



**Samtalegrupper for børn og unge
der har en psykisk sårbar forælder**

Erfaringer viser, at børnene har glæde af at deltage i samtalegrupperne på mange måder

F.eks.:

- De oplever mindre ensomhed.
- De får flere handlemuligheder, når de møder noget der er svært.
- De får viden om psykisk sårbarhed.
- De får erfaring med at tale, om det der er svært.
- De får mindre følelse af skyld.

Samtalegrupper gør det nemmere for barnet/den unge

Når en forælder har en psykisk sårbarhed påvirker det hele familien. Erfaring viser, at børn kan være opmærksomme på deres forældres trivsel på en måde, så de kommer til at tilsidesætte deres egne behov og følelser, også selvom de tilsyne-

ladende virker upåvirkede af situationen. Det kan resultere i særlige udfordringer senere i livet. En samtalegruppe, kan være både forebyggende og en hjælp for barnet/den unge her og nu.



Børn og unge der har en psykisk sårbar forælder

Børn og unge med en psykisk sårbar forælder, kan have brug for viden, og for at møde andre i samme situation. I samtalegrupperne møder børnene/de unge ligesindede, de taler om det der er svært, og de har det sjovt sammen.

Grupperne:

Fra september til april (14-15 gange) mødes 8-10 jævnaldrende børn og unge sammen med gruppelederne. Møderne holdes fra kl. 16.00 til kl. 17.30, i Huset

på Frederiksdals Alle 23, Skive. Der sker ingen registrering af deltagerne eller deres forældre, og der er tavshedspligt i grupperne.

Grupperne sammensættes efter alder:

7 - 8 årige, 9 - 11 årige og 12 - 17 årige.

Hver gruppe har tilknyttet to gruppeledere, alle med relevant uddannelse og erfaring inden for området.



*"Man stoler på hinanden,
så man tør åbne op.
Det hjælper at snakke"*
- Lucas 15 år

*"Jeg har lært andre at kende,
og har fået en ny ven"*
- Klara 11 år

*"Vi snakker om alt
og har det sjovt i pauserne"*
- Ida 8 år

Hvem kan henvende sig?

Alle, der kender et barn/en ung der har en psykisk sårbar mor eller far, er velkommen til at henvende sig.

Det kan være barnet/den unge, forældrene, skole, daginstitution, læger, sundhedsplejerske eller andre.

Der kan dog kun visiteres til grupperne, hvis der er accept fra både barnet/den unge og forældrene.

Samtalegrupper

Skive Kommune og Regionspsykiatrien i Skive tilbyder samtalegrupper til børn og unge, der har en psykisk sårbar forælder.

Tilbuddet er gratis for borgere i Skive kommune.

Vil du vide mere

Har du lyst til at vide mere, er du velkommen til at kontakte en af os:

Behandler

Marianne Schyum Pedersen
Regionspsykiatrien Midt
Kompagnigade 11B, Skive
Tlf.: 78474300 eller 21358937
Mail: marianne.pedersen2@ps.rm.dk

Familieterapeut/Koordinator for samtalegrupperne

Vivi Sørensen
Skive Kommune
Bjarkesvej 4, Skive
Tlf.: 99157850 eller 30575487
Mail: vivs@skivekommune.dk

Samtalegrupperne er i:

Huset, Frederiksdals Alle 23, Skive