



Sorgen i fokus - den livsnödvändiga sorgen

Förlust och de känslor som väcks kan ha många orsaker, allt från att förlora en anhörig, nära och kär vän, till att bli äldre eller att det inte går som man tänkt sig i livet.

Förlust gör ont, så ont att det kan vara lätt att söka undvika det.

Förlust erfar vi tidigt i livet, från det att bli varse att vi inte är den ende för våra föräldrar och det följer oss genom hela livet.

De första känslorna på förlust med frustration, kanske avundsjuka, svartsjuka och hat, måste bearbetas för att vi inte skall fastna. Fastna i vår utveckling, fastna i positioner av bitterhet och rentav paranoida tillstånd. Det är nödvändigt att bearbeta detta för att komma åter till livet. Bearbetning sker i sorgen då vi under ett ytterst omfattande mentalt arbete testar, prövar och sliter med våra känslor och den yttre verkligheten. I början av vårt liv hjälper våra föräldrar oss oftast med detta arbete och vi tillskansar oss en förmåga att bearbeta händelser. Ibland räcker denna förmåga inte till och vi behöver hjälp av en medmänniska eller eventuellt en terapeut.

Vi ägnar vårt temaår hösten 2011 och våren 2012 åt sorgen som är så livsavgörande att vi behöver uppmärksamma den och lära om den för att vårda livet.

Under vårt temaår arrangerar vi:

- Fredagskonsultationer
- Seminarier/föreläsningar (information kommer till hösten)
- Filmförevisningar (information kommer till hösten)