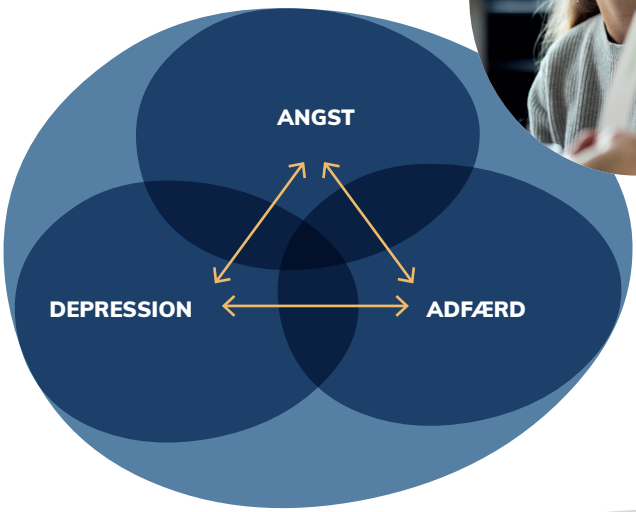
PSYKOLOGISK HJÆLP TIL BØRN OG UNGE

med stor dokumenteret effekt

1-2 børn i hver klasse har klare symptomer på psykisk mistrivsel

140.000 skolebørn er i målgruppen for at få hjælp i Mind My Mind

Den bedste løsning på udfordringen med børn og unges mistrivsel



Mind My Mind hjælper

70%

af alle børn og unge med symptomer på psykisk sygdom

Med støtte fra TrygFonden

REGION H Psykiatri

psykiatrifonden
SAMMEN BEKÆMPER VI PSYKISK SYGDOM

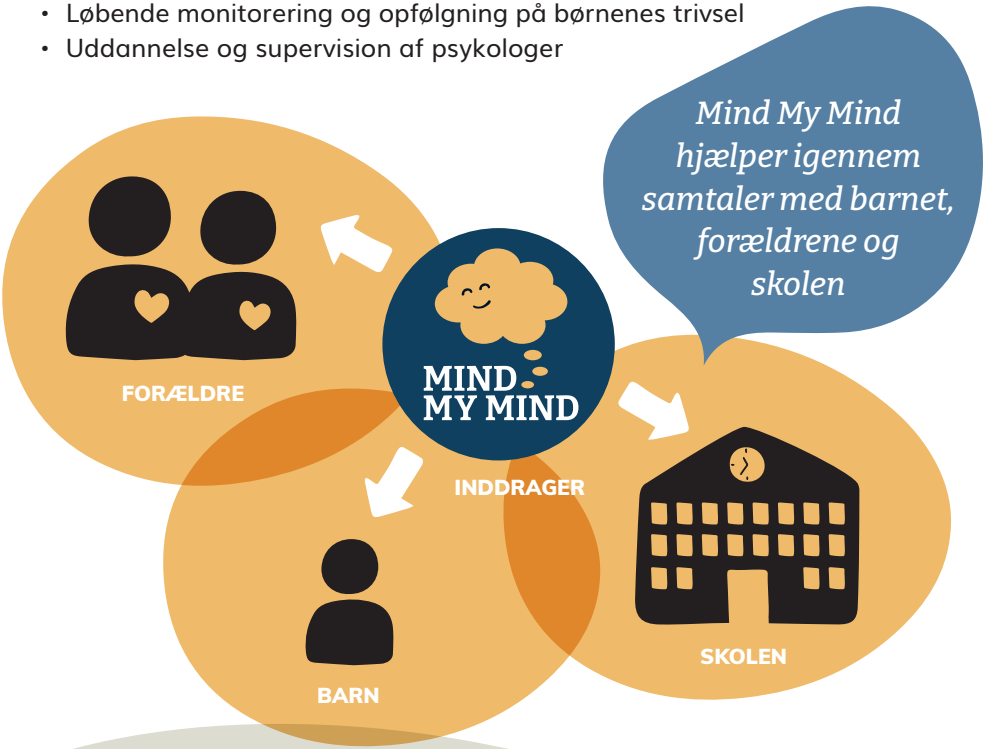
MÅLGRUPPE OG RAMMER

Lettere individuel behandling til børn og unge

Mind My Mind hjælper børn og unge med tydelige symptomer inden for angst, depression og/eller adfærdsvanskeligheder. Fokus er ikke på diagnoser, men på de ting barnet har svært ved i hverdagen.

