



Indhold

Nyhedsbrevet omtaler temadage fra oktober 2021 til november 2022 med emner og tidspunkter (som altid med lille forbehold for ændringer):

- ✓ Afholdte temadage
 - 1) Selvskader 26.10.2021
 - 2) Transkønnethed, kønsskrift ol. 5.11.2021
- ✓ Kommende temadage
 - 3) Personlighedsforstyrrelser 18.11.2021
 - 4) Autisme 21.1.2021
 - 5) Anbragte og foranstaltninger 10.2.2022
 - 6) Spiseforstyrrelser 16.3.2022
 - 7) Angst 6.4.2022
 - 8) Mental sundhed og mistrivsel 6.5.2022
 - 9) Misbrug i familier 10.6.2022
 - 10) Sociale medier 25.8.2022
 - 11) Mistrivsel i det store perspektiv 8.9.2022
 - 12) Mindfulness og compassion 7.10.2022
 - 13) Sammenbragte familier 4.11.2022

Afholdte temadage

1) Selvskader og selvskadeprojektet

Livsmod havde besøg af to psykologer, Ida Lichtenstein Jørgensen og Cecilie Krag Semmling, fra Team for Selvskade, der kom omkring den nyeste viden om selvskader og naturligvis teamets behandling og indsats generelt.

Se flere detaljer om ERITA og om kontakt til Team for Selvskade [her](#).

**Tematimerne fandt sted tirsdag den 26. oktober 2021 i Birkerød.
Oplæg fra dagen ligger under temadagen på hjemmesiden.**

2) Kønsidentitet, transkønnethed og kønsskifte

Livsmod havde denne dag fokus på transkønnethed, kønsidentitet og oplevet køn samt kønsskifte.

Dagens oplægsholder var Rikke Kildevæld Simonsen, der er psykolog, ph.d. og afsnitsleder på Sexologisk Klinik, der hører under Region Hovedstadens Psykiatri.

Se mere klinikken [her](#).

**Tematimerne fandt sted fredag den 5. november 2021 i Hillerød.
Oplæg fra dagen ligger under temadagen på hjemmesiden.**



Kommende temadage i 2022

3) Personlighedsforstyrrelser

Området personlighedsforstyrrelser har af mange fagpersoner i Livsmod været ønsket som emne for tematimer ganske længe, herunder også f.eks. psykopati og anden afvigende adfærd.

Vi får besøg af specialpsykolog Sune Bo Hansen, ph.d., ved Børne- og Ungdomspsykiatrisk Klinik i Roskilde, der hører under Region Sjælland. Se mere om Børne- og Ungdomspsykiatrisk Klinik [her](#).

Tematimerne finder sted torsdag den 18. november kl. 13-15 2021 i Hillerød.

Der er stadig nogle ledige pladser.

Oplæg fra dagen kommer som altid på hjemmesiden efterfølgende.

4) Autisme

Næsten hvert andet barn med autisme har ufrivilligt skolefravær. Det viser Landsforeningen Autismes undersøgelse fra 2021, hvor 45 % af de adspurgte forældre til børn med autisme svarer, at deres barn har ufrivilligt skolefravær. I 2016 var det tal blot 28 %, mens det i 2019 var 35 %.

Livsmod får besøg af formanden for [Landsforeningen Autisme](#), Kathe Johansen, som vil præsentere foreningens arbejde og hvilke områder, som fagpersoner kan få hjælp til via rådgivning på Autismefeltet. Vi vil også få indsigt i nyeste anvendelige viden, som f.eks. fagpersoner i kommunerne vil kunne drage nytte af.



Viden om Autisme, besøg Videnscenter Autisme [her](#).

Det Nationale Autismeinstitut, se [her](#).

Tematimerne finder sted fredag den 21. januar 2022 kl. 12-14 i Birkerød.

Der er fyldt op og derfor lukket for tilmelding.

5) Anbragte børn og unge

Tematimerne har denne gang specifikt fokus på anbragte børn og unge, underretninger og sociale foranstaltninger - og naturligvis set i perspektivet af Livsmods omdrejningspunkt i forhold til viden om mistrivsel og forebyggelse.



**Danish Research Institute
for Suicide Prevention**



Oplægsholder er psykolog Anne Ranning, der er tilknyttet DRISP som Post Doc., er psykolog, cand.psych. og Ph.d. Hun arbejder blandet andet med området 'børn af forældre med selvmordsadfærd', som også har relevans i forhold til dagens oplæg.

