



Mestringsluppen

Et forløb til børn med udviklings,- og opmærksomhedsforstyrrelser i alderen 8-14 år, som oplever udfordringer i det sociale samspil



**nordfyns
kommune**

Mestringsluppen – hvad er det?

Formålet med Mestringsluppen er, at børn med udviklings- og opmærksomhedsforstyrrelser skal opnå øget mestring af hverdagen og derved opleve mere overskud, deltagelse og trivsel, både i skole, fritid og derhjemme.

Indsatsen har dermed til hensigt at understøtte udviklingen af hensigtsmæssige mestringsstrategier hos målgruppen ift. at indgå i sociale sammenhænge i hverdagslivet, ligesom den skal sikre, at voksne omkring barnet får viden og redskaber til at understøtte barnets udvikling, både derhjemme og i skolen.

Forløbet indeholder 9 sessioner for børn og 5 sessioner for forældre/nære omsorgspersoner og elementer der sikrer overgang til skolen.

Der vil typisk være omkring 4-5 børn på hvert hold.

Forløbet til børn:

Børnegruppen mødes ugentligt til i alt 9 sessioner, hvoraf den sidste er en fælles afslutning med voksengruppen.

Session 1: Velkommen til gruppeforløbet

Session 2: Hverdagsdetektiven

Session 3: Energiforvaltning og mit indre batteri



Session 4: Kom ind og ud af fællesskaber (1)

Session 5: Kom ind og ud af fællesskaber (2)

Session 6: Fællesskaber og strategier i konflikter

Session 7: Fællesskaber online

Session 8: Fælles om at gå i skole **Session 9:** Afslutning og fejring

Det er vigtigt, at barnets nære voksne kommer til at indgå som en del af indsatsen. De er med til at sikre, at den nye viden og de nye tænke- og handlemuligheder, udvikles og bliver en integreret del af de mestringsstrategier, som barnet på sigt kan bringe i spil i andre sociale sammenhænge i barnets hverdagsliv.

Forløbet til nære voksne:

Tematisk følger voksenforløbet børneforløbet, og de nære voksne klædes således på til at understøtte børnenes læring og udvikling.

Session 1: Introduktion og præsentation af detektivtænkningen

Session 2: Energiforvaltning og social deltagelse

Session 3: Fællesskaber og konfliktløsning

Session 4: Fællesskaber online og i skolen

Session 5: Afslutning og fejring

Sessionerne afholdes samme dag, dog om eftermiddagen.



Vidensdeling med skolekontakter

- Information til barnets skole om forløbet
- Vidensdeling undervejs i forløbet
- Et møde mellem gruppeledere, familie og skolekontakter umiddelbart efter forløbets afslutning

Efter barnet og de nære voksne har gennemført forløbet, inviteres der til en opfølgende samtale.

Her følger man i fællesskab op på læringen fra forløbet og kan sparre omkring eventuelle udfordringer, der er opstået i at omsætte det til hverdagen efter endt forløb.

Faktuelt

Vi laver 4 Mestringsløp forløb årligt, 2 i foråret og 2 i efteråret. Vi afholder forløbene i henholdsvis Familiehusets lokaler eller på dit barns respektive skole.

Vil du høre mere?

Du er velkommen til at kontakte Åben, Anonym Rådgivning på tlf. **6482 8490** i vores telefon- og træffetider:



Mandag: 9.00 - 10.00

Tirsdag: 9.00 - 10.00

Onsdag: Lukket

Torsdag: 9.00 - 10.00

Fredag: 9.00 - 10.00

Vi vil stille dig nogle spørgsmål relateret til dit barn, jeres skole og jeres familie forhold, vi vil ligeledes bede om dine personlige oplysninger. Efter din henvendelse vil du blive kontaktet af en af gruppelederne fra Mestringsluppen. Vi ser frem til at høre fra dig.

<https://www.nordfynskommune.dk/borger/familie-born-og-unge/rad-og-vejledning-i-familiehuset/>

<https://www.nordfynskommune.dk/borger/familie-born-og-unge/lettilgaengeligt-behandlingstilbud/>



