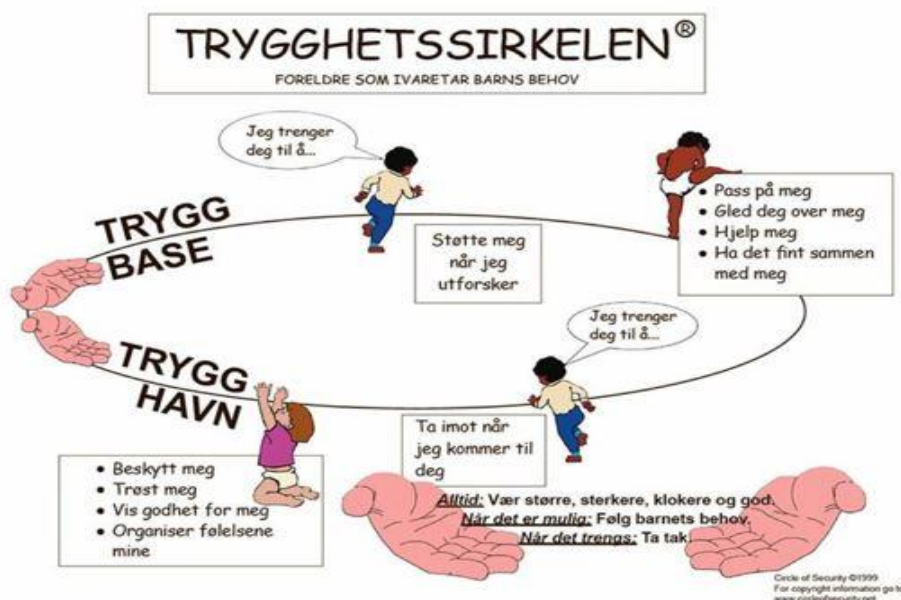


Circle of Security – foreldreveiledningskurs



Foreldreveiledningskurset Circle of Security (COS) gir foreldre verktøy til å forstå bedre hvilke behov barnet ditt har, hvilke signaler det gir og hva du kan gjøre for å møte disse behovene bedre.

Målet med kurset

Målet er at barnet ditt skal få hjelp til å kjenne seg trygg og på den måten stå sterkere rustet til å møte utfordringer vi møter i livet. Kurset kan også bidra til et godt samspill mellom deg og barna dine.

I kurset snakker vi om

- Trygghetssirkelen. Trygghetssirkelen hjelper oss til å se hvilke behov barna har for foreldrenes støtte både når de utforsker verden og når de opplever vanskelige følelser.
- "Være sammen" i trygghetssirkelen. Barn lærer og utvikler seg i samspill med foreldre. Samspillet er grunnleggende for hvordan barn utvikler trygg tilknytning følelsesmessig.
- Veien til trygghet. Din tilgjengelighet som forelder påvirker ditt barns måte å formidle følelser og behov.
- Vanskelige situasjoner. Vi vil gi dere foreldre noen redskaper til samspill mellom dere og barna når situasjonen kommer ut av kontroll. Vi ser på balansen mellom det å være tydelig og samtidig være en god forelder.
- Foreldrenes egne erfaringer. Noen ganger har vi voksne erfaringer fra egen fortid som gjør at reaksjoner i nåtid kan bli "større" enn nødvendig. Vi vil gi dere noen redskaper til hvordan dere kan håndtere dette.