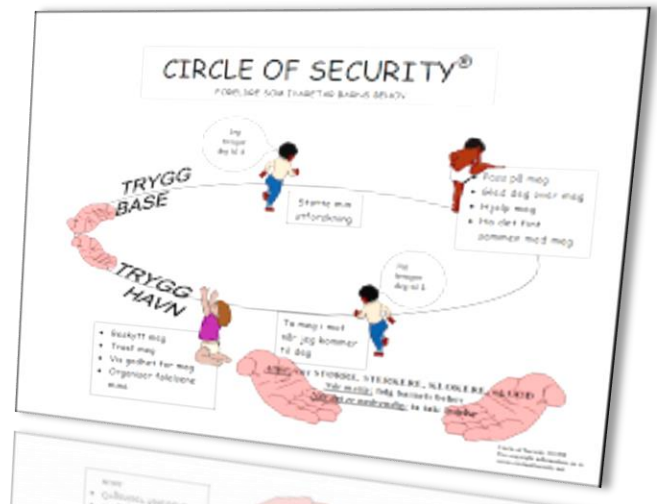


Opplever du utfordringer i foreldrerollen?

«Barnet mitt kan være så sint, sutrete, redd, klengete...hører ikke etter, har dårlig selvfølelse eller strever med venner og søskenkrangel...»

Kjenner du deg igjen i noe av dette? Eller kanskje du bare ønsker å lære litt mer om hvordan du kan hjelpe barnet ditt til å bli tryggere og utvikle sosiale ferdigheter? Da håper vi at dette kurset er noe for deg!



Helsestasjon inviterer til kurs for alle foreldre med barn i førskolealder (0-6 år) som bor i Evje og Hornnes kommune. Kurset kalles COS-P, som er en forkortelse for Circle of Security Parenting, eller på norsk Trygghets sirkelen.

Trygge barn har med seg et psykologisk immunforsvar i livet. Kurset vil gi deg som forelder en «verktøykasse» for å hjelpe barnet gjennom livets oppturer og nedturen. Kurset vil også hjelpe foreldre til å bedre forstå barns følelser, atferd og intensjoner, samt gi deg hjelp til å få et generelt bedre samspill med barnet ditt. Målet er å være gode nok foreldre!

Kurset tar utgangspunkt i over 50 år med kunnskap og forskning på hva som fremmer trygge barn og trygge relasjoner mellom foreldre og barn.

Se Marthe Sveberg fortelle om sine erfaringer på folkem.no (se også link på helsestasjonens FB side)

Sted: Evje og Hornnes helsestasjon, Ljosheimvegen 5

Tid: Tirsdager kl. 14.00-15.30

Oppstart: Tirsdag 5.februar, 8 kurskvelder t.o.m. 2.april (OBS! ikke 19.februar)

Påmelding: Innen torsdag 30.januar 2019 kl. 12.00 på telefon 37 93 24 40/48 89 50 53

Max. 10 deltakere, og det er en fordel om begge foreldre deltar på kurset. Det er dessverre ikke anledning til å ta med barn på kursdagene. Enkel servering. Velkommen!

Mvh. Mari H. Abusland og Siv Halldis Aas.