

Gruppe for barn og ungdom som har opplevd dødsfall i nær familie



Hvorfor jobbe med mestring av sorg?

Forskning og erfaring viser at:

- Ingenting kan ta bort sorgen, men noe kan hjelpe...
- Å dele tanker og følelser med andre barn/ungdom kan være en god måte å bearbeide sorgen.
- Sorg kan gå i bølger. Det kan derfor være nyttig å delta i en sorggruppe, enten det er en stund siden dødsfallet eller det nylig har skjedd.

Gruppetilbuddet gis til barn og ungdom fra barneskolealder til og med videregående. Hver gruppe blir satt sammen etter alder og modenheitsnivå.

For å kunne delta i gruppen, trenger ikke dødsfallet til nær familiemedlem nylig ha skjedd.

Barn og ungdom er stadig i utvikling, og det kan være positivt og være med i tilbuddet selv om tapet skjedde for flere år siden.

For spørsmål eller påmelding, ta kontakt med:

Kjersti M. Østerud, kreftkoordinator Øvre Eiker kommune,
tlf. 918 59 479, mail: kjersti-m.osterud@ovre-eiker.kommune.no

Gro Mari Horne, helseyrkepleier Modum kommune, tlf. 911 62 276.

Lars-Kristian Bekken, kreftkoordinator Modum kommune, tlf. 409 09 790, mail:
lars.kristian.bekken@modum.kommune.no

Informasjonsmøte for foresatte

Før oppstart av ny gruppe har vi et informasjonsmøte for foresatte.

Hver gruppe starter med et enkelt måltid. Vi har praktiske aktiviteter/lek til hvert gruppemøte for å gjøre teorien forståelig for barna

Tema for treffene:

1. gang: Bli kjent. Dekorere en lysbrikke, som skal brukes hver gang.
2. gang: Liv og død, samt fortsette å bli kjent. Alle forteller det de ønsker om "sin historie".
3. gang: Om sorg og følelser. Tegner følelser på en kropp, hvor kjennes det?
4. gang: Aktivitet

5. gang: Minner, trekke to billedkort.
6. gang: Hvordan takle stress og uro i kroppen? Starte på “minnebildet”.
7. gang: Fortsettelse minnebildet og avslutning.
I løpet av perioden har vi en aktivitet etter ønske fra barna.

Et samarbeid mellom:



ØVRE EIKER
KOMMUNE



Modum kommune