	2. Sällan	**8%**	12%	7%	5%	4%	9%	4%	8%	10%	6%	6%	13%
	3. Ibland	**25%**	35%	16%	18%	23%	25%	27%	23%	33%	26%	25%	27%
	4. Ofta	**35%**	27%	45%	41%	35%	36%	31%	39%	24%	32%	36%	36%
	5. Alltid	**26%**	23%	27%	23%	35%	24%	35%	26%	26%	29%	30%	16%
	6. Vet ej	**1%**	2%	0%	0%	0%	0%	4%	1%	0%	3%	0%	0%
Stark känslomässig kontakt med andra människor	1. Aldrig	**11%**	9%	14%	5%	16%	13%	0%	12%	7%	19%	9%	9%
	2. Sällan	**22%**	21%	7%	41%	32%	21%	25%	23%	19%	29%	15%	25%
	3. Ibland	**32%**	36%	30%	27%	32%	34%	25%	31%	38%	29%	34%	33%
	4. Ofta	**26%**	27%	36%	18%	12%	25%	33%	25%	29%	16%	35%	20%
	5. Alltid	**6%**	3%	9%	5%	8%	5%	13%	6%	5%	3%	6%	7%
	6. Vet ej	**1%**	2%	0%	0%	0%	1%	0%	1%	0%	0%	0%	2%
Tänkt mitt liv i större sammanang	1. Aldrig	**27%**	30%	14%	57%	15%	27%	28%	29%	21%	42%	19%	28%
	2. Sällan	**22%**	23%	14%	22%	31%	25%	4%	20%	26%	13%	18%	32%
	3. Ibland	**19%**	21%	21%	4%	23%	17%	28%	18%	21%	26%	19%	12%
	4. Ofta	**15%**	15%	16%	9%	19%	15%	16%	17%	12%	10%	22%	11%
	5. Alltid	**14%**	8%	30%	4%	12%	12%	24%	13%	17%	10%	21%	9%
	6. Vet ej	**2%**	2%	5%	0%	0%	2%	0%	3%	0%	0%	0%	5%
Hoppats på andlig återfödelse	1. Aldrig	**35%**	35%	18%	74%	31%	37%	27%	37%	29%	32%	22%	51%
	2. Sällan	**11%**	12%	9%	4%	15%	11%	8%	10%	12%	6%	12%	12%
	3. Ibland	**11%**	12%	18%	0%	4%	12%	4%	10%	12%	6%	12%	12%
	4. Ofta	**19%**	12%	27%	13%	31%	17%	31%	21%	17%	13%	33%	7%
	5. Alltid	**19%**	26%	20%	4%	12%	17%	27%	16%	26%	26%	20%	14%
	6. Vet ej	**4%**	3%	7%	0%	4%	4%	4%	4%	2%	10%	1%	2%
Haft naturen som viktig resurs	1. Aldrig	**8%**	9%	14%	4%	0%	9%	4%	9%	5%	10%	7%	9%
	2. Sällan	**11%**	15%	5%	13%	12%	13%	4%	13%	7%	16%	13%	7%
	3. Ibland	**22%**	25%	16%	26%	19%	23%	15%	19%	31%	32%	22%	16%
	4. Ofta	**29%**	22%	27%	35%	42%	26%	42%	28%	29%	26%	26%	33%
	5. Alltid	**28%**	25%	39%	17%	27%	27%	35%	30%	24%	16%	30%	32%
	6. Vet ej	**1%**	1%	0%	0%	0%	1%	0%	0%	2%	0%	1%	0%
Fått hjälp från holistisk hälsa	1. Aldrig	**63%**	61%	61%	74%	62%	63%	64%	66%	52%	68%	60%	61%
	2. Sällan	**13%**	17%	11%	9%	12%	13%	12%	12%	17%	10%	15%	14%
	3. Ibland	**11%**	12%	11%	13%	8%	11%	12%	10%	14%	13%	10%	12%
	4. Ofta	**6%**	6%	7%	0%	12%	7%	4%	5%	10%	6%	7%	5%
	5. Alltid	**3%**	2%	5%	0%	4%	1%	8%	2%	5%	0%	3%	4%
	6. Vet ej	**1%**	2%	2%	0%	0%	1%	0%	2%	0%	0%	3%	0%

Tabell 5b: Frekvenstabell av kristhanteringsstrategierna 10-16 nedbrutet på livsåskådning, föräldrens uppväxt i religiöst hem eller inte, samt det förlorade barnets kön och ålder.

