Sorgskole

Kompetanseheving om sorg og sorgstøtte



2025 - 2026

Sluttrapport er skrevet og publisert høst 2026

STØTTET AV STIFTELSEN DAM

Innhold

Sammendrag **3**

Innledning **4**

Bakgrunn 4

Finansiering 4

Mål og visjon **5**

Målgruppe 5

Mål 5

Organisering **6**

Prosjektgruppe 6

Ressursgruppe 7

Samarbeidspartnere 7

Gjennomføring og metode **8**

Fremdrift 9

Vurdering av prosjektet **10**

Suksessfaktorer og utfordringer 10

Rapportering og oppfølging 12

Økonomi **13**

Vedlegg **15**

Sammendrag

Sorgskolen ble utviklet som et tverrfaglig kompetansehevingstilbud for fagpersoner med minimum treårig høyskoleutdanning som møter mennesker i sorg gjennom sitt arbeid. Prosjektet ble ledet av USHT-Vestfold og gjennomført i samarbeid med Den norske kirke, Sykehuset i Vestfold og Kreftforeningen. Senter for omsorgsforskning Sør er samarbeidspartner knyttet til evaluering av prosjektet.

Bakgrunnen for prosjektet var et identifisert behov for mer kunnskap om sorg og sorgstøtte. Erfaringene fra fagnettverket Sorgstøtte Vestfold og en fagdag om sorg i 2024 viste stor interesse for feltet og et tydelig ønske om videre kompetanseheving.

Sorgskolen ble gjennomført som et opplæringsløp med fire fysiske fagsamlinger og digitale refleksjonssamlinger mellom de fysiske samlingene. Innholdet fulgte ulike livsfaser og belyste blant annet tilknytning, sorg hos barn og unge, sorgteori, identitet, komplisert sorg og sorgstøtte for voksne.

Sorgskolen hadde 170 påmeldte deltakere fra et bredt spekter av tjenester og fagmiljøer. Av disse gjennomførte 89 alle de fire fysiske samlingene og kvalifiserte dermed til kursbevis. Evalueringene viser gjennomgående høy tilfredshet med de fysiske samlingene og høy opplevd relevans og nytteverdi. Sluttevalueringen viser at 76 av 77 respondenter var helt enige eller enige i at de hadde fått økt kompetanse om sorg og sorgstøtte. 73 av 76 oppga at de følte seg tryggere i møte med mennesker i sorg, og 76 av 78 svarte at Sorgskolen hadde gitt dem nyttige verktøy. Alle de 78 som svarte på spørsmålet om relevans, vurderte innholdet som relevant for egen arbeidshverdag.

Deltakernes tilbakemeldinger peker samtidig på viktige læringspunkter. De fysiske samlingene ble vurdert som mest nyttige, mens de digitale refleksjonssamlingene fungerte mindre godt. Tekniske utfordringer, digitale grupperom og det å dele erfaringer om sårbare temaer på skjerm ble blant annet trukket frem. Dette er viktige erfaringer å ta med i utviklingen av eventuelle fremtidige kompetansetiltak.

Samlet vurderes Sorgskolen å ha nådd hovedmålet om å bidra til økt kompetanse og gi deltakerne relevante verktøy og større trygghet i møte med mennesker i sorg.

Innledning

Sorg er en naturlig reaksjon på tap og kan oppstå i forbindelse med dødsfall, men også ved andre store endringer og tap i livet. Sorg oppleves og uttrykkes ulikt, og kunnskap om sorg og sorgstøtte er relevant for en rekke faggrupper og tjenester.

USHT-Vestfold gjennomførte i perioden **2025–2026** prosjektet Sorgskolen, et kompetansehevingstilbud for fagpersoner med minimum treårig høyskoleutdanning som møter mennesker i sorg gjennom sitt arbeid. Prosjektet ble gjennomført i samarbeid med Den norske kirke, Sykehuset i Vestfold og Kreftforeningen.

Sorgskolen skulle bidra med både teoretisk kunnskap og praktiske ferdigheter og samtidig legge til rette for refleksjon og erfaringsdeling på tvers av faggrupper og tjenester.

