

Trygghetssirkelen

COS P - CIRCLE OF SECURITY PARENTING



Familiens
hus



FÆRDER
KOMMUNE
– med vind i seilene

COS P - Trygghetssirkelen

CIRCLE OF SECURITY PARENTING

Vi tenker at alle foreldre ønsker å gi sine barn trygghet. Alle foreldre kan likevel synes at det å være foreldre er utfordrende på ulike måter.

COS P ønsker å gi dere foreldre, med bakgrunn i nyere tilknytningsteori og forskning, et "kart" til å forstå barns behov og signaler. I tillegg gi modeller for hvordan dere kan forsøke å imøtekomme disse behovene. Vi ønsker ikke å bruke COS P for å tilstrebe det perfekte foreldreskapet, men et godt nok foreldreskap.

COS P kan gi deg muligheten til å bli en enda bedre forelder for 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.

www.circleofsecurity.net



PROGRAMMET

Utforske barns behov hele veien rundt trygghetssirkelen

Vi ønsker å formidle budskapet om at barn har behov for foreldrenes støtte både når de utforsker verden og når de opplever vanskelige følelser.

Være sammen

Vi ønsker å utforske betydningen av å lære barna våre å utforske følelser. Vi ser hvordan dette kun kan læres i en relasjon, og hvordan dette er viktig for utvikling av trygg tilknytning.

Veien til trygghet

Vi ser på hvordan foreldrenes psykologiske og følelsesmessige tilgjengelighet for barnet påvirker barnets formidling av følelser og behov.

Når det kjennes vanskelig å være forelder

Denne gangen er spesielt viktig for dem som har barn som viser mye sint atferd, atferd ute av kontroll eller er i risiko for å utvikle slike vansker. Vi ser på balansen mellom det å være en tydelig og samtidig god forelder.

Betydningen av reparasjoner i relasjoner

Vi utforsker hvordan vi forstår at den underliggende budskapet i et sterkt følelsesuttrykk er "jeg trenger deg og jeg vet ikke hva jeg skal gjøre med det jeg føler".

Hva innebærer det å delta?

COS P vil gå over 8 ganger og vare i 1,5 time hver gang. Gruppen vil bli drevet av to COS P veiledere fra kommunen. I gruppen velger du selv hvor mye du vil dele av egne erfaringer.

Hvem blir invitert til å bli med på cos p kurs?

COS P-kurs er for foreldre med barn i alle aldre. Det bør ikke være behov for tolk for de som skal være med.

Tilbudet er frivillig og gratis.

Påmelding og informasjon om neste kurs på baksiden.

NESTE KURS:

PÅMELDING TIL:

