

Gruppetilbud for barn og ungdom hvor en av foreldrene sliter psykisk eller med rus

Kari Lund

Foretaks koordinatør Barn som pårørende
Psykiatrisk sykepleier/fam. terapeut
Lærings- og mestrings senteret





Du er ikke den **eneste...**

Håndbok for grupper for barn med foreldre
som sliter med psykiske problemer eller rus

Gruppeprogrammet

- Forsamtaler med alle foreldre, deretter med foreldre og barn før gruppestart
- 12 gruppesamlinger
- Aldersdelte, lukkede grupper med fast struktur
- Besøk av et "voksent barn"
- To familiesamlinger
- To foreldremøter
- Tilbud om individuelle samtaler med ungdom
- Tilbud om avsluttende samtaler med alle familier



Om å delta i gruppe:

Hva sier barna

- Å oppdage at jeg ikke er alene, treffe andre
- At jeg har rett til å ha det bra selv om andre har det vanskelig
- Å ha det koselig
- Å bli hørt og forstått
- Viktig å snakke om hva man selv kan gjøre

Hva sier foreldrene

- At barnet mitt fikk snakke med andre barn i samme situasjon
- Flinke voksne i gruppen
- Oppleve fellesskapet i gruppa
- Viktig med forsikring på at gruppeledere sier fra til foresatte hvis det er behov for det

Gruppeprogrammet hviler på:

- Tett samarbeid med foreldre
- Med mål om å gi foreldrene kunnskap om hva de selv kan gjøre for å forebygge belastninger hos barna
- Bistå i dialogen mellom foreldre, og mellom foreldre og barn, ved behov



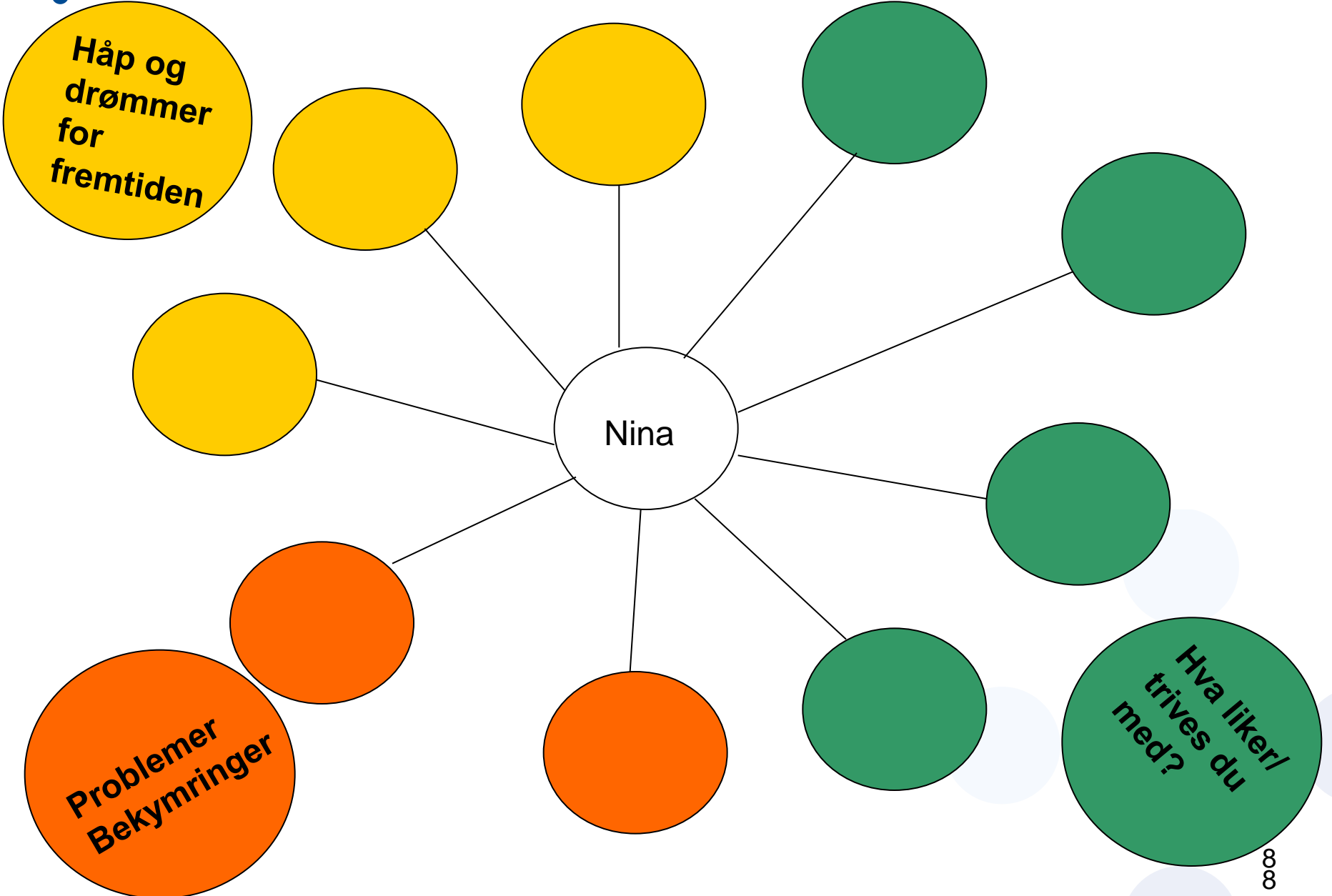
Suksessfaktorer for driften har vært:

- kompetanse på både voksne og barn
- forpliktende samarbeid over tid
- konkrete stillingsbrøker
- høy faglig kompetanse hos gruppelederne

Erfaringer

Mange foreldre er i stand til å være gode nok foreldre til tross for sykdom, men viktig med et nettverk i dårlige perioder.

Der det er rusutfordringer over lang tid ser det ut som om ungdom sliter mer med sitt forhold til forelderen. De rapporterer opplevelser av tillitsbrudd, svik og uforutsigbarhet som skaper et sterkt sinne.



Barna/ungdommene har lært oss:

- Fellesskap/samhold
- Struktur gir forutsigbarhet og trygghet
- Ikke undervurdere betydning av felles måltid!
- Mange av barna mestrer hverdagen tross krevende utfordringer
- Det nytter!



Takk for meg!

Kari Lund

kari.lund@vestreviken.no

Mob: 48275258

