

Ångest och depression 6–17 år, grundkurs

Kursen består av tre tillfällen à 2 timmar och ges digitalt via Teams.

Kursen vänder sig till vårdnadshavare med barn i ålder 6–17 år som har diagnos depression och/eller ångestsyndrom. Om barnet ännu inte fyllt 13 år går föräldrarna kursen själva. Är barnet över 13 år deltar både barn och föräldrar.

Kursen erbjuder fördjupad information om depression och ångest samt hur barn, med stöttning av dig som förälder, kan hantera sina symtom och förbättra måendet. Barnet får tillsammans med dig som förälder kunskap om hjälpsamma strategier för att hantera samt stabilisera sitt psykiska mående och förebygga återfall.

Du anmäler dig själv till kursen på vår hemsida BUP gruppverksamhet eller via QR-koden. Varje förälder anmäler sig separat.



När du går kurs hos oss har du fortfarande kontakt med din vanliga BUP-mottagning. Kontakten hos oss avslutas efter genomgången kurs.

Kontaktuppgifter till BUP gruppverksamhet:

[1177 BUP gruppverksamhet](https://www.bup.se/1177-bup-gruppverksamhet)