

**"Nu har vi fået et
fælles sprog!"**

**" Vi har fået
redskaber til at
forstå os selv og
hinanden bedre"**

Sagt af tidligere deltagere

Konflikthåndtering

– Gruppeforløb for
småbørnsforældre.

Dato / Periode:

Gruppe opstart i 2024

Januar – april og september

Januar:

Anne Bøndergaard T: 25312753

Anita Baumgarten T: 25311055

April:

Christina Mohr T: 25312998

Mia Hilligsø T: 41869557

September:

Signe Buch Klausen T: 25312979

Stine Bech Jedal T: 25312739

Ugedag og tidspunkt:

Oplyses ved tilmelding

Adresse

Småbørnshuset

Esrumvej 190 (overfor Rema)

3000 Helsingør



KONFLIKT -HÅNDTERING

Gruppeforløb for samlevende
småbørnsforældre med
fokus på konflikthåndtering.



HELSINGØR
KOMMUNE

Vi er en
del af





Hvem kan være med:

Forældrepar til småbørn, der lever i et konfliktfyldt parforhold. Forudsætningen for at deltage er at begge partnere er motiverede og samlevende.

- Hvis den ene eller begge partnere oplever at have udfordringer i forhold til at kunne styre egne følelser over for hinanden.

Og /eller

- Hvis der har været vold til stede i parrets relation af enten fysisk, psykisk, seksuel, materiel, og/eller økonomisk karakter og/eller stalking. Hvad enten det har været ensidigt eller gensidigt.

Hvem er vi

Gruppeforløbet varetages af to gruppeledere. En sundhedsplejerske og en familiekonsulent. I er velkomne til at kontakte os, hvis I har spørgsmål

Sundhedsplejersker:

Anne Bøndergaard M: abn34@helsingor.dk
Christina Mohr M: cmo07@helsingor.dk
Signe Buch Klausen M: sbk07@helsingor.dk

Familiekonsulenter:

Anita Baumgarten M: abb37@helsingor.dk
Mia Hilligsø M: mhill@helsingor.dk
Stine Bech Jedal M: sje37@helsingor.dk

Gruppeforløb i konflikt håndtering

Ved hver gruppegang vil I opleve at gruppelederne holder et kort oplæg.

Temaerne er:

- Egne følelser og reaktioner.
- Familieliv og forældreskab.
- At forstå sig selv og andre
- Familieliv og konfliktløsning fremadrettet.

Ud over oplæg skal I lave forskellige øvelser enkeltvis/parvis. I vælger selv hvor meget I vil dele i den store gruppe.

Gruppelederne sørger for en god og tryk stemning i rummet.

Vi har alle tavshedspligt.
Gruppens størrelse vil være på max. 8 par.

Der vil være kaffe/the.

