

Familiecentret

Samtale gruppe

Om at have en psykisk sårbar mor eller far
for børn og unge i alderen 8 til 17 år



hedensted.dk



Hedensted
Kommune

Om at have en psykisk sårbar forælder

- Det kan være svært at være barn eller ung med en psykisk sårbar mor eller far.
- Mange børn og unge med en psykisk sårbar 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 sårbare mor eller far.

Formål med at være en del af samtalegruppen:

- At du møder andre som også har en psykisk sårbar forældere.
- 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 10 - 12 gange,
- Gruppen mødes onsdage fra kl. 15 til 17.
Vi holder fri i skoleferier.
- Mødested Bikuben, Vestergade 19, 1 sal, Løsning
- Forløbet indledes og afsluttes med en individuel familiesamtale.
- Der er 2 faste gruppeledere.



Har du interesse i at være i sådan en gruppe?

Så kontakt:

Maria Grønnebæk, Familiebehandler, Familiecentret.
Mobil 2058 5496

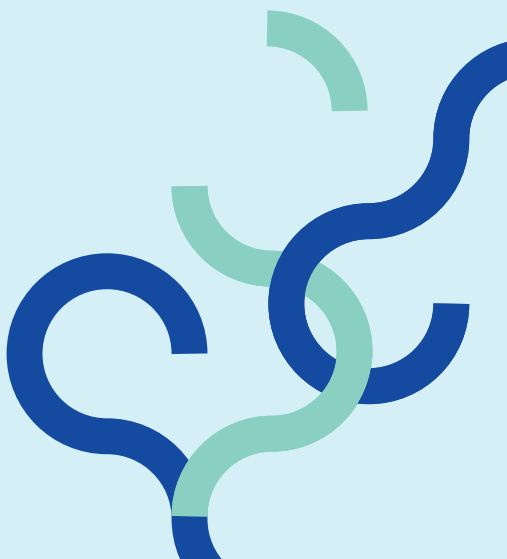
Mette Kierulff, Socialpsykiatrien.
Mobil 2966 4313

Lone Hansen, sekretær i Familiecentret.
Tlf. 7975 5369

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



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



hedensted.dk