

# Foredrag

Vi gør en indsats for at forbedre livskvalitet og vilkår for unge i Danmark.



# Vi forebygger problemer i *din* by

Ungdomsproblemer.dk har holdt stand-up-foredrag siden 1996. Vi holder ca. 300 foredrag om året. 80 % af vores foredrag foregår på folke- og efterskoler, og de sidste 20 % på produktionsskoler, gymnasier, handelsskoler og diverse efteruddannelser.

## Foredragene omhandler:

sex  
valg  
venner  
attituder  
følelser  
konsekvenser  
værdier  
selvværd  
mobning  
trivsel  
bander  
alkohol  
misbrug  
spiseforstyrrelser

Når en ung indleder sit voksenliv med at slås, skære i sig selv, drikke sig synligt beruset, tage stoffer, smadre ruder eller isolere sig bag en computer, forstår vi det som et udtryk for indvendig smerte. Nogle unge skader sig selv, fordi de føler sig ensomme, er kede af det, ikke føler sig elsket eller ikke føler, at de er noget værd.

Når unge gør ekstreme ting, er det ofte, fordi de har brug for at abstrahere fra et indvendigt kaos. Men at forsøge at lægge låg på psykiske problemer ved denne type "selvmedicinering" helbreder ikke.

Ungdomsproblemer.dk forsøger derfor, gennem vores foredrag, at give de unge redskaber, gode råd og metoder til at tackle de svære følelser. Erfaringen viser, at vores foredrag virker som en skarp og humoristisk GPS, der kan guide de unge til at træffe de rigtige valg i livet.

Foredragene tager udgangspunkt i foredragsholderens egne oplevelser fra teenageårene. Formidlingsmetoden minder mest om stand-up-comedy, men illustrationer, følelser og alvor spiller også en væsentlig rolle når budskaberne skal ud.

## Du bestemmer selv, hvordan dit liv skal være!



# Foredraget "Et godt liv er ikke en selvfølge"

Om mindreværd og selvkade  
- et foredrag, der giver DIG  
redskaber til at få et godt liv.

Alt for mange mennesker går rundt med en negativ grundindstilling til sig selv. Det resulterer ofte i følelser af mindreværd og utilstrækkelighed og manglende tro på sig selv. I sådan en situation kan man ikke yde sit maksimale, man fastlåses i negative tanke- og handlemønstre og evner ikke at se sig selv som en succes. De følelser, man ikke får bearbejdet, ender nede i maven i en rodekasse. Gennem foredraget "Et godt liv er ikke en selvfølge" bliver tilhørerne opmærksomme på, hvordan man selv har mulighed for og kompetence til at bryde ud af et fastlåst mønster og et negativt syn på sig selv. Hvad enten det drejer sig om lederseminarer eller korte pep-talks, så vil Søren Lynges begejstre, provokere og inspirere deltagerne til nye tanker, følelser og holdninger samt motivere tilhørerne til at træffe de rigtige valg i livet. Han er udfordrende, inspirerende, overraskende, lidenskabelig og ikke mindst fuld af energi!

# Foredraget "Hvad vil du?"

Et foredrag med Steven Westh.

Om at træffe de rigtige valg,  
specielt når du ikke helt ved,  
hvor du er på vej hen.  
Om venner, sex, kærlighed,  
følelser, druk og kriminalitet.

Steven Westh har i tre år turneret med forskellige foredrag. Foredraget "Hvad vil du?" er det nyeste skud på stammen. "Hvad vil du?" tager udgangspunkt i Stevens eget liv med vilde teenageår, sprut, piger og fester. Ved mødet med Steven har de unge først ikke indtryk af, at Steven faktisk gik rundt og havde det svært som ung, men det finder de ud af, når Steven i løbet af foredraget fortæller om selvmordstanker, seksuel krænkelse og alle de forkerte valg. Steven fortæller om venner, følelser, valg, konsekvenser af valg og det at påføre sig selv en unødvendig smerte.

Et foredrag, der gennem stand-up og illustrationer når ind under huden på alle. Et foredrag, som giver tilhørerne redskaber til aktivt at gøre en forskel for dem selv og deres venner.

# Debatforedrag for forældre

Sproget viser dine børns fremtid.

