

# Nyt tilbud til angste børn

■ Forældre får støtte på Aarhus Universitet til at hjælpe bange børn.

**ELSE BOELSKIFTE**

[else.boelskifte@jp.dk](mailto:else.boelskifte@jp.dk)

Siden foråret 2009 har angstklinikken på Aarhus Universitet haft gode resultater med at hjælpe børn, der lider af angst gennem et 10 uger langt Cool Kids-program.

Barnet træner bl.a. i at gøre noget, som det er bange for, for at kunne lære af sine erfaringer og i at tænke mere rationelt.

Det lærer også strategier til, hvordan man undersøger sin frygt og ser mere realistisk på den. Cool Kids er af australsk oprindelse og in-

volverer både forældre og børn på gruppebasis.

I denne måned indleder Angstklinikken et nyt projekt, der sigter på at ruste forældre til selv at hjælpe et angstfuldt barn, uden at barnet behøver at komme i klinikken. Det retter sig i første omgang til forældre til 10-12-årige børn, og forløbet er relativt kort, i alt fem sessioner hver 14. dag.

## Hjemmearbejde

Biblioterapien, som den kaldes, er baseret på Cool Kids-programmet.

Den består i, at forældrene får udleveret en instruktionsbog til sig selv og et arbejds hæfte til barnet, og der vil så være en del hjemme-

arbejde for forældrene og barnet.

»Vi vil undersøge, hvilken effekt et kortere forløb med forældrene alene har sammenlignet med Cool Kids-programmet. Hvis resultatet er positivt kan man med færre midler hjælpe endnu flere børn,« siger lektor, cand. psych. Mikael Thastum.

Fordi der er tale om et forskningsprojekt, er det nødvendigt med en tilfældig udtagelse.

Derfor trækker angstklinikken lod mellem forældreparrene/barnet om, hvorvidt de får tilbudt Cool Kids-programmet eller biblioterapien. Der er i øjeblikket ledige pladser.

Læs mere på [psy.au.dk](http://psy.au.dk)