

KOMET

Blir det ofta bråk och tjat
hemma med din tonåring?

Nu kan du få stöd
som förälder!

Vad är Komet?

Komet 12-18 vänder sig till dig som är tonårsförälder och som vill få en lugnare relation med din tonåring. Kanske präglas mycket av tiden tillsammans av bråk och tjat.

Komet är ett föräldrastödsprogram som är utvecklat i Sverige. Programmet bygger på att förbättra kommunikationen och relationen mellan dig som förälder och ditt barn.



Hur går det till?

Kometutbildningen sker i grupp tillsammans med andra föräldrar och två utbildade gruppledare.

Du som förälder får konkreta förslag och övningar att pröva hemma mellan träffarna. Gruppen träffas åtta gånger a 2,5 timmar samt vid en uppföljning.

Träffarna bygger på aktivt deltagande och innehåller exempel på vardagliga situationer, diskussioner och idéer på hur man kan bemöta sin tonåring. Innehållet är inriktat på att se möjligheter och lösningar.

Vem kan delta?

Utbildningen är anpassad för föräldrar som har barn/ungdomar mellan 12-18 år.

Vad säger forskningen?

Av föräldrar som deltagit i Komet 12-18 anser 95 % av föräldrarna att kursen hjälpt deras ungdomar och 97 % av föräldrarna skulle rekommendera programmet till andra föräldrar.



Var med i KOMET

Kursstart:

Anmälan och kontakt:

Deltagande är kostnadsfritt!

Kontakt:

Familjestödsenheten
Samordnare för stödgrupper
0498-26 34 00
stodgrupper@gotland.se