

FORÆLDREPILOTERNE



NÅR URO, OPMÆRKSOMHED
ELLER IMPULSIVITET ER EN
UDFORDRING





HJÆLP OG STØTTE TIL POSITIV FORANDRING

Vi tilbyder gruppeforløbet 'Forældreпилотerne' til forældre med børn, der er udfordret med uro, opmærksomhed eller impulsivitet. Formålet med forløbet er at vejlede forældrene og give dem redskaber, så de bedre kan håndtere deres barns udfordringer og skabe gode rammer for en positiv udvikling.

Forældreпилотerne er et forløb med fire gruppemøder. Imellem møderne har forældrene hjemmeopgaver, hvor de ud fra en manual arbejder med sig selv og deres barn. Hele forløbet tager omkring ti uger.

På møderne deltager op til otte forældrepar sammen med to gruppeledere, der er uddannet i programmet. Børn er ikke med.

VIDEN, SPARRING OG ØVELSER

Under forløbet lærer og øver forældrene sig på, hvordan de bedst kan hjælpe og støtte deres barn. Gruppelederne har fokus på at styrke forældrene i selv at skabe positiv forandring.

Det overordnede formål med forløbet er at:

- Informere forældrene om forskellige årsager til udfordringer med uro, opmærksomhed og impulsivitet.
- Bidrage med viden og redskaber, der hjælper forældrene med selv at støtte og arbejde med barnet.
- Gøre det muligt for forældrene at dele erfaringer og sparre med hinanden.

FIRE GRUPPEMØDER

Hvert gruppemøde varer omkring 2,5 time og er bygget op omkring den samme dagsorden:

- Faglige input fra gruppeledere.
- Forældrene deler deres oplevelser og erfaringer.
- Drøftelser og øvelser med fokus på vanskeligheder og positiv forandring.
- Næste skridt og hjemmeopgaver.



UGE 1	UGE 2	UGE 3	UGE 4	UGE 5	UGE 6
MØDE 1	HJEMMEOPGAVER		MØDE 2	HJEMMEOPGAVER	
UGE 7	UGE 8	UGE 9	UGE 10		
MØDE 3	HJEMMEOPGAVER		MØDE 4		

MØDE 1: Introduktion til forløb, udfordringer og positiv forandring

Forældrene bliver introduceret til udfordringer med uro, opmærksomhed og impulsivitet. De får også strategier og redskaber, som kan hjælpe dem med at støtte deres barns indlæring og udvikling. Herunder vejledning i fysisk aktivitet.

MØDE 2: Visuel støtte, konflikter og forskellige aktivitetsniveauer

Forældrene bliver præsenteret for visuel støtte, redskaber til forebyggelse og håndtering af konflikter samt strategier til henholdsvis højt og lavt aktivitetsniveau.

MØDE 3: Bevidsthed, følelsesregulering og sociale færdigheder

Forældrene får vejledning og redskaber, der støtter dem i at blive mere bevidste om deres handlinger. De lærer også, hvordan de kan blive bedre til at genkende og regulere barnets følelser samt øge barnets sociale færdigheder.

MØDE 4: Afslutning og planer for fremtiden

Der bliver samlet op på forløbet. Afslutningsvis lærer forældrene, hvordan de kan passe på sig selv og vedligeholde den positive udvikling for deres barn.



KONTAKT OS FOR MERE INFORMATION:

Navn:

Telefon:

Kommune:



STIME

STYRKET TVÆRSEKTORIEL
INDSATS FOR BØRN OG
UNGES MENTALE SUNDHED

