

BØRNEGRUPPER FOR BØRN I FAMILIER MED PSYKISK SYGDOM

At have en forælder eller søskende, som er ramt af psykisk sygdom, kan påvirke børns trivsel og udvikling. Børnene har ofte mange bekymringer og kan føle sig meget alene med deres tanker. De har derfor behov for viden om psykisk sygdom og brug for at møde andre børn, som er i samme situation.

I efteråret 2025 opstartes nye børnegrupper for børn i familier med psykisk sygdom. Grupperne er for børn i alderen 7-16 år, og tilbuddet er gratis.



Kort om børnegrupperne

I børnegrupperne får børnene mulighed for at tale om det, som er svært, og dele erfaringer med ligesindede børn. De får viden om, hvad psykisk sygdom såsom angst, depression, PTSD og stress gør ved deres forælder, og det hjælper dem med at forstå deres situation og familie.

Undervejs i forløbet får børnene redskaber til at mærke egne følelser, udtrykke sig og håndtere udfordringer i hverdagen. Målet med børnegrupperne er at mindske ensomhed, stigmatisering, skyldfølelse og bekymringer hos børnene og ikke mindst at bryde tabuet om psykisk sygdom.



Forløb

Børnegrupperne starter op i **september 2025**. Der vil være gruppe tilbud henholdsvis for børn i alderen 7-10 år, og for de lidt ældre børn og unge i alderen 11-16 år.

Hver gruppe ledes af 2 gruppeledere, som mødes med børnene en gang om ugen i et forløb, som strækker sig over 8 uger. Begge gruppeforløb foregår i Kalvehave.

Inden opstart afholdes en forsamling med det enkelte barn og forældrene. Her informerer gruppelederne om tilbuddet, og barnet og forældrene kan fortælle mere om familiens situation.

Når gruppeforløbet er slut, inviteres barnet og forældrene til en afsluttende samtale. Her får barnet mulighed for at fortælle om oplevelserne undervejs i forløbet, og gruppelederne giver en tilbagemelding til barnet og forældrene på det samlede forløb.



Tilmelding og spørgsmål

Både forældre og fagpersoner kan tilmelde børn til børnegrupperne. Hvis en fagperson (lærer, skolepædagog, sundhedsplejerske, socialrådgiver, læge mm.) henvender sig om tilmelding, skal det være aftalt med forældrene.

Forud for tilmeldingen vil der blive spurgt til barnets situation. Hvis barnet er i målgruppen, vil det blive tildelt den første ledige plads til et gruppeforløb.

Tilmelding skal ske til Maria Christy på tlf. 2479 2350 eller Janne Hansen på tlf. 2494 1146.

Eventuelle spørgsmål om børnegrupperne kan også rettes til Maria Christy og Janne Hansen.