

Foreldreuttalelser

«Kurset har rett og slett vært uvurderlig!»

«Kurset har gjort meg tryggere som tenåringsforelder»

«Man trenger ikke å ha de største utfordringer hjemme for å ha utbytte av et slikt kurs»



Kontakt og spørsmål:


Ta kontakt med skole som videreformidler kontakt, eller ta direkte kontakt med foreldrestøttekoordinator
Hege E.Ulsnes, tlf: 416 90 156
hul@siljan.kommune.no

Vil du forstå ungdommen din bedre?

«Hold meg, slipp meg»-kurs

Opstart kurs i gruppe:
27.02.23



 Siljan kommune



Ønsker dere mer kunnskap om hva det vil si å være tenåringsforeldre?

Kjenner dere noen gang på følelsen av å komme til kort i forhold til tenåringen deres?

Dette kurset gir foreldre en unik mulighet til bedre å kunne forstå hvordan man kan ta hensyn til tenåringen uten å miste kontakt eller måtte gi fra seg innflytelse.



Hva handler kurset om?

- Få en bedre forståelse for trygge familiebånd- de vesentlige hendelsene og øyeblikkene som definerer forholdet mellom tenåringer og deres omsorgspersoner
- Få en bedre forståelse for sine egne og sine familiemedlemmers emosjonelle reaksjoner og behov
- Blir i stand til å beskrive og å kontrollere negative handlingsmønstre som medfører sårhet og avvising
- Bli i stand til å skape de positive situasjonen, der det kan oppstå gode møter og responser som sikrer trygge relasjonsbånd

Hva innebærer det å delta på kurset?

- Kursopplegget går over fire samlinger, samt tilbud om ungdomsintervju og familiesamtale
- Kurset kan gjennomføres individuelt eller gruppe, men anbefales å gjennomføres som gruppe
- Kurset består av forelesninger, strukturerte samtaleøkter, øvelser og utvekslinger i fellesskap
- Kurset er **GRATIS**