**Tematimerne finder sted torsdag den 10. februar 2022 kl. 13-15.30 i Birkerød.
Indbydelsen udsendes snart.**

6) Spiseforstyrrelser

Tematimerne er en opfølgning på Livsmods tidligere fokus på spiseforstyrrelser fra forskellige vinkler. Denne gang ser vi på spiseforstyrrelser, herunder de atypiske spiseforstyrrelser, ud fra en overordnet psykologisk forståelse og ud fra LMS' erfaringer - og ikke mindst med inddragelse af den nyeste udvikling på området set i lyset af Corona-tidens konsekvenser for emnet.



Livsmod får besøg af psykolog Sidsel Skovbjerg, der er ansat i LMS, Landsforeningen mod Spiseforstyrrelser og Selvskade.

**Tematimerne finder sted medio 16. marts 2022 i Allerød.
Indbydelsen udsendes inden årsskiftet.**

7) Angst

Livsmod får i april besøg af psykolog Marie Tolstrup, specialist i psykoterapi med børn, og privatpraktiserende psykolog. Marie var forbi Livsmod for omkring 3 år siden, og flere har efterspurgt et opfølgende oplæg.



Da Marie Tolstrup har specialiseret sig i udredning og behandling af angstlidelser hos børn og unge, er det et naturligt afsæt for timerne, der også vil beskæftige sig med udviklingen på angstområdet i de senere år.

Marie er derudover supervisor, underviser på angstområdet og ekstern lektor ved Københavns Universitet.

Da angst er den hyppigste psykiske lidelse blandt børn og unge, er det vigtigt at fagpersoner kender til de forskellige angstlidelser og deres udtryk, og de bør være bekendt med, hvordan man udreder for angst hos børn og unge, da det fremmer planlægningen af den bedst mulige behandling.

**Tematimerne finder sted onsdag den 6. april 2022 kl. 13-15 i Hillerød.
Indbydelsen kommer ud i starten af 2022.**



8) Mistrivsel & mental sundhed

Tema i maj er den nyeste viden indenfor børn og unges mentale sundhed, herunder hvordan mental sundhed forstås og fremmes og hvordan mental mistrivsel forebygges, specielt perspektiveret af de seneste par års medlukninger og oplevelser af isolation.

Livsmod får besøg af Katrine Rich Madsen, der er postdoc ved Statens Institut for Folkesundhed. Katrine har blandt andet arbejdet med børn og unges trivsel, ensomhed, etnicitet og mental sundhed i en årrække.



Tematimerne henvender sig til alle, der på forskellig vis arbejder med børn og unges trivsel og mistrivsel, herunder med deres mentale sundhedsfremme.

**Tematimerne finder sted fredag den 6. maj 2022 kl. 12-14 i Hillerød.
Indbydelsen kommer ud i det tidlige forår 2022.**

9) Misbrug i familien

Blandt børn og unge med forskellige former for mistrivsel og psykiske udfordringer kan misbrug af alkohol eller andet i familien ofte spille en eller anden form for negativ rolle.



Livsmod sætter dette omfattende emne på programmet i juni 2022, og har derfor inviteret Ung Revers til at stå for timerens indhold. Ung Revers er et finanslovssikret og gratis samtalebehandlingstilbud til børn og unge op til 25 år, der vokser op i familier med alkohol- og / eller stofproblemer. Behandlerne er sundhedsfagligt uddannede med en terapeutisk overbygning.



Timerne handler om de belastninger og mulige konsekvenser, der ofte viser sig i børnenes og de unges følelsesmæssige og sociale udvikling.

Vi indføres i, hvordan Ung Revers forstår dynamikken i disse familier og hvordan vi behandlingsmæssigt kan arbejde dels med mindre børn og deres forældre og dels med de unge selv.

**Tematimerne finder sted fredag den 10. juni 2022 kl. 12-14 i Hillerød.
Indbydelsen kommer ud i det tidlige forår 2022.**

10) Børn og unges udfordringer på de sociale medier

Som opfølgning på sidste års temadag om digitale krænkelser har Livsmod landet en aftale med Red Barnet, der intenst har beskæftiget sig med emnet, herunder hvad der kan gøres i den forebyggende indsats.

Vi får præsenteret Red Barnets indsats 'SletDet Rådgivningen', der handler om digitale krænkelser og de konsekvenser, som de kan medføre.

SletDet hjælper børn og unge, forældre, pårørende og fagpersoner med at håndtere ubehagelige oplevelser og krænkelser på nettet. Det kan f.eks. være grænseoverskridende eller krænkende billeder bliver delt uden samtykke eller andet, som mobning, hacking eller stalking.