Bakgrunn

Sykehuset i Vestfold etablerte i 2024 fagnettverket Sorgstøtte Vestfold. Kommunene i Vestfold var representert i nettverket sammen med blant annet Kreftforeningen, Human-Etisk Forbund og Den norske kirke. Samme år ble det gjennomført en fagdag om sorg i samarbeid med USHT-Vestfold. Fagdagen hadde god deltakelse, og tilbakemeldingene viste et ønske om mer kunnskap om sorg og sorgstøtte. Dette dannet et viktig grunnlag for utviklingen av Sorgskolen.

Prosjektet tok utgangspunkt i at fagpersoner innen ulike tjenester møter mennesker som opplever sorg, og at det derfor er behov for kunnskap og kompetanse som kan benyttes på tvers av fagområder og aldersgrupper. Målet var å utvikle et opplæringstilbud som kombinerte kunnskap om sorg med konkrete verktøy for fagpersoner i møte med barn, unge og voksne.

Finansiering

Prosjektet ble finansiert gjennom tilskudd fra Statsforvalteren i Vestfold og Telemark, tilskudd fra Stiftelsen Dam via Kreftforeningen, støtte fra kreftforeningen i Sandefjord og egeninnsats/egenfinansiering fra medarbeiderne i prosjektgruppen.

Mål og visjon

Sorgskolen skulle styrke kompetansen om sorg og sorgstøtte blant fagpersoner og bidra til større trygghet i møte med mennesker som opplever sorg og tap.

Opplæringen skulle kombinere teoretisk kunnskap med praktiske ferdigheter og gi deltakerne en økt forståelse av sorg og konkrete verktøy som kunne brukes i egen arbeidshverdag.

Målgruppe

Målgruppen for Sorgskolen var fagpersoner med minimum treårig høyskoleutdanning som gjennom sitt arbeid møter mennesker i sorg, og som har behov for økt kompetanse på området. Dette omfattet blant annet ansatte innen helse- og omsorgstjenestene, skole og barnehage, psykisk helse og andre relevante fagområder.

Sorgskolen fikk bred tverrfaglig oppslutning. Ved statusrapporteringen i mai 2026 hadde opplæringen samlet deltakere fra blant annet kommunehelsetjenesten, barnehage og skole, kirke, fengselshelsetjeneste, pårørendesentre og spesialisthelsetjenesten. Blant deltakerne var blant annet psykologer, sykepleiere, lærere, barnehagelærere, prester og miljøveiledere.

Den brede deltakelsen viser at temaet var relevant på tvers av tjenester og profesjoner.

Mål

Det overordnede målet med prosjektet var å utvikle og gjennomføre et opplæringsprogram som skulle gi medarbeidere som møter mennesker i sorg nødvendig kompetanse og verktøy til å håndtere sorgarbeid på en profesjonell og empatisk måte. Opplæringen skulle omfatte både teoretisk kunnskap og praktiske ferdigheter.

Prosjektet hadde følgende delmål:

- økt kompetanse blant personell som møter mennesker i sorg
- bedre støtte og tilrettelegging for pasienter og pårørende som opplever sorg
- bidra til langsiktig forbedring av kvaliteten på tjenester relatert til sorgarbeid.

Måloppnåelsen vurderes nærmere på side 10, under kapittelet om *vurdering av prosjektet*.

Organisering

Prosjektet ble eid og ledet av USHT-Vestfold. Det ble etablert en prosjektgruppe og en ressursgruppe, og prosjektet ble gjennomført i samarbeid med flere aktører med ulik fagkompetanse innen sorg og sorgstøtte.

Prosjektgruppe

Prosjektgruppen hadde ansvar for utvikling og gjennomføring av opplæringsprogrammet, med jevnlige møter gjennom hele prosjektperioden.