		TOTAL	LIVSÅSKÅDNING				RELIGIÖS FAMILJ		FÖRLORADE BARNETS KÖN		BARNETS ÅLDER		
			Osäker/flerval	Troende	Ateist	Agnostiker	Ej uppfäxt i religiös familj	Uppväxt i religiös familj	Son	Dotter	19 år eller yngre	20-25 år	26 år eller äldre
Mediterat	1. Aldrig	**56%**	58%	48%	65%	58%	57%	48%	58%	50%	55%	56%	58%
	2. Sällan	**13%**	17%	9%	4%	15%	13%	12%	10%	19%	19%	9%	12%
	3. Ibland	**15%**	11%	16%	26%	15%	14%	20%	17%	10%	13%	13%	18%
	4. Ofta	**12%**	11%	23%	0%	8%	11%	16%	11%	14%	10%	16%	9%
	5. Alltid	**3%**	3%	2%	0%	4%	2%	4%	2%	5%	3%	3%	2%
	6. Vet ej	**1%**	0%	2%	0%	0%	1%	0%	1%	0%	0%	1%	0%
Visualiserat min situation	1. Aldrig	**34%**	32%	30%	36%	42%	34%	32%	36%	26%	48%	29%	32%
	2. Sällan	**18%**	23%	9%	23%	15%	20%	8%	17%	19%	16%	18%	20%
	3. Ibland	**24%**	18%	36%	14%	27%	23%	32%	23%	29%	13%	29%	23%
	4. Ofta	**11%**	12%	14%	9%	8%	10%	20%	10%	14%	16%	10%	9%
	5. Alltid	**6%**	8%	5%	5%	4%	6%	4%	7%	2%	0%	6%	9%
	6. Vet ej	**6%**	6%	5%	9%	4%	6%	4%	5%	7%	3%	6%	5%
Skrivit om krisen på sociala medier	1. Aldrig	**34%**	33%	30%	52%	31%	33%	42%	38%	24%	26%	32%	40%
	2. Sällan	**16%**	16%	11%	17%	19%	17%	8%	15%	17%	26%	9%	18%
	3. Ibland	**21%**	21%	25%	9%	23%	23%	8%	21%	21%	13%	26%	19%
	4. Ofta	**15%**	13%	16%	17%	15%	14%	19%	14%	19%	10%	22%	11%
	5. Alltid	**13%**	15%	16%	0%	12%	10%	23%	10%	17%	23%	10%	11%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Pratat med barnet i egna tankar	1. Aldrig	**12%**	12%	11%	26%	0%	10%	23%	14%	7%	13%	9%	16%
	2. Sällan	**9%**	6%	9%	9%	15%	10%	4%	9%	10%	10%	9%	9%
	3. Ibland	**16%**	21%	11%	17%	12%	19%	4%	15%	21%	19%	13%	18%
	4. Ofta	**25%**	20%	27%	30%	31%	26%	19%	25%	24%	26%	23%	26%
	5. Alltid	**35%**	39%	38%	13%	38%	34%	42%	35%	36%	32%	43%	26%
	6. Vet ej	**1%**	0%	4%	0%	0%	1%	4%	2%	0%	0%	0%	4%
Pratat med andra om mina känslor	1. Aldrig	**3%**	3%	0%	5%	4%	2%	4%	3%	0%	10%	1%	0%
	2. Sällan	**7%**	7%	0%	9%	15%	6%	11%	9%	2%	6%	6%	9%
	3. Ibland	**20%**	21%	20%	27%	12%	21%	15%	21%	19%	19%	21%	20%
	4. Ofta	**49%**	42%	62%	45%	46%	50%	44%	46%	57%	42%	47%	52%
	5. Alltid	**19%**	25%	18%	9%	15%	19%	22%	19%	19%	19%	23%	16%
	6. Vet ej	**1%**	1%	0%	0%	4%	2%	0%	2%	0%	3%	0%	2%
Hållit på med konstnärlig verksamhet	1. Aldrig	**46%**	41%	41%	61%	54%	49%	32%	46%	45%	58%	51%	32%
	2. Sällan	**21%**	23%	23%	17%	15%	21%	20%	20%	24%	13%	21%	25%
	3. Ibland	**14%**	14%	14%	9%	19%	13%	16%	14%	14%	13%	9%	21%
