

Kontakt och anmälan

Välkommen att kontakta oss via e-post eller telefon om ni har frågor.

Familjeteamet@Svedala.se ✉
0733-73 14 52 ☎

Vill ni anmäla er till Trygghetscirkeln utbildning scanna QR-koden nedan. Saknar ni Bank-ID kan ni antingen ringa eller mejla oss. Ert barn behöver vara folkbokfört i Svedala kommun för att kunna anmäla er via e-tjänst.

Alla våra föräldrautbildningar är kostnadsfria!



2024 Grafisk form: Svedala kommun. Foto: Anna Nordström



Trygghetscirkeln (COS-P)

Föräldrautbildning
0-6 år



SVEDALA KOMMUN

Trygghetscirkeln (COS-P) - föräldrautbildning

Alla föräldrar vill ge sina barn trygghet – samtidigt kan föräldraskap vara en av livets svåraste uppgifter.

Vad är Trygghetscirkeln?

Trygghetscirkeln (COS-P) är en föräldrautbildning som hjälper dig att göra medvetna och trygga val i relationen till ditt barn. Utbildningen bygger på anknytningsteori och över 60 års forskning, och har sitt ursprung i USA.

Syftet med utbildningen

Du får stöd i att:

- Förstå ditt barns behov av trygghet och närhet
- Läsa av och tolka ditt barns signaler så du kan möta ditt barn på ett sätt som stärker relationen

Så går det till under träffarna:

- Tittar vi på filmklipp och reflekterar tillsammans i grupp
- Pratar om hur vi kan vara "tillräckligt bra" föräldrar
- Utforskar hur våra egna erfarenheter påverkar vårt föräldraskap

Vem kan delta?

Föräldrar och andra viktiga vuxna med barn 0–6 år, som har tankar och funderingar kring sitt föräldraskap. Du behöver inte vara biologisk förälder, även till exempel bonusföräldrar, familjehemsföräldrar eller andra nära omsorgspersoner är välkomna.

Vad innebär det att delta?

- Trygghetscirkeln innehåller 7-8 träffar som är 2 h per träff.
- Trygghetscirkeln hålls i grupp med 6–8 deltagare.
- Deltagandet är frivilligt, men det är viktigt att komma varje gång eftersom utbildningstillfällena bygger på varandra.
- Du kan delta själv, men det är bra om båda föräldrarna deltar om möjligheten finns.
- För att kunna fokusera på innehållet under träffarna kan inga barn delta under utbildningen.
- Varje deltagare bestämmer själv hur mycket man vill dela med sig av sina erfarenheter.

Välkommen att delta – för en tryggare relation mellan dig och ditt barn.

Hör av dig för mer information eller om du vill anmäla ditt intresse. Kontaktuppgifter och anmälan hittar du på baksidan.