

Velkommen til kurs for småbørnsforeldre!

Kommunepsykologtenesta har gleda av å invitere alle føresette med born i alderen **2 ½ - 5 ½ år** til foreldrekurset Tuning into Kids. Dette er eit program som passar for alle føresette. Du treng ikkje å streve i foreldrerolla for å ha utbytte av kurset.

Ynskjer du å lære meir om korleis:

- Bli betre til å prate med bornet ditt?
- Bli betre til å forstå bornet ditt?
- Hjelp bornet ditt med å handtere egne kjensler?
- Hjelp med å førebygge mot problematisk åtferd hjå bornet ditt?
- Lære bornet ditt å handtere konflikhtar?

Tuning into Kids visar deg korleis du kan hjelpe bornet ditt å utvikle høgare emosjonell kompetanse. Born med høg emosjonell kompetanse:

- Lykkes i større grad med å få og behalde venar
- Har oftare betre konsentrasjonsevne
- Roar seg oftare raskt når dei blir sinte eller oppskaka
- Har oftare færre barnesjukdommar
- Har oftare meir stabile og tilfredsstillande relasjonar til andre som vaksen
- Lukkast oftare betre på skulen og i arbeidslivet – høg emosjonell kompetanse har faktisk meir å sei for dette enn IQ

Når: Seks onsdagar, frå 27.januar til 11.mars, kl. 18.05-20.05, med vinterferie i veke 8. Ein bør kome kvar gong. Dersom berre ein av foreldra kan delta, bør det vere den same foreldaren kvar gong. Synes de at vekentlege møter er for hyppig, gjer vi saman ei endring til det som passar best for fleirtalet.

De får også tilbod om ein frivillig individuell foreldresamtale før og etter kurset, for at kurset skal bli endå meir tilpassa og nyttig for dykk. Tidspunkt for dette avtalast med kvar einskild.

Kor: Dagsenteret på Solund Helsetun, 1.etg (lokal kan endrast avhengig av tal deltakarar)

Pris: Gratis

Påmeldingsfrist: 20.januar kl. 23.59.

Kontakt: For spørsmål kring kurset eller påmelding, kontakt kommunepsykolog Ingrid Grønnæss på e-post ingrid.hildisch.gronnaess@solund.kommune.no eller ring 469 33 658. Ikkje skriv sensitive opplysningar i e-post eller på SMS.

Håpar at så mange som mogleg har interesse av å ta del på dette kurset! 😊