Prosjektgruppen besto av:

Navn	Rolle	Stilling
Camilla Sætra Schibsted	Prosjektmedarbeider	Kreftforeningen Vestfold
Karin Sjue	Prosjektmedarbeider	Kreftsykepleier Sykehuset i Vestfold, lindrende poliklinikk/palliativt team, onkologisk seksjon
Anita Nilo	Prosjektmedarbeider	Faglig rådgiver USHT-Vestfold
Ole A. Hafell	Prosjektmedarbeider	Diakon UngSorg Vestfold/Den norske kirke
Ida Eide Johansen	Prosjektleder	Rådgiver og prosjektleder, USHT- Vestfold

Ressursgruppe

Ressursgruppen var delaktig i planleggingen og utarbeidelsen av Sorgskolen, og ble holdt orientert om fremdriften gjennom prosjektperioden.

Ressursgruppen bestod av:

Navn	Rolle	Stilling
Geir Dunseth	Ressursperson	Samhandlingslege SiV og fastlege i Holmestrand kommune
Grethe Sederkvist	Ressursperson	Virksomhetsleder forebyggende helestjenester barn og unge i Færder kommune
Trine Bålsrød Vik	Ressursperson	Rektor på Fagerli skole i Larvik kommune
Marthe Opsal	Ressursperson	Psykolog, familiehuset, Tønsberg og Re
Liselotte Wettby	Ressursperson	Sykehusprest, leder KEK

Samarbeidspartnere

Sorgskolen ble gjennomført i samarbeid mellom USHT-Vestfold, Den norske kirke, Sykehuset i Vestfold og Kreftforeningen. Disse aktørene var representert i prosjektgruppen og bidro i utviklingen og gjennomføringen av prosjektet.

Senter for omsorgsforskning Sør (SOF) har vært samarbeidspartner i prosjektet og skal gjennomføre en følgeevaluering etter prosjektslutt. Følgeevalueringen skal blant annet undersøke hvilken betydning opplæringen har hatt for deltakernes praksis, samt belyse prosjektets nasjonale overføringsverdi.

Gjennomføring og metode

Sorgskolen ble utviklet som et opplæringsløp med fire fysiske fagsamlinger og digitale refleksjonssamlinger mellom de fysiske samlingene. Hensikten med refleksjonssamlingene var å gi deltakerne anledning til felles refleksjon og erfaringsutveksling. Boken ***At forstå sorg*** (Mogensen og Engelbrekt, 2013) ble brukt som pensumlitteratur, og deltakerne fikk anbefalt relevante kapitler i forkant av hver fysisk samling.

Totalt var 170 deltakere påmeldt Sorgskolen. Deltakelsen varierte gjennom opplæringsløpet, med 147 deltakere på første fysiske samling, 138 på andre samling, 108 på tredje samling og 110 på den avsluttende samlingen.

For å kvalifisere til kursbevis måtte deltakerne ha deltatt på alle de fire fysiske samlingene. Totalt 89 deltakere oppfylte dette kravet og mottok kursbevis. Deltakere som av ulike årsaker ikke hadde anledning til å delta på alle samlingene, fikk tilbud om bekreftelse på de samlingene de hadde deltatt på.

Flere deltakere har uttrykt ønske om å få informasjon dersom Sorgskolen gjennomføres på nytt, blant annet for å kunne delta på samlinger de tidligere har gått glipp av. Dette tyder på fortsatt interesse for opplæringstilbudet også etter prosjektperioden.



De fire fysiske samlingene tok for seg sorg og sorgstøtte gjennom ulike livsfaser:

Samling 1: De første årene
Samlingen omhandlet blant annet utviklingsstadier, tilknytning, sorg hos de yngste og lyttende kommunikasjon. Evalueringen viste svært høy tilfredshet. Deltakerne trakk blant annet frem økt forståelse for barns sorgreaksjoner og konkrete verktøy i møte med barn.

Samling 2: Hva er sorg?
Samlingen omhandlet blant annet sorgteori, identitetsdannelse, utenforskap og hvordan fagpersoner kan støtte og snakke med barn i skolealder som har opplevd tap og sorg. Deltakerne trakk særlig frem balansen mellom teori og praksis og den konkrete og anvendbare kunnskapen.

