

Samtalegrupper for børn og unge



"Far råber midt om natten, fordi han drømmer skrækkelige ting fra krigen. Det giver også mig dårlige drømme."



VETERANCENTRET

Har du eller din partner psykiske efterreaktioner fra en udsendelse, tilbyder Veterancentret samtalegrupper for dine børn og unge.

Hvordan foregår børnegrunderne?

Børn og forældre i gruppen mødes hver uge kl. 17-19, hvor der vil være aftensmad til børn og voksne, inden børnene går ind til deres samtalegruppe.

Hvert gruppemøde har et tema, hvor Veterancentrets psykologer og socialrådgivere kobler samtalerne med kreative aktiviteter samt leg for de yngste. Vi taler blandt andet om, hvad psykiske efterreaktioner er, og hvordan børnene oplever, det er at have en forælder med sådanne vanskeligheder.

Imens børnene taler, kan du udveksle erfaringer med andre forældre, stille spørgsmål til psykologer og socialrådgivere og høre relevante oplæg. Familienetværket vil så vidt muligt deltage i forældregruppen hver gang.

I alt mødes grupperne 10 gange enten forår eller efterår frem til udgangen af 2017. Børnene bliver inddelt efter alder og modenhed i grupper på ca. 8-12 år og 12-16 år.

De første grupper i 2016 foregår i Fredericia, Aalborg og Vordingborg, mens de næste opstartes efter behov rundt omkring i landet ved de større tjenestesteder, som oftest ved KFUMs Soldaterhjem.

Hvad sker der inden gruppemøderne?

Hvis børnegrunderne er et relevant tilbud for dit barn, bliver I som familie inviteret til en forsamling med de gruppeledere, som kører samtalegrupperne.

Her taler vi sammen – også om gensidige forventninger til at deltage i gruppen – og finder ud af, om gruppeforløbet er det rigtige tilbud til jer.

Hvorfor virker gruppesamtaler?

Både børn og voksne har god effekt af gruppesamtaler. Ved at tale med andre i samme situation, oplever mange, at de føler sig mindre alene med deres bekymringer.

Man kan samtidig også lære af andres konkrete erfaringer. Derfor benytter Kræftens Bekæmpelse, Psykiatrifonden og mange andre organisationer sig også af samtalegrupper for børn.

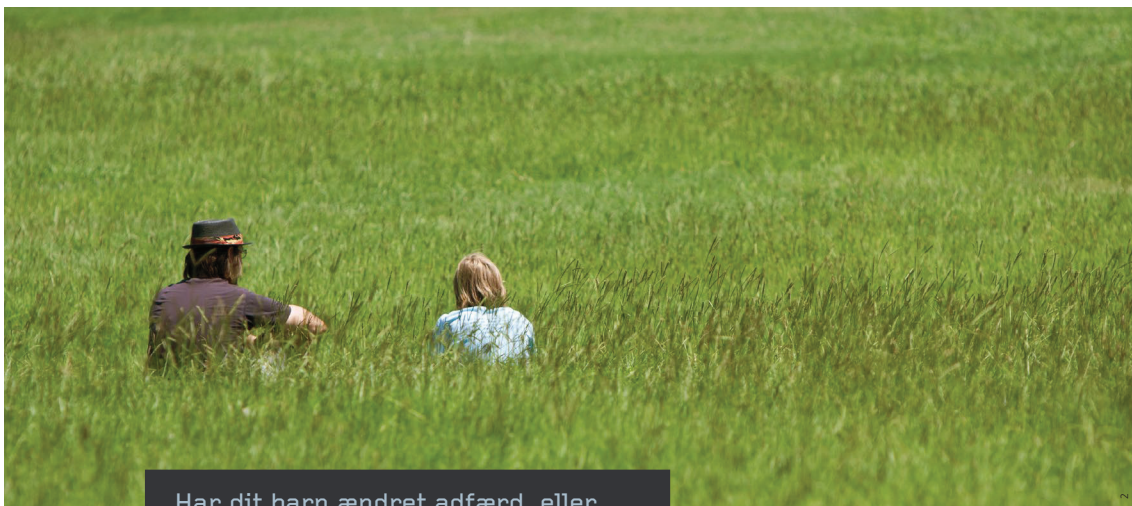
Hvad skal jeg vide som forælder?

Børn reagerer forskelligt på udfordringer. Nogle er udadreagerende, og andre trækker sig. Som forælder er det godt at kende begge reaktionsmønstre og reagere hensigtsmæssigt på dem.

En udadreagerende reaktion kan være vrede og frustration: At barnet eller den unge enten bliver til besvær i skolen eller på tværs derhjemme. Andre reagerer ved at trække sig socialt og blive passive for ikke at være til besvær for sine forældre.

Du kan høre mere om det landsdækkende tilbud hos Veterancentret. 7281 9700 eller vetc-myn@mil.dk.





Har dit barn ændret adfærd, eller har du problemer med familielivet, tilbyder Veterancentret altid råd og vejledning til veteraner og pårørende på Døgntelefonen: 7281 9700



VETERANCENTRET

www.veteran.forsvaret.dk