

Kurs: Bryt voldsarven

BARNE- &
FAMILIE
HJELPEN

Foreldreforberedelser mot vold

- Har du selv vokst opp med vold og utrygghet i din familie?
- Er du redd for at du kan bli som din mor eller far?
- Er du redd for at ditt barn eller barnet du venter kan få det slik du selv hadde det da du var liten?
- Vil du gjøre en jobb for å bli en trygg far eller mor?

Innhold i samlingene

- Hva er sinne? Hva er vold?
- Hva gjør det med barn og vokse opp med vold i familien?
- Hva trenger barn for å være trygge?
- Fra skyld og skam: ikke våge å snakke om: til åpenhet og ansvarlighet.
- Hvordan håndtere eget sinne på en trygg måte?
- Hva gjør du hvis...? Det ligger mye trygghet i å vite hva man kan gjøre når ting blir vanskelige.

Metoden er utviklet av Per Isdal, psykologspesialist og leder av ATV gjennom mange år, Elise Søreide, klinisk sosionom og familieterapeut, og Randi Mossefinn, klinisk barnevernspedagog og familieterapeut.

Hvordan:

Vi kommer til å jobbe sammen gjennom formidling av kunnskap, enkle øvelser, samtale/ deling av erfaring, tanker og gode løsninger.

Når:

Kurset er på 12 timer, og vil gå over fire ettermiddager.

Mandag 13. mars kl. 14.00-18.00

Torsdag 16. mars kl. 14.00-17.00

Mandag 20. mars kl. 14.00-17.00

Torsdag 23. mars kl. 14.00-17.00

Hvor:

Barne- og familietjenesten

Oasen senter

Kontakt oss:

Jorunn Gundhus: Jorunn.gundhus@bergen.kommune.no

Sandra Solberg Nygard: Sandra.nygard@bergen.kommune.no



BERGEN
KOMMUNE