Når børn og unge ikke hjemmefra lærer om disciplin, dannelse, moralbegreber og værdier, bliver de ofte diffuse, grænsesøgende, uopdragne og problemskabende. Børn, der ikke bliver præget på en positiv måde i hjemmet, tilegner sig i stedet normer fra blade, medier og venner. Derfor ses det tit, at problemet med uregerlige unge ikke kun er et problem i familien, men også i de unges omgangskreds. Unges sprog og

omgangstone fortæller meget om, hvem de er, og hvor de er på vej hen.

Vi voksne kan ikke tvinge grænsesøgende unge til at ændre sig, men vi KAN stimulere dem til selv at gøre en forskel i deres liv. Netop dét er essensen i vores arbejde med unge.

# Priser:

1 times foredrag: 3.500,- kr.

1½ times foredrag med en foredragsholder  
og en ung: 4.500,- kr.

Foredraget afholdt med illustrationer: 5.500,- kr.

Et større arrangement for flere skoler: 7.500,- kr.

Som foredragsshow med kunstner: 9.800,- kr.

Alle priser er eksklusive kørsel og inklusive moms.  
Book foredraget på [Ungdomsproblemer.dk](http://Ungdomsproblemer.dk).

# Anbefaling:

Onsdag d. 24. september havde vi besøg af Ungdomsproblemer.dk, og endnu engang var foredraget en kæmpe succes blandt vores elever!

Søren Lynges foredragsshow er vedkommende og underholdende, og han har de unges fulde opmærksomhed fra første til sidste sekund! Søren Lynges taler de unges sprog og er fyldt med energi. De ting, han sætter fokus på i showet, er nærværende for de unge. Sjove historier og direkte budskaber, krydret med en række tankevækkende illustrationer, er med til at give tilhørerne masser af stof til eftertanke!

Et på én gang lærerigt og underholdende foredrag, som varmt kan anbefales!

**Mette Kruse Jensen (hhx-lærer)**  
**Erhvervsgymnasiet, Selandia - Center for**  
**Erhvervsrettet Uddannelse, Slagelse**



## Anbefaling af Ungdoms- problemer.dk

Hg-ungdom, Køge Handelsskole, har for et par år siden haft besøg af Søren Lyng. Eleverne er nu nye – men budskabet er stadig relevant. Vi valgte derfor igen at bestille et arrangement fra Ungdomsproblemer.dk. Deres foredragsholdere er ligefremme, personlige og meget relevante i deres tale til, for og om de unge og den situation, de står i med selvværd, kammerater, druk, misbrug, selvmord og meningen med livet. Måden, de gør det på, er showagtig uden at være plat. Og endnu engang ramte Ungdomsproblemer.dk eleverne lige i solar plexus – og efterlader de unge med et håb for fremtiden. I lærergruppen var vi enige om at invitere Ungdomsproblemer.dk igen til et lignende arrangement om et par år.

**Team HG1 ved Helge Breindahl,  
Køge Handelsskole**

## Evaluerings- udtalelser fra kurset ”Redskaber til din hverdag”

– fra SOA programmet, som er  
Søren Lynges socialiserings- og  
adfærdreguleringsprogram.

”Der var god energi og engagement. Søren har en positiv tilgang og en god fortællemetode. Den inddragede humor var vigtig for en lang foredragsdag. Det var nogle gode gruppeopgaver – dejligt, at man selv blev inddraget.”

”Det var rigtig godt med de mange redskaber, mange af dem kan bruges i vores hverdag.

Din undervisning var et plus, og den gav en grundlæggende tro på, at en positiv tilgang til de unge er konstruktiv.”

”Det har været en givende dag både fagligt og personligt. Jeg har fået input, jeg kan bruge i arbejdet plus en påmindelse om, hvorfor unge reagerer, som de gør.”

”JA!! Gode vinkler, nærværende, livligt. Redskaberne kan straks overføres på ”vores” børn. Det vækker min entusiasme!”

”Ja, det har givet en del at tænke over. Vi kan klart bruge nogle af (alle) redskaberne i vores pædagogiske arbejde. Det har sat en proces i gang i personalegruppen.”

**Udtalelser fra Silkeborg  
Kommunes opholdssteder**  
(C. Knaps Minde, Akut Observations-  
afdelingen, Udviklingsafdelingen,  
Børn- og Ungehuset og Højen)

