



OPPSTART AV SORGGRUPPER FOR BARN OG UNGE

I samarbeid med Målselv menighet har Familieenheten ved Målselv kommune etablert et tilbud om sorggrupper for barn og unge som har mistet noen av sine nærmeste. Det er ingen begrensning for hvor lenge det er siden tapet eller hva som var årsaken til dødsfallet.

Gruppene settes sammen etter alder (10-12 år, 13-15 år, 16-18 år) og vil holdes fortløpende etter behov og tilstrekkelig rekruttering. Gruppetilbudet består av åtte samlinger og vil vare fra januar til mai 2023. Gruppene vil foregå på dagsenteret på Øverli og være etter skoletid.

Gruppene ledes av kateket og spesialsykepleier. Gruppene er etablert i samarbeid med Senter for sorgstøtte ved Akershus universitetssykehus.

Påmeldingsfrist er 28.oktober 2022.

Nærmere informasjon og påmelding

For nærmere informasjon og påmelding, ta kontakt med prosjektleder Andrea Presthaug.

Epost: andrea.presthaug@malselv.kommune.no

Telefon: 934 68 712

Sorggrupper for barn og unge

Barn og ungdom gir ofte uttrykk for sorg på en annen måte enn voksne. Det er lett å undervurdere barns sorg, og overvurdere ungdoms tilpasning.

Hvorfor et sorgstøttetilbud?

Sorgstøttetilbudet er et tilbud om samtalegruppe for barn og ungdom, som gir mulighet til å bearbeide opplevelser de har hatt i sykdomstid og rundt dødsfall.

De fleste opplever det som nyttig å treffe jevnaldrende i samme situasjon. De føler seg mindre alene og de forstår lettere sine egne reaksjoner og opplevelser. De har færre kanaler til å skaffe seg informasjon om hva sorg er. Barn og ungdom har sjeldent jevnaldrende med lignende erfaring i sin omgangskrets.

Undersøkelser tyder på at barn og unge som har deltatt i sorggrupper har det bedre, og får mindre plager på sikt.

Hensikt med sorggrupper:

- Skape trygghet, gi kunnskap om sorg, og hjelpe den enkelte til emosjonell og tankemessig mestring og kroppskontroll
- Skape sin egen tapshistorie og bearbeide minner
- Gi mulighet til refleksjon, finne styrker i seg selv og i sine relasjoner
- Hjelp til mestring av hverdagen og framtiden
- Styrke familiesamspillet og gi en større forståelse for hverandre
- Normalisere tanker, følelser og handlinger ved å møte andre i samme situasjon