

Børn og angst PDF

Mikael Thastum



Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



Forfatter: Mikael Thastum

ISBN-10: 9788777068928

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 3766 KB

BESKRIVELSE

Mørke, edderkopper, lukkede rum, adskillelse fra mor og far ... Angst er en naturlig del af børns udvikling, og alle børn oplever i perioder angst i en eller anden grad. Nogle børn er mere ængstelige end andre – og for nogle bider angsten sig fast. Angsten bliver altoverskyggende og langvarig, og der skal mindre til at udløse den. Men hvad kan man som forælder selv gøre for at hjælpe sit barn – og hvornår bør man søge professionel hjælp? Denne bog er en hjælp og støtte til forældre med ængstelige og angste børn, men er også relevant for andre voksne omkring barnet. Forfatterne beskriver kort og lettilgængeligt, hvad angst er, hvordan forskellige former for angst kommer til udtryk, hvordan man som forældre kan støtte barnet bedst muligt hjemme og i skolen, og hvilke muligheder der er for professionel hjælp. Børn og angst indeholder en række interviews med forældre og børn, som åbenhjertigt fortæller om at have angsten helt tæt inde på livet. Som forælder til et barn med angst kan det være en lettelse at vide, at mange andre har stået med samme udfordringer, har kæmpet og klaret dem – og at der er mange ting, man kan gøre for at hjælpe sit barn. "Vi var som forældre nødt til at lære det: at turde stille krav (...) Det var en "aha-oplevelse" for mig som mor at opdage, hvor stor betydning min håndtering af hendes angst havde på hele forløbet..." Citat fra mor til en 15-årig pige med angst.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Tema om angst: Det kan have store konsekvenser for et barn at lide af angst. Indsatser som Cool-Kids og Biblioterapi fokuserer på at lære barnet at håndtere angsten.

Angst er en naturlig og livsvigtig følelse hos mennesket, som hos nogle kommer til udtryk i overdreven grad, så det bliver hæmmende for udvikling og dagligdagen

Af Per Hove Thomsen Professor i børne- og ungdomspsykiatri ved Aarhus Universitet og leder af Afsnittet for børn og unge med ADHD, Tourettes syndrom og OCD, Århus ...

BØRN OG ANGST

[Læs mere ...](#)