	4. Ofta	**11%**	15%	7%	9%	8%	10%	16%	13%	5%	6%	10%	14%
	5. Alltid	**7%**	6%	14%	0%	4%	5%	16%	6%	10%	10%	6%	7%
	6. Vet ej	**1%**	0%	2%	0%	0%	1%	0%	1%	0%	0%	1%	0%
Tänkt på kraft inom mig som hjälper mig	1. Aldrig	**19%**	26%	9%	26%	15%	20%	16%	21%	17%	35%	19%	12%
	2. Sällan	**16%**	15%	16%	22%	12%	16%	12%	14%	21%	19%	16%	14%
	3. Ibland	**25%**	17%	27%	17%	46%	25%	20%	25%	21%	19%	25%	28%
	4. Ofta	**19%**	21%	16%	22%	15%	19%	20%	19%	19%	6%	21%	23%
	5. Alltid	**17%**	14%	32%	9%	8%	15%	28%	18%	14%	16%	15%	18%
	6. Vet ej	**1%**	3%	0%	0%	0%	1%	0%	2%	0%	0%	1%	2%

Tabell 5c: Frekvenstabell av kristhanteringsstrategierna 17-26 nedbrutet på livsåskådning, förälderns uppväxt i religiöst hem eller inte, samt det förlorade barnets kön och ålder.

		TOTAL	LIVSÅSKÅDNING				RELIGIÖS FAMILJ		FÖRLORADE BARNETS KÖN		BARNETS ÅLDER		
			Osäker/flerval	Troende	Ateist	Agnostiker	Ej uppfäxt i religiös familj	Uppväxt i religiös familj	Son	Dotter	19 år eller yngre	20-25 år	26 år eller äldre
Tänkt på Gud	1. Aldrig	**38%**	47%	4%	83%	31%	41%	19%	38%	36%	55%	20%	47%
	2. Sällan	**22%**	32%	9%	9%	31%	22%	23%	20%	29%	19%	23%	23%
	3. Ibland	**13%**	8%	22%	4%	15%	13%	8%	13%	12%	10%	14%	12%
	4. Ofta	**16%**	8%	36%	0%	19%	13%	31%	17%	14%	6%	29%	5%
	5. Alltid	**10%**	5%	27%	0%	4%	8%	19%	11%	7%	6%	12%	11%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Gått till religiös plats	1. Aldrig	**34%**	38%	11%	65%	38%	37%	23%	32%	40%	55%	20%	40%
	2. Sällan	**22%**	24%	22%	4%	31%	21%	27%	20%	29%	23%	22%	19%
	3. Ibland	**26%**	26%	29%	26%	19%	28%	15%	26%	26%	16%	29%	28%
	4. Ofta	**11%**	8%	22%	0%	12%	8%	27%	15%	2%	0%	22%	5%
	5. Alltid	**5%**	3%	13%	0%	0%	4%	8%	7%	0%	3%	6%	5%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Bett till en gud	1. Aldrig	**44%**	52%	13%	83%	46%	47%	31%	45%	40%	68%	26%	53%
	2. Sällan	**21%**	30%	11%	9%	23%	22%	15%	16%	33%	13%	26%	19%
	3. Ibland	**12%**	3%	22%	4%	23%	10%	19%	15%	5%	6%	17%	9%
	4. Ofta	**10%**	9%	20%	0%	4%	10%	12%	10%	10%	0%	14%	9%
	5. Alltid	**10%**	3%	29%	0%	4%	8%	19%	10%	10%	10%	14%	5%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Lyssnat på religiös musik	1. Aldrig	**60%**	68%	36%	83%	62%	63%	48%	62%	55%	74%	53%	61%
	2. Sällan	**16%**	17%	25%	4%	12%	16%	16%	15%	21%	10%	22%	12%
	3. Ibland	**11%**	6%	16%	0%	23%	11%	8%	9%	14%	3%	15%	11%
	4. Ofta	**6%**	3%	14%	4%	4%	4%	20%	7%	5%	10%	7%	4%
	5. Alltid	**2%**	2%	2%	4%	0%	1%	4%	3%	0%	0%	1%	4%
	6. Vet ej	**1%**	0%	2%	0%	0%	1%	0%	1%	0%	0%	0%	2%
Gjort mitt bästa och lämnat kontroll till Gud	1. Aldrig	**75%**	88%	45%	96%	77%	78%	60%	76%	74%	81%	69%	79%
	2. Sällan	**9%**	5%	23%	0%	8%	8%	20%	10%	7%	6%	13%	7%
	3. Ibland	**4%**	2%	11%	0%	4%	4%	8%	3%	7%	3%	4%	5%
	4. Ofta	**4%**	2%	9%	0%	4%	3%	8%	3%	7%	0%	7%	2%
	5. Alltid	**2%**	0%	5%	0%	4%	2%	4%	3%	0%	0%	3%	2%
	6. Vet ej	**3%**	2%	5%	0%	4%	3%	0%	3%	2%	6%	1%	2%
Försökt på kontroll livet utan Gud	1. Aldrig	**28%**	32%	36%	13%	19%	28%	28%	28%	29%	35%	25%	30%
	2. Sällan	**9%**	6%	16%	4%	8%	8%	12%	8%	12%	10%	15%	2%
	3. Ibland	**10%**	11%	7%	4%	19%	10%	8%	10%	10%	6%	12%	11%
	4. Ofta	**22%**	21%	18%	30%	23%	23%	16%	23%	19%	13%	25%	21%
	5. Alltid	**23%**	26%	16%	35%	19%	21%	36%	24%	19%	29%	16%	28%
	6. Vet ej	**6%**	3%	5%	9%	12%	7%	0%	4%	10%	3%	7%	5%
Sökt andlig hjälp från en religiös ledare	1. Aldrig	**66%**	75%	40%	82%	76%	68%	56%	63%	75%	77%	54%	74%
	2. Sällan	**14%**	14%	16%	14%	12%	14%	16%	13%	18%	3%	22%	11%
	3. Ibland	**10%**	5%	24%	0%	8%	8%	24%	12%	5%	6%	13%	9%
	4. Ofta	**3%**	2%	7%	0%	0%	3%	0%	3%	0%	0%	6%	0%
	5. Alltid	**4%**	2%	11%	0%	0%	4%	4%	5%	0%	6%	4%	2%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Tänkt att jag förlorat barnet pga egna handlingar/ej troende	1. Aldrig	**81%**	83%	68%	87%	88%	81%	80%	81%	81%	77%	71%	93%
	2. Sällan	**6%**	3%	16%	0%	0%	4%	12%	7%	2%	3%	10%	2%
	3. Ibland	**2%**	2%	2%	0%	4%	2%	0%	2%	2%	0%	3%	2%
	4. Ofta	**8%**	6%	11%	9%	8%	8%	8%	7%	12%	13%	13%	0%
	5. Alltid	**1%**	3%	0%	0%	0%	1%	0%	1%	0%	3%	1%	0%
	6. Vet ej	**0%**	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%	0%
Tänkt att Gud lämnat mig	1. Aldrig	**74%**	76%	68%	74%	81%	75%	72%	73%	79%	74%	68%	81%
	2. Sällan	**6%**	6%	11%	0%	4%	5%	12%	8%	2%	3%	12%	2%
	3. Ibland	**2%**	0%	7%	0%	0%	1%	4%	2%	2%	0%	3%	2%
	4. Ofta	**6%**	6%	7%	9%	4%	7%	0%	6%	7%	3%	10%	4%
	5. Alltid	**4%**	6%	0%	4%	8%	4%	8%	5%	0%	3%	3%	7%
	6. Vet ej	**3%**	2%	2%	4%	4%	3%	0%	1%	7%	6%	1%	2%
Tänkt Gud lämnat mig och blivit arg	1. Aldrig	**70%**	75%	58%	82%	65%	70%	67%	69%	73%	81%	55%	80%
	2. Sällan	**15%**	12%	28%	5%	12%	14%	21%	18%	10%	6%	30%	4%
	3. Ibland	**2%**	2%	5%	0%	0%	2%	0%	1%	5%	0%	4%	0%
	4. Ofta	**5%**	5%	2%	9%	8%	5%	4%	4%	7%	0%	7%	5%
	5. Alltid	**4%**	3%	5%	0%	12%	4%	8%	4%	2%	10%	1%	5%
	6. Vet ej	**1%**	0%	0%	0%	4%	1%	0%	1%	0%	0%	0%	2%