

## Námskeiðið „Klókir litlir krakkar“, fyrir foreldra barna á einhverfurófi

**Staðsetning:** Greiningar- og ráðgjafarstöð ríkisins, Digranesvegi 5.

**Dagsetning og tími:** Fimmtudagur, frá 13:30-15:30, alls 6 skipti. Hefst fimmtudaginn 19. október og lýkur 14. desember 2017.

**Verð:** 12.500 kr fyrir einstakling, 17.000 kr fyrir parið. Námskeiðsgögn innifalin.

### Hverjum er námskeiðið ætlað?

Ætlað foreldrum barna með þroskafrávik á aldrinum 4-8 ára (fædd 2009-2013)

### Lýsing

Námskeiðið Klókir litlir krakkar hefur verið notað til þess að draga úr kvíðaeinkennum hjá börnum hérlandis og erlendis um árabíl með góðum árangri. Markmið námskeiðs er að fræða foreldra um eðli kvíða og kenna þeim leiðir til að takast á við kvíðaeinkenni barna sinna og draga úr óöryggi þeirra.

Vonast er til að með slíku námskeiði verði hægt að minnka kvíðaeinkenni barna og í sumum tilfellum koma í veg fyrir að börn þrói með sér kvíðaröskun seinna meir.

Námskeiðið sem haldið er á Greiningar- og ráðgjafarstöð ríkisins hefur verið aðlagð að þörfum foreldra barna á einhverfurófi.

Rík áhersla er lögð á umræður og virka þátttöku foreldra til að tryggja að efnið nýtist hverjum og einum sem best. Milli tíma vinna foreldrar heimaverkefni sem snúa að því að vinna með kvíðaeinkenni barna sinna.

Mikilvægt er að foreldrar geti mætt í alla tímana og mælt er með því að báðir foreldrar sækja námskeiðið.

**Hámarksfjöldi þátttakenda:** foreldrar 6 barna

**Fyrirkomulag:** Í upphafi eru lagðir fyrir listar sem meta kvíðaeinkenni. Við lok námskeiðs eru aftur lagðir fyrir listar.

Námskeiðið er vikulega á fimmtudögum í 3 skipti, 2 tíma í senn, frá kl. 13.30 – 15.30. Í framhaldinu eru 3 tímar með tveggja vikna millibili.

### Skráning

Vinsamlegast sendið tölvupóst á Silju Björk Egilsdóttur, [silja@greining.is](mailto:silja@greining.is), með eftirfarandi upplýsingum: Nafn barns, kennitala, nafn foreldra, símanúmer og netfang.

### Umsjón

Silja Björk Egilsdóttir, sálfræðingur ([silja@greining.is](mailto:silja@greining.is)), Guðrún Ólafsdóttir ([gudruno@greining.is](mailto:gudruno@greining.is)) og Ingibjörg Sigríður Hjartardóttir ([ingibjorghj@greining.is](mailto:ingibjorghj@greining.is)).

### Dagskrá haustið 2017

1. tími: 19.10 Almennt um kvíða og námskeiðið
2. tími: 26.10 Hjálplegar aðferðir foreldra
3. tími: 2.11 Að horfast í augu við óttann
4. tími: 16.11 Að takast á við hindranir
5. tími: 30.11 Að hvetja til sjálfstæðis
6. tími: 14.12 Að takast á við kvíða barnsins í framtíðinni