



Talk Samtalegruppe and 7.- 8.- 9. klasse chill

Talk and chill – en samtalegruppe for unge

Af kirke- og kulturmedarbejder Tina Juhl Søgaard

Gauerslund Sogn er et ret stort sogn syd for Vejle med knapt 10.000 indbyggere. Der er to skoler i sognet, som vi samarbejder med på forskellige måder. Vi er heldige at have en trofast flok frivillige, som hjælper med stort og småt. En dag sagde Ilse Sørensen, som er frivillig og uddannet psykoterapeut: „Der er så mange unge, som ikke har det godt. Skal vi ikke gøre noget ved det?“

Ilse opfordring førte til, at vi i samarbejde med skolerne fik startet en samtalegruppe for unge. Ordet "samtalegruppe" er lidt tungt, så hos os kom det til at hedde "Talk and chill" – og vi har nu gennemført 6 forløb. Vi har et forløb hvert forår og et hvert efterår. Der

kan maksimalt være 8 unge med hver gang og et forløb består af 8 samlinger af hver 2 timer.

Ilse har været med helt fra starten og er stadig med. Ud over hende er en sognepræst og jeg med. Når vi er tre er vi knapt så sårbare – der er plads til at én af os er optaget af noget andet og ikke kan deltage.

Inden vi gik i gang beskrev vi den gruppe, som vi gerne ville starte. Vi fik hjælp af et menighedsrådsmedlem til at lave nogle flotte postkort, som kunne fortælle lidt om vores tilbud. Derefter forsøgte vi at skabe kontakt til skolerne. Det var ikke helt let, selvom de faktisk helt fra starten var meget positive overfor tilbuddet.

Talk and chill

Samtalegruppe 7.-8.-9. klasse



Lone Sørensen - Terapeut

Derfor samtalegruppe!



Lisbeth Holm Eikensborg - Sognepræst



Tina Ithi Sørensen
Krite og kulturmedarbejder

Det er værd at vide!

Det laver vi i samtalegruppen!

Taler sammen
Laver små øvelser for at blive klogere på os selv
Spiller og leger
Spiser lidt sammen

Fordi det giver mulighed for at tale med andre om fx skilsmisse, sorg eller selvværd
Fordi det giver mulighed for at blive klogere på tanker, følelser og handlemuligheder
Fordi du opdager, at der er andre, der har oplevelser, der ligner dine
Fordi du bliver en del af et trykt fællesskab, hvor der er plads til både alvor og sjov

Der kan max. være 8 i gruppen
Vi mødes 8 gange à 2 timer – med 14 dages mellemrum
Vi mødes på Fristedet, Amaliegade 46 i Børkop
Det er gratis at deltage

Samtalegruppen er et samarbejde mellem Englystskolen og Menighedsplejen i Gæverslunde Sogn
Dette er et pædagogisk og ikke terapeutisk tilbud og indeholder ikke forkyndelse.

Medlem af Samvirkende
Menighedsplejer
CVR nr. 37 39 25 91



Vi fik først rigtigt "hul igennem", da en socialrådgiver, som kommer på begge skoler, involverede sig.

Nu fungerer det sådan, at AKT-lærerne på de to skoler finder de unge, som skal være med i gruppen. Det er også AKT-lærerne, som indhenter tilladelser hos forældre. Alle andre ressourcer stiller vi til rådighed. På begge skoler er der Talk and chill-ambassadører. Det er unge, som har været igennem forløbet, og som gerne vil fortælle kommende deltagere om, hvad Talk and chill er.

Vi har et fast program for de 8 gange vi mødes, men det er selvfølgelig ikke mere fast, end at vi fortsat udvikler på tilbuddet. Den faste ramme indeholder ting og lege, som gentages hver gang – og så er der ting, som forandrer sig hver gang. Den faste, genkendelige ramme skaber tryghed.

Det, som hele forløbet er bygget op omkring er metoden "Livets Træ". Det er en meget velafprøvet metode, som oprindeligt blev udviklet i Afrika til traumatiserede børn og unge. Metoden bruges nu meget bredt og i mange sammenhænge og er god til at hjælpe med at udfolde positive historier. Gennem arbejdet med Livets Træ får den unge styrket sin identitet og får fokus på værdier, gode oplevelser og ressourcer. Gennem arbejdet kan der uddrages viden om, hvad man gør, når livet gør ondt. Mens vi arbejder med Livets Træ tegner og skriver de unge på et A3-ark med et stort træ på. Gennem forløbet får de derfor lavet et træ, som samler en masse viden om dem og det, som de kan og står for.

Nogen har lyst til at hænge træet op på væggen i deres værelse efter forløbet, mens andre gemmer den et sted, så kun de selv kan se på det.

Ved de første møder gør vi meget ud af at snakke om tavshedspligt. Det er vigtigt, at vi får skabt en ramme, hvor de unge forstår, at de trygt kan dele deres historie. Det kommer hverken til forældre, skole eller nogen andre steder hen. Det bliver hos os i gruppen. De unge får også at vide, at de er velkomne hos os, når forløbet er slut, og vi oplever, at nogen kommer tilbage.

Vi oplever, at det ikke er vi voksne eller metoden, der er det vigtigste – selvom begge dele selvfølgelig er helt nødvendige for at skabe den ramme, som forløbet kan udfolde sig i. Derimod er vores allervigtigste opgave som ledere af gruppen at lytte og facilitere, at de unge får fortalt deres historie og får respons fra andre unge. Det, at de oplever, at de ikke er alene, men at der faktisk er andre unge, som har oplevelser, der ligner deres, det er dét, der gør den helt store forskel! Mange fortæller også, at det er en ny erfaring, at det faktisk hjælper at dele bekymringer med andre, at man kommer hurtigere igennem det svære. Og så er det selvfølgelig en dejlig oplevelse for en ung, som måske ikke har så godt et selvværd, at de faktisk kan bidrage til, at andre ser nye måder at tackle svære ting på.

Hvis de erfaringer, som vi har gjort os, kan bruges af andre, så vil vi gerne dele de materialer, som vi har udviklet. Både mails, telefonopringninger og besøg er velkomne.

Sammen

nummer 2/2019

Et magasin om diakoni



Unge og diakoni



Samvirkende
Menighedsplejer