Samling 3: Ungdom og unge voksne
Her var temaene blant annet narrativ identitet, ungdomsutvikling og hvordan sorg og krise påvirker ungdom og unge voksne. Deltakerne trakk blant annet frem betydningen av relasjon og trygghet, konkrete verktøy i samtaler med ungdom og viktigheten av å tørre å spørre og stå i det vanskelige.

Samling 4: Komplisert sorg og sorgstøtte for voksne
Den siste fysiske samlingen omhandlet komplisert sorg, sorgstøtte for voksne og selvivaretakelse. Også denne samlingen fikk gode tilbakemeldinger. 78 av 82 respondenter svarte helt enig eller enig i at innlegget om komplisert sorg og sorgstøtte for voksne var nyttig. Innlegget om egenomsorg ble vurdert positivt av 73 av 81 respondenter.

Evaluering var en sentral del av gjennomføringen. De fysiske samlingene ble evaluert fortløpende, og etter siste samling ble det gjennomført en samlet evaluering av Sorgskolen. Evalueringene har gitt kunnskap om deltakernes opplevde utbytte og om hvilke deler av gjennomføringsmodellen som fungerte godt og mindre godt.

Fremdrift

Utviklingen av opplæringsprogrammet startet våren 2025. Første fysiske fagsamling ble gjennomført høsten 2025, og opplæringen fortsatte gjennom 2026.

De fysiske samlingene ble gjennomført:

- Samling 1: 4. september 2025
- Samling 2: 8. januar 2026
- Samling 3: 23. april 2026
- Samling 4: 3. september 2026

De digitale samlingene ble gjennomført:

- 25. september 2025
- 29. januar 2026
- 21. mai 2026
- 24. september 2026

Vurdering av prosjektet

Evalueringene viser gjennomgående svært gode resultater og tyder på at Sorgskolen i stor grad har nådd målet om å øke deltakernes kompetanse og trygghet i møte med mennesker i sorg.

I sluttevalueringen svarte 59 av 77 **helt enig,** og 17 **enig** på at de hadde fått økt kompetanse i sorg og sorgstøtte etter deltakelse på Sorgskolen. Det innebærer at 76 av 77 ga en positiv vurdering.

På spørsmålet om deltakerne følte seg tryggere i møte med mennesker i sorg enn før de startet på Sorgskolen, svarte 44 helt enig og 29 enig. Tre svarte verken eller, og ingen svarte negativt.

Evalueringen viser også at deltakerne opplever at opplæringen har gitt dem anvendbare verktøy. 45 av 78 svarte helt enig og 31 enig i at Sorgskolen hadde gitt dem nyttige verktøy i møte med mennesker i sorg.

Et særlig positivt resultat er den høye opplevde relevansen. Alle de 78 respondentene som besvarte spørsmålet om relevans, svarte helt enig eller enig i at innholdet i Sorgskolen var relevant for egen arbeidshverdag.

Det er også tegn på at kunnskapen er tatt i bruk. 68 av 77 respondenter svarte helt enig eller enig på at de hadde tatt kunnskap fra Sorgskolen i bruk i egen arbeidshverdag.

Fritekstsvarene understøtter de kvantitative resultatene. Deltakerne trekker blant annet frem økt forståelse av sorg, kunnskap om sorgprosesser, faglige modeller, større trygghet, konkrete verktøy og ulike tilnærminger til samtaler med mennesker i sorg som verdifullt.

Den samlede tilfredsheten var svært høy. Alle de 75 som besvarte påstanden «Jeg er totalt sett fornøyd med Sorgskolen», svarte helt enig eller enig. På spørsmålet om de ville anbefale Sorgskolen til andre, svarte 73 av 74 helt enig eller enig.

På bakgrunn av evalueringene vurderes hovedmålet om økt kompetanse, relevante verktøy og større trygghet i møte med mennesker i sorg som oppnådd. Resultatene gir samtidig ikke alene grunnlag for å konkludere med langsiktige effekter på kvaliteten i tjenestene. Dette vil kreve vurdering over tid og eventuelt andre typer data enn deltakernes egenevaluering. Dette er noe Senter for omsorgsforskning – sør skal vurdere nærmere i deres evaluering etter prosjektslutt.

