



SES

En værktøjskasse til
skilsmisseforældre

Gribskov Kommune tilbyder SES
forløb.



I Gribskov Kommune tilbyder vi SES kurser og forløb til forældre, der er blevet skilt eller er gået fra hinanden, og som ønsker at styrke deres samarbejde omkring børnene.

Tilbuddet om ses er gratis.

Anerkendte fagpersoner og forskere fra Københavns Universitet står bag udviklingen af SES. Indholdet bygger på den nyeste og bedst dokumenterede viden fra forskning og praksis. Kurset vil sætte fokus på børnenes perspektiv i en skilsmisse.

Forskningen viser blandt andet, at de, som bruger SES, får det bedre både psykisk og fysisk.

SES er evidensbaseret – og udviklet som en hjælp til at håndtere forandringer og udfordringer som ofte følger i kølvandet på en skilsmisse.

SES kan hjælpe forældre med at håndtere egne udfordringer, blive bedre til at forstå og støtte deres børn samt undgå typiske faldgruber i forældresamarbejdet.

Kurset henvender sig til alle skilte familier, ikke kun dem som er i højkonflikt, men også til dem som synes de har et fint samarbejde.

Alle kan få nye perspektiver, viden og redskaber til at hjælpe børnene i den situation de er i.

Kurset vil blandt andet give en viden om og en forståelse for:

- Forældresamarbejdets betydning
- Rammen for et godt samarbejde
- Den gode dialog
- De psykologiske aspekter ved en samlivsophævelse
- Reaktioner på brud og konflikter
- Forstå Børns reaktioner og følelser
- Fokus på børnenes perspektiv i en skilsmisse

SES kurset består af 3 moduler:

1. Forældre og konflikt:
 - De ændrede livsomstændigheder
 - Krise og sorg
 - Konfliktforståelse
 - Nye samværsformer
2. Børns reaktioner og kommunikation i børnehøjde
 - Skilsmissen set fra et børneperspektiv
 - Børns ændrede livsomstændigheder
 - Forstå børns reaktioner
 - Lær at tale med børnene om skilsmissen og tag vare på deres følelser

3. Samarbejde i praksis.

- Samarbejdsformer
- Lær at forbedre forældresamarbejdet
- Styrk kommunikationen med din ekspartner
- Lær at forstå hvad der er vigtigt for børnene i forældresamarbejdet.

Kurset forløber over 3 gange af 3 timers varighed. På kurset vil I møde andre skilsmisseforældrepar. Vi hører fra mange, at det er meget givende at være sammen med andre familier i lignede situationer, og at man lærer meget af hinanden.

Inden kursets opstart inviteres forældrene til en forsamtale af os, hvor vi vil fortælle om kurset, og hvor familien får mulighed for at fortælle kort om dem selv. Der afsættes ½ time til denne samtale.

Efter kurset inviteres forældrene til en evalueringssamtale med os. Der er mulighed for at tilbyde op til 5 samtaler i SES regi til de skilsmisseforældrepar, der har brug for dette efter kurset. Hvor der kan arbejdes mere målrette, ud fra de problemstillinger der er brug for i den enkelte familie.

Det aftales, om det er aktuelt og relevant for den pågældende familie ved denne evaluering.

Derudover får forældrene adgang til en digital platform, hvor der ligger 18 moduler, med relevante emner, som man kan sidde hjemme og arbejde med.

Få mere information om SES her:

www.gribskov.dk

www.ses.dk

Ved interesse eller for yderligere information kontakt:

SES – kontaktpersoner: 72 49 60 00.

Troels Christensen

Familiebehandler

Mail: troch@gribskov.dk

Gitte Rolin

Familiebehandler

Mail: groli@gribskov.dk