

## Når cykelhjem ikke er nok



**Samtaler med børn, unge  
og familier om psykisk sygdom**



## Hvorfor deltage i samtaler?

Det kan være svært for børn og unge at forstå, hvad der sker, når de har en forælder eller søskende med psykisk sygdom.

Som barn eller ung kan man reagere med

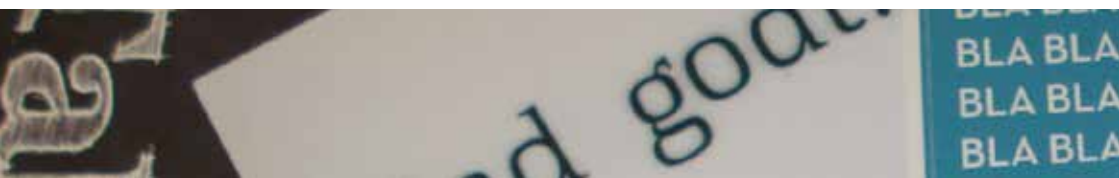
- usikkerhed over det der sker
- at påtage sig ansvaret for det, der sker i familien
- at gå alene med følelser og tanker, hvilket kan føre til ensomhed og isolation

Det er vigtigt at tale med børn og unge om det, der sker.

## Hvad kan vi tilbyde?

Vi tilbyder samtaler med børn og unge under 18 år, som har forældre, søskende eller anden nærtstående medlem af familien med en psykisk sygdom. Samtalerne har fokus på barnet/den unge og det, han eller hun oplever.

Formålet med samtalerne er at hjælpe barnet/den unge til at håndtere hverdagen som pårørende og at hjælpe forældre til at støtte barnet/den unge bedst muligt.





## Hvem kan deltage ved samtalerne?

Ved første samtale afklarer forældre og rådgiver, hvem der skal deltage ved de efterfølgende samtaler. Der er mulighed for:

- Forældresamtaler, hvor en eller begge forældre deltager
- Familiesamtaler, hvor barnet/den unge og forældre deltager sammen
- Individuelle samtaler, hvor barnet/den unge deltager alene
- Gruppesamtaler, hvor flere børn/unge deltager sammen

## Hvad taler vi om?

Ved samtaleforløbene starter vi med at afklare ønsker, behov og forventninger. Vi kan tilbyde op til 8 samtaler.

Ved samtalerne

- Taler vi om, hvordan psykisk sygdom kan komme til udtryk
- Taler vi om, hvordan børn og unge pårørende typisk reagerer
- Hjælper vi børn og unge med at tale om, det de oplever og tænker
- Hjælper vi med at afklare, hvad der kan hjælpe barnet/den unge





## Hvor kan jeg henvende mig?

Hvis I er interesserede i at få samtaler eller høre mere om tilbuddet, er I meget velkomne til at kontakte

**Lene Kirkeby**  
**Telefon 42 68 13 96**  
**Mail: lki@aarhus.dk**

**Samtalerne finder sted**  
**Nørre Alle 31, 2. sal th.**  
**8000 Aarhus C**

Se også

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



MINISTERIET FOR BØRN, LIGESTILLING,  
INTEGRATION OG SOCIALE FORHOLD

Støttet af Ministeriet for Børn,  
Ligestilling, Integration og  
Sociale Forhold