

# Hvad børn ikke ved... har de ondt af

Foredrag med Karen Glistrup, torsdag d. 2. maj 2019

Børn er altid involverede i det, der foregår omkring dem – også i det, der ikke bliver omtalt.

Børn sanser alt. De forsøger at skabe mening og sammenhæng, og fra de er ganske små, udvikler de strategier for mestring og for overlevelse i det meningsløse.

Nogle børns strategier kan ses i et sårbart sind eller en forstyrret adfærd. Andre viser slet ikke nogen tegn. De skjuler blot smerten ... ligesom deres forældre.

## **Bryd tavsheden**

Mere end ½ mill. danskere er ramt af psykiske lidelser. Omfanget af stress og depressioner er foruroligende. I dag hører både voksne og børn en del om børn og diagnoser. Men når voksne i familien er ramt, holder vi os tilbage med at fortælle, og børnene lades alene om at forstå og finde mening.

I et par årtier har Karen Glistrup i hhv. psykiatrien, i kommunen, i et samarbejde med praktiserende læger og psykiatere, i en pårørenderådgivning og i egen praksis hjulpet forældre med psykisk sygdom med at få talt med deres børn om den virkelighed, de er sammen om. Hun ser hvordan det lindrer for alle at få brudt fortællelserne.

Med afsæt i både egen praksis og den viden, neurovidenskaben har foræret os, vil Karen afdække nogle misforståelser som understøtter den uheldige tavshedskultur. Og hun vil vise nye veje til god kontakt mellem børn og forældre, når psykiske sygdom rammer familien.

## **Snak om det... med alle børn**

Bogen *Snak om det... med alle børn* er et redskab, som kan hjælpe forældre til selv at få taget hul på snakken med børnene. Bogen er en 'maggietering' af alle de emner, som er gode at snakke med børnene om. Den almengør sårbarheden og tilbyder et enkelt sprog så både børn og voksne forstår sig selv og hinanden bedre.

## **Karen Glistrup**

Socialrådgiver, familie- og psykoterapeut mpf. - [www.familiesamtaler.dk](http://www.familiesamtaler.dk)

Forfatter til fire bøger, som bidrager til den gode kontakt med børn om den virkelighed, de er en del af:

*Hvad børn ikke ved... har de ondt af* – *Bryd tavsheden*, Hans Reitzel 2014

*Snak om det... med alle børn* – *en bog om angst, depression, stress og traumer*, PsykInfo 2013

*Indeni mig... og i de andre* – *en bog om børn og følelser*, Gyldendal 2016

*Far, mor... og børn* – *en bog om liv i familien*, Gyldendal 2018

Arrangør: Et samarbejde mellem Bedre Psykiatri og SIND