På bølgelengde med barnet

(Tuning in to Kids/Tuning into 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?
* Hjelpe 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**

Mandager fra 23. september kl. 18.00 – 20.00I

Oppmøte på helsestasjonen (2. etasje)

Kurset har pause i skolens høstferie i uke 40, og avsluttes 4. novemer

**Kurs 2 – Tuning into Teens**

Mandager fra 7. oktober kl. 17.30 – 19.30

Oppmøte i 3. etasje på helsehuset

Kurset avsluttes 11. november

**Kurs 3 – Tuning into Kids**

Tirsdager fra 8. oktober kl. 18.00 – 20.00

Oppmøte i 3. etasje på helsehuset

Kurset avsluttes 12. november

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

**Kursholderne** er helsesykepleiere, spesialpedagoger og familieveiledere i kommunen

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

**Kontakt for spørsmål:** Hilde Høgne (hilde.hogne@ahk.no eller tel. 940 11 373)