Suksessfaktorer og utfordringer

En sentral suksessfaktor i prosjektet har vært den brede kompetansen i prosjektgruppen og det gode samarbeidet på tvers av fagområder og organisasjoner. Ulike perspektiver, erfaringer og faglige ståsteder har vært en styrke i både planleggingen og gjennomføringen av Sorgskolen.

Også bredden i deltakergruppen har vært en styrke. Sorgskolen samlet deltakere fra ulike tjenester og profesjoner og skapte en felles arena for kompetanseheving innen sorg og sorgstøtte.

Den høye påmeldingen viser at det har vært stor interesse for kompetanseheving på området. Samtidig var det en nedgang i deltakelsen gjennom opplæringsløpet. Av 170 påmeldte kvalifiserte 89 deltakere til kursbevis ved å delta på alle fire fysiske samlinger. Flere av deltakerne som ikke fullførte hele opplæringsløpet, har uttrykt ønske om å få informasjon dersom Sorgskolen arrangeres igjen, slik at de kan delta på samlinger de tidligere har gått glipp av.

Evalueringene peker videre på flere forhold som har bidratt positivt:

- faglig relevante temaer
- foredragsholdere med kompetanse og erfaring innen de ulike temaene
- kombinasjonen av teori og praksis
- konkrete eksempler og verktøy
- fysiske møteplasser
- muligheten til å møte fagpersoner fra andre tjenester og fagområder

Deltakernes tilbakemeldinger viser særlig at praksisnær undervisning og konkrete verktøy har vært verdsatt. Det faglige innholdet har samtidig gitt deltakerne språk, modeller og perspektiver som de kan ta med seg videre i eget arbeid.

De digitale refleksjonssamlingene peker seg tydelig ut som den største utfordringen i gjennomføringen. Underveis oppsto tekniske problemer knyttet til pålogging og grupperom. Overgangen fra Teams til Zoom bidro til forbedringer, men utfordringene ble ikke fullt ut løst.

I sluttevalueringen oppga flere at de hadde hatt begrenset utbytte av de digitale samlingene. Flere ønsket flere fysiske samlinger, mens andre foreslo at refleksjon og gruppearbeid i større grad kunne gjennomføres som del av de fysiske samlingene. Enkelte trakk også frem at det kan være krevende å dele erfaringer om sorg og sårbare hendelser med ukjente deltakere digitalt.

Andre innspill handlet om tidspunkt, intervallene mellom samlingene og opplæringsløpets samlede varighet. Enkelte ønsket samlinger tidligere på dagen eller innenfor ordinær arbeidstid, mens andre ønsket kortere tid mellom samlingene.

Når det gjelder faglig innhold, etterlyste enkelte deltakere mer fordypning i komplisert sorg, sorg hos voksne og eldre og enda flere konkrete og praksisnære verktøy.

Erfaringene tilsier derfor at en eventuell videreføring bør bygge videre på styrkene ved de fysiske fagsamlingene, samtidig som formatet for refleksjon og erfaringsdeling vurderes på nytt.

Rapportering og oppfølging

I henhold til prosjektplanen skal det rapporteres til Statsforvalteren i Vestfold og Telemark og Stiftelsen Dam i tråd med gjeldende retningslinjer, Sandefjord kreftforening vil motta sluttrapporten.

Senter for omsorgsforskning Sør har vært samarbeidspartner i prosjektet og skal gjennom følgeforskning evaluere opplæringen, blant annet med tanke på endringer i deltakernes praksis og nasjonal overføringsverdi. Følgeforskningen gjennomføres etter prosjektslutt, og rapporten forventes publisert i løpet av 2027.

