

VESTERBRO UNGDOMSGÅRD

DU ER MODIG

- et Cool Kids inspireret forløb for medlemmer

DU ER MODIG

Oplever du, at dit barn er bekymret eller ængstelig, og hæmmer det barnet i dagligdagens aktiviteter? Så kan DU ER MODIG - et Cool Kids inspireret forløb på Vesterbro Ungdomsgård måske være noget for jer. På forløbet lærer børn og forældre strategier og metoder, som kan anvendes i hverdagen til at håndtere og overvinde ængstelighed og bekymring. Hver mødegang indeholder en blanding af undervisning, opgaver og samtaler. Vi gør opmærksom på, at det er et pædagogisk tilbud og derfor ikke behandling.

Hvad vil vi komme omkring?

- Viden om ængstelige tanker, følelser, adfærd og sammenhængen mellem dem
- Skelnen mellem katastrofe-tanker og realistisk tænkning
- Viden om, hvordan I som forældre/forælder bedst hjælper jeres/dit barn
- Udfordring af bekymringer trin for trin
- Problemløsning
- Opbygning af selvsikker adfærd og træning i sociale færdigheder

Praktiske oplysninger

Hvem står for forløbet?

Det er Line, som er trivsels- og inklusionspædagog på Vesterbro Ungdomsgård, der vil varetage det Cool Kids inspirerede forløb. Hun har en kandidat i pædagogisk psykologi fra Aarhus Universitet og er Cool Kids Vejleder.

Børnemøder

Forløbet vil foregå over 9 gange, hvor vi de første fem gange mødes 1 gang om ugen i 2 timer. Derefter kan der være længere mellem sessionerne, da der skal være tid til at øve det lærte. Børnene inddeles efter klassetrin og deltager i et forløb med andre jævnaldrende.

Forældremøder

Der vil blive arrangeret 3 forældremøder af ca. 1 times varighed, hvor I vil lære strategier og metoder til at hjælpe jeres barn til at håndtere ængstelig adfærd på en hensigtsmæssig måde. Der vil ligeledes være mulighed for at tale med og dele erfaringer med de andre forældre i gruppen.

Pris

300kr. som dækker udgiften til to arbejdshæfter, der skal bruges til mødegangene og derhjemme. Der er en udgave til barnet og til forældrene.

Tilmelding/visitering

Hvis dit barn er medlem på Vesterbro Ungdomsgård, og et Cool Kids inspireret forløb lyder som noget for jeres/dit barn, så kan I/du skrive en mail til line@vesterbro-ungdomsgaard.dk, hvor du/I beskriver hvilke vanskeligheder barnet oplever. Fx hvad bekymrer jeres barn sig om? Hvor længe har det stået på? Hvordan påvirker det dagligdagen? Har jeres barn en diagnose? Er der særlige vilkår i skolen for barnet (fx støttetimer)? Modtager I eller jeres barn andet hjælp udenfor skolen?

Hvis barnet er indenfor målgruppen, vil Line indkalde til en samtale.