

KOMET

Hamnar Du ofta i konflikt med ditt barn/din tonåring?

Nu kan Du få bra stöd och hjälp som förälder.

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



I en Kometgrupp träffas vi vid 8–11 tillfällen och berör ett tema varje gång. Varje träff leds av två utbildade gruppledare och varje grupp består av sex till tolv föräldrar.

Gruppen träffas en gång i veckan, två och en halv timme varje gång. Träffarna innehåller exempel på vardagliga situationer och konkreta förslag på hur du kan bemöta ditt barn. Du får möjlighet att dela erfarenheter med andra föräldrar. Deltagandet är kostnadsfritt.

Mellan varje träff får du dessutom med dig praktiska övningar att pröva hemma.

Anmälan och Kontakt:

Barn ungdom och familj

Telefon: 0224-74 96 60

Mail: foraldraskapsstod@sala.se