

TIL EI UNG JENTE/EIN UNG GUT
Det finst vonbrot så djupe som havet
vesle søster/vesle bror,
ikkje gråt
ikkje tru at alt vil skje
ein vakker dag
ting kan skje ein vanleg dag
om du vågar å styre vinden sjølv
du må vite kva du vil
du må vite
vite meir
vesle søster/bror, ikkje spør
kva alle andre ventar av deg
du skal leve dine svar
du skal leve
leve sjølv
det finst vegar så vide som verda
velse søster/vesle bror ikkje vent
gå i gang.

Åse Marie Nesse

Påmelding og/eller informasjon:

Klepp helsestasjon

tlf. 51 42 99 60

GRUPPER FOR :

**Barn
med
to
adresser**



Grupper for :

BARN MED TO ADRESSER

FOR DEG SOM HAR OPPLEVD AT MOR OG FAR SKILDE LAG OG FLYTTA FRÅ KVARANDRE.

Skilsmål er vanskeleg for alle i familien og det kan setje i gang tankar, kjensler og veremåtar som kan virke ubegripelege og skremmande. Du kan bli lei deg, letta eller rasande på mor og far, eller på ein av dei. Du klarer gjerne ikkje konsentrera deg om noko for hovudet ditt er fullt av forvirra tankar. Kanskje du må flytta, og du veit slett ikkje kva som er sikkert lenger. Det kan kjennast som om all kraft blir trekt ut av deg og alt er berre kaos.

- Ei samtalegruppe skal vere eit trygt fellesskap der det er rom for å setje ord på kjensler, tankar og reaksjonar som skilsmålet fører med seg.
Kvar enkelt bestemmer sjølv kva han/ho vil dele.
- Gruppa har to vaksne leiarar som har tid til å lytta, og har kunnskap om barn og unge, og deira normale reaksjonsmåtar.
- Gruppa møtes 8 gonger.
- Barn og unge kjenner seg ofte åleine i sin spesielle situasjon. Det å få høve til å treffe andre som har opplevd at mor og far skilde lag, kan minka opplevinga av å vera ”den einaste i verda” som har det slik. Gruppa kan gi deg ei kjensle av fellesskap og ei kjensle av å høyra til.

- Møte med andre i same situasjon kan gi deg ei oppleving av *gjenkjenning*, dvs. at andre har det på same måte som deg, *forståing*, dvs. at andre veit kva du går igjennom og *normalisering*, dvs. at dei tankar og reaksjonar du har er normalt å ha når du har opplevd eit skilsmål. I gruppa kan du få hjelp til å takla ein ny kvardag.
- Det er ynskjeleg at ei gruppe har 7 – 8 deltakarar.
- I gruppa vert tida delt mellom måltid, høgtlesing, samtale og ulike aktivitetar som forming, musikk, tur i friluft, o.a.
- Gruppene er opne for barn i Klepp kommune.
- Alder : 8 – 11 år (3. 4. og 5.trinn)
- Gruppa vil ha fast samlingsstad på Turnhallen, Open barnehage.
- Leiarar for gruppa blir:
Helsesøster Ragnhild W. Nedrelid
Helsesøster Hilde Stensland
- Oppstart av nye gruppe våren 2012 vil bli
veke 11 – tysdag 13.03.12
kl. 14.00 – til 15.45 (kvart på fire)
- **Absolutt siste påmeldingsfrist : fredag 24.feb 2012**

Gruppene blir organiserte av Klepp kommune
(Klepp helsestasjon).