MIND MY MIND'S ORGANISERING GØR DET NEMT AT DRIVE OG NEMT AT SIKRE EN HØJ KVALITET:

- Familier kan selv henvende sig og få en afklaring
- Hurtig og effektiv afklaring af barnets problemer og behov
- Løbende monitorering og opfølgning på børnenes trivsel
- Uddannelse og supervision af psykologer



Aalborg Kommune

VORDINGBORG KOMMUNE

NÆSTVED

FÅ DEN RETTE HJÆLP

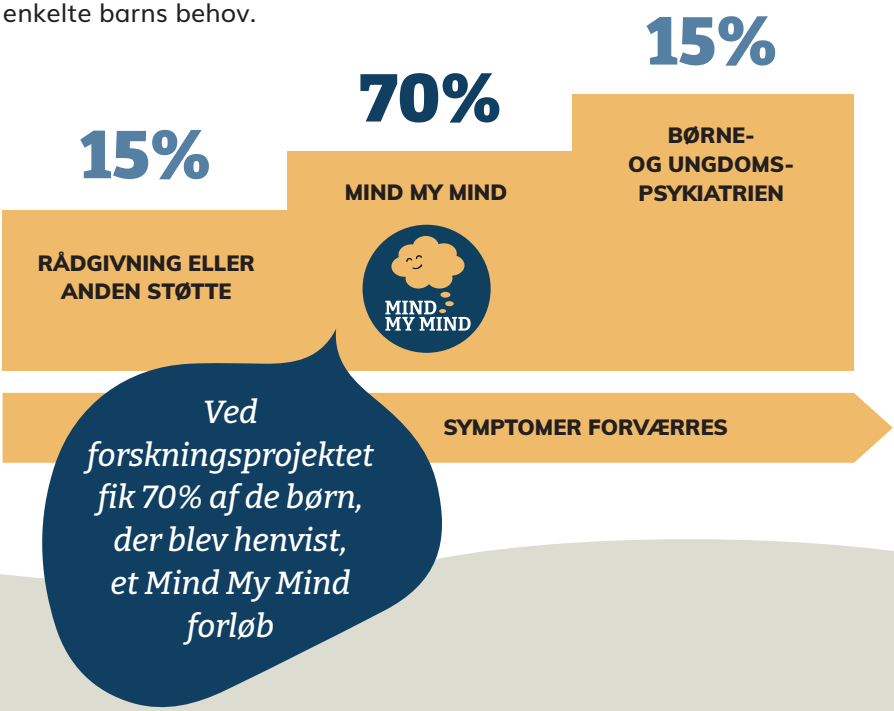
Kommuner og region i tværsektorielt samarbejde om psykisk mistrivsel

I Mind My Mind samarbejder kommuner og region for at sikre, at børn og unge får målrettet og effektiv hjælp:

KOMMUNERNE STÅR FOR:
Opsporing, afklaring og behandling af børn og unge

REGIONEN STÅR FOR:
Sparring og rådgivning til kommuner

Alle børn og unge, som henvender sig til Mind My Mind, besvarer ensartede spørgeskemaer og deltager i en struktureret samtale. Det giver en hurtig afklaring på, hvilken hjælp det enkelte barn har brug for. Kommunen kan derfor sikre en ensartet adgang til hjælp på tre niveauer afhængigt af det enkelte barns behov.



