

Voksengrupper er for dig, som er adopteret

Voksengrupper er et tilbud til dig, hvor du får mulighed for at mødes med andre voksne og dele og drøfte glæder og sorger samt de særlige udfordringer livet som adopteret kan byde på.

Gruppeforløbet kan tilbyde et fællesskab med andre adopterede, som har en lignende start på livet som dig. Selve forløbet varetages af to gruppeledere (PAS-rådgivere), og hvert møde vil være en blanding af mindre oplæg og det, I som deltagere er optaget af.

Er voksengrupper noget for dig?

Som adopteret og voksen kan der være særlige forhold, der gør sig gældende i din hverdag:

- Du har fået et barn, som har vakt følelser i dig, som du ikke regnede med?
- Du reagerer til tider anderledes, end dem du sammenligner dig med på arbejde, med venner eller med din partner?
- Du tumler med, hvem du er, hvor du hører til?
- Du tumler måske med følelser af ikke at slå til?
- Du har måske en partner at dele livet med, men føler dig alligevel alene?

Måske genkender du noget af dette, og måske gør du ikke. Det vigtigste er, at voksengrupperne er for dig, som har lyst til at være med.

Hvem, hvad, hvor og hvornår?

Du kan tilmelde dig vores venteliste, hvis:

- du er adopteret og er over 18 år. Der er ingen øvre aldersgrænse:
- du har lyst til at lytte på andre og dele ud af dine oplevelser, tanker eller følelser.

Du er velkommen til at udfylde et ansøgningsskema og komme på vores venteliste. Vi forsøger at oprette og sammensætte grupper ud fra den geografiske placering af de personer, som står på ventelisten. Vi laver grupper for voksne adopterede uden børn, og grupper for voksne adopterede, der har børn (børnene deltager ikke). Du kan udfylde et ansøgningsskema på [Ankestyrelsens hjemmeside](#).

Et gruppeforløb består af op til 15 fastlagte mødegange, hvilket du som deltager forpligter dig til at deltage i. Hvert gruppemøde varer 3 timer, og der afholdes ca. ét gruppemøde om måneden, med undtagelse af ferieperioderne. Gruppemøderne afholdes så vidt muligt samme dag og tidspunkt i ugen. Hver voksengruppe består af ca. 8 deltagere, og derudover deltager to gruppeledere, som også er PAS rådgivere.

Du skal deltage i en individuel samtale med gruppelederne inden opstart i en gruppe, for at finde ud af, om dette er det rette tilbud for dig. Samtalen varer en halv time. Gruppelederne sammensætter herefter den endelige gruppe.

Ved hvert gruppemøde vil gruppelederne lave mindre oplæg, der eksempelvis kan vedrøre identitet, arbejdsliv, parforhold, det sociale liv, det at blive forældre, eller andet, der er vigtigt for deltagerne.

Det med småt

Voksengrupperne er en del af PAS-ordningen, som varetages af Ankestyrelsens Adoptionssekretariat.

Du kan ikke modtage individuel PAS-rådgivning hos dine gruppeledere så længe gruppen kører.

Du er dog velkommen til at modtage PAS-rådgivning hos en anden rådgiver i denne periode.

Ønsker du at læse mere om gruppeforløbet, er du velkommen til at besøge [vores hjemmeside](#).