

Å støtte barn i skolealder gjennom sorgen

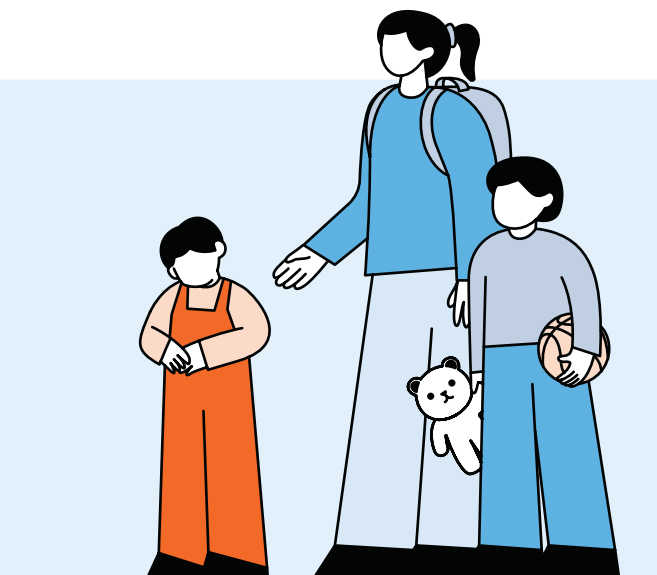


Sorg kommer og går – men forsvinner ikke helt

Selv når barn virker «OK», kan sterke følelser komme tilbake – særlig på merkedager, bursdager eller spesielle øyeblikk.

Støtte fra voksne

Venner er viktig, men barn vet ikke alltid hvordan de skal støtte en venn som sørger. Både barnet som sørger og vennene trenger voksenstøtte for å stå sammen i sorgen.



Barn er eksperter på egen sorg

Barn vet ofte selv hva som hjelper. Når vi lar barna være med å bestemme – for eksempel ved å spørre hvilken støtte de ønsker – viser vi tillit og gir dem en opplevelse av kontroll.



BarnsBeste

Nasjonalt kompetansenettverk
for barn som pårørende

Utviklet i samarbeid
med Martin Lytje