

# Grupper för barn och unga i sorg - över hela Sverige

TEXT // HELENA NIKULA

Barn intar en särställning i kyrkan och barn som förlorat föräldrar är en viktig grupp att stödja, vanligtvis sker detta i form av enskilt samtal eller i samtalsgrupper. Syftet är att genom samtal, lekar och skapande övningar möjliggöra för barn och unga att ge uttryck för sorgen och saknaden. Att det handlar om kyrkans verksamhet märks genom att träffarna äger rum i en församlingslokal och att gruppledarna är anställda av kyrkan. Alla deltagare är välkomna till gruppen oavsett tro eller tillhörighet och det är kostnadsfritt att delta.

**DET ÄR KYRKANS** församlingspedagoger, präster och diakoner som erbjuder samtalsgrupper och enskilda samtal. Det har erfarenheter av samtal samt en öppenhet inför barns behov av andlighet. En andlig utveckling som barn och ungdomar har rätt till enligt Barnkonventionen.

## Grupperna

De barn som vill delta i grupp har ett enskilt första samtal med någon av gruppledarna. Det är vanligt att det finns två-tre ledare i en grupp för att ha möjlighet att ge extra uppmärksamhet om ett barn behöver det. Gruppledarna är erfarna samtalsledare som ofta har vidareutbildning i att arbeta med sorg. De har också kunskap om grundläggande psykologi och gruppprocesser. De behöver även ha personlig mognad, kunna förmedla trygghet och ha inlevelseförmåga.Handledning för ledarna är en självklarhet.

Ramarna för grupperna är centrala och skapar trygghet. Barnen behöver veta hur det kommer att bli och vad som förväntas av dem. Vanligtvis träffas grupperna tio gånger, varje eller varannan vecka. Träffarna kan sträcka sig över ett lov, jullov eller sommarlov, en tid

som kan vara svår att uppleva för första gången utan förälder eller syskon. Det är bra om det har gått minst ett halvår sedan dödsfallet och att barnen är minst sex år gamla.

**DET FINNS OLIKA** sätt att strukturera innehållet i gruppen. Det är vanligt att varje gruppstillfälle har ett tema som; min familj, vem som dog, dödsfallet och begravning, minnen och känslor, mitt nätverk, framtiden, vad händer efter döden, vad hjälper när jag saknar. Barn kan ha samtalet i fokus en stund men har också behov av att göra annat som att leka, skapa och att röra på sig. Till exempel kan de färga salt utifrån den färg de har av olika minnen av sin förälder eller sitt syskon. Saltet läggs in i en liten glasburk som blir en minnesburk att ta med hem, som hjälp för att minnas.

**VID ETT ANNAT** tillfälle får barnen välja den färg de tycker passar för sorgen och rita på en "pepparkaksgubbe" - var sorgen sitter. Det kan bli sicksack på ben och armar, svart på fötter och händer. Sedan får de berätta hur de har tänkt. "Jag är arg, jag vill sparka och slåss och därför är händerna och fötterna svarta". Eller "mina armar och ben är som spaghetti för jag orkar ingenting".

**I VISSA FÖRSAMLINGAR** erbjuder man grupper för barn i olika åldrar samtidigt som man erbjuder föräldrar möjlighet att mötas i en annan grupp. Då börjar träffen med en gemensam måltid för alla föräldrar och barn.

Människor sörjer olika. Därför är det bra att det finns flexibilitet och möjlighet att anpassa gruppens verksamhet efter deltagare.

## VAR FINNS DET GRUPPER?

Det finns sällan tillräckligt antal barn med liknande erfarenheter i en församling för att starta en grupp. Därför samverkar man över församlingsgränserna både när det gäller deltagare och ledare. För att få kontakt med barn i behov av stöd är församlingens samarbete med skolor viktigt. Det finns även information om stödgrupper på församlingarnas hemsidor. Om det saknas information i aktuell församling - hör av dig!

## Referenser:

*Klara Yvonne Jonsson: Borta men ändå nära. En handbok för ledare av sorgegrupper för barn och unga. 2007*

*Bodil Ivarsson: Stöd till sörjande i Stockholms stift. Rapport från ett utvecklingsprojekt. 2017*

## Intervju med

*Clary Nilsson, diakon Bromma församling, 2017*



## Helena Nikula

Sjukhuspräst, Stockholms Sjukhem, Stiftsadjunkt Stockholms stift.

