

Samarbejde efter skilsmisse – SES forældrekursus

En skilsmisse er en stor omvæltning for både forældre og børn.

Hvis der samtidig opstår konflikter i mellem jer forældre, kan det være en god idé, at søge hjælp til at styrke forældresamarbejdet, så de negative følger for børnene begrænses bedst muligt.

SES forældrekursus i Albertslund kommune er for skilte forældre, som har et konfliktfyldt og/eller manglende samarbejde.

Kurset tilbyder konkrete redskaber, forskningsbaseret viden og inspiration til at:

- Forstå og tackle egne og ekspartners reaktioner
- Forstå og imødekomme barnets reaktioner og behov
- Fremme samarbejdet mellem skilte forældre

Kurset forløber over tre gange og varer ca. tre timer pr. gang. Kurset afholdes d. 10/10, 24/10 og 7/11 fra kl. 14-17. Kurset bliver afholdt i Køkkenalrummet i Sundhedshuset i Albertslund.

Kurset er tilrettelagt som undervisning, hvor deltagerne ikke vil blive bedt om, at dele private oplysninger. Der vil være øvelser undervejs i form af individuelle øvelser, sidemandsøvelser og plenumøvelser af små cases. På 3. kursusgang er der desuden en dialogøvelse, som deltagerne kan vælge at lave med deres ekspartner.

Indholdet af de tre kursus gange:

Kursusdag 1: "forældre og konflikt"

- Sådan påvirkes familien
- Ændrede livsomstændigheder
- Samarbejdsformer og udfordringer
- Konfliktforståelse

Kursusdag 2: "børns reaktioner og kommunikation i børnehøjde"

- Skilsmissen set fra et børneperspektiv
- Børns ændrede livsomstændigheder
- Forstå børns reaktioner
- At tale med børnene om skilsmissen og svære følelser.

Kursusdag 3: "samarbejde i praksis"

- Forudsætninger for forældresamarbejde
- Udfordringer og hvad der er vigtigt for børnene
- Styrkelse af kommunikation med din ekspartner.

I Albertslund kommune ledes forældrekurset af to familierapeuter fra Familiehuset, der er certificerede SES- undervisere.

Der er et begrænset antal pladser på kurset. Yderligere oplysninger og tilmelding til kurset skal ske inden d. 1/10-22 til Heidi på 23317144 eller Berit 30455314.