



Cope – föräldrastödsprogram

Vill du få verktyg att förstå och möta 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.

Cope riktar sig till dig som har barn, 4-17 år, med autism, intellektuell funktionsnedsättning eller rörelsenedsättning.

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. Det är hemuppgifter mellan kurstillfällena då du får tillämpa den strategi du lärt dig och anpassat efter ditt och ditt barns behov.

Utbildningen består av åtta träffar som är två timmar per tillfälle. Vid varje kurstillfälle introduceras en strategi. Kurstillfällena bygger på varandra varför du bör kunna delta alla gånger.

För att delta behöver du ha varit på ett första besök på ett habiliteringscenter inom Habilitering & Hälsa eller deltagit på grundkurs om autism (6-12 timmar) på Autismcenter små barn eller Habiliteringens kurs- och kunskapscenter.

Cope erbjuds på flera olika habiliteringscenter under året inom Habilitering & Hälsa, Region Stockholm.

Intresseanmälan

Skanna QR-koden eller gå till habilitering.se/kurskatalog

