

Målgruppen

Til dig der er forælder for første gang og ønsker at fylde din forældrerygsæk med redskaber til at håndtere, når dit barn udfordrer og søger grænser. Dig som ønsker at styrke tilknytningen og relationen til dit barn og blive klogere på dig selv og dit barn.

Måske står du ikke lige nu og tænker, at I har noget der udfordrer, men her er hvad andre forældre har sagt om hvem de tænker der kunne have gavn af Tryghedscirklen:

"Alle forældre, uanset om der er udfordringer eller ej".

Hvad indebærer det at deltage?

Forløbet går over 8 uger og er af 2 timers varighed pr. gang.

Kurset henvender sig til alle der er forældre for første gang.

Vi opfordrer til, at begge forældre deltager.

Det er gratis at deltage. Deltagelse er naturligvis frivillig, men du forpligter dig til et stabilt fremmøde.

Ønsker du at deltage eller høre mere, kan du kontakte Sundhedsplejen på:

sundhedsplejen@haderslev.dk eller kontakte din sundhedsplejerske.



Circle Of Security / Tryghedscirklen

Forældrekursus –

til alle der er forældre for første gang

Tryghedscirklen

At blive forælder er noget af det største i livet – og samtidig kan det være både overvældende, smukt og fyldt med spørgsmål. I Tryghedscirklen får du støtte, viden og et trygt fællesskab med andre der er forældre for første gang.

Derfor tilbyder Sundhedsplejen Tryghedscirklen

Du får viden om:

- Hvordan børn viser deres behov for nærhed og støtte
- Hvordan du kan støtte barnets udvikling og selvstændighed
- At forstå barnets følelser og reaktioner
- At skabe ro, tryghed og gode samspil i hverdagen
- At være "større, stærkere, klogere og kærlig" som forælder

Kurset bygger på et forskningsbaseret og anerkendt undervisningsprogram.

Sådan gør vi

Tryghedscirklen anvender både grafisk materiale og film.

Filmen viser samspil mellem forældre og børn, og forældrenes egne refleksioner over, hvad der sker i relationen.

På forældrekurset bestemmer du selv, hvor meget du vil dele af dine erfaringer.

Der tilbydes løbende kursusforløb, som vil ligge om eftermiddagen.