

**Välkommen**  
att höra av dig till oss för mer information.

Tel: 036-17 32 72/73  
0739-20 93 21  
familjecenter.varsol@fralsningsarmen.se

Adress:  
Vårsols Familjecenter  
Bredgränd 14  
553 20 Jönköping

[www.fralsningsarmen.se/varsol](http://www.fralsningsarmen.se/varsol)

**Bra att veta**  
Vi arbetar under sekretess och  
du kan vara anonym.



# Vårsols Familjecenter



Alla kan hamna i svåra  
livssituationer

Alla kan hamna i svåra livssituationer.  
Ibland behövs hjälp utifrån för att bearbeta  
det man upplevt.

Vi på Vårsols Familjecenter erbjuder  
professionella samtal för barn och  
ungdomar som har en bekymmersam  
tillvaro för att någon närstående inte mår  
bra.

Det kan exempelvis bero på att  
det i familjen finns:

- psykisk ohälsa
- fysisk ohälsa
- skilsmässa
- våld
- sorg

Vi erbjuder även stödsamtal till föräldrar  
och par.

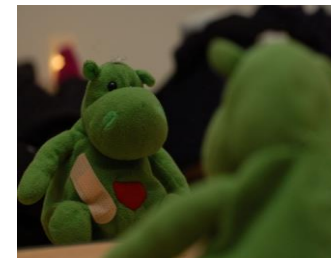


Många barn tror att det är deras fel att föräldern  
inte mår bra och att det är deras ansvar att få  
föräldern att må bättre.

Genom stödsamtal som sker enskilt eller i grupp  
får barnen möjlighet att bearbeta erfarenheter  
och ges tillfälle att uttrycka sina känslor och  
tankar.

Samtalen är anpassade till barnens ålder och vi  
använder oss av olika arbetsmetoder och  
pedagogiska uttryckssätt.

Vi har sett att den egna livssituationen blir mer  
begriplig och hanterbar genom att barnet får  
förklaringar och kunskap.



”Nu är det som om alla  
klumpar i magen har  
försvunnit” (flicka 11 år)

”Nu vet jag att det inte är  
mitt fel att mamma är  
sjuk” (flicka 10 år)

”Nu vågar han tala  
mer om sina känslor,  
uttrycka dom istället  
för att hålla dem  
inne” (förälder till pojke  
9 år)