HVAD BØRN IKKE VED... har de ondt af

www.snakomdet.dk / www.mind-online.dk

Mindmap til familiesamtalen om psykisk sygdom

MINDMAP

Velkommen

- **Goddag** til hver især ... small talk
- **Kontekst:** Hvem har talt sammen før vi mødes?
- **Tema:** Vi skal tale om...
  OBS! anerkend evt. skepsis

Rammerne

- **Tid**
- **Form**
  »Jeg vil ...«
  »I skal ikke svare...«
  »... gerne blande jer & spørge...«

Fortæl lidt om dig selv
+ hvad du er optaget af

»Vi ved...«

- **Om børn**
  - Mange børn
  - Savner at vide
  - Ensomme, bange
    er det min skyld?
  - Mit ansvar?
  - Smitter det?
- **Om forældre og børn**
  - Svært at snakke om
  - Passer på hinanden
  - Voksne tror måske de er for små

Eventuelt:
Vi har en gruppe!

Om psykiske sygdomme

- **Om mors sygdom**
  - Hvad er det?
  - Hvad har I kaldt det?
  - Børnenes oplevelser?
  - Om behandlingen
- **Generelt**
  - sygdom i hjernen

Familiens liv
Kærlighed
Grænser

- Voksnes tanker
  - Behov?
- Netværk?
- Børns liv & tanker
  - Behov?

Runde af
- Hvad nu?
- mødes igen?

Den voksne: **Tegn dig selv**
- en dag, hvor du har det rigtigt dårligt