

Hvad er sorggruppe for noget?

Hvordan kan en sorggruppe støtte dig?

En sorggruppe forsøger ikke at fjerne den efterladtes sorg eller at presse den efterladte til at 'komme videre'.

Men fællesskabet med andre, der har mistet, kan hjælpe med at bære sorgen og den forandrede hverdag. Det kan være en stor støtte at høre, hvordan andre har tacklet sorgen og livets nye udfordringer. Mange opdager, at de ikke er alene med deres sorg og finder trøst i, at deres sorg har fællestræk med de andre deltageres oplevelser.

Man behøver ikke have en særlig tilknytning til kirken for at deltage i en sorggruppe, idet kristendom kun spiller en rolle i det omfang, gruppens deltagere selv ønsker det.

Sorg skal bæres

Grundlaget for kirkens sorggrupper er, at sorg er en naturlig reaktion på tabet af en nærtstående. Sorg skal ikke behandles, men bæres sammen med de efterladte. De fleste klarer dette ved hjælp af familie og netværk, men oplever ofte, som tiden går, at samtalen bliver stadig sværere for dem, der ikke er helt i samme situation som én selv, der fortsat skal leve med det tab, man har oplevet.

I den forbindelse kan en sorggruppe blive et vigtigt, støttende netværk.



Vilkår



Der er tavshedspligt – både for ledere og deltagere.

Man kan til enhver tid stoppe i sorggruppen, men man skal sige farvel, inden man holder op.

Gruppelederne sørger for at fordele ordet og skabe en god proces.

Det er forskelligt, hvor meget de enkelte deltagere er "på" fra gang til gang.

Det er gratis at deltage.

Sådan gør vi det

Kontakt Jim eller Kenneth, så vi kan samle en gruppe med 6-8 deltagere - efter først-til-mølle-princippet.

Vi vil give besked straks, om man er optaget i gruppen.

Herefter mødes vi disse torsdage kl 15-17 i Slemminge præstegård:

10. og 24. september

8. og 22. oktober

5. og 19. november



Kontaktoplysninger

sognepræst Kenneth Jacobsen
Slemminge præstegård
Engestoftevej 47
4990 Saksøbing
5477 9399
kebj@km.dk

sognepræst Jim Christiansen
Kettinge præstegård
Præstegårdsstræde 6
4892 Kettinge
5487 3227
jc@km.dk

**Vil du være med
i en sorggruppe?**

