

KURS HØSTEN 2025

Tid: *Torsdager kl. 14:30-16*

Oppstart: Torsdag 09/10-25

Uke 41-42-43-44-45-46

Sted: Tvedestrand helsestasjon, 3.etg

Det må være minst 3 familier påmeldt for at kurset holdes.

Har du spørsmål? Ta kontakt med din helsesykepleier eller på helsestasjonens hovedtelefon.

Påmelding

Kontakt helsestasjonen på telefon 900 95 062.

Telefonen er åpen mandag, tirsdag og torsdag kl. 8:30-14.



VELKOMMEN TIL FORELDREKURS

Circle of Security (COS) = Trygghetssirkelen

Et foreldreveiledningsprogram som kan gi dere muligheten til å bli enda bedre foreldre for deres barn.



Bilde hentet fra foreldrehverdag.no

Trygghetssirkelen

Tvedestrand kommune holder foreldrekurs én-to ganger årlig etter foreldreveiledningsprogrammet Trygghetssirkelen (COS).

Programmet er forebyggende, men kan også brukes dersom det er utfordringer i relasjonen mellom foreldre og barn.

Kursholderne er de ansatte på helsestasjonen med sertifisering i foreldreveiledningsprogrammet.

Om programmet

Alle foreldre ønsker å gi barna sine trygghet. Likevel er det mange som synes det er utfordrende å være forelder på en god måte.

Med bakgrunn i nyere forskning, ønsker Trygghetssirkelen å gi foreldre et verktøy til å forstå bedre hvilke behov deres barn har, hvilke signaler barnet gir og hva dere som foreldre kan gjøre for å møte disse behovene på en god nok måte.

Trygghetssirkelen handler ikke om å forsøke å bli perfekte foreldre. GODT NOK er et viktig begrep i kurset.

Kurset går over 6 ganger med forskjellig tema hver gang. Vi ser på filmsnutter og har dialog og refleksjon rundt hva vi ser.

Målet med kurset

Målet er at du som forelder skal lære hvordan du kan forstå ditt barns atferd, følelser og behov, og hvordan du kan møte dette på en god nok måte. På den måten vil ditt barn kjenne trygghet i seg selv, og står sterkere rustet til å møte livets utfordringer.

Forventninger til kursdeltakere

- Dersom begge foreldre har foreldreansvar, ønsker vi at begge deltar på kurset.
- Dere forplikter dere til å delta på alle kursdagene.
- Dere bestemmer selv hvor mye dere ønsker å dele av egne erfaringer.
- Dere må ikke ha behov for tolk.



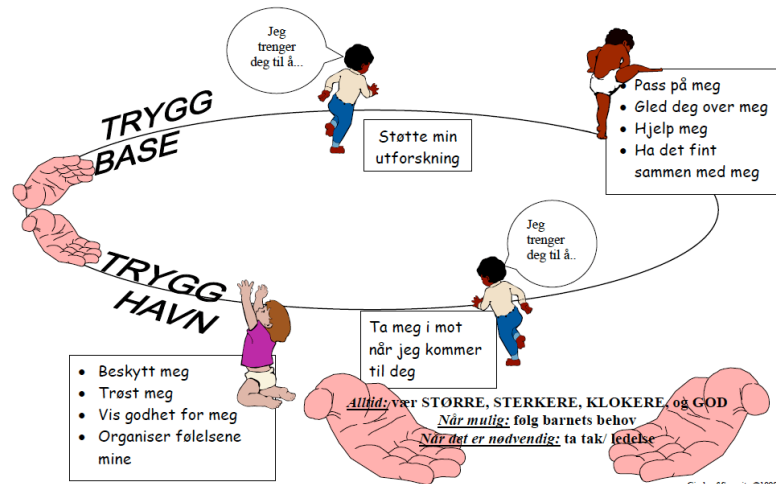
Circle of Security

I N T E R N A T I O N A L TM

Early Intervention Program for Parents & Children

CIRCLE OF SECURITY®

FORELDRE SOM IVARETAR BARNES BEHOV



Circle of Security ©1999
For copyright information go to
www.circleofsecurity.net