

# KURSUS

Oplev succes som forældre!



## MÅLGRUPPE:

Forældre med børn i alderen 2-15 år. Der er plads til ca. 7 familier, hvor begge forældre opfordres til at deltage.

## FORMÅL:

At forældrene får en indsigt i samspillet med deres barn og en forståelse for, hvorfor der kan være problemer i hjemmet og/eller udenfor. De får værktøjer til at hjælpe deres barn og dermed til at få familien til at fungere bedre i det daglige.

## PRIS:

8.000,-kr pr. familie.

## TILMELDING+STED:

BetterFlow  
Langå Mark 24  
8870 Langå  
CVR: 35368043

Inge Mørup, Psykoterapeut  
Tlf: 28 725 125  
im@better-flow.dk

[www.better-flow.dk](http://www.better-flow.dk)

## Kursus til forældre der mangler redskaber til at støtte og forstå deres barns/børns udvikling og trivsel.

### Indhold:

- Sådan hjælper I jeres barn til at selvregulere og ikke være ydrereguleret
- Betydningen af jeres egen selvregulering i relationen med barnet
- Konkrete øvelser til at hjælpe jeres barn og undgå konflikter
- Hvordan anerkender I jeres barn, så det udvikler selvværd og tillid
- Hvordan kan I som forældre støtte hinanden

Kurset er et aktivt kursus, hvor forældrene vil lære at hjælpe deres barn til en mere hensigtsmæssig regulering af tanker, følelser og adfærd. De får lejlighed til at afprøve flere af øvelserne, så de forstår og kan anvende dem, når de kommer hjem til deres barn.

Det sikrer, at de som forældre ikke bare får en teoretisk viden, men faktisk er i stand til at ændre deres tilgang til deres barn derhjemme.

### Kursusform:

Kurset veksler mellem teoretiske oplæg i plenum og praktiske øvelser, hvor deltagerne arbejder 2 og 2. Det hele foregår under coaching og støtte af kursusleder.

Øvelserne er bygget op, så de både lærer indholdet af kurset, opnår videns udveksling og inspiration fra hinanden.

Undervejs i kurset bliver der rig lejlighed til at stille spørgsmål og forældrene får tid til at dele erfaringer med hinanden og evt. danne netværksgrupper, hvis der er interesse for dette.

### Tidsramme:

Kurset er over 6 gange af 3 timers varighed med en måneds mellemrum for at arbejde med de erfaringerne, de gør hjemme sammen med deres barn.

### Torsdage fra kl 16.00 til 19.00

Der er indlagt pause med forfriskninger

Med venlig hilsen