

KONTAKTPERSONER
gällande stöd för unga i sorg

Ullakarin Westlin, diakon, Österåkers pastorat (Åkersberga)
telefon 08-540 845 70
ullakarin.westlin@svenskakyrkan.se

Kristina Nilsson, förskolelärare Täby församling
telefon 08-580 036 63
kristina.nilsson@svenskakyrkan.se

Annica Engqvist, församlingspedagog, Vallentuna församling.
telefon 08-511 862 06
annica.engqvist@svenskakyrkan.se

Kristina Stedman, diakon, Vaxholms församling.
telefon 08-541 717 11
kristina.stedman@svenskakyrkan.se



Stöd för barn & unga i sorg



Zebrasorg

Det är viktigt att prata om döden och sorg. De fantasier och tankar barn kan utveckla kring döden kan ofta vara värre än att prata om själva dödsfallet.

Man brukar säga att sorgen är "randig". Mellan de tunga och svarta perioderna kommer ljusare perioder när barnet inte alls tänker eller reflekterar över döden. I början är de svarta ränderna många och breda, men med tiden blir de smalare och färre. Helt går de kanske aldrig bort.

Sorgebearbetning för barn och unga

Inom Svenska kyrkan finns utbildad och erfaren personal med kompetens att hålla stödgrupper för barn och familj i sorg. Välkommen att kontakta någon av oss för att boka en tid.

En stödgrupp kan ge en struktur och en trygg ram för barnet att bearbeta sin sorg, samt vara ett positivt stöd till hela familjen. Genom att träffa andra barn eller unga i sorg kan man hitta strategier i sin sorg samt stärka förmågan att leva vidare i den nya livssituationen. Stödgrupperna ska inte fungera som terapi eller behandling.

I gruppen erbjuds

- En trygg miljö där barn får träffa andra i liknande situationer
- Möjlighet att dela tankar, känslor och erfarenheter
- En möjlighet till normalisering, det är okej att vara ledsen
- Stöd
- Ord för tankar och känslor
- Hopp om förändring

Stödträffarna är kostnadsfria. Vi sätter ihop lämpliga ålders-
anpassade grupper som träffas regelbundet.

Har du frågor eller är intresserad av att delta, kontakta någon av oss. Kontaktinformation hittar du på baksidan.