

SORGGRUPPE FOR MÆND



For hvem:

Voksne mænd, der har mistet ægtefælle, barn, nær ven eller lignende.

Mødested:

Kirkehuset i Grindsted, Kirkegade 22, 7200 Grindsted.

Tid:

Aftales, når en ny gruppe begynder.

Der holdes møder hver 3. eller 4. uge.

Antal deltagere:

Mellem 4 og 10.



Af og til har mænd lidt sværere end kvinder ved at tale om de praktiske og følelsesmæssige følger, det har, når man mister et nært familiemedlem eller en god ven. Men når man er sammen med andre mænd, kan det ofte være lettere - særligt når man mødes med det særlige formål at tale om det, der tynger.

Grindsted Kirke tilbyder enhver voksen, der har mistet, deltagelse i den åbne sorggruppe "Sorg og Savn" (den anden onsdag i hver måned kl. 14.30-16.00) , men der findes også et alternativ, som kun er for mænd.

Hvis du er mand og gerne vil mødes med andre mænd, der har mistet, er du meget velkommen til at kontakte sognepræst Egil Hvid-Olsen, 20 33 64 18, eho@km.dk. Hvis der allerede er gang i en gruppe, kommer nytilkomne med i den. Kører der ikke nogen gruppe, må man vente, indtil der har meldt sig tilstrækkeligt mange til.

Du er også velkommen, selvom du ikke bor i Grindsted - og naturligvis også, selvom du ikke har nogen særlig tilknytning til kirke og kristendom. Gruppelederen vil normalt kun komme ind på kristendom, hvis han bliver opfordret til det.

Hensigten med sorggruppen er at skabe mulighed for, at den enkelte kan fortælle om det, der tynger; det, der gør hverdagen svær. Samtidig yder sorggruppen en form for hjælp til selvhjælp, idet deltagerne opdager, at andre, der har mistet, slås med de samme tanker og bekymringer. På den måde kan man give hinanden indsigt og måske lære af, hvordan andre tackler særlige udfordringer.

Når man mødes i sorggruppen, underlægger man sig tavshedspligt, for det, de enkelte fortæller, er meget personlige sager, som ikke skal bringes videre.

Selvom der både drikkes kaffe og spises kage, styrer gruppelederen samtalen på en måde, så fokus holdes på det,

man er samlet om. Man kan altid snakke om vejret, men det er de færreste steder, man kan tale om tab, sorg og savn.

Sorggruppen er ikke en form for terapi og gruppelederen ikke en behandler.

Møderne holdes typisk på hverdage omkring fyraftenstid, så mænd i alle aldre har mulighed for at deltage.

Deltagelse er gratis.

Vil du vide mere?

...så kontakt sognepræst og sorggruppens leder Egil Hvid-Olsen, tlf.: 20 33 64 18, mail: eho@km.dk.



Egil har været sognepræst siden 1999; fra 2012 i Grindsted, Nollund og Urup.

Han har deltaget i adskillige kurser om sjælesorg og har gennem årene haft mange samtaler med folk i sorg. Desuden er han beredskabspræst.





Citater fra tidligere sorggruppe- deltagere

"Det har bare gjort godt!"

"Når jeg kom hjem, kunne børnene helt tydeligt mærke, at jeg havde været i sorggruppe. Jeg havde mere overskud!"

"Vi kommer med vidt forskellige baggrunde og er i det hele taget meget forskellige. Men vi har det tilfælles, at vi har mistet. Det gør, at vi kan tale sammen."

"Jeg var meget skeptisk i begyndelsen - men hvis nogen er i tvivl, om de skal melde sig til sorggruppen, skal de bare ringe til mig!"