



# Foreldreveiledning

Hjelp til å skape trygghet, trivsel og  
godt samarbeid i familien



## **Alle foreldre vil det beste for barna sine, få til et godt samarbeid i familien og at barna er trygge og tillitsfulle.**

Noen barn er mer krevende å oppdra enn andre.

De nekter å gjøre det de blir bedt om, er kranglete og viser sinne mot barn og voksne.

Dette kan forekomme hjemme og/eller i barnehage/skole.

### **Grunnen til at det blir vanskelig kan skyldes:**

- \* Barnets behov
- \* Barnets temperament
- \* Hvordan vi som voksne møter barnet
- \* Andre forhold i barnets omgivelser

### **Foreldreveiledning er kanskje noe for deg hvis du:**

- \* Opplever at det er vanskelig å tolke og forstå barnets signaler og behov
- \* Opplever at barnet ditt ofte er trist eller lei seg
- \* Ofte kommer i konflikt med barnet ditt
- \* Har barn med sterkt temperament
- \* Synes det er vanskelig å takle barnets sinne og aggresjon
- \* Opplever at barnet vanligvis ikke hører på deg
- \* Strever i forhold til mat eller leggesituasjon
- \* Strever i forhold til søskensamarbeid

Vi veileder ut fra Foreldreveiledningsprogrammene: PMTO (Parent Management Training-Oregon), DUÅ (De utrolige årene), COS-P (Circle of Security-Parenting) og Marte Meo. Disse metodene tar utgangspunkt i foreldrenes og barnets positive sider, og at foreldre er barnets viktigste læremestre og støttespillere.

Veiledning til foreldre gis individuelt eller i gruppe.

Målet er å få til godt samarbeid mellom foreldre og barn, og bidra til at barnet får best mulig støtte i sin utvikling. Godt samarbeid på et tidlig tidspunkt kan forebygge vansker på lengre sikt. Det er aldri for seint å få hjelp.

Porsgrunn kommune har rådgivere/terapeuter knyttet til familiesenteret.

Hvor kan du henvende deg for å få hjelp eller mer informasjon?

Kontakt:  
Familiesenteret,  
Sentrum helsestasjon



Tlf: 35 54 73 45



