



Mine forældre er skilt

Skilsmissegrupper på Thurø Skole

Thurø Skole tilbyder børn med forældre, der er blevet skilt et forløb i en skilsmissegruppe, hvor barnet får mulighed for at dele tanker og følelser med andre i samme situation.

”Det er ikke let at snakke med forældrene om svære ting, når de svære ting handler om dem”

Formålet med skilsmissegrupperne er at styrke trivslen hos børn i skilsmissec familier ved, at skilsmissen bliver en accepteret del af børnenes historie.

”Jeg er blevet gladere af at være her i skilsmissegruppen”

”Vi får snakket med hinanden om de dårlige og gode ting”

I gruppen er vi 2 voksne.

- Poul Frederik Mathiesen, Psykoterapeut
- Anna Maria Larsen, pædagog og sorggruppeleder

”Jeg har været glad for at være med. Nu er jeg mere tryk og jeg kan tale med mine forældre om det”

”Det er dejligt at snakke om følelser, så man kan få det bedre”

”Det er godt at være med i skilsmissegruppen. Jeg er ikke den eneste, der har skilte forældre”

Mål med gruppesamtalerne

- At børnene lærer at mærke, udtrykke og dele deres følelser i forhold til det at være skilsmissebarn
- At børnene får redskaber til at udtrykke deres ønsker og behov over for forældrene
- At børnene føler sig set, hørt forstået og støttet i at mestre deres situation
- At børnene får hjælp fra neutrale voksne med en faglig viden om skilsmissebørns udfordringer til at forstå deres individuelle problemer
- At skilsmissebørnene oplever, at der findes andre børn i samme situation, som har lignende udfordringer, tanker og følelser

Det kan være en stor lettelse at opdage at andre har det på samme måde som én selv og det kan gøre, at man som barn får en bedre forståelse for sin egen situation.