

INFO till EXTERNA SIDAN:

## Samtalsgrupp: Att ha en tonåring med funktionsnedsättning

### DATUM OCH ORTER

Gruppen omfattar 4 tillfällen, 2,5 timmar per tillfälle inklusive paus.

När du ska delta på distans tar du själv fram material som finns på denna sida. Tänk också på att habiliteringspersonalen inte är teknikstöd. Följ uppkopplingstipsen!

### Målgrupp:

Gruppen riktar sig till föräldrar med ungdomar (mellan 13 – 18 år) med lindrig intellektuell funktionsnedsättning.

### Syfte:

Tonårstiden är en förberedelseperiod inför vuxenlivet. En tid för att utveckla självständighet och påbörja en väg mot ett vuxenliv efter sina förutsättningar. Att vara förälder till en tonåring med funktionsnedsättning kan vara krävande och utmanande. Det finns även glädjemen och möjligheter att hitta nya sätt i samspelet och relationen med ungdomen.

Tillsammans med andra föräldrar samtalar vi om hur det är att vara förälder till en ungdom med funktionsnedsättning. Syfte och innehåll med gruppen är att utrusta med strategier och kunskap för att kunna känna sig trygg i att vägleda sin ungdom vidare mot ett så självständigt och välmående vuxenliv som möjligt.

### Innehåll:

1. Att vara förälder till en ungdom med funktionsnedsättning
2. Identitet, kroppen, pubertet och sexualitet
3. Relationer, sund gränssättning, psykisk hälsa och nätsmarthet
4. Tankar kring framtiden, självständighet och att släppa taget.

Innehållet kan variera utifrån gruppens frågor och behov. För gruppens sammanhållning är det viktigt att samma föräldrar deltar vid varje tillfälle. Vi träffas utan ungdomar.

Kontakta ditt habiliteringsteam om du är intresserad av gruppen. Du kan söka till gruppen vid vilken habiliteringsmottagning som helst i hela Västra Götaland.