

GOTTMANN-SERTIFISERTE KURSHOLDERE



Ingunn og Andreas Magnus

Ingunn og Andreas har vært gift i 18 år og har tre barn. Ingunn er utdannet familierapeut og jobber til daglig som familiearbeider i Hånes Frikirke. Andreas er lektor og underviser ved Kristiansand Katedralskole Gimle. De har vært engasjert i familie- og pararbeid i mange år i ulike sammenhenger.



Agnes og Rune Zahl-Olsen

Agnes og Rune Zahl-Olsen. Agnes og Rune har vært gift i 26 år, har tre barn, og sammen har de undervist om samliv i ulike sammenhenger de siste ti årene. Agnes har master i psykisk helse og jobber i Kristiansand kommune med psykisk helse blant flyktninger. Rune er familierapeut med doktorgrad. Jobber som forsker ved Sørlandet Sykehus.



Mari og Yngve Kolltveit

Mari og Yngve har vært gift i 27 år og har 4 barn. De har i mange år undervist om samliv og kommunikasjon i flere sammenhenger. Begge har master i familierapi. Til daglig jobber Mari som rektor. Yngve jobber som familie terapeut ved ABUP (avdeling for barn og unge psykisk helse) ved Sørlandet sykehus.

NÅR

HVOR

PRIS

Kveld 1: 28. sept
Kveld 2: 12. okt
Kveld 3: 26. okt
Kveld 4: 9. nov
Kveld 5: 23. nov
Kveld 6: 7. des
Kl. 19:30–22:00

Solkollen Hellemyr
Breimyrveien 100
4628 Kristiansand S

Kr 990,- pr person
for alle de seks kveldene.
Dette inkluderer en hovedbok pr par,
undervisning og snacks.
I tillegg kommer
kr 200,- pr person for
arbeidsbok/kurshefte.

Påmelding og mer informasjon om kursene
finner du på www.familieverkstedet.no

Kurset er i samarbeid med solidesamliv.no

Familieverkstedet

– EN DEL AV LÆRINGSVERKSTEDET

HEMMELIGHETENE BAK ET LYKKELIG PARFORHOLD

HØSTEN 2021



FAMILIEVERKSTEDET TILBYR NÅ SAMLIVSKURSET FRA VERDENS FREMSTE PARFORSKER.

Kurset bygger på innholdet i
professor John Gottmans bok:
«Hemmeligheten bak et lykkelig
parforhold. Syv nøkler fra verdens
fremste samlivsforsker».



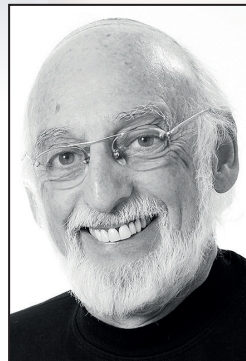
Familieverkstedet

– EN DEL AV LÆRINGSVERKSTEDET



Gottman samlivskurs er utviklet av professor John Gottman. Gottman regnes som verdens fremste forsker på parforhold og faktorer som fremmer livslange samliv.

Kurset er egnet for par i alle aldre der begge partene deltar – fordi man vil få det bedre som par. Det består av undervisning, oppgaver som partene gjør hver for seg og sammen som par. Vi legger opp til at det skal være en hyggelig «date» for dere to og hvert par får sitt eget bord.



HVEM ER KURSET FOR?

Kurset passer for par som vil investere i samlivet sitt, få det bedre sammen, og skape trygge familier for barna. Kurset er også for de som opplever samlivet utfordrende. Gottmanns prinsipper kan være en god hjelp til å forstå hverandre bedre og bygge gode vaner. I dette kurset får dere undervisning og rom til å praktisere det dere lærer.

FOKUSOMRÅDER

- Styrke kjennskap til hverandre
- Bygge vennskap og tillit
- Gjenkjenne og møte invitasjoner til følelsesmessig kontakt
- Konfliktløsning
- Hvordan støtte hverandre
- Utvikle felles historie, verdier og mål

HVEM ER KURSET IKKE FOR?

Undervisningsbaserte kurs som dette er ikke hensiktsmessig for alle. Opplever dere f.eks. alvorlige utfordringer innen psykiske helse, vold eller pågående avhengighet av rus, spill e.l., oppfordrer vi sterkt til å ta kontakt med andre hjelpeinstanser som fastlegen, familiesenter eller familievernkontor.