Erfaringene fra gjennomføringen og evalueringene vil inngå i vurderingen av eventuell videreføring og videreutvikling av Sorgskolen. Sluttevalueringen viser høy opplevd relevans og et ønske om fortsatt oppmerksomhet rundt sorg og sorgstøtte. Følgeevalueringen fra Senter for omsorgsforskning Sør vil gi ytterligere kunnskap om hvilken betydning opplæringen har hatt for deltakernes praksis og om prosjektets overføringsverdi. Per dags dato foreligger det ingen konkrete planer fra USHT-Vestfold om å videreføre Sorgskolen. Resultatene fra følgeevalueringen vil imidlertid gi et viktig kunnskapsgrunnlag for å vurdere en eventuell videreføring og nye søknader om finansiering. Dette vil bli vurdert nærmere i 2027.



Økonomi

Prosjektmidlene er mottatt fra Statsforvalter for Vestfold og Telemark, stiftelsen Damnet og Sandefjord kreftforening.

KOSTNADSOVERSLAG	BELØP
Lønnsutgifter prosjektleder, 20 %	240 000 kr
Samlinger og fagressurser	400 000 kr
Følgeforskning	150 000 kr
SUM KOSTNADER	**790 000 kr**

*alle kostnader er eks.moms.

FINANSIERING	BELØP
Tilskudd fra Statsforvalter Vestfold og Telemark	150 000 kr
Tilskudd fra Stiftelsen Dam / Kreftforeningen	400 000 kr
Sandefjord kreftforening	100 000kr
Egeninnsats / egenfinansiering USHT-V	140 000 kr
SUM FINANSIERING	**790 000 kr**

Referanser

Dyregrov, A. & Lytje, M. (2021). *Håndbok i barns sorg*. Fagbokforlaget.

Engelbrekt, P. & Mogensen, J. R. (2013). *At forstå sorg: Teoretiske og praktiske perspektiver*. Samfundslitteratur.

Helsenorge. *Dødsfall – sorg, sorgreaksjoner og bearbeiding*.

Klinikk for krisepsykologi. *Om sorg og vanlige etterreaksjoner*.

World Health Organization (WHO). *ICD-11: International Classification of Diseases 11th Revision*.

Vedlegg

Flyer Sorgskolen



Samlet program

Sorgskolen 2025 - 2026

Samling 1	Tema	Foredragsholdere
4. september 2025 Kl. 13.30 – 18.00 De første årene	**Tema 1** – De første årene: Utviklingsstadier og reaksjoner på tap **Tema 2** – De første årene: Tilknytning (At forstå sorg, kap. 7) **Tema 3** – Sorg hos de yngste **Tema 4** – Lyttende kommunikasjon (At forstå sorg, kap. 12)	**Hedvig Montgomery:** En av Norges mest anerkjente psykologer og er spesialist innen familie- og parterapi. Montgomery er deleier av praksisen Montgomery AS og står bak den internasjonalt bestselgende bokserien «Foreldremagi» som er oversatt til 23 språk. I samarbeid med Aftenposten har hun den ukentlige podcasten og A-magasinspalten *Foreldrekoden*. I tillegg har Montgomery lang erfaring med arbeid med TV-produksjoner og oppfølging av mennesker som opplever medieeksponering. **Inger Johanne Tollnes:** Førstelektor i pedagogikk ved universitetet i Sørøst-Norge, der hun underviser om pedagogisk ledelse og utviklingsarbeid i barnehagelærerutdanningen og i Regional ordning for barnehagebasert kompetanseutvikling. Tollnes har tidligere 30 års erfaring fra arbeid som pedagogisk leder og styrer i barnehage. **Ole A. Hafell:** Diakon og prosjektleder for UngSorg Vestfold, et samarbeid mellom Den norske kirke og Tønsberg kommune. Styremedlem i Sorgstøttealliansen.

