



Cope – föräldrastödsprogram

Vill du få verktyg att förstå och bemöta ditt barn, skapa nätverk och utbyta erfarenheter med andra föräldrar? Cope föräldrastödsprogram erbjuder stöd för att förbättra din förmåga att hantera typiska vardagsproblem och konfliktsituationer med ditt barn.

Under kursen får du som förälder kunskap om strategier för att:

- bygga upp en öppen och tillitsfull kontakt med ditt barn
- förutse och förebygga problem
- hantera konflikt då problem uppstår

Vi har diskussioner utifrån videoklipp från typiska vardagsproblem och konfliktsituationer med barnet och kommer gemensamt fram till lösningar.

Vid varje kurstillfälle introduceras en strategi och kurstillfällena bygger på varandra. Hemuppgifter förekommer mellan kurstillfällena då du får tillämpa den strategi du lärt dig och anpassat efter ditt och ditt barns behov.

Datum och tid

Fredag 1 december, 13:00-15:00
Fredag 8 december, 13:00-15:00
Fredag 15 december, 13:00-15:00
Fredag 12 januari, 13:00-15:00
Fredag 19 januari, 13:00-15:00
Fredag 26 januari, 13:00-15:00
Fredag 2 februari, 13:00-15:00
Fredag 9 februari, 13:00-15:00
Fredag 16 februari, 13:00-15:00

Plats

Habiliteringscenter
Sollentuna barn
Tusbystråket 1 B, plan 8

För frågor

08-123 359 00

Sista anmälningdag:

12 november

Anmälan

habilitering.se/kurskatalog

