

# Samtale- gruppe

Om at have en psykisk syg mor  
eller far for børn og unge

---

i alderen 8 til 17 år



# Samtalegruppe

## Om at have en psykisk syg mor eller far

- Det kan være svært at være barn eller ung med en psykisk syg mor eller far.
- Mange børn og unge med en psykisk syg mor eller far har mange tanker. Det er helt naturligt at have mange tanker såsom "er det min skyld"? og "bliver jeg selv syg"?
- Ofte er man alene med sine bekymringer og tanker om sin psykisk syge mor eller far.

## Formål med at være en del af samtalegruppen:

- At møde andre børn/unge med en psykisk syg mor eller far.
- At opleve en genkendelighed hos hinanden og blive styrket i egne oplevelser.
- At lære noget om sig selv, sine egne følelser og tanker og at blive bevidst om egne behov og grænser.

## Vi tager udgangspunkt i:

- Hverdagslivet og oplevelser.

## Struktur i gruppen:

- Vi mødes og taler om oplevelser siden sidst.
- Forfriskning.
- Dagens emne - samtale/tegneopgave eller andet .
- Afrunding – hvordan har det været for dig i dag?



### Praktisk information

- Gruppen mødes **12 gange**,
- Gruppen mødes **onsdage fra kl. 15 til 17**. Vi holder fri i skoleferier.
- Mødested **Stjernevejsskolen**, indgang fra Gesagervej.
- Forløbet indledes og afsluttes med en **individuel** familiesamtale.
- Der er to **faste** gruppeledere.

# Kontaktoplysninger

Maria Grønnebæk, Familiecentret 2058 5496

Hanne Ersted, Socialpsykiatrien 2023 6814

Lone Hansen, Sekretær 7975 5369

Her kan du få mere information og dit barn kan blive skrevet op.  
Deltagelse sker uden journal.

Gruppen foregår på  
Stjernevejsskolen i Hedensted.

I kan parkere på Gesagervej  
og gå ind via indgangen  
mod fodboldbanen.



**HEDENSTED**  
KOMMUNE

Hedensted Rådhus  
Niels Espes Vej 8  
8722 Hedensted  
T: 79 75 50 00

[hedensted.dk](http://hedensted.dk)