Samling 2	**Tema**	**Foredragsholdere**
8. januar 2026 Kl. 13.30 – 18.00 Hva er sorg?	**Tema 5** – Sorgteorier (At forstå sorg, kap. 5) **Tema 6** – Identitetsdannelse og å finne sin plassi felleskapet **Tema 7** – Utenforskap (At forstå sorg, kap.8) **Tema 8** – Å hjelpe skolebarn som har opplevd tap, død og sorg (At forstå sorg, kap. 12)	**Knut Andersen:** Høgskolelektor ved VID vitenskapelige høgskole, med hovedansvar for emnet Sorgstøtte. Leder for Sorgstøttealliansen. Fagperson i Norsk-Ukrainsk prosjekt for sorgstøtte og i prosjekt for selvmordsforebygging i arktiske strøk, i regi av Arktisk råd.
Samling 3	**Tema**	**Foredragsholdere**
23. april 2026 Kl. 13.30 – 18.00 Verden til ungdom og unge voksne	**Tema 9** – Fortellingen om meg selv (At forstå sorg, kap.6) **Tema 10** – Ungdomshjernen **Tema 11** – Å hjelpe ungdom som har opplevd tap, død og sorg (At forstå sorg, kap.13) **Tema 12** – Traumer og mental helse – livslange spor	**Vibeke Roness Lind:** Familieterapeut som jobber i et lavterskeltilbud i Fredrikstad kommune. Jeg mistet mammaen min i kreft når jeg var 12 år. Og i dette har jeg vært opptatt av hvordan vi møter, forstår og tenker om barn i sorg eller barn som lever med tapserfaring. Jeg leverer våren 2025 min masteroppgave med tittelen «Å miste som barn og minnes som voksen». **Anne-Kristin Imenes:** Psykolog og spesialist i barne- og ungdomspsykologi. Lang erfaring i arbeid med barn, ungdom og familier fra psykisk helsetjeneste i kommune, pedagogisk-psykologisk tjeneste (PPT), familievern og barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP). Bakgrunn som veileder, foredragsholder og fagbokforfatter.

Samling 4	**Tema**	**Foredragsholdere**
3. september 2026 Kl. 13.30 - 18.00 Komplisert sorg og sorgstøtte for voksne	**Tema 13** – Den fastlåste sorgen (At forstå sorg, kap.10) **Tema 14** – Meningsskapning **Tema 15** – Hvordan hjelpe voksne som har opplevd tap, død og sorg **Tema 16** – Å ta vare på seg selv som hjelper	**Trine Giving Kalstad:** Fagsjef i Landsforeningen uventet barnedød (LUB) og gjesteforsker ved Senter for krisepsykologi ved Universitetet i Bergen (UiB). Hun vil i sitt innlegg presentere ferske funn fra NORHJELP-studien. Dette er et forskningsprosjekt som undersøker hvordan etterlatte foreldre og voksne søsken opplever det offentlige hjelpetilbudet etter å ha mistet et barn eller søsken under 40 år ved plutselig, uventet eller voldsom død. Nestleder i Sorgstøttealliansen.

Foredragsholdere

Sorgskolen 2025 - 2026

Samling 1, De første årene
4. september 2025

De første årene legger et grunnlag for mye i livet. Hvordan jeg oppfatter meg selv, mine tilknytningsmønstre og hvordan jeg takler livets motgang og kriser. Hedvig Montgomery tar oss med inn i de viktigste utviklingstrekkene og dannelsen av våre tilknytningsmønstre. Inger Johanne Riis Tollnes gir verktøy til kommunikasjon med de yngste, et lyttende nærvær. Ole Hafell setter sorgstøtte for de yngste inn i en teoretisk og helhetlig ramme.

Hedvig Montgomery er en av Norges mest anerkjente psykologer og er spesialist innen familie- og parterapi. Montgomery er deleier av praksisen Montgomery AS og står bak den internasjonalt bestselgende bokserien «Foreldremagi» som er oversatt til 23 språk. I samarbeid med Aftenposten har hun den ukentlige podcasten og A-magasinspalten *Foreldrekoden*. I tillegg har Montgomery lang erfaring med arbeid med TV-produksjoner og oppfølging av mennesker som opplever medieeksponering.

Inger Johanne Tollnes er førstelektor i pedagogikk ved universitetet i Sørøst-Norge, der hun underviser om pedagogisk ledelse og utviklingsarbeid i barnehagelærerutdanningen og i

Regional ordning for barnehagebasert kompetanseutvikling. Tollnes har tidligere 30 års erfaring fra arbeid som pedagogisk leder og styrer i barnehage.

