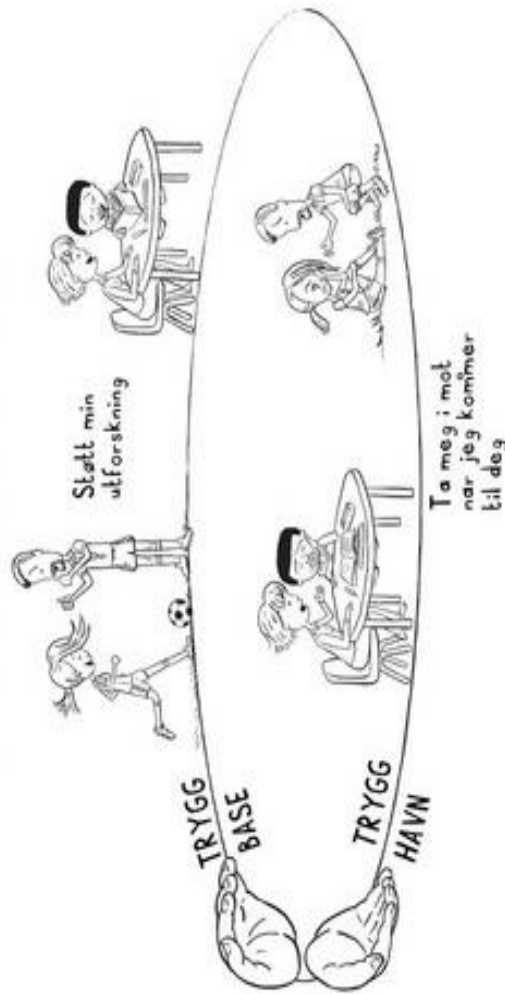


Trygghetssirkelen
**STØRRE
STERKERE
KLOKERE
GOD**

www.folkom.no

www.tilknytningspsykologene.no



Vel møtt!

Ønsker du mer informasjon?
Kontakt
Lise 918 56 399 eller Berit 991 56 339

epost@sondre-land.kommune.no
Hovbakken 1
2860 Hov
www.sondre-land.kommune.no

©2016 Cooper, Hoffman, & Powell
www.circleofsecurity.net



Velkommen til
COS-P

**Foreldrekurs
Høst 2020**



SØNDRE LAND KOMMUNE

Circle of Security - Parenting

Trygghets sirkelen skal hjelpe foreldre/omsorgspersoner til å forstå barn bedre. Modellen brukes for å fremme trygg tilknytning mellom foreldre og barn.

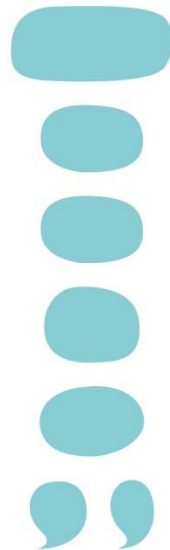
Programmet har som formål å bevisstgjøre de voksne på hvordan samspillet mellom dem og barna påvirker hverandre. Bevisstgjøring av trygghets sirkelen gir foreldre en mulighet til å forstå barns behov enda bedre.

Undervisningen foregår i gruppe.



Kurset er gratis!

**Hva,
og for hvem?**



Dette er et foreldreveiledningsprogram for **alle som skal bli eller er** foreldre/omsorgspersoner.

Kurset går over 8 samlinger á 1,5 time. Kurset tar for seg følgende temaer:

- **Hvordan fange opp, tolke og møte barnets behov.**
- **Hvordan hjelpe barnet til å regulere egne følelser.**
- **Hvordan håndtere situasjoner hvor barnet oppfører seg utfordrende.**
- **Hvordan takle egen frustrasjon i møtet med barnet.**

Vi oppfordrer begge foreldre til å delta. Det er dessverre ikke mulig å ta med barna. Kurset vil gi begrenset utbytte hvis man ikke deltar alle gangene. Det er derfor forventet at en forplikter seg til å delta på kursdagene.

Tid og sted

Torsdager, kl. **13.30-15.00**, uke 42-48 + uke 2 Frivilligsentralen, Aktivitetshuset på Klinikken. Oppstart er **torsdag 15.oktober**, følgende kursdager er

22. oktober

29. oktober

5. november

12. november

19. november

26. november

14. januar 2021

Påmelding pr mail eller sms til

Berit Lindberg Eidstuen

beritlindberg.eidstuen@sondreland.kommune.no → **991 56 339**

Det blir tildelt kursplass ettersom påmeldingene kommer inn.