



COPE

Föräldrakurs för Dig som har barn i åldrarna 3-18 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 få tips och hjälp med att hitta nya strategier att bemöta sitt barn/tonåring. Detta kan du få via Cope.

Målsättningen med Cope är bland annat

- 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.
- Att förbättra relationen mellan förälder - barn/tonåring.

Är du intresserad?

Då är du välkommen att delta i en föräldrakurs. Är ni ett par är det en fördel om båda kan gå. Kurserna 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 eller mail till Familjecentrum: 0346/88 63 15 eller
E-post: familjecentrum@falkenberg.se