Ole A. Hafell er diakon og prosjektleder for UngSorg Vestfold, et samarbeid mellom Den norske kirke og Tønsberg kommune. Styremedlem i Sorgstøttealliansen.

Samling 2, Hva er sorg?
8. januar 2026

Hva er sorg? Og hvilke utfordringer står skolebarn som miste nære pårørende overfor? Knut Andersen gir oss en innføring i hvordan vi tilnærmer oss sorg og sorgstøtte i dag. Skoleårene gir arenaer for å utforske sin plass i det store fellesskapet og kan gi opplevelser av utenforskap. Å miste en av sine nærmeste utfordrer disse prosessene. Knut gir også konkrete verktøy til å hjelpe og snakke med barna i skolealder.

Knut Andersen er en erfaren klinisk sosionom, gruppeterapeut og førstelektor ved VID vitenskapelige høgskole, med en master i sosialfaglig arbeid med barn og unge. Han har over 20 års erfaring innen sorgstøttearbeid, hovedsakelig fra "Poliklinikk Sorgbehandling" ved Akershus Universitetssykehus.

Ved VID er Knut blant annet ansvarlig for en videreutdanning i sorgstøttearbeid. Han er også tilknyttet Akershus Universitetssykehus, hvor han leder et prosjekt om sorgstøttearbeid i Ukraina, og har en bistilling ved Universitetet i Oslo (UIO) hvor han underviser i behandling av forlenget sorglidelse.

Knut er opptatt av hvordan fagfolk kan ivareta seg selv i krevende arbeidsmiljøer, og er leder av Sorgstøttealliansen, et nasjonalt kompetansenettverk for fag- og likepersoner som møter etterlatte og pårørende.

Samling 3, Verden til ungdom og unge voksne
23. april 2026

Denne dagen tar vi deg med inn i verden til ungdom og unge voksne. Med en større evne til abstrakt tenkning kan vi fokusere på fortellingen om meg selv. Vibeke Roness Lind deler sin kunnskap om vår narrative identitet. Anne Kristin Imenes tar oss videre med inn i ungdommens utvikling, med spesielt fokus på hvordan den påvirkes når den blir utsatt for sorg og krise. Her gir hun flere eksempler på hvordan vi som fagpersoner kan være til hjelp.

Vibeke Roness Lind er familieterapeut som jobber i et lavterskeltilbud i Fredrikstad kommune. Jeg mistet mammaen min i kreft når jeg var 12 år. Og i dette har jeg vært opptatt av hvordan vi

møter, forstår og tenker om barn i sorg eller barn som lever med tapserfaring. Jeg leverer våren 2025 min masteroppgave med tittelen «Å miste som barn og minnes som voksen».

Anne-Kristin Imenes er psykolog og spesialist i barne- og ungdomspsykologi. Lang erfaring i arbeid med barn, ungdom og familier fra psykisk helsetjeneste i kommune, pedagogisk-psykologisk tjeneste (PPT), familievern og barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP). Bakgrunn som veileder, foredragsholder og fagbokforfatter.

Samling 4, Komplisert sorg og sorgstøtte for voksne
3. september 2026

Den siste dagen tar Trine Giving Kalstad oss med inn i temaene komplisert sorg, sorgstøtte for voksne og meningsskapning. Ole Hafell avslutter kursrekken med emnet selvivaretagelse.

Trine Giving Kalstad er fagsjef i Landsforeningen uventet barnedød (LUB) og gjesteforsker ved Senter for krisepsykologi ved Universitetet i Bergen (UiB). Hun vil i sitt innlegg presentere ferske funn fra NORHJELP-studien. Dette er et forskningsprosjekt som undersøker hvordan etterlatte foreldre og voksne søsken opplever det offentlige hjelpetilbudet etter å ha mistet et barn eller søsken under 40 år ved plutselig, uventet eller voldsom død. Nestleder i Sorgstøttealliansen.

Sorgskolen ble arrangert av:

SYKEHUSET I VESTFOLD
KREFTFORENINGEN
DEN NORSKE KIRKE
Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester VESTFOLD