



**ÅMLI KOMMUNE**  
- BYGDA FOR ALLE

## **Foreldreveiledningskurs i Trygghetssirkelen, Circle of Security (COS)**

Et foreldreveiledningsprogram som kan gi dere muligheten til å bli enda bedre foreldre for deres barn.

Åmli kommune vil holde foreldreveiledningskurs en gang årlig etter foreldreveiledningsprogrammet Trygghetssirkelen (COS).

Programmet er forebyggende, men kan også brukes dersom det er utfordringer i relasjonen mellom foreldre og barn. Kursholderne er helsesykepleier og leder ved pedagogisk psykologisk tjeneste (PPT) som har sertifisering i foreldreveiledningsprogrammet.

### **Om programmet**

Alle foreldre ønsker å gi barna sine trygghet. Likevel er det mange som synes det er utfordrende å være forelder på en god måte. Med bakgrunn i forskning, ønsker Trygghetssirkelen å gi foreldre et verktøy til å bedre forstå hvilke behov deres barn har, hvilke signaler barnet gir og hva dere som foreldre kan gjøre for å møte disse behovene på en god nok måte. Trygghetssirkelen handler ikke om å forsøke å bli perfekte foreldre. GODT NOK er et viktig begrep i kurset. Kurset går over 8 ganger med forskjellig tema hver gang. Vi ser på filmsnutter og har dialog og refleksjon sammen.

### **Målet med kurset**

Målet er at du som forelder skal lære hvordan du kan forstå ditt barns atferd, følelser og behov, og hvordan du kan møte dette på en god nok måte. På den måten kan ditt barn kjenne trygghet i seg selv, og står sterkere rustet til å møte livets utfordringer.

### **Forventninger til kursdeltakere**

Dersom begge foreldre har foreldreansvar, er det en fordel at begge deltar på kurset, og at dere deltar på alle kursdagene. Dere bestemmer selv hvor mye dere ønsker å fortelle av egne erfaringer.



**Circle of Security**  
INTERNATIONAL™  
*Early Intervention Program for Parents & Children*

# Praktisk informasjon

**Datoer:** Fredag 05.04

Fredag 12.04

Fredag 19.04

Fredag 26.04

Torsdag 02.05

Onsdag 08.05

Onsdag 22.05

Fredag 31.05

**Tidspunkt:** kl 10.30-12.00 hver gang.

**Sted:** I PPT sitt hus, det lille røde huset mellom Åmli skole og Åmlihallen

**Målgruppe:** Alle foreldre med barn 0-6 år, men kan også være nyttig for de med eldre barn.

## Påmelding:

Send e-post, ring eller send sms til:

Helsesykepleier Maren Johanne Tveiten:

[Maren.Johanne.Kleivene.Tveiten@amli.kommune.no](mailto:Maren.Johanne.Kleivene.Tveiten@amli.kommune.no), tlf: 99 21 17 57

Pedagogisk psykologisk tjeneste, PPT, Elisabeth Jensen:

[Elisabeth.Jensen@amli.kommune.no](mailto:Elisabeth.Jensen@amli.kommune.no), tlf: 90 69 76 41

