

BARN MED EIN TRYGG RELASJON TIL FORELDRE, ER I STØRRE GRAD I STAND TIL Å:

- oppleve meir glede med foreldra
- føle mindre sinne ovenfor foreldra
- spørje foreldra om hjelp når dei har det vanskeleg
- løyse problem på eiga hand
- gå betre overeins med vener
- få langvarige relasjonar til vener
- løyse problem med vener
- få betre relasjon med sysken
- få høgare sjølvtilitt og sjølvkjensle
- vite at dei fleste problem har ei løysing
- få tillit til at gode ting vil skje
- få tillit til menneska dei er glade i
- vite korleis ein er god med menneskja rundt seg

Frå kommuneplanen:

Alle barn og unge skal ha gode og likeverdige oppvekstvilkår som stimulerer til aktiv samfunnsdeltaking og legg til rette for god psykisk og fysisk helse.



Luster kommune

PRAKTISK INFORMASJON

Kurset går over åtte gonger og varer 1,5 time kvar gong. Kurset er gratis.

PÅMELDING

Har du spørsmål eller ønskjer å delta, ta kontakt med helsestasjonen på:

Telefon:
57 68 56 05

Epost:
berit.skjerdal@luster.kommune.no



Luster kommune

FORELDREKURS CIRCLE OF SECURITY (COS)



COS skal hjelpe foreldre til å forstå kvifor barn oppfører seg som dei gjer, og korleis barn kan få hjelp på ein utviklingsretta måte.

Det skal hjelpe barn til å utvikle god sjølvregulering og sosial kompetanse



Luster kommune

Foreldrekurset er eit lågterskeltilbod som kan vera til glede for alle foreldre. Kurset passar for foreldre med barn og ungdom i alle aldrar.

Målet er at barnet ditt skal få hjelp til å kjenna seg trygg, få betre sjølvkjensle og sjølvtilitt. På den måten kan barnet stå sterkare rusta til å møta utfordringar i livet.

Foreldrekurset er basert på metoden Circle of Security (COS) eller tryggleikssirkelen.

COS kan koma til glede og nytte i alle relasjonar - ikkje berre mellom deg og ditt barn

Barn kjem, tru det eller ei, med ei bruksanvisning. Men me må ta på oss dei rette brillene for å klare å lese ho!

Ein trygg relasjon mellom barn og foreldre kan gje barnet eit sterkare psykologisk immunforsvar