



# Chat og dating

Mange sindslidende har svært ved at få et socialt netværk, finde venner og en kæreste. Dating- og chatsider på nettet kan være et godt sted at starte

Af Lena Møller

Flere og flere mennesker med sindslidelser er ved at få øjnene op for nettets muligheder. Mellem 5-6.000 mennesker har nu oprettet en profil på dating- og venskabsportalen Sindnet.dk.

Idémageren bag dating- og venneportalen, Claus Bang-Andersen mener at computere kan have en positiv effekt på mange sindslidendes evne til at møde mennesker og skabe netværk.

"I stedet for at sidde og kigge ind i en væg hele dagen, har jeg brugt computeren til at lære nye mennesker at kende, chatte og spille med andre på nettet og til at date. Det har været min redning. Fx har jeg mødt min kone på nettet, og det netværk jeg har i dag, har jeg udelukkende fået via nettet," fortæller Claus Bang-Andersen.

Brugt rigtigt, kan computeren være den faste og nogle gange den eneste kontakt til omverdenen. Nettet er en god måde at lære hinanden at kende inden det første vanskelige face to face-møde. Der er også mange der bruger nettet til at organisere bowlingaftner, biografure og fester.

## Mere fokus på kærlighed og sex

Der bliver talt alt for lidt om kærlighed og sex på bostederne, mener ergoterapeut Stine Kjær fra Bocenter Ringbo i Bagsværd. Hun ser gerne at man går mere kreativt til værks når det handler om kærlighed, følelser og intimitet.

Ringbo har bl.a. holdt datingkurser, hvor sexolog Joan Ørting deltog. Her talte man bl.a. om hvordan man får en kæreste, hvordan man tager kontakt og om nærhed og berøring. Desuden har Ringbo et computerrum og en fast it-hjælper, så beboerne kan få hjælp til at komme på nettet, oprette en profil og chatte.

"Som medarbejdere kan vi gøre en forskel ved at sætte fokus på kærlighed, følelser og sex. Og så kan vi hjælpe med at skabe rammerne for at mødes på en hyggelig og afslappet måde," siger Stine Kjær.

Medarbejderne har fx med stor succes arrangeret en datingfest med over 200 deltagere. Som noget nyt, valgte man at sende invitationer ud til flere bosteder, og det viste sig at være en rigtig god idé.

"Det at vi inviterede på tværs af bosteder, gjorde festen mere populær. Beboerne så nye ansigter, og mødte hinanden på en anden måde. Så det var en succes, og jeg kan kun opfordre flere bosteder til at gøre det samme," lyder det fra Stine Kjær.



## FAKTA

**Sindnet.dk** Her finder du bl.a. chat, aktivitets- og spillerum, selvhjælps- og interessegrupper og debatforum.

**Hjerterummet.dk** For unge mellem 15 og 35 år med ondt i sindet. Siden har forskellige chat- og spillerum, og en jobformidling og eventrum.

**Dep.dk** Her kan du vælge mellem at oprette en gratis profil som giver adgang til at søge i andres profil, eller blive betalende medlem der giver adgang til flere funktioner.