

Lurer du på hva barnet ditt trenger av deg for å bli et trygt barn som er glad i å leke og lære?

Bli med på cos-p kurs!



Foreldreveiledningskurset Circle of Security – Trygghetssirkelen, bidrar til å gi dere foreldre/omsorgsgivere verktøy til å forstå bedre barns signaler, hvilke behov barn har, og hva vi kan gjøre for å møte de ulike behovene bedre.

Kurset vektlegger trygg tilknytning mellom foreldre/omsorgsgiver og barn.

Målet er at barn får hjelp til å kjenne seg trygge og på den måten stå sterkere rustet til å møte utfordringer i livet. Kurset kan bidra til å styrke relasjonen mellom deg og dine barn.

Noe av innholdet

- Observere og imøtekomme barns ulike behov
- Hjelp barn med å regulere sine følelser
- Ta ledelse når det er nødvendig
- Håndtere egen frustrasjon når barnet utfordrer deg

Praktisk informasjon

- Kurset går over 8 ganger á 1,5 timer
- Det er 8-10 deltakere
- Vi oppfordrer begge foreldre til å være med, dersom det er mulig
- Det er en fordel med gode norskkunnskaper
- Kursene er gratis

Påmelding/ kontaktinformasjon:

Kontakt skjema: <https://www.io.kommune.no/tjenester/helse-og-mestring/barn-unge-og-familie/psykisk-helsetilbud-for-barn-unge-og-foresatte-familieteam/>

Telefon: 940 192 97 (telefontid mandag til fredag kl. 13.00-15.00)