

Til fagpersoner

Alle kan få et liv
uden angst, stress,
tankemylder
og bekymringer

næstved
ungdoms
skole
for
fremtidens
voksne

heypeople

Forløbet tager **udgangspunkt**
i metakognitiv terapi
som er en helt ny metode
indenfor psykologien,
der viser **markante**
resultater i behandlingen.

Metakognitiv terapi er
en **radikalt anderledes**
tilgang til årsagen,
og den unge vil få konkrete
og effektive redskaber
til at **overvinde stress,**
angst og depression.

MÅLGRUPPE BESKRIVELSE

- Unge i alderen 13-17 år / 7. kl. og op efter
- Unge med bekymringer, tankemylder, overvældethed, stress, angst og begyndende skoleværing – i en sådan grad at det har indvirkning på den generelle trivsel.
- Vi ønsker ikke at lave en lang liste med problematikker/tegn, som beskriver adfærd, der er ”inden for målgruppen” eller ”uden for målgruppen”. Det som er afgørende, er at adfærden har indflydelse på at lave et almindeligt ungdomsliv.
Der kan være mange grunde til at unge bekymrer sig og er angste – uanset grundlaget for den unges mistrivsel og grubleri, er det den unges eget ønske om at få det bedre, som er afgørende for om metakognitiv terapi virker.
- Hvis du er i tvivl så kontakt Lisbeth Pedersen: lisbp@naestved.dk.

HYPPIGHED

- 1 formøde med forældre, ung og ungdomsskolen
- 6 møder á 2 timer
- Der vil ligeledes være 2 møder for forældrene á ca. 30 min. varighed (på første og sidste mødegang), hvor forældrene kan få information og stille evt. spørgsmål til processen.

GRUPPENS SAMMENSÆTNING

- 10 unge fra 7-9. kl. mødes på Næstved Ungdomsskole uden for skoletid.
Dertil deltager 1 psykolog og 1 medarbejder fra Ungdomsskolen

AFGØRENDE FAKTA

- Det skal være den unges eget ønske at deltage i gruppen.

REKRUTTERINGSPROCEDURE

- Skolen får tildelt et aftalt antal pladser
- Skolen / læreren går i dialog med den unge om muligheden
- Den unge får et skriv (vedhæftet) med hjem / sendes på forældreintra
- Forældre / ung kontakter ungdomsskolen
- Formøde ml. Ungdomsskole og ung + forældre
- Ung + forældre samt skole får tilbagemelding om opstart i gruppen