

Forældre støttegruppe



**- et tilbud til forældre til
børn og unge med et
forstyrret spisemønster**

Efteråret 2020

Baggrund

Forældre til børn og unge med et forstyrret spisemønster er vigtige støtter i forhold til, at deres barn igen får et naturligt forhold til mad og bringes i god trivsel. Mange forældre oplever denne opgave som vanskelig og krævende samtidig med, at de kan føle, at de står meget alene med ansvaret. Forældrene kommer let i tvivl om, hvad der er "normalt", og hvad der er "sygeligt". Dertil kommer, at forældre kan opleve skyldfølelser og dårlig samvittighed over ikke tidligere at have set symptomerne på det forstyrrede spisemønster og mistrivsel. Det er heller ikke ualmindeligt, at en forstyrrelse i et barns spisemønster kan "forstyrre alt" i familien herunder relationerne mellem familiemedlemmerne f.eks. søskende, forholdet til familiens sociale netværk og samarbejdet mellem forældrene.

Samtidig er der god dokumentation for, at en tidlig indsats kan forhindre, at et forstyrret spisemønster udvikler sig til en egentlig spiseforstyrrelse.

Forældre støttegruppe

På denne baggrund er der etableret et tilbud om forældre støttegruppe i Aalborg kommune til forældre til børn og unge med et forstyrret spisemønster, hvor der ikke er etableret kontakt til Børne- og Ungdomspsykiatrien.

Hensigten med tilbuddet er at støtte forældrene i at hjælpe og håndtere deres børns udfordringer herunder spisning. Dette sker i et forum, hvor forældre til 5-6 børn/unge mødes med professionelle i et trykt og accepterende miljø. Her gives der råd og vejledning til, hvordan forældrene kan støtte og styrke deres børn i forhold til de udfordringer, der har frembragt det forstyrrede spisemønster. Samtidig er der mulighed for, at forældrene kan dele erfaringer, udfordringer og succeser med andre forældre, der oplever tilsvarende udfordringer.

Indhold

Møderne i forældre støttegruppen vil omfatte såvel formidling af viden om, hvad der kendetegner forstyrrede spisemønstre og spiseforstyrrelser samt om de mulige årsager til, at forstyrrelserne kan opstå. Desuden vil metoder og tilgange til at normalisere børnenes spisning og fremme deres generelle trivsel blive præsenteret på møderne.

Erfaringsdeling mellem forældrene i gruppen vil være et væsentligt og bærende element under møderne.

Endeligt vil der mellem møderne være små "hjemmeopgaver", som forældrene har mulighed for at arbejde med, og hvor resultaterne efterfølgende drøftes med deltagerne i forældre støttegruppen og de professionelle.

Temaer som berøres i forældre støttegruppen:

- Hvad kan forårsage, at et barn får et forstyrret spisemønster?
- Hvordan kan samtaler med barnet omkring spisning gribes an?
- Hvordan opretholdes et kærligt miljø samtidig med, at forældre arbejder på at ændre barnets spisning?
- Hvordan kan forældre opretholde deres hidtidige hverdag med job, fritid og venner og samtidig være forældre til et barn med et forstyrret spisemønster?
- Hvordan sikres der plads til søskende i familien?
- Hvordan samarbejder forældrepar omkring deres opgaver og hvilke faldgruber eksisterer der?



Kort om tilbuddet

Målgruppe: Forældre til børn og unge med et forstyrret spisemønster i aldersgruppen 12-17 år, hvor der ikke er etableret kontakt til Børne- og Ungdomspsykiatrien.

Gruppestørrelse: Maksimalt forældre til 6 børn og unge.

Mødetidspunkter: Mandag den 26. oktober

Mandag den 2. november

Mandag den 9. november

Mandag den 16. november

Mandag den 23. november

Mandag den 30. november

Mandag den 21. december

Alle dage i tidsrummet fra kl. 15 – 17 på Skoleforvaltningen, Godthåbsgade 8, Nørresundby.

Gruppeledelse: Møder i gruppen ledes af psykologer og socialrådgiver fra Pædagogisk Psykologisk Rådgivning og fra Ungerådgivningen i Aalborg Kommune.

Yderligere oplysninger & tilmelding:

Flemming Engel, psykolog og tovholder.

Telefon: 2520 6203

Mail: Fen-skole@aalborg.dk

Tilmeldingsfrist senest den 20. oktober