

Sådan styrker du dit barns trivsel – tre familievejledere deler ud af deres bedste råd

Helle Rosenløv, Nete Fisker og Pernille Wieland: Kæft, trit og relationer – om børns trivsel og livsduelighed

Tre erfarne familievejledere deler i denne bog redskaber og metoder til at få stærke og livsduelige børn, som kan håndtere de udfordringer og krav, de bliver stillet overfor. Bogens vision er at vise, hvordan man ud fra tre grundprincipper: positivt fokus, indsigt og træning, kan påvirke børns trivsel i en positiv retning.

"Vores udgangspunkt er, at når man skal håndtere et barns mistrivsel, handler det ikke kun om barnet. Det handler først og fremmest om dig som forælder og andre voksne omkring barnet. At hjælpe dit barn handler ikke om at undgå alle konflikter eller problemer, men om at lære barnet at navigere igennem dem." – *Citat fra bogen*

Forældre har det største forandringspotentiale, når det gælder børns trivsel og livsduelighed, og de spiller en afgørende rolle for at skabe et miljø, der støtter børn i at opbygge relationer og indgå i fællesskaber.

Kæft, trit og relationer giver indsigt i tanker, følelser og adfærd hos børn og voksne, samt redskaber til at udfordre fasttømrede mønstre og skabe mulighed for positiv forandring. Bogen indeholder desuden mange cases og tegninger, der kan overføres til læserens egen hverdag.

Bogens tre forfattere arbejder som familievejledere på en Familieskole i PPR-regi. Familieskolen er et tilbud, der retter sig mod børn på 0-6 klassetrin, som har brug for udvikling og forandring for at komme til at trives bedre.

Med bogen vil de vise, hvordan man ud fra tre grundprincipper: positivt fokus, indsigt og træning, kan hjælpe børn til at opbygge selvværd og selvtillid og dermed skabe de bedste forudsætninger for at kunne tackle de bump, der opstår hen ad vejen.

Helle Rosenløv: lærer, familieterapeut, keramiker og master i positiv psykologi samt efteruddannet i mentalisering. Har arbejdet som folkeskolelærer, specialskolelærer/leder og de sidste 13 år i Familieskolen.

Nete Fisker: pædagog, proceskonsulent samt efteruddannet i mentalisering. Har arbejdet med børn og unge med særlige behov på skole- og behandlingshjem. 16 års erfaring som pædagogisk koordinator og inklusionsvejleder på en folkeskole. Arbejder nu på fjerde år i Familieskolen.

Pernille Wieland: lærer med diplomuddannelse i specialpædagogik samt efteruddannelse i

mentaliserings. Startede sit arbejdsliv på en specialske. For 17 år siden var hun medstifter af Familieskolen og har været med til at udvikle den til det, den er i dag.

Helle Rosenløv, Nete Fisker og Pernille Wieland:

Kæft, trit og relationer

184 sider

Forlagets pris: 249,95 kr.

Udk. 12. juni 2025