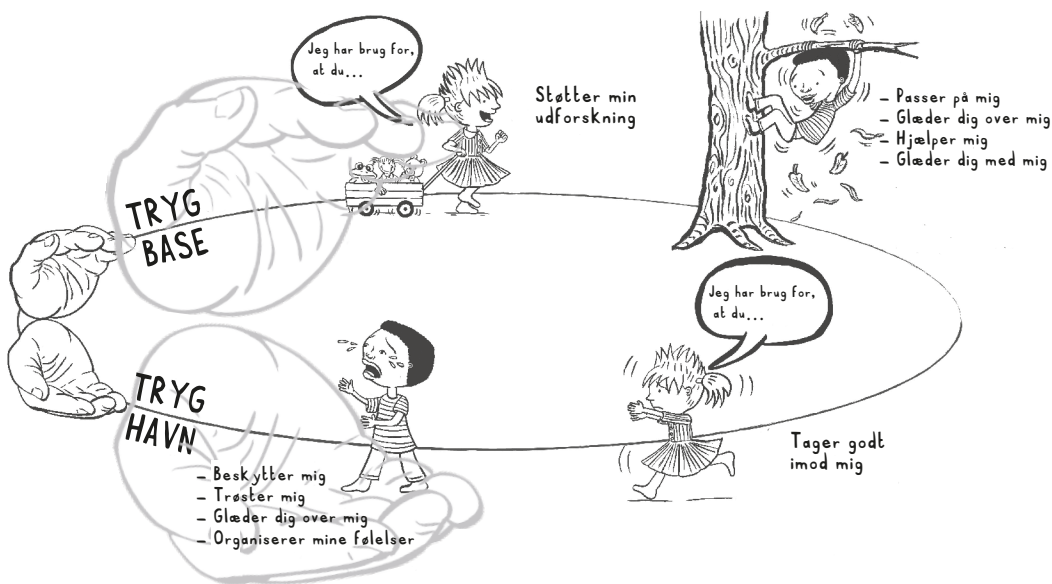




Trygheds- cirklen

Varde
Kommune



Tryghedscirklen

Har I lyst til at lære mere om jeres barns følelsesmæssige udvikling? Så har I nu mulighed for at deltage i forældreforløbet "Tryghedscirklen" – hvor vi vil tale om hverdagen med et lille barn, og hvordan man kan tackle de udfordrende situationer, man som forældre står i.



HVORNÅR?

Forløbet strækker sig over 8 faste ugentlige mødedage.

Tilmelding sker ved henvendelse til din sundhedsplejerske eller ved at kontakte dit barns dagtilbud. Herefter vil du/I blive skrevet op til et forløb og senere blive kontaktet. I vil her have mulighed for at vælge hold og opstartstidspunkt.

OM TRYGHEDSCIRKLEN

Gruppeforløbet Tryghedscirklen har fokus på at skabe bedst mulige udviklingsbetingelser for de helt små børn. I Varde Kommune tilbydes forløbet til forældre, som har børn i alderen 0-6 år. I dette forløb får I mulighed for, sammen med andre forældre at dele viden, frustrationer og erfaringer om det at være forældre.

Med baggrund i oplæg omkring barnets udvikling, følelsesliv og psykologiske behov, taler vi om alt det, der både er fantastisk og svært ved at være forældre samt måder at tackle hverdagens små og store udfordringer.

Hver session er opbygget omkring et tema, som er aktuelt for både dig, som er flergangsforældre og dig, der lige har fået dit første barn.

Man kan tilmelde sig som par eller alene. Forløbet foregår uden børn. Hver mødegang strækker sig over 1½ time og hver gang serveres der kaffe, te og vand og man er velkommen til at medbringe lidt at spise selv.

Sessionerne og deres temaer

1. INTRODUKTION TIL FORLØBE OG SMAGSPRØVE PÅ BAGGRUNDSTEORI

Første gang fokuserer vi på, at vi lærer hinanden at kende, forventningsafstemme og indføre gruppen i baggrundsteorien. Vi taler om, hvad tryk tilknytning er, og hvordan barnet kan komme til enten at udvikle en tryk eller utryk tilknytning og hvordan de forskellige tilknytningsstile påvirker barnet forskelligt.

2. FORDYBELSE OG BAGGRUNDSTEORI

Vi taler om, hvad barnet specifikt har behov for, fra sine forældre, når barnet er i gang med at danne tilknytning til sine forældre. Hvordan sikrer vi os helt konkret, at barnet er trygt både hos os som forældre og ude i verden.

3. FORÆLDRESTIL

Her taler vi om forskellige måder at være forældre på, og hvad forskellige forældrestile kan betyde for vores barn. Vi taler også om, hvordan det kan være svært at leve op til eget forældreideal.

4. AT HJÆLPE BARNET TIL AT FÅ STYR PÅ DE STORE FØLELSER

Her taler vi om, hvordan barnet lærer at håndtere sine følelser med vores hjælp.

5. ET FILTER VI NOGLE GANGE SER VORES BARN ELLER OS SELV IGENNEM

Vi taler om, hvad der sker i os forældre, når vi mister balancen og bliver uhensigtsmæssige i måden, vi håndterer barnet på. Det handler om et filter, der nogle gange slår til, når vi bliver presset.

6. NÅR VI SOM FORÆLDRE OPFØRER OS UHENSIGTSMÆSSIGT

Her taler vi om forskellen på at håndtere barnet på en uhensigtsmæssig måde en gang i mellem og adfærd, der står i vejen for, at barnet kan danne en tryk tilknytning til os som forældre.

7. HVORDAN REPARERER VI, NÅR VI ER KOMMET GALT AFSTED OG OPSUMMERING AF FORLØB

Vi taler om, hvordan vi kan reparere på forholdet til vores barn, hvis vi et øjeblik er blevet opslugt af egne følelser og har mistet vores balance overfor barnet.

8. AT VÆLGE TRYGHED

Afrunding og opsummering.



**Varde
Kommune**

Bytoften 2, 6800 Varde
Telefon 7994 6800
vardekommune@varde.dk

www.vardekommune.dk

YDERLIGERE INFORMATION



ANJA LÅADAL
Sundhedsplejerske
Mobil 23 99 03 73



LONE STIDSEN
Sundhedsplejerske
Mobil 24 43 49 67



CHRISTINA SAXILD
Dagplejepædagog
Mobil 21 20 67 85



MARIANNE GAMMELBY
AKT pædagog
Mobil 23 81 45 19



METTE T. ANDERSEN
Sundhedsplejerske
Mobil: 24 85 59 17