

## Hvordan tilmelder man sig?

Vil du høre mere om kurset, eller tilmeldes, kan du/I kontakte en af gruppelederne:

Anna-Line Vrist, tlf. 30 53 73 30.  
Lisbeth Agger, tlf. 29 80 24 23.

Inden endelig tilmelding aftales et individuelt møde, hvor gruppelederne vil fortælle nærmere om kurset og høre om jeres forventninger og problemer.

Efter mødet vil I få besked om hvornår I kan komme med på kurset. Kursussted oplyses ved samme lejlighed.

Kurset er gratis og er et tilbud i Børne- og Familiecentret, Lemvig Kommune.



## Hvorfor dette tilbud?

Forskningen viser, at børn som tidligt i livet udviser vanskeligheder i deres udvikling og trivsel, har forøget risiko for senere i livet at få vedvarende problemer personligt og socialt.

Både på kort og lang sigt er det en god idé at sætte hurtig ind, hvis familien har nogle udfordringer at tackle.

"De utrolige år" indeholder en række veldokumenterede principper som kan hjælpe barnet og familiens muligheder for et godt liv.

Du kan finde mere information om "De utrolige år" på:

[www.deutroligeaar.dk](http://www.deutroligeaar.dk)

eller

[www.via.dk/duaa](http://www.via.dk/duaa)



## Lemvig Kommune

Børne- og Familiecentret  
Familie og Kultur

Lemvig Kommune  
Rådhusgade 2 . DK-7620 Lemvig  
Tlf.: 96 63 12 00

[www.lemvig.dk](http://www.lemvig.dk)

 Lemvig Kommune



# De Utrolige År

Fokus på det positive samvær

## Forældrekurser

## Hvem er kurset for?

Kurset er for forældre med et eller flere børn i alderen 3 og 7 år, som oplever og genkender nogle af følgende situationer:

- Jeg oplever, at jeg bruger alt for meget tid på at skælde ud.
- Jeg oplever ikke mit barn har respekt for mig.
- Jeg oplever, at mit barn ofte er grænsesøgende.
- Der er ofte konflikter med mit barn.
- Mit barn har svært ved at lege selv og vil have meget opmærksomhed.
- Mine børn skændes og driller hinanden – og jeg ved ikke hvordan jeg får dem til at holde op.
- Jeg er ofte i tvivl, om jeg gør det rigtig som forælder.

Kurset er for både forældrepar og enlige forældre. Er du enlig kan det være en fordel at tage én med som kan støtte dig.

### ”De Utrolige År”

Kurset giver jeres familie mulighed for at lære at være sammen på nye måder.

I vil kunne opbygge et mere positivt samvær i familien og dermed få færre konflikter.

## Hvad arbejder vi med?

Hver gang gennemgås et tema, f.eks:

- At genskabe en positiv relation til dit barn ved brug af leg og særlige stunder.
- Hvordan du gennem anerkendelse og opmuntring får dit barn til at gøre mere af det, du gerne vil have
- Hvordan du sætter grænser for dit barn og løser konflikter.

## Hvordan foregår det?

Ca. 6 forældrepar mødes ca. 2 timer om ugen i ca. 18 uger. Gruppen har to gruppeledere, som har stor erfaring fra dagligt arbejde med børn og familier.

På kurset vises videoklip, som diskuteres i gruppen, og der vil være øvelser og ugentlige hjemmeopgaver. I får mulighed for at dele jeres gode erfaringer og støtte hinanden i forældre grupper.

Udgangspunktet er, at du som forældre kender dit barn bedst – og det derfor er dig, der bedst kan hjælpe dit barn på vej.

## Det praktiske

Vi serverer et let måltid mad, og for jer der har behov, er der mulighed for børnepasning på kursusstedet ved uddannet personale.

