

BackUp – online gruppeforløb for pårørende

En ulykke rammer ikke kun den, der rammes på egen krop, men i høj grad også de pårørende. Som pårørende kan man opleve, at egne behov træder i baggrunden, og at det kan være svært at finde plads til de følelser, tanker og bekymringer, der kan melde sig.

Formål

I samarbejde med Aalborg Universitet og Specialhospitalet for Polio- og Ulykkespatienters forskningsenhed lancerer UlykkesPatientForeningen et nyt tilbud, BackUp, der har til formål at skabe rum til noget af det, der kan være svært, når man er pårørende til en person med funktionsnedsættelse.

Rammer

I BackUp mødes man online én gang om ugen á 2 timer i 6 uger med andre pårørende og to facilitatorer, der er psykologstuderende på kandidatniveau. De første hold har opstart i marts og ligger hhv. tirsdage og torsdage. BackUp er et evidensbaseret, psykologfagligt gruppe-tilbud, som bygger på kognitiv adfærdsterapi.

Næste skridt

Er du over 18 år og pårørende til en person med følger efter en ulykke, og har du lyst til at høre mere og muligvis deltage?

Så send os en mail på: tsem@specialhospitalet.dk

De første hold er for pårørende til personer med rygmarvsskade, men vi vil lave flere hold løbende. Hvis du er interesseret, men ikke kan de pågældende datoer, så skriv endelig til os alligevel. Vi opretter flere hold løbende, som også er for pårørende til mennesker med andre følger efter ulykker end rygmarvsskade. Tøv ikke med at række ud til os, hvis du er interesseret.

HVORDAN ER DET AT DELTAGE ONLINE?

Siden Coronapandemien er der lavet rigtig mange online-forløb, så formen er blevet forfinet løbende. Mange deltagere på online-forløb melder tilbage, at det faktisk fungerer overraskende godt, og at det kan være rart at sidde ved skærmen, når de skal dele noget personligt.



Hjælp til liv, krop og sjæl

ULYKKEPATIENT
FORENINGEN