Als je ouder psychische of verslavingsproblemen heeft

Deze folder is voor ouders met psychische problemen of verslaving en hun (ex-)partner. Deze situatie is vaak moeilijk, en kinderen kunnen daardoor vragen en emoties hebben omdat zij niet altijd begrijpen wat er gebeurt.

Praktische informatie

De groep bestaat uit 6 bijeenkomsten van 1 uur en een ouderbijeenkomst.
De bijeenkomsten zijn van dinsdag 24 februari, 3, 10, 17, 24 en 31 maart 2026 van 15.30 – 17.00 uur. In De Beijer, Willem Beijerstraat 13 6823 EW Arnhem. De groep is voor kinderen uit de gemeenten Arnhem, Duiven, Renkum, Rheden, Rozendaal en Westervoort.

De cursus is gratis. Aanmelden kan via de onderstaande gegevens.

Praten

Kinderen letten goed op hun ouders, ook als ze nog klein zijn. Wanneer een ouder psychische problemen of een verslaving heeft, reageren kinderen daar vaak op. Sommige kinderen stellen vragen, anderen gaan piekeren of denken dat het hun schuld is. Soms passen kinderen zich aan en willen ze voor hun ouder zorgen, of ze vragen extra aandacht door druk of lastig gedrag. Ieder kind reageert anders. Het is belangrijk dat kinderen over de situatie thuis kunnen praten. Zo voorkomen we dat gevoelens zich opstapelen en tot problemen leiden. U kunt hierbij helpen door met uw kind te praten en uit te leggen dat het niet hun schuld is. Een tekening maken kan ook helpen om uit te leggen wat er aan de hand is. Openheid is belangrijk, zodat kinderen niet zelf een (verkeerd) verhaal gaan invullen.

Praten met leeftijdgenoten die hetzelfde meemaken, kan kinderen veel steun geven. Praten lucht op – voor kinderen én voor volwassenen.

Doe-praatgroep

Preventie biedt kinderen van 8 tot en met 12 jaar de mogelijkheid om mee te doen aan een doe-praatgroep. Kinderen praten, spelen en werken met anderen die in dezelfde situatie zitten. Zo vinden ze herkenning en steun. In de groep leggen we uit wat psychische problemen en verslaving zijn, en kijken we samen hoe kinderen met lastige situaties kunnen omgaan. Naast de serieuze onderwerpen doen we ook leuke activiteiten.

Kennismakingsgesprekken

Twijfelt u of de groep past bij uw kind, of twijfelt uw kind zelf? Dan hebben we eerst een kennismakingsgesprek. Samen kijken we of de groep goed aansluit. Na aanmelding krijgt u hiervoor een uitnodiging.

Pro Persona Preventie
(026) 312 44 83
preventie@propersona.nl
www.propersona.nl/preventie
Pro Persona GGz KvK: 41053219

Pro Persona
geestelijke gezondheidszorg

© Pro Persona 00183-260211