



På bølgelengde med barnet

(Tuning in to Kids/Teens)

Kurs om emosjonsveiledende foreldrestil

Et foreldreveiledningskurs som går over 6 ganger for foresatte til barn (6-12 år) eller ungdom

Vil du lære mer om hvordan du kan:

- Bli bedre til å snakke med barnet ditt?
- Bli bedre til å forstå barnet ditt?
- Hjelp barnet ditt til å håndtere følelser?
- Bidra til å forebygge atferdsproblemer hos barnet ditt?
- Lære barnet ditt å håndtere konflikt?

På bølgelengde med barnet viser deg hvordan du kan hjelpe barnet ditt med å utvikle emosjonell kompetanse. Barn med høyere emosjonell kompetanse:

- Er ofte bedre på å få og beholde venner
- Har bedre konsentrasjon på skolen
- Er bedre på å roe seg ned når de er urolige eller sinte
- Har ofte færre sykdommer

Kurs denne høsten:

Kurs 1 – Tuning into Kids

Tirsdager fra 12. september kl. 18.00 – 20.00

Kursholdere: Tine Johnsen Karlsrud (helsespsykeleier) og Hannah-Rebecca Krogh (familieveileder)

Kurs 2 – Tuning into Kids

Mandager fra 9. oktober kl. 18.00 – 20.00

Kursholdere: Hilde Høgne (familieveileder) og Reidun Kristine Johnsen (PP-rådgiver)

Kurs 3 – Tuning into Teens

Tirsdager fra 17. oktober kl. 17.30-19.30

Kursholdere: Cecilie Caspersen Knudsen (helsespsykeleier) og Malin Helgerud (helsespsykeleier)

Hvor: Kursene holdes på **Helsehuset i Bjørkelangen**

Påmelding: via hjemmesiden til Aurskog-Høland kommune (Tilbud til barn, unge og familier)

Kontakt for spørsmål: Marianne Børke (marianne.borke@ahk.no eller tel. 63852616)

**Tuning in to
Kids** 

