

Oversigt over Cool Mind Børn gruppeforløb

Punkt	Titel	Mødeform	Sted	Tid	Indhold	Uge
0	Forsamtale	Individuel	Fysisk	60 min.	Fælles forståelse	Før uge 43
1	Opstart	Gruppe	Fysisk	90 min.	Møde de andre børn Hjælpesom tænkning + belønning Psykoedukation nervesystem Basis fod-øvelse	Uge 43 Tors. Kl. 16-17:30
	Øvelser hjemme	-	-	-	Træning af øvelser	-
2	Realistisk tænkning	Gruppe	Fysisk	90 min.	Realistisk tænkning	Uge 44 Tors. Kl. 16-17:30
	Fort. øvelser hjemme	-	-	-	Træning af øvelser	-
3	Opfølgning øvelser	Gruppe	Online	60 min.	Opfølgning på igangværende øvelser	Uge 45 Tors. Kl. 16-17:30
	Fort. øvelser hjemme	-	-	-	Træning af øvelser	-
4	Eksposering	Gruppe	Fysisk	90 min.	Eksposering	Uge 46 Tors. Kl. 16-17:30
	Øvelser hjemme	-	-	-	Træning af øvelser	-
5	Opfølgning øvelser	Gruppe	Online	60 min.	Opfølgning på igangværende øvelser	Uge 47 Tors. Kl. 16-17:30
	Fort. øvelser hjemme	-	-	-	Træning af øvelser	-
6	Nye strategier	Gruppe	Fysisk	90 min.	Nye strategier + planer for fremtiden	Uge 48 Tors. Kl. 16-17:30