**Foreldregrupper:**

Dette er et åpent forum for pårørende til å kunne snakke fritt og stille spørsmål ang. psykiske lidelser. De kan dele erfaringer, snakke om nåtid, fremtid, håp og mestring, samt det som er/kan være vanskelig og utfordrende. Et «friminutt» for foresatte.

Gruppen består av pårørende til barn- og ungdommer på UK, gruppene varierer fra 2-6 personer, men vi har satt krav på at det må være minimum 2 tilstede. Det er gitt gode tilbakemeldinger fra foreldrene som deltar og foreldrene føler at de får fokusert på seg selv som forelder og får en «pause» i fra det hverdagslige som skjer på UK.

Gruppen holdes 1 gang i uken, som vi merker etter to år med gruppene kan være for lite, og vi vil etter hvert ha gruppen 2 ganger i uken. Forskjellige emner blir tatt opp hver gang, og vi har ikke noe spesifikk emne om ikke foreldre ønsker seg emner for neste gruppe.

Det som blir snakket om er alt i fra hvordan det er å være foreldre før, under og etter oppholdet på UK. Forslag til endring blir tatt med videre til ledergruppen. Det snakkes om ulike diagnoser hvor foreldrene ønsker psykoedukasjon, det snakkes om håpløshet, skam, oppfølging og krav som settes til foreldrene. Det blir ofte tatt opp hva slags stønader man har krav på under og etter oppholdet, hvor det blir tildelt hefter som er laget på UK ifbm dette.

**Barneansvarlig:**

De to familieterapeutene våre er «barneansvarlig» på UK.

De gjennomfører kartleggings samtaler med familien og har deretter samtaler med søsken for å se hvilke oppfølging søsken trenger.

Om søsken ikke kan komme, er for små etc tar de møte med foresatte om hvordan det er å være søsken til en alvorlig sykt ungdom.

De fyller ut «barn som pårørende» i DIPS, og om familien trenger tverrfaglig hjelp fra kommunen fyller de ut EDI (omtrent det samme som PLO melding) og sender kommunen. Dette med samtykke fra foreldre. Om bekymring for omsorgen skriver de bekymringsmelding til barneverntjenesten.

**Postmøter med ungdom/postleder:**

En gang i uka har postleder et møte med pasientene i post. På dette møte tar hun opp hvordan det er å være pasient på UK og noen har noen ideer for forbedring/endring. Det er et åpent møte uten fast struktur, hun stiller seg til disposisjon og så velger ungdommene om og evt hva de ønsker å ta opp.