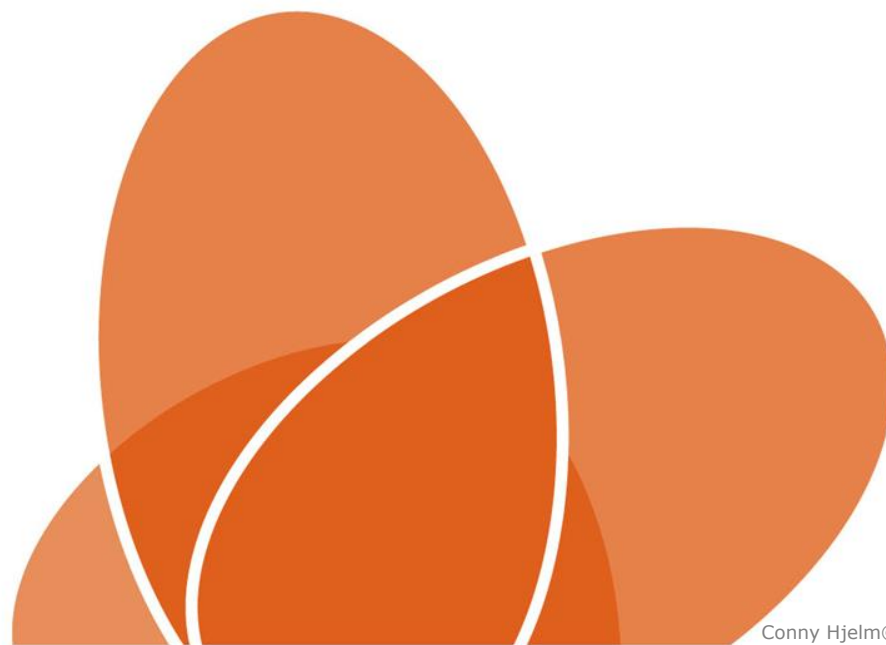




Sorg- og livsmodsgrupper

Introduktion til at komme godt i gang





Hvad er en sorg- og livsmodsgruppe?

- En samling af mennesker, der mødes fordi, de er fælles om at have oplevet at miste.
- En samling af mennesker, der ikke kender hinanden.
- En samling af mennesker, der har vidt forskellige oplevelser og erfaringer i forhold til det fælles tema.
- En samling af mennesker, som har forskellige erfaringer med at være i en gruppe.





Opstart af en sorg- og livsmodsgruppe

Formål og mål

1. Definition af formål
 - hvorfor har vi en sorg- og livsmodsgruppe?
2. Beskrivelse af mål
 - hvad får deltagerne skal få ud af det?





Opstart af en sorg- og livsmodsgruppe

Hvordan komme i gang?

1. Skaffe sorggruppeledere
 - hvad kræver det?
2. Finde deltagere
 - hvordan kommer man i kontakt med interesserede?
 - hvad kan spærre for deltagelse?





Opstart af en sorg- og livsmodsgruppe

3. Forsamtaler

- finde ud af om deltageren kan have glæde af en gruppe.
- høre fortællingen om den deltageren har mistet.
- fortælle hvordan gruppen arbejder.
- ikke bestemme sig på stedet, men fx ringe dagen efter.





Opstart af en sorg- og livsmodsgruppe

De praktiske rammer

1. Antal deltagere
2. Antal gange
3. Varighed for gruppemøderne
4. Forplejning





Opstart af en sorg- og livsmodsgruppe

Indhold

1. Valg af gruppeform (åben/lukket; styret/ikke styret)
2. En genkendelig mødeform, som benyttes på hvert gruppemøde
3. Valg af temaer for de enkelte gange
 - Sygeleje og dødsfald
 - Begravelsen
 - Håb
 - Egne reaktioner
 - Omgivelsernes reaktioner
 - Mening/meningsløshed
 - Mærkedage
 - Hvad man gør, når det er værst
 - O.a.





Opstart af en sorg- og livsmodsgruppe

Faglighed

1. Samtalem metode
 - fortællingen som metode.
2. Gruppeledelse
 - viden om hvordan grupper normalt "lever sit liv"
 - hvad indebærer det at være leder af gruppen
 - hvad er deltagerne ansvarlige for og hvad er gruppelederen ansvarlig for
 - samtaleskema
3. Sparring og erfaringsudveksling
 - evt. oprettelse af venskabsgrupper, der mødes jævnligt.





1. Formål

Beskrivelse af baggrunden for og hensigten med oprettelse af en sorg- og livsmodsgruppe.

2. Mål

Beskrivelse af hvad vi ønsker at deltagerne opnår.



3. Målgruppe

Hvem er egnede til at deltage i vores sorg- og livsmodsgruppe? (Her kan det betyder meget for gruppemedlemmerne, at de kan 'genkende' sig i hinandens fortællinger.)



4. Organisatoriske rammer

a/ Hvem er overordnet ansvarlig for arbejdet?

b/ Beskrivelse af økonomi.

*c/ Hvordan kommer man i kontakt med interesserede?
Herunder hvilken type PR man vil anvende.*

d/ De ydre rammer for gruppen bl.a. ift:

Hvor møderne afholdes, hvor mange gange gruppen skal mødes, hvor lang tid møderne varer, størrelse på gruppen, hvornår og hvordan afholdes forsamtalerne, mm.



5. Ledere af gruppen

Hvem er leder af gruppen?

Herunder også en beskrivelse af faglige krav til ledelse og hvad lederen er forpligtet på og ansvarlig for, samt om man ønsker en eller flere gruppeledere.



6. Ledelse i gruppen

Hvilken form for ledelse ønsker man at anvende og hvad betyder det for hhv. gruppeleders og deltagers rolle i gruppen:

- fast styret eller løst ledet gruppe?*
- bygges gruppesamlingerne op om temaer eller fri fortælling?*
- hvad er deltagerne selv ansvarlige for i gruppen?*
- hvad er gruppelederen ansvarlig for?*
- hvordan afsluttes en gruppe?*



7. Ledelse af gruppen

e/ Ønsker man individuel tavshedspligt eller kollegial tavshedspligt?

Individuel tavshedspligt betyder, at lederen/lederne af gruppen ikke kan dele erfaringer med andre gruppeledere.

Kollegial tavshedspligt betyder, at lederen/lederne af gruppen kan dele erfaringer med andre kollegaer.

Der er fordele og ulemper ved begge former og valget afhænger af, hvad den enkelte gruppeleder har det bedst med.



7. Ledelse af gruppen

f/ Hvorledes sikres fagligheden i arbejdet?

Fagligheden i arbejdet med sorg og livsmodsgrupper handler primært om indimellem at få tilført ny viden, få læsset af og sparret, og at udveksle erfaringer med andre.