



# Børne- og ungegruppe

# Børne- og ungegruppe

Du er ikke alene - mød andre børn og unge, der har en forælder med psykisk sårbarhed.

Tidlig Forebyggelse tilbyder børn og unge med forældre der har psykisk sårbarhed, at deltage i en gruppe.

Gruppen er for børn og unge i alderen 8-17 år, hvor en eller begge forældre har en psykisk sårbarhed. Det forudsættes at forældrene anerkender deres sårbarhed og giver lov til at barnet /den unge må tale om det i gruppen.

Vi er sammen 8 gange, og forældrene inddrages i forløbet.

Derudover holder vi en opstartssamtale og afslutningssamtale hvor forældrene deltager.

Formålet med gruppen er:

- At give viden om psykiske lidelser/sårbarheder (psykoedukation)
- At få gode erfaringer i at tale med andre om det, der er svært
- At hjælpe barnet/den unge til at opdage og forstå mere af egne behov og følelser
- At barnet/den unge får en oplevelse af ikke at være alene om sine vanskeligheder

- At udveksle erfaringer med andre i samme situation
- At få viden om mulighederne for støtte og hjælp
- At give barnet/den unge mulighed for at danne netværk

### **Hvad laver man i gruppen**

I gruppen er der to konsulenter, som skaber plads til gode snakke og samvær med børnene/de unge.

Samtalerene og det vi laver sammen, tager udgangspunkt i forskellige temaer, som handler om det at vokse op i en familie, hvor én eller begge forældre har psykisk sårbarhed.

Hvis du vil vide mere om gruppen er du velkommen til at ringe til os på

Tilmelding sker på via vores hjemmeside

**[www.tidligforebyggelse.dk](http://www.tidligforebyggelse.dk)**





**Tidlig Forebyggelse**

Storegade 30  
6200 Aabenraa

Tlf. 73 76 71 11

Tidligforebyggelse@aabenraa.dk

[www.tidligforebyggelse.dk](http://www.tidligforebyggelse.dk)