



Forældreforeningen – Vi har mistet et barn



Kære forældre

Har du lyst til at hjælpe andre forældre, der har mistet et barn?

En vigtig del af foreningens arbejde er at have selvhjælpsgrupper. En gruppe, der ledes af en eller to af foreningens kontaktpersoner. Det er forældre, der selv har mistet et barn og kender sorgen og smerten. Gruppen mødes fast, oftest en gang om måneden i ca. 2 timer. Her er det muligt at snakke om det, der gør allermost ondt. Nogle grupper mødes på en privatadresse, andre i f.eks. Frivillig Center.

Forløbet strækker sig typisk over halvanden til to år. Derefter er tanken, at gruppen mødes uden kontaktperson.

Vi har heldigvis flere grupper rundt i landet. Men der er områder, der ikke er dækket. Derfor søger vi forældre, der kunne tænke sig at være med til at gøre en forskel.

Kontaktpersonens opgave er ud over det formelle at samle gruppen også at lede gruppen, så alle får plads til at tale og ikke mindst at blive hørt.

Som kontaktperson skal man kunne rumme andres sorg. Derfor vil det oftest være 4 år efter, man har mistet sit barn, at egen sorg er så meget på plads, at man kan indgå som kontaktperson.

Måske er det noget for dig at blive ” oplært” som kontaktperson?

Vi tilstræber at man starter som ”føl” hos en igangværende kontaktperson, hvor man kan suge til sig og dele erfaringer. Inden man så selv starter op, har man en samtale med en psykolog. Det er for at sikre at man har egen sorg på plads, så det er forsvarligt at starte op. Altså både for at beskytte en kommende kontaktperson og kommende forældre i gruppen.

Endvidere samler vi en gruppe af kommende kontaktpersoner til et dagskursus.

En gang om året afholder vi weekendkursus med forskellige oplæg for kontaktpersoner og bestyrelsen.

Ved opstart af egen gruppe deltager en af foreningens ” gamle” kontaktpersoner. Opstart kan være efter et informationsmøde i lokalområdet eller at vores koordinator Susanne Petersen har sammensat en gruppe efter forældrehenvendelser.



Opgaven er ulønnet, men må ikke være en udgift, så evt. udgifter dækkes af foreningen.

Håber på at der er forældre der er interesseret i at indgå i vores team af frivillige forældre.

Så ring eller skriv til Susanne Petersen, koordinator, på 44 95 15 48
koordinator@mistetbarn.dk

eller Åse Bech Pedersen, formand, på 25 60 70 76 eller aase@mistetbarn.dk

Med venlig hilsen

Bestyrelses formand Åse Bech Pedersen