

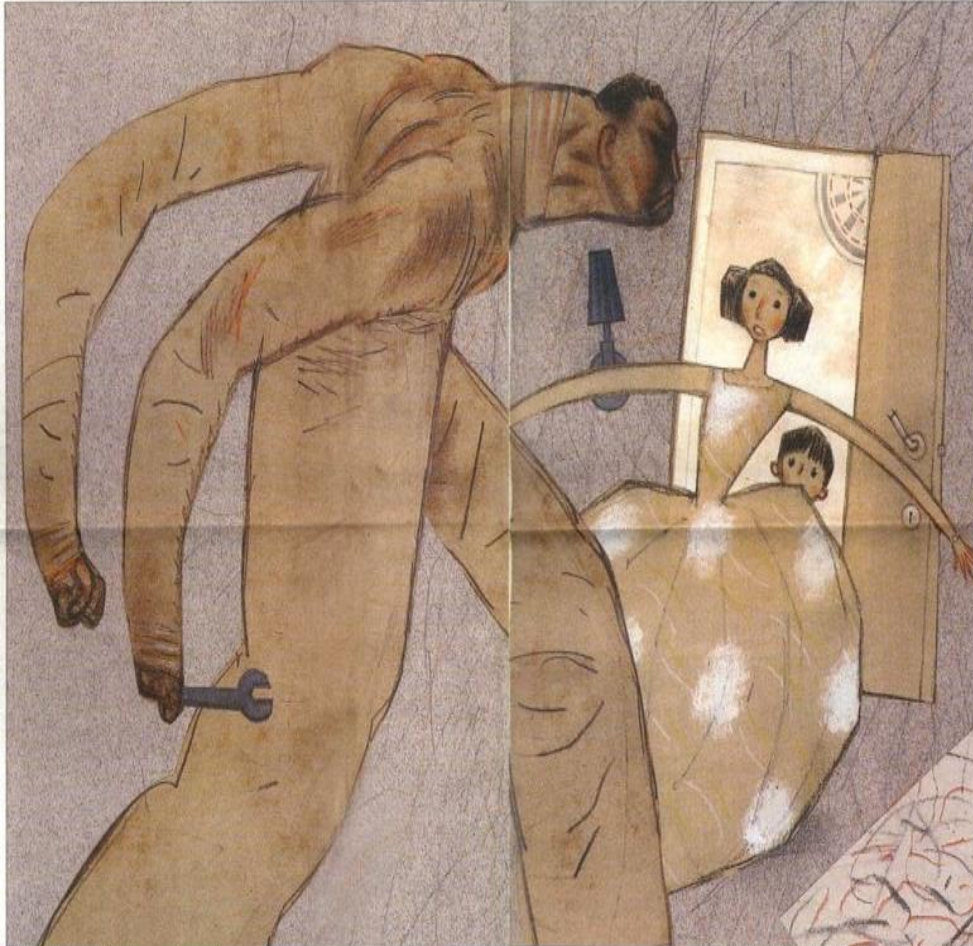
# Foreldreforberedelser mot vold

---



«Jeg var redd for mine foreldre  
- mine barn skal ikke bli redde for meg!»

«Et kurs som skal gi håp - ikke terapi»



### **Når?**

Tirsdag 05.03.19 kl. 17 – 19.30

Tirsdag 12.03.19 kl. 17 – 19.30

Torsdag 21.03.19 kl. 17 – 19.30

Tirsdag 26.03.19 kl. 17 – 19.30

### **Hvor?**

Basen, Barne – og familiesenter

Adresse; Sørhauggt. 145, 2. etg

### **Kursholdere:**

Brit Jorunn Kirketeig Krakk      tlf.: 971 95 740

Mail; [brit.jorunn.kirketeig.krakk@haugesund.kommune.no](mailto:brit.jorunn.kirketeig.krakk@haugesund.kommune.no)

Nina Sandsengen      tlf.: 959 16 596

Mail; [nina.sandsengen@haugesund.kommune.no](mailto:nina.sandsengen@haugesund.kommune.no)

## **Innhold i samlingene**

- Hva er sinne? Hva er vold?
- Ulike former for vold; fysisk, psykisk, emosjonell, materiell, seksuell og latent vold.
- Hva gjør det med barn å vokse opp med vold i familien? Noen av dere vet mye av dette ut fra egen erfaring, og vi kan mye om dette basert på forskning. Det blir en god blanding.
- Hva trenger barn for å være trygge?
- Fra skyld og skam (ikke våge å snakke om) til åpenhet og ansvarlighet.
- Hva gjør vi viss....? Det ligger mye trygghet i å vite hva man kan gjøre når ting blir vanskelig.
- Informasjon om aktuelle steder å henvende seg dersom dere ønsker hjelp som foreldre.

## **Sinna far eller mor – redde barn**

- Har du selv vokst opp med en eller annen form for vold eller 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?

## Kjenner du deg igjen i disse uttalelsene?

«Jeg gruer meg for å få barn, for jeg er redd for at jeg har det samme i meg, som mor og far hadde. Dette kan jeg ikke si til kjæresten min, for han vil ikke forstå det.»

«Jeg var alltid redd for sinnet til moren min.»

«Jeg husker det godt. Jeg var 12 år. Faren min hadde akkurat mishandlet moren min igjen. Det var på lille julaften og jeg visste at dette ville bare fortsette og fortsette. Da tok jeg en bestemmelse – jeg skal ikke bli som min far!»

## Mennesker har evne til å bryte vonde sirkler

Vi vet at volden ofte går videre i generasjoner, og du har derfor gode grunner for å være bekymret for at du kan videreføre den volden du selv opplevde.

Vi tror likevel på menneskets evne og mulighet til å bryte en slik sirkel.

Gjennom å ta dette på alvor, vil du kunne forebygge at ditt barn får det slik du selv hadde det. Hos oss kan du jobbe med dette, sammen med 5 – 10 andre som har det slik som deg.

Gruppen er for dere som kanskje allerede har barn, dere som venter barn og for dere som vurderer å få barn, enten dere vil komme alene eller som par.