

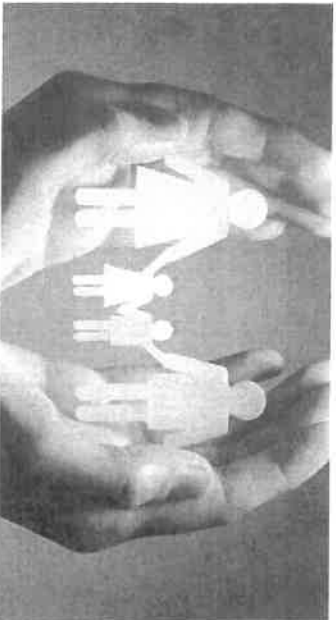
Circle of Security Parenting

HVA GJØR VI?

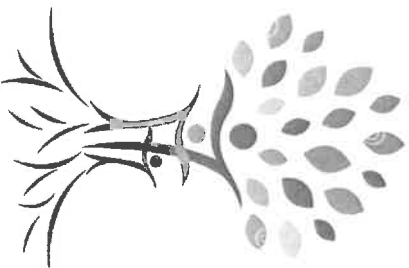
- Vi ønsker å formidle budskapet om at barn har behov for foreldrenes støtte både når de utforsker verden og når de kjenner på vanskelige følelser.
- Vi ønsker å utforske betydningen av å lære barna å håndtere følelser.
- Vi ser nærmere på barnets ulike følelser, i tillegg til våre egne følelser som foreldre og hva som skjer i samspillet mellom oss.
- Vi ser på hvordan det er for oss som foreldre når barna utfordrer oss.
- Vi ser nærmere på hvordan vi som foreldre bedre kan forstå og håndtere vanskelige følelser sammen med barnet på en trygg måte.

HVA INNEBÆRER DET Å DELTA?

Gruppen samles 7-8 ganger, og samlingene varer 1 ½ time hver gang.
I gruppen kan man selv bestemme hvor mye man vil dele fra egne erfaringer.
Kurset gir begrenset utbytte dersom man ikke deltar på hver samling.



Foreldrekurset er videobasert, og det er to sertifiserte kursholdere som leder kurset.



MÅLSETTING

Vi tenker at alle foreldre ønsker å gi barna sine trygghet. Alle foreldre finner likevel foreldreskapet utfordrende på ulike vis.

Foreldreveiledningskurset ønsker — med bakgrunn i nyere tilknytningspsykologisk teori og forskning — å gi dere foreldre et «veikart» til å forstå barns behov og signaler, samt modeller for hvordan man som forelder kan imøtekomme disse behovene.

Vi ønsker ikke å bruke Foreldreveiledningskurset for å tilstrebe det perfekte foreldreskapet, men et *godt nok* foreldreskap.

Foreldreveiledningskurset kan gi deg økt trygghet som forelder overfor barnet ditt.

Målet er at barnet ditt skal få hjelp til å kjenne trygghet i seg selv, slik at det vil stå sterkere til å møte livets utfordringer.

Påmelding

Det holdes separate kurs i hver kommune.

Du kan henvende deg til din lokale helsestasjon for å få informasjon om kursdatoer og påmelding.



GRUE

ÅSNES

VÅLER



Circle of Security Parenting

Foreldrekurs om trygghetssirkelen

Trygghetssirkelen

Fokus på barnets behov

