



NORRKÖPINGS KOMMUN
Socialkontoret och Utbildningskontoret

INBJUDAN TILL FÖRÄLDRAUTBILDNING

Har du mycket bråk och tjat hemma?

Vill du vara med i en föräldracirkel?

Kursen vänder sig till föräldrar som har barn i åldrarna 3-11 år med ett utagerande beteende och som tycker att det är svårt att få det att fungera hemma. Kanske präglas mycket av tiden tillsammans av konflikter och bråk. Det är vanligt att barn bråkar med föräldrar och syskon. Ibland kan det vara svårt som förälder att veta hur man ska hantera detta. Detta är en kurs som ger praktiska verktyg och som handlar just om att få det att fungera bättre hemma.

Vad är Komet?

Komet är ett samspelesprogram som är utvecklat i Sverige. Programmet bygger på att förbättra kommunikationen och relationen mellan föräldrar och barn.

Hur går det till?

Utbildningen sker i grupp tillsammans med andra föräldrar och gruppledare. Som förälder får man konkreta förslag och övningar att arbeta med hemma mellan träffarna. Gruppen träffas elva gånger. Träffarna bygger på aktivt deltagande och innehåller mycket exempel, diskussioner och idéer för hur man kan bemöta sitt barn. Innehållet är inriktat på att se möjligheter och lösningar.

De olika momenten i träffarna är;

- Träff 1-3 POSITIV SAMVARO
Grunden få att minska bråk och tjat är att öka positiv samvaro och uppmärksamhet. De första träffarna övar vi på att vara tydliga som föräldrar.

- Träff 4-6 DET SOM FUNGERAR

Vi hjälps åt att fokusera på det som motiverar just ditt barn och uppmärksammar det positiva. Träff sex är en individuell träff där du kan bjuda in exempelvis skolpersonal eller någon annan person som är viktig för ditt barn. Under den individuella träffen kan vi även prata mer om något som är särskilt viktigt för just dig och ditt barn.

Träff 7-9 SÄNKA VOLYMEN

Vi diskuterar vilka strider du kan välja bort och vilka strider du behöver ta samt hur du kan göra det. Du lär dig hur du kan bli mer begriplig och förutsägbar för ditt barn.

Träff 10 PROBLEMLÖSNING

Vi går igenom hur du tillsammans med ditt barn kan komma överens om lösningar på problem.

Träff 11 FRAMTIDEN

Träff elva är en avslutande träff med fokus på vad du som förälder bär med dig från Komet.

Vem kan delta?

Utbildningen är anpassad för föräldrar som har barn mellan 3-11år. Vi vänder oss i första hand till föräldrar som tycker att det är konflikter och bråk med barnet.

Vi inbjuder Dig/Er till utbildning i grupp med andra föräldrar. Det kommer att vara högst 12 föräldrar i gruppen. Vid många anmälningar kommer prioriteringar att göras.

Kursen består av 11 träffar. Vi kommer att ha en förmiddagsgrupp och en eftermiddagsgrupp. Fika ingår och kursen är kostnadsfri. Maila eller ring till nedanstående kontaktpersoner.

I anmälan vill vi ha följande uppgifter:

- Ditt namn, telefonnummer, adress (gärna din e-post)
- Ditt barns namn, skola och klass
- Kort beskrivning av anledningen till att du önskar gå KOMET.
- Om det är någon av dagarna du inte kan.

Du kommer att erbjudas ett enskilt samtal med kursledarna innan kursstart för närmare information om innehåll i utbildningen och förväntningar på den.

Kontakta:

Katarina Reifner
Arbetsterapeut, Socialkontoret
Telefon: 011 152447 Mobil:
0725- 986709
katarina.reifner@norrkoping.se

Susanne Alvarez
Socialpedagog, Socialkontoret
Telefon: 011- 156429 Mobil:
0761- 259556
susanne.alvarez@norrkoping.se
www.norrkoping.se

Hend Younan (arabisktalande Komet)
Beteendevetare, Socialkontoret
Telefon: 011-152366
Mobil: 0730-201816