



# PMTO-foreldregruppekurs



Grimstad kommune arrangerer, i samarbeid med Nasjonalt utviklingscenter for barn og unge (NUBU), kurs for foreldre som opplever utfordringer i hverdagen.

PMTO foreldregruppekurs er et tilbud som kan fremme trivsel og samarbeid i familier med barn i alderen 3 – 12 år.

Kurset er praktisk rettet og vil ta utgangspunkt i dagligdagse situasjoner i familien. Eksempler kan være morgenrutiner, leggerutiner, lekser, måltider, søskenkrangel og utfordrende samarbeid. Vi vil fokusere på hvordan få til et godt samarbeid i familien og hvordan vi kan lære nye ferdigheter.

Temaene i kurset:

- Hvordan legge til rette for bedre samarbeid med barn
- Systematisk bruk av ros og oppmuntring
- Effektiv grensesetting og bruk av konsekvenser
- Tilsyn
- Problemløsning knyttet til dagligdagse utfordringer i familien
- Positiv involvering og kommunikasjon med barn
- Håndtering av søskenkrangling og raseriutbrudd
- Samarbeid med barnehage/skole

Kurset går over 12 samlinger, med møter 1 gang i uken på 2 ½ time (inkl. pause). Mellom hver kursdag vil deltagerne få en oppgave som skal trenes på hjemme til neste møte. Det blir satt av tid til å dele erfaringer fra arbeidet med oppgaven på hvert av møtene.

*PMTO Foreldregruppekurs har vært flere år på rad, og tilbakemeldinger fra foreldre er svært gode! Foreldre forteller at de opplever kurset som praktisk nyttig i hverdagen.*

