

## Til foreldre med barn i alderen 2–6 år

I haust arrangerte Os kommune to foreldrekurs i «De Utrolige Årene». Kursa blei raskt fullteikna, og foreldra som deltok har gitt gode tilbakemeldingar. I februar startar vi nye kurs.

Påmeldinga opnar 8. januar. [Lenke til påmeldingsskjema](#) finn du nedst.

# Invitasjon til kurs for foreldre i DE UTROLIGE ÅRENE



## Eit gratis universalkurs for foreldre med barn i alderen 2–6 år

### Gode kvardagar med barna:

Kommunen satsar på De utrolige årene, og personalet i dei fleste barnehagane i kommunen er kursa i skule-barnehageprogrammet.

Kommunen tilbyr også kurs i foreldreprogrammet. Dette foreldrekurset er eit førebyggjande kurs for foreldre med barn i alderen 2–6 år, der vi har positive oppdragarmetodar i fokus.

### Har du lyst til å:

- Vidareutvikle samspelet med barnet ditt?
- Forstå kva som skjer mellom foreldre og barn i denne alderen?
- Endre barnet sine handlingar utan å «kjefte».

### Mål:

- Gode kvardagar med barnet.
- Positiv utvikling for barnet.
- Betre oppleving av meistring for mor/far.
- Gje barnet ei trygg tilknytning til foreldra.
- Glede og god samhandling mellom foreldre og barn.

### Korleis:

- Gjennom videosnuttar, diskusjon, øving og heimearbeid lærer vi å bli meir merksame på eigen foreldrepraksis og kva det gjer for barnet.

### Tema for samlingane:

Oppmerksom barnestyrt leik for å styrke relasjonen

1. Fremme språkferdigheiter
2. Styrke barnet si emosjonelle forståing
3. Fremme venneferdigheiter
4. Fremme evne til kjensleregulering
5. Fremme evne til problemløysing og empati
6. Oppsummering og avslutning.



### «Oppmerksomhetsprinsippet»:

Den handlinga du gir merksemd til, har ein tendens til å gjenta seg. Gi merksemd til det du vil barnet skal gjere meir av.

### «Rollemodellprinsippet»:

Barn kopierer handlingar som verdifulle vaksne modellerer.

### Gjennomføringa av kurset:

Vi lagar grupper med foreldre til 6-8 barn. Gruppa møtest **to timar ein gong i veka i sju veker** (for å få fullt utbytte av kurset er det viktig å kunne møte på alle samlingane).

Dersom det er nok påmelde, vil vi tilby eit kurs tysdagar og eit kurs onsdagar. (NB! Merk at det er pause i veke 9 og 13).

Kurskveldane blir frå klokka 18-20

Stad: Espira Kuventræ barnehage, Industrivegen 99, 5210 Os.

### Tysdag

- 4. februar
- 11. februar
- 18. februar
- 3. mars
- 10. mars
- 17. mars
- 31. mars

### Onsdag

- 5. februar
- 12. februar
- 19. februar
- 4. mars
- 11. mars
- 18. mars
- 1. april

Det blir påmelding etter først til mølla-prinsippet.

**Du kan melde deg på frå 8. januar.** Siste frist er 15. januar.

Frå 8. januar ligg påmeldingsskjemaet her:

[skjema.bjornafjorden.kommune.no/skjema/BFK0040/](https://skjema.bjornafjorden.kommune.no/skjema/BFK0040/)

Har du spørsmål? Send ein e-post til ein av kurshaldarane:

Vivian Olsen

[viol@bjornafjorden.kommune.no](mailto:viol@bjornafjorden.kommune.no)

Spesialpedagog

Bergitte Hope

[beho@bjornafjorden.kommune.no](mailto:beho@bjornafjorden.kommune.no)

Spesialpedagog

Torild Eide

[tei@bjornafjorden.kommune.no](mailto:tei@bjornafjorden.kommune.no)

Helsesjukepleiar

Oddveig Klakegg

[odkl@bjornafjorden.kommune.no](mailto:odkl@bjornafjorden.kommune.no)

Foreldrerettleiar