



COPE - barn/tonår



Föräldrakurs för dig som har barn i åldern 3- 11 eller tonåring i åldern 12 -18 år

Cope är en föräldrautbildning i grupp där föräldrar delar erfarenheter. Som förälder kan man ibland behöva påfyllning i sitt föräldraskap. Kanske har man fastnat i gamla spår som inte fungerar och behöver tips och hjälp med att hitta nya strategier och sätt att bemöta sitt barn eller tonåring. Detta kan du få via Cope.

Målsättningen med Cope är bl.a

- Att stärka självförtroendet som förälder och utveckla föräldrarollen.
- Att ge praktiska och konkreta strategier - hur gör jag?
- Att finna sätt för att bättre förstå och hantera sitt barns beteende.
- Att hjälpa föräldrar förstärka/uppmuntra positivt beteende hos sitt barn.

Är du intresserad?

Då är du välkommen att delta i en föräldrakurs. Är ni ett par är det en fördel om båda kan gå. Kursen vänder sig till alla föräldrar och är gratis. Vi träffas under tio veckor.

Om du har frågor eller vill anmäla dig/er hör av dig per telefon till familjecentrum: 0346/88 63 15 eller

E-post: familjecentrum@falkenberg.se

Vill du läsa mer om kursen finner du information under www.falkenberg.se vård och omsorg/socialförvaltningen se pdf-fil.