

## Hvordan kontakte oss hvis dere ønsker veiledning:

Ta gjerne kontakt, direkte :

**Tonje Kittilsen: 40913893**

**Camilla Skjerven Langlo: 40913892**

- evt. få hjelp til å formidle kontakt via barnehage, skole, helsestasjon, PPT eller barnevern. Dere vil raskt få tilbud om å komme inn til en uformell avklaringsamtale. Hvis dere så takker ja til anbefalt forløp, starter dette så snart ledig behandler eller rådgiver er klar.

«Gjennom PMTO fikk jeg lære enkle grep i stressituasjoner. Jeg har blitt flinkere til å være i forkant av konfliktene og heller fokusere på problemløsning.»  
Fra *pmto.no*

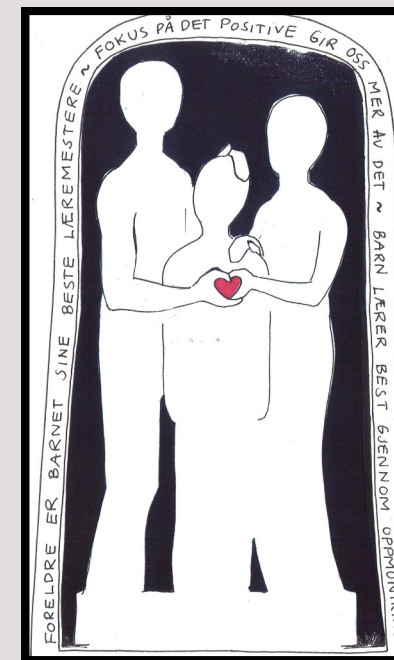
«Det er ro nå. Jeg slipper å mase og rope. Jeg er blitt oppmerksom på hvordan jeg ordlegger meg. Hjemmet vårt er blitt et godt sted å være. Det er harmoni.»

Sagt av foreldre som har mottatt veiledning: i TIBIR:  
«Gode beskjeder var en enorm aha-opplevelse. Jeg skjønnte plutselig hvor vennlig og tydelig man kan være uten å stille spørsmål! Jeg gikk hjem for å prøve dette ut, og opplevde at hun reiste seg og gjorde det jeg ba henne om uten at jeg behøvde å bli sint!»

## T . I . B . I . R

### TIDLIG INNSATS FOR BARN I RISIKO

- et program for forebygging og behandling av atferdsproblemer hos barn, tilpasset kommunale tjenester;
- innebærer bl.a. tilbud om gratis råd og veiledning til foreldre som ønsker en bedre hverdag med barnet sitt:



\* **PMTO-behandling** (PMTO; Parent Management Training, Oregon)

\* **TIBIR-foreldrerådgivning**

# TIBIR-programmet inneholder veiledningstilbud som fremmer trivsel og samarbeid i familier med barn i alderen 3 - 12 år

## Målgruppe:

”Målgruppen for TIBIR er barn i alderen 3-12 år og deres foreldre der barna allerede har utviklet eller står i fare for å utvikle atferds-vansker” (oppførsel som oppleves vanskelig og utfordrende)



”Det er ikke alltid lett å vite hvordan en skal møte barn som ikke hører på hva foreldrene sier, som trasser, opponerer og som kanskje også snakker stygt, truer, slår, sparker eller biter. Alle barn kan ved ulike anledninger oppføre seg slik, men hvis slik oppførsel blir et mønster som varer over tid og foreldrene føler seg i villrede, kan de trenge noen å rådføre seg med.”

Fra nettsidene,

[pmt.no](http://pmt.no) og [atferdssenteret.no](http://atferdssenteret.no)

”Foreldre er barnet sine beste lærere”

”Fokus på det positive, gir oss mer av det”

”Barn lærer best gjennom oppmuntring”



**Alle barn er i opposisjon av og til**, uten at det er snakk om alvorlige atferdsproblemer. Man ser at velfungerende barn kan forventes å innordne seg og følge beskjeder 7 av 10 ganger.

Barn med atferdsproblemer innordner seg sjeldnere og det oppstår stadig konflikter.

Gjennom tilpasset veiledning får foreldre redskaper de kan bruke for å bli bedre lærere for sitt barn.

## Hvordan arbeider vi?

TIBIR-tilbudene, PMTO og foreldre-rådgivning, innebærer tett samarbeid mellom veileder og familien;

- Det er *fokus på hva som går bra* i samhandlingen, hjemme
- Foreldre og veileder utarbeider i samarbeid, mål for veiledningen.
- Foreldrene møter ukentlig hos veileder der de bl.a. trener på viktige foreldreferdigheter.

- **PMTO-behandling:**
  - \* foregår i møte med sertifisert PMTO-behandler
  - \* Vanlig behandlingstid er 6–9 måneder.
  - \* Man følges opp med en ukentlig hjemmeoppgave og en midtukesamtale pr. telefon.
- **TIBIR-foreldrerådgivning:**
  - \* foregår i møte med TIBIR-foreldrerådgiver
  - \* 4 - 8 konsultasjoner.
  - \* Man følges opp med en ukentlig hjemmeoppgave