

## – en metode til at fremme positivt forældreskab

### Hvem er Skolen For Overskud?

Vi er et privat initiativ, som består af medarbejdere med sundhedsrelateret, pædagogisk og psykologisk viden med mere end tilsammen 40 års undervisningserfaring.

### Hvad er Triple P?

Metoden er et intensivt, struktureret træningsforløb henvendt til familier med udfordringer i opdragelsen af egne børn.



### Hvorfor Triple P?

Kender du følgende udsagn og spørgsmål fra din dagligdag?

- Mit barn gør sjældent det, jeg beder om.
- Mit barn bliver hurtigt vred.
- Mit barn er en sand plageånd.
- Mit barn overholder sjældent vores aftaler.
- Mit barn gider ikke lave lektier.
- Er du ofte usikker på, hvordan du skal reagere overfor dit barn?
- Leder du efter enkle og konkrete redskaber til brug i din opdragelse?



### Hvordan foregår Triple P?

Undervisningen planlægges fleksibelt i forhold til din familie. Tidsforbruget vil typisk være 1½ time per uge i 10 uger. Du skal forvente få hjemmeopgaver fra gang til gang, vi mødes.

### Hvad er målet?

Det er ganske konkrete mål, der følger med undervisningen:

- Det erstatter uhensigtsmæssig opdragelsesadfærd hos den voksne.
- Det udvikler den voksnes opdragelseskompetencer.
- Det udvikler og forbedrer forældre-barn relationen.
- Det reducerer emotionelle vanskeligheder og uhensigtsmæssig adfærd hos barnet.

### Hvad er effekten af Triple P?

- Øger forældrenes selvtillid, færdigheder og viden om opdragelse.
- Gør forældrene mere positive i den daglige interaktion med barnet.
- Gør forældrene mindre deprimerede, stressede og bekymrede.
- Mindsker interne forældrekonflikter.
- Mindsker stress og konflikter i forhold til arbejde og familie.

Hvis du vil vide mere  
[www.skolenforoverskud.dk](http://www.skolenforoverskud.dk)