



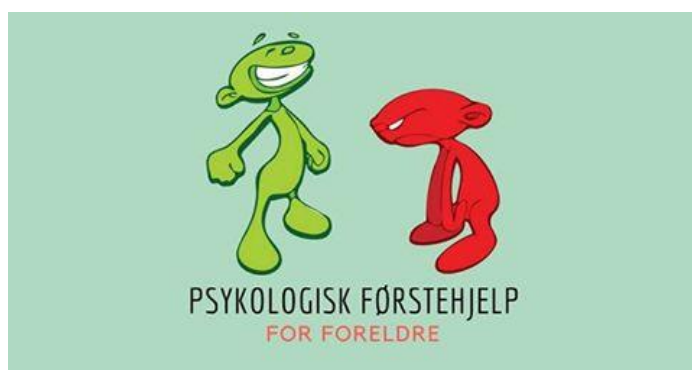
SANDØY KOMMUNE

TIL FORELDRE MED BARN I SKULEN

VELKOMMEN TIL KURS I PSYKOLOGISK FØRSTEHJELP FOR FORELDRE!

ONSDAG 14. FEBRUAR 2018, KL. 18.00 I ALLROMMET, SANDØYHAGEN

Kurset varer i 2,5 – 3 timar og er gratis



«Foreldre kan hjelpe barna sine til å bli mindre sårbare og mer robuste følelsesmessig, det gjør dem bedre rustet til å takle motgang og vanskelige situasjoner som de møter i livet, på en best mulig måte.

Psykologisk førstehjelp er et selvhjelpsverktøy for mestring av egne følelser. Med røde og grønne tanker lærer den unge å framsnakke seg selv. Verktøyet er utformet som et skrin og skal lære barn og ungdom enkle selvhjelpsteknikker. Det er barnepsykologspesialist Solfrid Raknes som har utviklet skrinet i samarbeid med sentrale fagfolk innen det norske psykisk helsevern-miljøet.

Kurset gir deg som forelder kunnskap om verktøyet Psykologisk førstehjelp slik at du kan hjelpe barna med å takle sine små og store utfordringer på en god og hensiktsmessig måte.»



Kursholder Hanne Cook Hope er sosionom med videreutdanning i sosialt arbeid, ledelse og veiledning. Hun er også kognitiv terapeut. Arbeider som fagkoordinator i Voksne for Barn.

Kurset er eit tiltak i prosjektet «KVA ER VIKTIG FOR OSS?» i Sandøy kommune

Arr: Sandøy kommune v/Harøy skule og skulehelsetenesta i samarbeid med «Voksne for barn»

