



Forstår familien deg?

Psykoedukativ flerfamiliegruppe

- et undervisnings- og gruppetilbud til personer med psykisk sykdom og deres familier

Kontakt

Dersom du ønsker mer informasjon om psykoedukative flerfamiliegrupper kan du henvende deg til:

Spesialkonsulent Irene Norheim
Vestre Viken HF

Klinikk for psykisk helse og rus
FoU-avdelingen

E-post: sbnoir@vestreviken.no

Mobil: 916 12 805



Til deg og din familie

Når du er syk kan det være vanskelig å uttrykke hvordan du har det overfor de som er nærmest. Det kan også være usikkerhet rundt hvor mye, og hva slags kontakt du ønsker å ha med familien.

Et behandlingstilbud kalt psykoedukativ flerfamiliegruppe, kan gi deg og dine nærmeste kunnskap om psykisk sykdom. Sammen med andre i samme situasjon deles erfaringer og løsninger i forhold til å mestre eget liv. Kanskje er utfordringen ikke så stor allikevel?

Erfaringer

Studier viser at deltakelse i psykoedukativ flerfamiliegruppe kan gi færre tilbakefall og sykehusinnleggelse, samt føre til økt funksjonsnivå og bedre sosial fungering.

Metoden for familiesamarbeidet er internasjonalt anerkjent*.

Dette har deltakere sagt

"Grappa har vært med på å skape et åpent og trygt forhold til min familie. De er et nettverk som kan fange meg opp om jeg skulle bli syk. De vet hva de kan gjøre."

"Arbeidet i denne gruppen har gitt meg selvtillit. Her har vi fått dele erfaringer, lært av hverandre og fått hjelp til å takle mye av det som skjer i hverdagen."

"Arbeidet i gruppa var oppklarende og givende."

* W.R. McFarlane, 2002, Multifamily groups in the treatment of severe psychiatric disorders.



Lære av hverandre

I psykoedukativ flerfamiliegruppe deltar vanligvis fem personer som hver har med seg to til tre familiemedlemmer. Grappa ledes av to gruppeledere.

Innhold

1. Forberedende samtaler før gruppestart
2. Undervisningsseminar; ett ved oppstart og ett senere
3. Gruppemøter, 1,5 time annenhver uke i to år

Gruppemøtene handler om å finne løsninger på utfordringer i hverdagen. Det forventes ikke at man skal dele sine innerste tanker i gruppa.

Målgruppe

Ved Vestre Viken HF, Klinikk for psykisk helse og rus tilbys psykoedukative flerfamiliegrupper til personer med psykose- eller stemningslidelser.

Vil du vite mer?

Familiers erfaringer:

Endelig regnet med som foreldre:

www.aftenposten.no/helse/article869632.ece

Åpenhet ga bedre hverdag:

www.dt.no/apps/pbcs.dll/article?AID=/20041122/NYHET/111220350