MIND MY MIND LØSER FLERE BEHOV

TIL BØRN OG UNGE MED PSYKISK MISTRIVSEL
I dag er det mere eller mindre tilfældigt, hvilken hjælp børn og unge får, hvis de viser tegn på psykisk mistrivsel. Der er behov for at indføre ét ensartet lettere behandlingstilbud, som vi ved virker, så børn og unge får den bedst tilgængelige behandling uafhængigt af, hvor de bor.

FAMILIER SKAL SELV KUNNE HENVENDE SIG
I dag er det både vanskeligt at finde vej til hjælp og der er lange ventetider, når du som forælder søger hjælp til dit barn i psykisk mistrivsel. Forældre, der er bekymret for at deres barn mistrives, skal kunne henvende sig og hurtigt få en afklaring på, hvilken hjælp der er den rette.

LØBENDE OPFØLGNING OG KVALITETSSIKRING
I dag er der ikke nødvendigvis opfølgning og kvalitetssikring af de behandlinger, som vores børn og unge tilbydes. Der er behov for at indføre tilbud, som løbende og systematisk følger op på børnene. Så vi ved, om de tilbud, vi giver børnene, virker og hvordan de forbedres.

KØBENHAVNS KOMMUNE

HELSINGØR KOMMUNE

STRUER KOMMUNE

DOKUMENTERET EFFEKT AF BEHANDLING

Udviklet af førende forskere og psykologer og afprøvet i en dansk hverdag

Mind My Mind er evidensbaseret. Programmet består af veldokumenterede indsatser, der bruges verden over.

MIND MY MIND

MIND MY MIND ER FØRENDE FORSKNING

- **STORT LODTRÆKNINGSFORSØG MED 400 BØRN**
- **AFPRØVET I EN KOMMUNAL VIRKELIGHED**
- **SIGNIFIKANT EFFEKT SAMMENLIGNET MED KONTROLGRUPPE**
- **PUBLICERET I FØRENDE INTERNATIONALT TIDSSKRIFT**

Der er dokumenteret effekt for de børn og unge, der gennemgår et forløb

"Lige nu er Mind My Mind det eneste program, der kan leveres som en samlet pakke. Derfor bør Mind My Mind være et standard-tilbud til alle børn i målgruppen."

– Pia Jeppesen, klinisk professor i børne- og ungdomspsykiatri og forskningsleder på Mind My Mind

HOLSTEBRO KOMMUNE

”Vi oplever, at Mind My Mind gør en kæmpe forskel. Det er faktisk noget, der virkelig rykker for både børnene og familierne.”

– Sidsel Bondo, PPR-leder i Helsingør

MIND MY MIND

”Vi fik sat nogle mål for, hvad jeg skulle prøve at gøre til næste gang. Når det så lykkedes, satte vi et nyt mål. Det kunne være at sove ude hos nogen. Eller at sove med slukket lys eller uden at kunne se, om min mor og far var vågne.”

– Mathilde (datter) 14 år

”Vi har altid talt åbent om tingene i vores familie, men nu gør vi det i endnu højere grad. Vi har fået et sprog for det. Hvis Mathilde fx en dag siger, at hun har ondt i maven, så ved vi nu, at det kan være et tegn på angst. Så nu spørger vi: ’Har du ondt i maven, eller har du angst-ondt i maven?’.”

– Birgitte (mor)

Projektmedarbejder
Johan Ørsted Petersen
Tlf.: 21 84 48 69
E-mail: jp@psykiatrifonden.dk

Forskningsleder
Pia Jeppesen
Tlf.: 23 96 99 29
E-mail: pia.jeppesen@regionh.dk
og pijep@regionsjaelland.dk

Læs mere om Mind My Mind på
www.psykiatrifonden.dk

Med støtte fra TrygFonden

REGION H Psykiatri

psykiatrifonden
SAMMEN BEKÆMPER VI PSYKISK SYGDOM