



I 2016 afviklede Selvhjælp Silkeborg 42 trivselsgrupper på skolerne. - Fra disse grupper ved vi, at mange børn udfordres, når der sker skelsættende ting derhjemme, siger koordinator Steen Andreassen. Billedet er fra en tidligere trivselsgruppe på Virklund Skole.

Inspiration til forældre når livet er svært

Alle forældre i Silkeborg Kommune er inviteret til inspirationsaften med Selvhjælp Silkeborg

06. april 2017, 07.17
Af [Kenneth Husum](#)
Journalist

SILKEBORG Hvad gør man som forældre, når livet er allersværest.

Det bliver der sat fokus på ved en inspirationsaften i Lunden, som Selvhjælp Silkeborg står for.

Der er via skolernes intranet sendt invitationer ud til alle forældre i Silkeborg Kommune.

- Vi vil vores børn det bedste. De skal have det bedst muligt, også når skilsmisse, sygdom, dødsfald, misbrug eller lignende udfordrer os i familien. Når en eller flere af disse udfordringer rammer os, indebærer det ofte store omvæltninger for både voksne og børn, og det stiller store krav til rollen som forældre - på et tidspunkt i livet, hvor det kan opleves allersværest. Formålet med Inspirationsaftenen er at give forældre nye perspektiver og handlemuligheder i forhold til at møde barnet dér, hvor barnet er, forklarer Steen Andreassen, der er trivselsgruppekoordinator i Selvhjælp Silkeborg.

Det er på baggrund af det gode samarbejde med skoleforvaltningen om trivselsgrupper i Silkeborg Kommune, at Selvhjælp Silkeborg nu prøver at invitere alle forældre i familier, der er udfordret af skilsmisse, sygdom, misbrug, sorg eller lignende til en inspirationsaften.

Selvhjælpsgrupperne er grupper på skolerne, hvor elever kan tale med hinanden og med lyttende voksne om tanker og følelser i forbindelse med forældres skilsmisse, sygdom i familien eller andre problemer.

Det er et tiltag, der er blevet en stor succes og som nu bliver kopieret i andre kommuner.

Ved inspirationsaftenen vil praktiserende psykolog Bodil kappelgaard fortælle om, hvordan børn reagerer på udfordringer hjemme og hvad forældre kan gøre.

Selvhjælp Silkeborg håber, at hvis arrangementet bliver godt modtaget, at der kan blive afviklet lignende aftener hvert halve år.

Inspirationsaftenen er et gratis tilbud til alle forældre og skoleansatte i Silkeborg Kommune. Den finder sted tirsdag 18. april i Lunden.