

Information om terapitilbud på Godhavn til forældre

På Godhavn er der afsat 12 pladser til terapiforløb for børn og unge.

Jeg er Godhavns terapiansvarlige psykolog. Mit navn er Charlotte Smedegaard, og jeg er uddannet cand. pæd. psych og fysioterapeut, og varetager børneterapien på Godhavn.

De børn, som får tilbudt terapi på Godhavn, er blevet vurderet at have behov for terapi udover det pædagogiske behandlingstilbud, som alle børn modtager.

Inden et terapiforløb kan starte skal forældrene give samtykke, og de vil blive informeret om, at deres barn skal til at starte i terapi og hvad dette indebærer.

Terapien foregår som udgangspunkt en gang ugentligt i en session på 45 minutter. I nogle tilfælde vil barnet have behov for 2 ugentlige sessioner. I andre tilfælde er der tale om korttidsforløb (5-10 uger). Terapiforløbenes længde og hyppighed afhænger af det enkelte barn og målet for terapien, samt hvordan barnet tager imod og udvikler sig i den terapeutiske ramme.

Terapien tager altid udgangspunkt i det enkelte barn samt de relationer og sammenhænge, som barnet er en del af. Barnet bliver i terapien mødt med omsorg, kontakt og nærvær, da disse elementer er med til at udvikle barnet følelsesmæssigt.

Godhavns daglige beskrivelser og observationer af barnet udgør sammen med barnets fortællinger om sit liv og sine oplevelser nogle af de vigtigste informationskilder i terapien.

Børnene skal føle sig betydningsfulde og værdifulde, og de skal befinde sig i en stemning af tryghed, så de på sigt kan udvikle tillid til sig selv og andre mennesker.

De metoder, som terapien inddrager, er en række anerkendte terapeutiske tilgange, som er tilpasset det aktuelle funktionsniveau, som barnet vurderes at befinde sig på.

Terapien vil ofte være en kombination af samtale- og kropsterapi.

De inddragede terapiretninger er:

- Theraplay inspireret terapi
- Systemisk-narrativ terapi
- Kognitiv-adfærdsterapi
- Mentaliseringsbaseret terapi
- Skematafokuseret terapi

- Afspændings- og kropsbevidstheds øvelser
- Dyb trykmassage
- Mindfulness øvelser

Terapien fungerer som "et lukket rum" for børnene, hvor de frit kan fortælle om alle de ting, som rør sig i dem, og hvor de betydningsfulde oplevelser fra tidligere i børnenes liv kan bearbejdes.

Jeg har tavshedspligt, hvilket i praksis betyder, at det kun er de emner, som barnet finder vigtige og giver samtykke til at videreformidle (f.eks. til kontaktpædagogen, forældrene eller skolelæreren), som kommer videre.

Hvis man som forældre har behov for at vide, hvordan det går ens barn i terapien, er man velkommen til at kontakte barnets kontaktpædagog for at få et overordnet indtryk af, hvordan barnet trives i terapiforløbet.

Med venlig hilsen

Charlotte Smedegaard
Terapiansvarlig psykolog
cs@godhavn.dk