

Trivselsgrupper for skoleelever



Når du har brug for at snakke med andre
*fordi mor/far har en kronisk eller livstruende sygdom , eller
fordi du har en søster eller bror, der er syg eller handicappet, eller
når du har brug for at snakke med andre om selvværd.*

Værd at vide som forældre

Hvorfor trivselsgrupper

Børn og unges trivsel er afgørende for, at de er glade og trygge elever i klassen, og dermed også har lettere ved at være med fagligt og socialt i skolen. Det er svært at samle sig om læringen og det sociale fællesskab, hvis oplevelser, tanker, følelser og bekymringer fylder for meget. Derfor tilbyder vi trivselsgrupper, hvor børnene og de unge kan dele disse tanker og følelser med hinanden og dermed blive mere afklaret om deres situation. Samtidig oplever de, at de ikke er Palle alene i verden, men at der er andre der er i samme situation. I gruppen får de støtte af hinanden og af de voksne, der kører grupperne.

Selvhjælp Ringkøbing-Skjern

- Er en forening, der samler børn, unge eller voksne i samtalegrupper, hvor deltagere i samme livssituation deler erfaringer og støtter hinanden
- Har mere end 20 års erfaring med etablering af samtalegrupper
- Har kontor på adressen Nørredige 28, 6950 Ringkøbing, tlf. 97 32 20 11,
- E-mailadresse: selvhjaelpsgrupperne@gmail.com
- Kontaktperson: Daglig leder Asta Jørgensen

Læs mere om Selvhjælp Ringkøbing-Skjern på www.selhjaelp-ringkobing-skjern.dk



Selvhjælp Ringkøbing-Skjern




Hvad er en trivselsgruppe?

Det er et *godt* sted at være hvis du


- Har brug for at tale med jævnaldrende om f.eks. det at din far eller mor har en kronisk eller livstruende sygdom
- Har brug for at tale med jævnaldrende om selvværd
- Gerne vil lytte til dine kammeraters historier og opleve, at I har ting til fælles
- Hvis du gerne vil være del af et trygt fællesskab, hvor der er plads til både alvor og sjov





Hvad laver vi i trivselsgruppen?

- Samtale - om dine oplevelser, eller måske ud fra et bestemt tema
- Leg - der vil være lege og musik, der belyser temaet og ryster os sammen
- Tegning - vi snakker om tegningerne
- Film/bøger - vi snakker om film og bøger, som handler om temaet
- Stilhed - vi er også stille sammen



Hvad skal du også vide

Trivselsgrupperne er et samarbejde mellem Selvhjælp Ringkøbing-Skjern og din skole.
Hver trivselsgruppe har 2 voksne gruppeledere.
Grupperne mødes på skolen om eftermiddagen (2 timer hver 14. dag og 8 gange)
Grupperne sammensættes tematisk og efter alder.
Trivselsgrupperne er et gratis tilbud til alle skolens elever.

