



Familie

Familien

- Trygg base
- Felleskap
- Glede
- Konflikter
- Sorg
- Hardt arbeid!

Oppgave:

- Individuelt:

- Hvilke forventninger og verdier har jeg i forhold til familie?
- Hva er viktig for meg?
- Hva og hvem er familie for meg?

- Parvis:

- Har vi samme forventninger?
- Hvordan ønsker vi at vårt familieliv skal være?
- Har vi et felles mål?

Familie kart

Hvem er medlemene i deres familie og hvilke aktiviteter har den?

Familie kart



Oppgave:

- Individuelt:

- Tegn ditt familiekart
- Hvem består familien av
- Hvilke oppgaver/aktiviteter har din familie?

- Par:

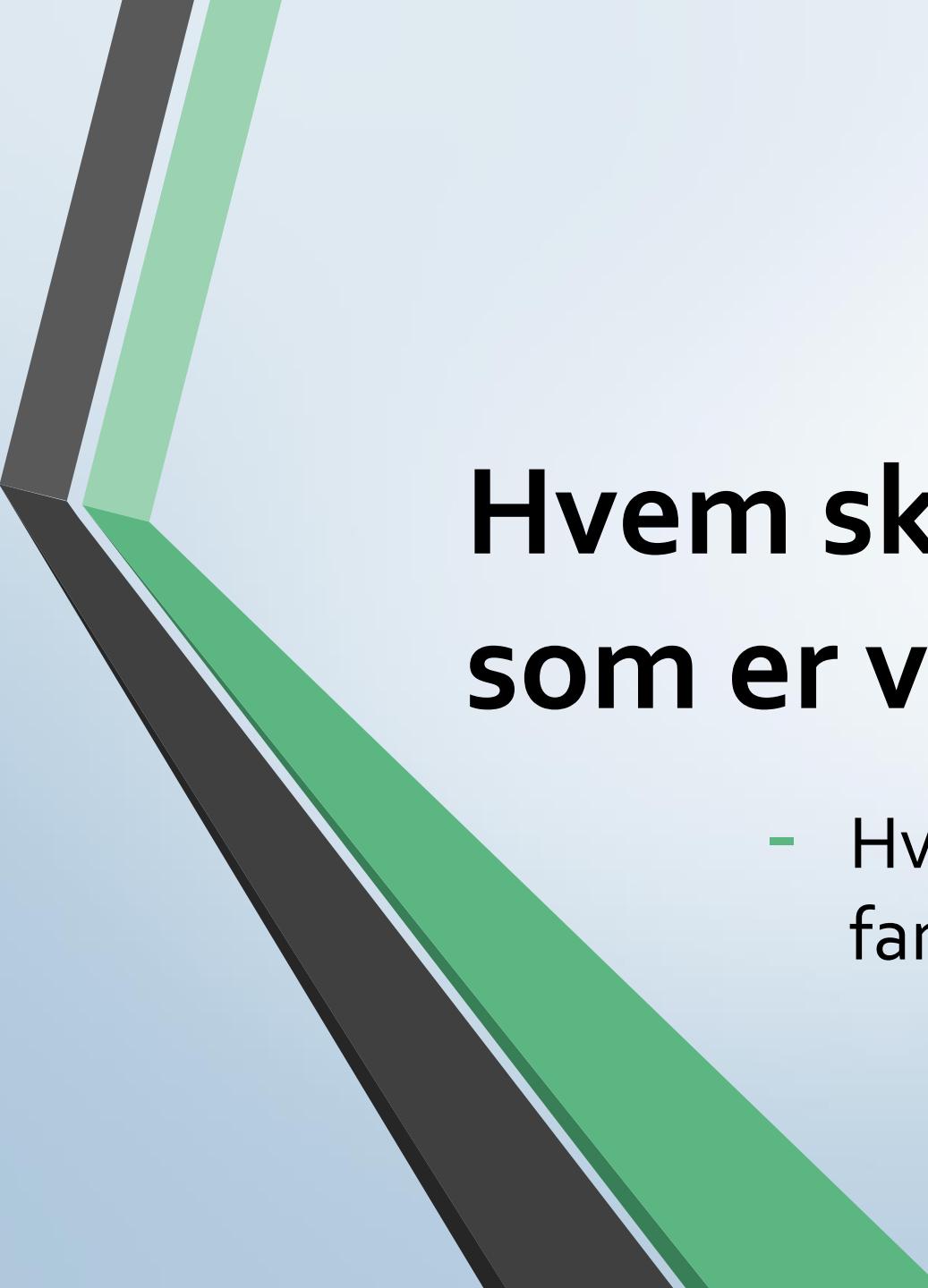
- Hvordan ser deres familie kart ut? Er de like?
- Hva krever mer enn det gir
- Er det noe dere vil/kan endre på?
- Har dere snakket om prioriteringer?

Hvordan gi rom for alle i familien?

- Mor
- far
- Søsken
- kjærepareparet
- Familien som helhet

Hvordan få et bedre familieliv?

- Velg hva som er viktig
- Vær i forkant av problemer
- Ta i bruk hjelpemidler
- Tilrettelegg aktivitetene
- Involver de rundt familien



Hvem skal få bestemme hva som er viktig i familien?

- Hvem er premissleverandøren i din familie?