

Når cykelhjelm 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

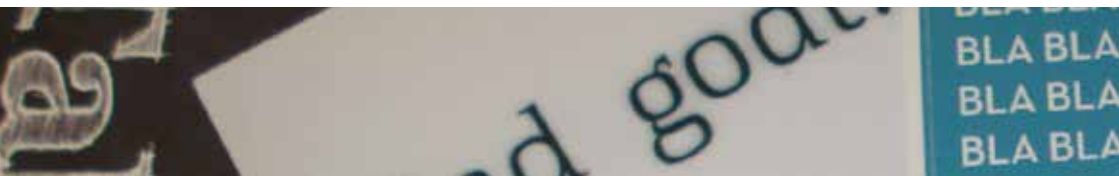
- usikkerhed over det der sker
- at påtage sig ansvaret for det, der sker i familien
- at gå alene med følelser og tanker, hvilket kan føre til ensomhed og isolation

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

Camilla Lykke Nielsen
Telefon 42 68 13 86
E-mail caln@viborg.dk

Se også

www.psykelhjelm.dk



MINISTERIET FOR BØRN, LIGESTILLING,
INTEGRATION OG SOCIALE FORHOLD

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