

Selvværd i børnehøjde

Torsdag 29. oktober 2026

Kl. 9 - 14 (rundstykker 8.30)

Sted: Hornsyld idrætscenter, Nørremarksvej 3, 8783 Hornsyld

Det kan være udfordrende at være plejefamilie, og at håndtere de mange følelsesmæssige udfordringer. Drømmen er at bevare et roligt nervesystem og få et større følelsesmæssigt overskud, så vi kan være der for børnene, som de har brug for. Og at plejeforældrene kan "blive hjemme i sig selv" i det (til tider) udfordrende forældresamarbejde.

Til denne kursusdag byder Maiken Juul ind med viden og konkrete værktøjer til hvordan vi hjælper vores plejebørn til at udvikle robusthed og selvværd. Og hvordan vi undgår, at vores egne mønstre spænder ben i processen. Hun deler desuden bundærlige historier fra hendes eget liv med to drenge der selv har været udfordret som hhv. særlig sensitiv og viljestærk. Der dykkes ned i følgende emner (med pauser mellem hver):

- **Egenomsorg og indre dialog** hos plejefamilierne
- **Selvværd og selvtillid**, hvad det er, og hvordan det skabes
- **Få robuste plejebørn, der kan berolige egne følelser**
- **Bedre kommunikation med bio-forældre** og kommunen

Kursusdagen giver et fælles sprog til at forstå, hvad vores børn (og plejeforældrene) har brug for, så børnene lettere håndterer konflikter, udfordringer og kan udvikle sig til at blive harmoniske og glade voksne.



Maiken Juul, Cand. scient., forfatter og ekspert i tankestyring

De seneste 9 år har hun specialiseret sig i skematerapi, metakognitiv terapi, følelsesmæssig intelligens og ACT. Med basis i disse kognitive værktøjer inspirerer hun til opdragelse af mentalt stærke, empatiske børn med selvværd og mod på livet.

Forbeholdt pleje- og støttefamilier ansat i
Horsens Kommune

Tilmeld her