

Tværfagligt Center for Læring og Trivsel

Gratis Ungesamtaler

for unge mellem 13 og 25 år



Vrede?
Tristhed?
Ensomhed?
Ængstelighed?

hedensted.dk



Hedensted
Kommune



Ungesamtaler

for unge mellem 13 og 25 år

Hvordan foregår det?

Er du ung mellem 13 og 25 år og bor i Hedensted Kommune, har du mulighed for at få rådgivende og støttende samtaler, som foregår hos en psykolog. Samtalerne er anonyme. Du skal blot kunne dokumentere, ved at vise dit sundhedskort, at du er mellem 13 og 25 år og bor i Hedensted Kommune. Psykologen vil vurdere ved den indledende kontakt, om dette tilbud passer til den problematik, du kommer med.

Du har mulighed for at få op til fem ungesamtaler á 45 minutters varighed, og psykologen finder sammen med dig ud af, om du vil have glæde af én eller flere samtaler. Viser det sig, at du har behov for noget andet end ungesamtaler, kan du få hjælp til, hvor du kan henvende dig. Du behøver ikke på forhånd at vide, hvad du vil tale om. Psykologen kan hjælpe dig med at finde ud af, hvad der er vigtigt for dig at tale om.





Da ungesamtaler er et forebyggende tiltag og ikke behandling er de ikke til unge med psykisk mistrivsel, som giver mistanke om svær psykisk lidelse eller svær udviklingsforstyrrelse, og som bl.a. viser tegn på:

Akut fare: Øget selvmordsrisiko eller gentagen/alvorlig selvskade

Svære lidelser: Svær angst, moderat til svær OCD, PTSD og svær depression

Alvorlige traumer: Traumer efter vold eller overgreb

Spiseforstyrrelse: Moderat til svær spiseforstyrrelse

Hvem er ungesamtalerne for:

Unge mellem 13 og 25 år, som bor i Hedensted Kommune. Der kan være flere grunde til, at man som ung har brug for at tale med en psykolog.

Det kan f.eks. være på grund af ængstelighed, negative tanker om sig selv, tristhed, vrede, usikkerhed, forvirring, stress, kærestesorger, ensomhed, savn, sorg, lavt selvværd, problemer med familie og venner m.m.

Du behøver heller ikke at have en klar idé om, hvorfor du ikke trives, eller hvorfor noget er svært i livet.

Telefontid: Mandage kl. 12:00–13:00 (Lukket i skoleferier)

De gratis ungesamtaler er organiseret under Pædagogisk
Psykologisk Rådgivning (PPR) i Hedensted Kommune.

Samtalerne finder sted på en af følgende adresser:

Vest: Erhvervsparken 4C, Ølholm, 7160 Tørring

Midt: Forskellige lokaler, 8722 Hedensted

Øst: Juelsminde Rådhus, Tofteskovvej 4, 7130 Juelsminde

Psykolog
Stephanie R. Thomsen
Midt
T: 2913 0114

Psykolog
Christian Lund
Midt
T: 2913 6892

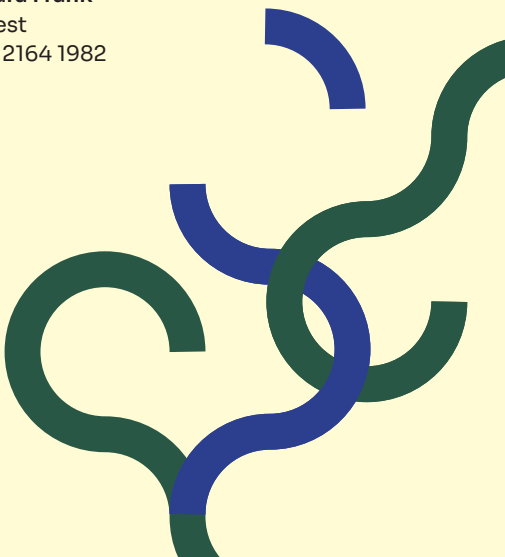
Psykolog
Bjarke Frydendal
Øst
T: 2941 4318

Psykolog
Helle B. Jensen
Vest
T: 2496 1793

Psykolog
Mikala Kyster
Øst
T: 2924 2684

Psykolog
Sara Frank
Vest
T: 2164 1982

Hedensted Rådhus
Niels Espes Vej 8
8722 Hedensted
T: 79 75 50 00



hedensted.dk