

Bekymringer og angst i

børnehøjde

Når bekymringer spænder ben

1. september
kl. 16.00 - 18.00



Ishøj Kommune



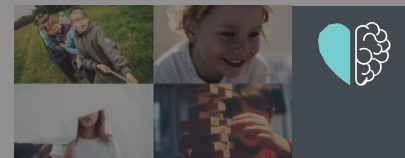
VALLENSBÆK
KOMMUNE



Bekymringer og angst i

børnehøjde

*Når bekymringer
spænder ben*



Kom med til fyraftensmøde mandag den 1. september og få viden om naturlig bekymring, overbekymring og angst hos børn. Til fyraftensmødet vil du blive introduceret til at tackle dit barns bekymringer på en hensigtsmæssig måde.

Er dit barn bekymret for at blive afvist, klare sig dårligt, blive til grin eller gøre noget forkert? Frygter det adskillelse, uheld eller at nogen kommer til skade?

Holder dit barn sig fra udfordringer på grund af bekymringer? F.eks. at sove alene, møde nye kammerater, sige noget i timerne eller sport og fritidsliv? Eller giver overbekymringen spændinger i kroppen eller smerter i hoved og mave?

Psykologerne Christina Høj (Vallensbæk), Linnéa Tallingbjerg (Ishøj) og Thilde Espensen (Ishøj) vil introducere dig til børns naturlige bekymring, overbekymringer og angst.

Du vil få viden om hvornår bekymringer er en naturlig del af barnets udvikling og hvornår barnet har brug for hjælp til at tackle bekymringerne og hvad du som forælder/voksen kan gøre for at hjælpe barnet. Du kan få redskaber til at genkende og bryde de negative mønstre, som fastholder dit barn i tankemylder og overbekymringer.

Fyraftensmødet henvender sig primært til forældre, men andre interesserede er også velkomne.

Hvornår: Mandag d. 1. september 2025, kl. 16-18.

Hvor: Vallensbæk Rådhus, Vallensbæk Stationstov 40, 2665 Vallensbæk, mødelokale Havet.

Tilmelding er ikke nødvendig.



Ishøj Kommune



VALLENSBÆK
KOMMUNE

