

5 centrale metoder til at guide dig i rollen som gruppeleder

1. Indtag en nysgerrig og ikke-vidende position

At indtage en ikke-vidende position kan styrke tilliden og trygheden i sorggruppen. Når børnene oplever en oprigtig interesse for deres tanker og følelser, giver du dem lyst til at dele mere.

- Vær nysgerrig på barnets fortællinger og erfaringer – søg indsigt i barnets tanker og perspektiver.
- Læg dine egne antagelser til side og undgå at færdiggøre deres sætninger.
- Lad dine spørgsmål, din tone og dit kropssprog signalere, at du oprigtigt ikke ved, hvordan det er at være barnet lige nu.
- Undersøg barnets egne overvejelser og tolkninger.
- Tillad dig selv at undre dig og stil spørgsmål til det, der kan virke selvfølgelig.
- Hold samtalen i gang ved at bruge barnets egne ord, udtryk og beskrivelser – så kan barnet mærke at du er aktivt lyttende.
- Gentag barnets udsagn ordret og stil uddybende spørgsmål, fx: "Du siger... Hvordan gør du det? Hvornår gør du det?"

Denne tilgang gør at barnet føler sig mødt og forstået, og du opnår nye indsigter som gruppeleder.

2. Barnet er ekspert på eget liv – du er guiden

Din rolle som gruppeleder er at hjælpe børnene til at blive eksperter på deres eget liv og give dem et sprog for de følelser, der kan være svære at rumme.

- Anerkend, at du ikke ved, hvordan det er at være barnet, og udtryk en oprigtig interesse i at lære mere og forstå dem bedre: "Jeg ved ikke, hvordan det er at være dig – det vil jeg gerne forstå bedre."
- Sæt barnets erfaringer og fortællinger i centrum.
- Nuancer barnets dominerende fortælling, hvis de føler skyld eller skam, ved at tilbyde alternative perspektiver på deres historie eller stille spørgsmål som: "Kan vi finde ud af...? Kan vi spørge...? Kan der være andre grunde...?"

3. Se børnenes situation i et relationelt perspektiv

Børns handlinger, identitet og forståelse af andre formes af de relationer og sammenhænge, de indgår i, fx familie, vennegrupper, skole eller fritidsaktiviteter.

- Inddrag barnets relationer og systemer i samtalen for at få en dybere forståelse af deres liv og deres relation til den syge eller afdøde.
- Vær opmærksom på, hvordan relationer kan påvirke barnets handlemuligheder.
- Undersøg, hvad barnet inviterer dig til at blive klogere på. Sæt ord på hvad du ser fx. kropssprog, ordvalg, stemninger, er der noget usagt?
- Stil spørgsmål som: "Hvem tænker du kunne støtte dig? Hvem har du brug for? Kan vi inddrage vedkommende? Hvad ville din mor sige?"

4. Der findes ikke kun én sandhed

Når børn fortæller om det, de har oplevet, er det vigtigt at huske, at der kan være flere måder at se den samme situation på. Hvert barn bærer sin egen version – og alle perspektiver er vigtige.

- Vær nysgerrig på forskellige oplevelser – også når de handler om det samme. To søskende kan have helt forskellige fortællinger, og begge har ret i deres egen historie.
- Vis, at der er plads til flere sandheder. Når vi lytter til dem alle, får vi et mere nuanceret billede – og børnene oplever, at deres stemme bliver taget alvorligt.

5. Forhold dig refleksivt – til dit arbejde, din rolle og børnene i gruppen

Refleksion er en vigtig del af din rolle som gruppeleder og kan styrke både din praksis og din udvikling.

- Reflekter løbende over din egen tilgang og praksis.
- Brug refleksion til at følge gruppens udvikling og til at identificere, hvordan du bedst guider de forskellige individer, der alle kommer med deres personlige og særegne historie.
- Se refleksion som en mulighed for både personlig og faglig vækst.
- Når du stopper op og reflekterer, danner du basis for ny læring og nødvendige forandringer, samtidig med at det bliver tydeligere for dig selv, hvorfor du handler, som du gør.
- Husk, at din rolle over for børnene skal være dynamisk og kan ændre sig fra gang til gang – og i overensstemmelse med de enkelte børns behov.

Ved at anvende disse metoder kan du skabe et trygt og udviklende rum i gruppen, hvor deres oplevelser og perspektiver bliver hørt og forstået.

