

Velfærd Børn og Unge



DE UTROLIGE ÅR

Et forældrekursus



ROSKILDE
KOMMUNE

Hvem henvender kurset sig til?

"De Utrolige År" er et tilbud til forældre med børn i alderen 3 – 8 år. Det gælder både forældrepar og enlige forældre. Er du enlig, er det en fordel at tage en med, du kan støtte dig til.

Hvorfor deltage?

- Hvis du oplever mange og voldsomme konflikter med dit barn
- Hvis du som forælder ofte føler dig magtesløs
- Hvis dit barn ofte opfører sig trodsigt og nægter at overholde hjemmets regler
- Hvis du oplever, at dit barn ofte får raserianfald
- Hvis du oplever, at dit barn ofte slås og skændes med kammerater
- Hvis familielivet mangler et positivt samspil

Hvad er "De Utrolige År"?

- "De Utrolige År" (DUÅ) er en metode, der er udviklet til at hjælpe børn og forældre, hvis familier oplever mange og voldsomme konflikter.
- Det er veldokumenteret, at deltagelse i et DUÅ forløb sænker stressniveauet i hjemmet, at du som forælder efterfølgende er i stand til at opdrage mere anerkendende, at relationen til dit barn bliver mere positiv, og at dit barns udfordringer reduceres.

Hvordan foregår forældrekurset?

På forældrekurset mødes man ca. 6 forældre pr. 2 timer en gang om ugen i 20 uger. Gruppen har to gruppeledere, som har erfaring med at arbejde med børn og familier.

Forældrene deler erfaringer og støtter hinanden i gruppen. I diskuterer, laver øvelser, ser videoklip, og laver hjemmeopgaver.

Du lærer

- Hvordan du leger med dit barn
- Hvordan du roser og opmuntrer dit barn
- Hvordan du belønner dit barn, når det gør, som du gerne vil have
- Hvordan du sætter grænser for dit barn og løser jeres konflikter

Hvor foregår det og hvor ofte?

Vi mødes en gang om ugen. Herudover bliver du kontaktet pr. telefon en gang om ugen for at følge op på, hvordan det går derhjemme.

Kurserne holdes på rådhuset i Roskilde.

Hvordan kan jeg deltage?

Du kan henvende dig direkte til de fire gruppeledere. Du kan også henvende dig til Inklusionscentrets medarbejdere i institutioner og skoler.

Kontakt

Du er velkommen til at ringe til gruppelederne Helle Gaarde Nielsen 2916 7141, Sus Preisler 3010 1578, Gitte Johannesen 3010 1567 eller projektleder Sara Bork 3010 1570.

Yderligere information

Du kan læse om "De Utrolige År" her

<http://socialstyrelsen.dk/tvaergaende-omrader/dokumenterede-metoder-born-og-unge/om-dokumenterede-metoder/dua>



ROSKILDE
KOMMUNE

Roskilde Kommune

Byrådssekretariatet

Postboks 100

Rådhusbuen 1, 4000 Roskilde

Tlf. 46 31 30 00

kommunen@roskilde.dk

www.roskilde.dk