

Gruppverksamhet för barn till föräldrar med beroende

KONTAKT

Haninge kommun
Socialförvaltningen
136 81 Haninge
08-606 70 00

HANBA
Handenterminalen 1
136 40 Handen
08-606 92 34

hanba@haninge.se
www.haninge.se



Onslagsfoto: Danish Sarove, Nicklas Blom, Bildarkivet.se

HANBA • Hänings barn- och tonårsgrupper



Socialförvaltningen



Många barn och tonåringar växer upp med en anhörig som är beroende av alkohol, narkotika eller läkemedel. Alla i familjen påverkas av beroendet.

Som barn till en förälder med beroende känner man sig ofta ensam, rädd, arg, ledsen och maktlös. Man kan både älska och hata sin förälder och det kan vara svårt.

Man kan bli deprimerad och tycka att ingenting längre spelar någon roll.

Men det finns hopp!

Man kan gå i gruppen för att:

- förstå att man inte är ensam
- lära sig att beroendet är en sjukdom som inte är någons fel
- förstå att inga familjer är perfekta
- bry sig om sig själv och sina egna behov
- få svar på frågor som är vanliga och som barn går och bär på

Vad gör vi?

Vi pratar utifrån olika teman, fikar och har roligt tillsammans.

Vi gör olika övningar, leker, ritat och målar.

Hur ofta?

15 gånger

När?

En gång i veckan, två timmar varje gång

Hur många?

4 till 8 barn i varje grupp

Ålder?

7-12 år eller 13-19 år

Att delta i gruppen är kostnadsfritt

HANBA står för Haninges barn- och tonårsgrupper

Vi har grupper för:

- Barn till föräldrar med beroende
- Barn till skilda föräldrar
- Barn som upplevt våld i familjen
- Barn till föräldrar med psykisk ohälsa

I Haninge har vi lång erfarenhet av att leda HANBA-grupper