

# Fortsatt Foreldre

GODT NOK samarbeid  
etter samlivsbrudd

Kursopplegg i regi av Familievernkontoret i Mosjøen  
i samarbeid Barne-, ungdoms og familiedirektoratet  
(Bufdir)

## Målgruppe

Foreldre som ønsker bedre samarbeid om felles barn  
Foreldre som SKAL samarbeide om felles barn

## Formålet med Fortsatt Foreldre

Det overordnede formålet med Fortsatt Foreldre er at barn skal fritas fra å bli stående midt mellom foreldrene i deres eventuelle konflikter etter brudd. Dette formålet tenker vi best kan realiseres ved at de voksne får innsikt og forståelse som kan hjelpe dem til:

- a) å håndtere sine egne følelsesmessige prosesser på en slik måte at de kan makte å forsones seg med situasjonen sin, og ta et reelt ansvar for seg selv og barna videre i livet
- b) å se at den andre forelder til barna kan være en god nok forelder selv om samlivsrelasjonen ikke var god
- c) å hjelpe dem til å skille mellom samlivs- og ekspartnerrelasjonen og relasjonen mellom foreldre og barn
- d) å bli mer bevisst på sine væremåter og kommunikasjonsformer, både overfor ekspartner og barn
- e) å bearbeide, forsones seg med og lære av det som har vært, og løfte blikket framover mot det livet de ønsker skal komme

## Dette handler i stor grad om å:

- ✓ se på seg selv som et myndig og voksent menneske som er i stand til å ta ansvar for sitt eget og barnas liv
- ✓ forsones seg med at livet har blitt som det har blitt
- ✓ erkjenne sin egen smerte
- ✓ se hvordan man har påvirket andre og bevirket deres liv, at man kan bli et klokere menneske

## Kursopplegg:

Helgekurs

6-8 deltakere pr.kurs

## Når:

Oppstart fredag 25.10.13, samt lørdag 26.10.13.

## Tidspunkt:

Fredag 25.10.13, kl. 17.00 – 21.00

Lørdag 26.10.13, kl. 10.00 – 17.00

## Hvor:

Familievernkontorets lokaler

Torolfsgt.3 (2.etasje busstasjonen)

## Temaøkter i kurset

- Bruddprosessen
- Kommunikasjon, konflikt og samspill
- Å se barnas livssituasjon
- Foreldresamarbeid
- Veien videre

Foreldre til felles barn kan ikke delta på samme kurs  
Kurset er gratis – enkel servering fredag, lunsj på lørdag

## Kursledere

Wenche Annie Justad og Anna Koldal

**Påmeldingsfrist fredag 18.10.13**

**Påmelding til:**

**Familievernkontoret i Mosjøen**

**Pb. 42, 8651 Mosjøen**

**8651 Mosjøen**

**Tlf: 75 11 41 80 e-post: [kf.mosjoen@bufetat.no](mailto:kf.mosjoen@bufetat.no)**

# Påmeldingsskjema til Fortsatt Foreldre

Kurstidspunkt: Fredag 25.10.13, kl. 17.00 - 21.00  
Lørdag 26.10.13, kl. 10.00 - 17.00

## Kursdeltaker

Navn:	
Født:	
Adr:	
Postnr./sted:	
Tlf. Mobil:	Privat:
Yrke:	
Samlivsstatus:	
Hvor lenge siden brudd:	

Barn/ For-og etternavn:	Født:	Bor fast hos:

Hvordan kjent med Fortsatt Foreldre ?

---

**NB! BINDENDE PÅMELDING**

Mottatt familievernkontoret

Dato:

Sign: