

Sorggrupper

aldersinndelte
grupper for barn og
ungdom 3-20 år



DEN NORSKE KIRKE

Til deg som er barn eller ungdom og har opplevd å miste noen

SORG – NÅR DU MISTER NOEN DU ER GLAD I

Sorg beskrives ofte som de reaksjoner vi får når vi mister noen vi er glad i. Hvordan barn og ungdom reagerer i sorgen er avhengig av mange forhold. Mange tror at sorgen er verst med en gang etter tapet. De fleste forteller likevel at det tar litt tid før de virkelig forstår hva som har skjedd og hvilke konsekvenser det vil få i livet. Noen trenger god tid før smerten har blitt håndterlig slik at de orker å snakke om det som er vondt. Belastningen på barn og unge i sorg er større en de fleste voksne tror. Kontakt med venner kan være vanskelig fordi de ikke helt forstår hvordan det er å miste noen.

DET ER IKKE ALLTID LETT Å SNAKKE OM DET

Det å treffe andre barn og unge som har opplevd sorg kan være en lettelse for mange.

Målet med gruppen er å:

- lære om ulike tanker og reaksjoner som kan komme i sorg
- gi en opplevelse av gjenkjenning, dvs. at andre har det på samme måte som en selv
- gi forståelse, dvs. at andre vet hva man går igjennom
- styrke mestringsevne og selvfølelse

PRAKTISK INFORMASJON

- Gruppene er for barn og ungdom i Bergen
- Gruppene blir organisert i aldersbestemte grupper
- Samlingen varer i 1,5-2 timer hver gang
- En gruppe starter når det er nok deltakere
- Løpende påmelding
- Tilbudet er gratis
- Gruppene er åpne for alle, uansett livssyn
- Gruppene ledes av to gruppeledere som kan ha ulik utdanning og bakgrunn, som foreksempel pedagog, helsesykepleier, sykepleier, sosionom, diakon, prest og andre
- Alle har taushetsplikt

PÅMELDING

Påmelding på kirken.no/bergen, eller send til koordinator for arbeidet;

Åshild Høllesli Frantzen, diakon i Fana og Ytrebygda menigheter.

Telefon: 403 15 310

E-post: af847@kirken.no

(kun opplysninger om navn og alder på barnet, adresse og telefonnummer)

Sorggrupper i Bergen for barn og ungdom er et samarbeid mellom Fana og Ytrebygda menigheter, Loddefjord og Olsvik menigheter, Åsane menighet og 13-20.



Skann QR-koden og meld deg på