

Cool Kids

Hej, er du/I forældre til et barn i alderen 9-12 år (3 - 6. klasse) med angst.

Er du/I usikre på, hvordan du bedst hjælper dit barn med strategier og metoder til håndtering af angst?

Vi har et gruppeforløb for børn med angst - og deres forældre.

Målgruppen for Cool Kids er børn, som typisk:

- Har et alvorligt, forhøjet angstniveau, mistro og påvirket deltagelse i skolemæssige- og sociale aktiviteter.
- Er bange for at gøre ting, som andre kan opleve som en selvfølge. Det betyder, at de går glip af ting, de egentlig gerne vil være med i, og ofte vil hele familien blive påvirket.
- Har haft markant tilbagetrækning og måske begyndende og bekymrende skolefravær.
- Har modtaget eller modtager tværfaglige, støttende indsatser i skolen, hvor resultaterne er udeblevet, fordi det ikke i tilstrækkeligt omfang har været muligt at adressere barnets angstproblematik.
- Har en angstproblematik, som er vurderet at være det primære.

Cool Kids er et evidens- og manualbaseret program, der tager udgangspunkt i kognitiv adfærdsterapi. Man ved fra forskningen, at ca. 2/3 af børnene bliver helt - eller næsten - angstfri, hvis programmet gennemføres, og tallene fra forskningen stemmer godt overens med erfaringerne fra de hidtidige Cool Kids forløb i Herlev kommune.

Cool Kids gruppeforløb:

- Deltager 5 – 6 jævnaldrende børn sammen med deres forældre.
- Møder børnene andre børn med lignende vanskeligheder.
- Får forældrene mulighed for at udveksle erfaring.
- Deltager en eller begge forældre deltager aktivt i forløbet.
- Introduceres børn og forældre til de samme strategier og metoder, og familien får på den måde et fælles sprog og en fælles tilgang til barnets problematik.

Ved hver session veksles der mellem undervisning, opgaver og samtale i henholdsvis børnegruppen, forældregruppen og i den samlede gruppe.

Forløbet strækker sig over 10 gange af 2 timers varighed.

Det er som oftest en PPR-psykolog eller pædagogisk vejleder på barnets skole, en rådgiver i Børne-Familieafdelingen eller familiebehandler fra Familiehuset, der formidler kontakten.

Men du er også velkommen til at kontakte os, hvis du mener, at du eller din unge er i målgruppen for forløbet - eller hvis du har brug for at drøfte overvejelser om evt. deltagelse i et Cool Kids forløb – så kontakt os på **tlf. 2369 4961** tirsdag kl. 9-11, onsdag kl. 13-15 og torsdag kl. 9-11.

Du kan også kontakte PPR på mailen mental.sundhed@herlev.dk Husk at skrive dit navn/dit barns navn, evt. cpr.nr og dit telefonnummer, så vi har mulighed for ringe tilbage til dig.