

Når bekymring eller tristhed fylder for meget

Lettilgængelig behandling af unge



ALLE UNGE HAR RET TIL EN HVERDAG SOM IKKE BEGRÆNSES AF BEKYMNINGER OG TRISTHED

Unge, hvor bekymringer og tristhed fylder for meget, og deres forældre kan få hjælp gennem PPR (Pædagogisk Psykologisk Rådgivning) i Faxe Kommune til at tackle udfordringerne og få en lettere hverdag.

HVEM KAN DELTAGE?

Hjælpen til bekymringer og tristhed retter sig mod unge mellem 12 år (fra 6. klasse) til 17 år og deres forældre. Der tilbydes gratis forløb - I skal kun investere jeres tid og kræfter som familie.

HVORDAN VED JEG, OM DEN UNGES BEKYMNINGER ELLER TRISTHED FYLDER FOR MEGET?

Unge hvor bekymringer og tristhed fylder for meget kan opleve, at føle sig begrænset i sin hverdag - kan føle at de ikke kan gøre det samme, som jævnaldrende, uden at opleve fysisk eller følelsesmæssigt ubehag.

HJÆLP OG STØTTE TIL POSITIV FORANDRING

Formålet med forløbene er at vejlede forældre og den unge i at forstå de svære tanker og følelser bedre og håndtere dem hensigtsmæssigt.

Når en psykolog i PPR har vurderet bekymringer og tristhed hos den unge, kan der tilbydes et gruppeforløb med fokus på angstbehandling (CHILLED) eller et individuelt tilpasset forløb (STIME) til den unge og forældre.

Hvad enten man tilbydes CHILLED eller STIME forløb, skal man forvente som forældre og ung at deltage i lettilgængelig behandling ugentligt ml. 6-12 gange.

FORVENTNINGER TIL JER

- Deltagelse af den unge og forældre prioriteres under hele forløbet
- Der arbejdes aktivt med hjemmearbejde mellem møderne - forældre hjælper aktivt den unge
- Udfyldelse af spørgeskemaer ved start og afslutning af et forløb

KOM MED - KONTAKT OS

Har I spørgsmål eller ønsker I hjælp til bekymring og tristhed til jeres ung, er I meget velkomne til at kontakte os i PPR på nedenstående nummer.

På baggrund af telefonsamtalen vurderes det, om et forløb i PPR kunne være relevante for jer som familie. Såfremt det vurderes relevant, vil I få tilsendt spørgeskemaer og herefter blive inviteret til en samtale med en psykolog med henblik på at finde frem til det bedste forløb til jer som familie.

Mai Sisse Waage (PSYKOLOG): 2152 9042