

Ønsker du å delta kan du velge mellom disse kursrekkene:

Tirsdag kl. 14- 15:30	Fredag kl. 8.30 -10:00
22. okt	25. okt
29.okt	1. nov
5.nov	8. nov
12. nov	15. nov
19. nov	22. nov
26. nov	29. nov
3. des	6. des
10. des	13. des

Påmelding til:

<https://kongsberg.kommune.no/artikkel/forebyggende-helsetjeneste-for-barn-og-unge>

For spørsmål ta kontakt med egen helsesykepleier eller May Britt på tlf. 48166699

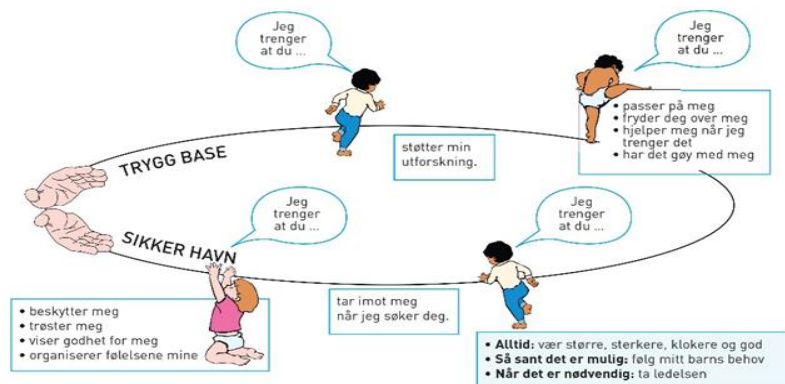


KONGSBERG
KOMMUNE

Invitasjon til cos p kurs

Trygghetssirkelen

Foreldre med fokus på barnets behov



© 2020 Cooper, Hoffman, Marvin, & Powell

HVA INNEBÆRER DET Å DELTA?

- Foreldrekurset er gratis.
- Kurset gjennomføres i regi av helsestasjonen.
- COS-P kurs har 8 møter som varer 1 -1,5 time.
- I gruppen kan man selv bestemme hvor mye man vil dele av egne erfaringer.
- Kurset er for foreldre, uten barnet til stede.



Målet for kurset er at barnet ditt skal få hjelp til å kjenne trygghet i seg selv, slik at det vil stå sterkere til å møte livets utfordringer.

Barn har et behov for å utforske, men også et behov for å komme tett på for nærhet, trøst og beskyttelse. Trygghetssirkelen gjør det lettere å se disse behovene. I kurset får dere mulighet til å reflektere over situasjoner hvor det er lett å følge barnets behov og hvilke situasjoner som er vanskelig. Trygghetssirkelen kan gi dere et «veikart» til å forstå barnets behov og signaler og hjelpe dere til et godt nok foreldreskap.