

STERKERE SAMMEN

SLUTT Å GJETTE – LÆR Å FORSTÅ HVERANDRE

HVA:

Parkurs for førstegangsforeldre og foreldre med barn under 6 år.

HVORFOR:

Parforholdet endres når det kommer et barn til familien. Målet med kurset er å styrke parforholdet, samt å gi foreldre støtte og inspirasjon i en periode med store forandringer og utfordringer. Å være med på kurset betyr ikke at det ikke er bra hjemme hos dere, men det skal bidra til å styrke parforholdet enda mer.

HVORDAN:

Paret deltar sammen på kurset. Dere bestemmer selv hvor mye og om dere ønsker å dele i plenum. Kurset er delt opp i fire deler, med ulike temaer, og veksler mellom gjennomgang av teori og individuelle parsamtaler.

NÅR:

TIRSDAGER UKE 17-20

22/4, 29/4, 6/5, 13/5

KL. 19.30-21.30

SERVERING:

I løpet av kvelden blir det servert kveldsmat, frukt, kaffe/te og mineralvann.

HVOR:

Drevsjø barnehage

PÅMELDING

Gjøres via påmeldingsskjema via QR-kode. Frist: 7/4. Kurset er gratis.



STERKERE SAMMEN



VÅRT PARFORHOLD

HVA ER EGENTLIG KJÆRLIGHET? BARN ENDRER PARFORHOLDET PÅ MÅTER SOM KAN VÆRE VANSKELIG Å FORUTSI. HVORDAN KAN MAN HJELPE HVERANDRE MED Å VÆRE GODE FORELDRE?



KOMMUNIKASJON

HVA SKAPER GOD KOMMUNIKASJON? HVA VIL DET SI Å LYTTE MED DET STORE ØRET? OG MÅ MAN EGENTLIG VÆRE ENIG MED PARTNEREN SIN OM ALT?



KRANGEL OG KONFLIKT

-HVORDAN HÅNDTERER VI DET?

HVORDAN HÅNDTERER VI KONFLIKTER? SER VI FARESIGNALENE FOR VÅRT FORHOLD? HVORDAN KAN VI BE OM TILGIVELSE OG HVORDAN KAN VI VISE AT VI HAR TILGITT?



FRA PAR TIL FAMILIE

–DEN STORE FORANDRINGEN

HAR VI REALISTISKE FORVENTNINGER? ER JEG FORTSATT ELSKET? BRYR PARTNEREN SEG VIRKELIG OM MEG? ER PARTNEREN HER FOR MEG LENGER?