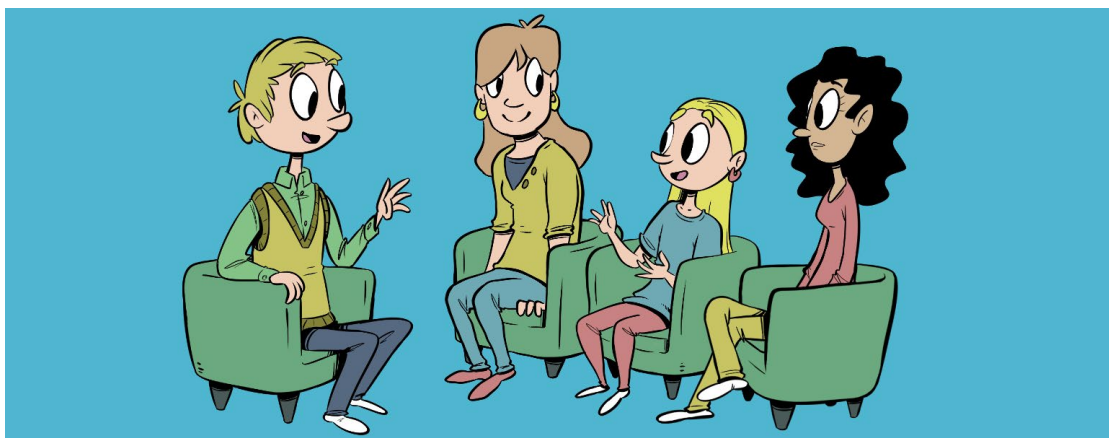


Perspektiv

En gruppbehandling för vårdnads-
havare till barn med starka
svårhanterliga känslor



Målgrupp

Vi vänder oss till **vårdnadshavare med barn som har** stora svårigheter att hantera sina känslor och **som** utifrån **det** uppvisar problematiska beteenden **som utagerande. Det är** i så stor omfattning att det är ett problem för **barnen** själva och deras närmaste omgivning.

Känslomässig sårbarhet

Känslor som ilska, rädsla, sorg, skuld och skam är en del av livet. Vissa människor har en större känslomässig sårbarhet, vilket betyder att **de** reagerar snabbt, upplever känslorna intensivt och behöver tid **för** att bli lugna igen. **Det här** kan leda till starka känslouttryck som kan vara problematiska och svåra att förstå för omgivningen, och **det** leder ofta till missförstånd och konflikter. **De** får kanske därför inte den hjälp **de** behöver för att lära sig **att** hantera känslor på ett effektivt sätt.

Relationen mellan föräldrar och barn

Barns utveckling **sker i** relationen till de **viktigaste** omsorgs**personerna**. När relationen är belastad kan det vara svårt att vara den förälder som man önskar och behöver vara för att kunna hjälpa sitt barn. Behandlingen Perspektiv syftar till att stärka relationen mellan förälder och barn, bryta destruktiva

mönster och **på så sätt** främja barnets positiva utveckling.

Behandlingens mål

Behandlingen syftar till att ge föräldrar fler redskap **för** att:

- **bättre** förstå barnets beteende och känslor
- **kunna** hjälpa barnet att hantera sina känslor
- **hantera** **sina** egna känslomässiga reaktioner
- **skapa** ett stödjande nätverk med andra föräldrar som har liknande erfarenheter.

Upplägg

Under behandlingen jobbar vi med teori-genomgångar, praktiska övningar **och** hemuppgifter mellan varje tillfälle.

Vi startar behandlingen under hösten 2023.

Behandlingen **ges** varje vecka på samma tid under 15 veckor.

När: preliminär start oktober 2023

Tid: kl. 9.00–11.30, inklusive fikapaus

Plats: BUP Farsta

Övrig information

Det kostar **inget** att delta i behandlingen, och det material som vi kommer att arbeta med ingår.

VAB-intyg för att ansöka om tillfällig föräldrapenning hos Försäkringskassan kan utfärdas för samtliga tillfällen vid behov. Det gäller båda **vårdnadshavare**.

Behandlingsansvariga

Behandlingsansvariga är Anna Rocksén, leg. Psykolog, och Karin Nylén, leg. psykolog, leg. psykoterapeut och specialist i psykologisk behandling.



Kontaktuppgifter

Mottagningen i Farsta har öppet måndag till fredag kl. 8.00–16.45. Ni når oss på telefon (se nedan) eller genom 1177:s e-tjänster och Alltid öppet.

BUP Farsta

Adress: Storforsplan 36, plan 7

Telefonnummer: 08-123 526 00

Webbadress: bup.se

Akut vård

Vid akuta ärenden dagtid, ring BUP Dagakut på telefonnummer 08-123 531 40. Övriga tider kontaktar ni BUP Akutenhet på 08-123 669 00.