**Tematimerne finder sted
torsdag den 25. august 2022 kl. 13-15.30 i Hillerød.
Indbydelsen kommer ud inden sommer 2022.**

11) Mistrivsel og mental sundhed i det store perspektiv

Livsmod har til denne dag inviteret Signe Hald Andersen, der er forskningsprofessor og souschef i Rockwool Fondens Forskningsenhed. Hendes forskningsområder favner anbringelser af børn uden for hjemmet, kriminalitet, arbejdsløshed, sociale og økonomiske processer i familier, mistrivsel og mental sundhed.

Tematimerne vil udvide vores forståelse af udviklingen i danskernes mentale sundhed over de seneste 10-20 år. Vi vil få et indblik i et bredt spænd af mental sundhed, fra udviklingen indenfor lettere dårlig mental sundhed, herunder subjektive eller selvrapporterede indikatorer for mistrivsel, til udviklingen i den alvorlige ende med langvarige indlæggelser i det psykiatriske sundhedssystem.



Se mere om Signe Hald Andersen, emnet og f.eks. rapporten Danskernes mentale sundhed [her](#).

Tematimerne finder sted torsdag den 8. september 2022 kl. 13-15.30 i Hillerød. Indbydelsen kommer ud til sommer 2022.

12) Mindfulness og compassion

Livsmod får besøg af Lone Overby Fjorback, der er Centerleder, overlæge, lektor og ph.d. på Dansk Center for Mindfulness, Institut for Klinisk Medicin ved Aarhus Universitet. Hun har blandt andet publiceret bøgerne Mindfulness, PsykiatriFondens Forlag 2019 og Må jeg hjælpe dig, Gads Forlag 2015.



Timerne kommer omkring begreberne mindfulness og compassion. Fra ny dansk forskning ved vi, at træning i compassion kan hjælpe pårørende, børn og unge og forældre.

Compassion er kort fortalt opmærksomheden på egen eller andres lidelse, smerte eller mistrivsel - og om at være motiveret til at støtte og lindre lidelse.

Tematimerne finder sted fredag d. 7. oktober 2022 kl. 12-14 i Hillerød. Indbydelsen kommer ud efter sommer 2022.

13) Sammenbragte familier

Disse tematimer er et led i Livsmods løbende fokus på skilsmissen og andre udfordringer i børnefamilier. Vi følger denne gang op på det brede emne 'Sammenbragte familier', som vi havde på programmet i januar 2020.

Livsmod får besøg af projektleder og familiekonsulent Søren Marcussen fra Center for Familieudvikling. Han har blandt andet været med til at udvikle PREP (et kommunikationskursus for par) og KIFF (et kursus i fælles forældreansvar for skilte forældre sammen).



Center for Familieudvikling ønsker at give familier en faglig og forskningsbaseret håndsækning til trivsel og sunde relationer - og tilbyder PREP-kurser for par, KIFF-Kurser i fælles forældreansvar, parterapi, børnegrupper og uddannelse af fagpersoner. Se mere om centret [her](#).



Timerne 'sammenbragte familier' vil blandt andet indeholde nyeste viden om og forståelse for den sammenbragte families særlig vilkår, der f.eks. ikke er defineret som en kernefamilie.

Hvilke udfordringer stiller det klinikere, behandlere og rådgivere i - og hvordan kan vi blive endnu bedre til at hjælpe og støtte børn og unge, der 'kommer i klemme' i sammenbragte familier?

**Tematimerne finder sted fredag den 4. november 2022 kl. 12-14 i Hillerød.
Indbydelsen kommer ud efter sommer 2022.**

Andre emner på vej

Livsmod har en række andre temadage, som lige nu er ved at blive aftalt til 2023; her er nogle af overskrifterne:

- ✓ Psykisk syge forældre v/ professor Anne Thorup
- ✓ Konfliktåndtering i 'Livsmodssager' v/ Center for Konfliktåndtering
- ✓ Mistrivsel og nyeste viden om forebyggelse v/ Vidensråd for Forebyggelse

Derudover har vi følgende emner på vej: Ensomhedsformer, svære skilsmisser, tilknytningsforstyrrelser, vold i familien, Mind My Mind, selvmordsadfærd mfl.

**Har I flere ønsker og idéer til temadage, emner eller oplægsholdere ...
så send meget gerne en mail til os på info@livsmod.net.**

Næste Nyhedsbrev udsendes vinter 2021/2022.

Med venlig hilsen

Gert Jessen
Tovholder på Livsmod

Livsmod forankrer den forebyggende indsat overfor børn & unge i Nordsjælland.

Kontakt info@livsmod.net - www.livsmod.net

Hjemsted i Helsingør Kommune, Center for Børn, Unge & Familier

Livsmod var i 2006-8 støttet af Velfærdsministeriet. Fra 2009 og frem af de deltagende partnerkommuner & Region Hovedstaden