

Bedsteforældre

– til børnebørn hvor der er en person i familien som har en psykisk sygdom



Er du i tvivl om, hvordan du støtter dit barnebarn ?

Hvordan taler du med dit barnebarn om psykisk sygdom?

Mange bedsteforældre oplever, at det er vanskeligt at støtte sit barnebarn, hvis der er psykisk sygdom i familien.

Måske ved man ikke så meget om, hvad det vil sige at have en psykisk sygdom, eller måske er det svært at tale med sit barnebarn om de vanskeligheder, barnet oplever i sin hverdag.

Mange bedsteforældre oplever også, at det er svært at støtte sit barnebarn uden at blande sig for meget i familiens øvrige liv.

Kursus for bedsteforældre

SIND Pårørenderådgivning tilbyder et kursus, som har fokus på, hvordan bedsteforældre støtter deres barnebarn bedst muligt.

Kurset handler bl.a. om følgende emner:

- Rollen som pårørende
- Undervisning i diagnoser og symptomer
- Sygdommens betydning for forælderollen
- Særlige problemstillinger for børn
- Særlige dilemmaer for bedsteforældre
- Kommunikation i familien

Kurset har ca. 12 deltagere. Det indeholder 10 moduler á 2½ timer.

Kursets formål

Kursets formål er:

- At give dig indsigt i, hvad det betyder for børn at leve i en familie hvor mor, far eller søskende har en psykisk sygdom.
- At give dig værktøj som bidrager til, at børn og forældre får en bedre hverdag.

Målet er at give bedsteforældre redskaber til at takle den svære situation, det er at have et familiemedlem med psykisk sygdom og at give



bedsteforældre en større tryghed i at bruge de ressourcer, de har, til at støtte deres barnebarn.

Hvad kan du give?

Mange børn, der oplever psykisk sygdom i familien, savner tæt kontakt til voksne.

De kan have svært ved at finde nogen at dele deres tanker og følelser med. Ofte føler de sig ensomme, også selvom de er sammen med mange mennesker. Derfor kan det være til stor hjælp for barnet at have et nært forhold til sine bedsteforældre, fordi de har forståelse for barnets situation og har tid til samvær.

Bedsteforældre har tit gode muligheder for at blive sådanne fortrolige personer.

Hvad kan du få?

Gennem støtte og opmærksomhed kan man som bedsteforælder skabe et tættere forhold til sit barnebarn – til stor glæde for begge parter. På kurset møder man andre i samme situation.

Det giver mulighed for at udveksle erfaringer og få nye perspektiver på sine egne oplevelser.

Som bedsteforælder kan man blive mere sikker på sin rolle i forhold til barnebarnet, men også i forholdet til hele familien.

- SIND Pårørenderådgivning har til formål at yde rådgivning, vejledning, støtte og undervisning til pårørende til mennesker, som har psykisk sygdom.
- SIND Pårørenderådgivning er en selvejende juridisk enhed, der har et bredt samarbejde med mange relevante parter, herunder Landsforeningen SIND.

Gruppen oprettes i Østjylland.

**Gruppeleder er sygeplejerske og terapeut
Ann-Dorthe Ellegaard Pedersen**

Du kan kontakte os for yderligere information.

Ann-Dorthe Petersen
adp@sindspaa.dk

Anne Margrethe Gad Jørgensen
Tlf.: 4274 2204 mellem kl. 09-14
E-mail: amgj@sindspaa.dk

SIND Pårørenderådgivning
Børglumvej 5. 1
8240 Risskov