

Hva er familievernnet?

Familievernnet tilbyr behandling og rådgivning til par og familier som opplever vansker, konflikter eller kriser. På familievernkontorene møter du blant annet psykologer og sosionomer med videreutdanning i familierapi. Alle våre ansatte har taushetsplikt, og du behøver ingen henvisning fra lege eller lignende for å bruke tjenesten.

Hvis dere strever med foreldresamarbeidet anbefaler vi å ta kontakt. Vi er her for å hjelpe. Familievernnet har høy kompetanse og lang erfaring med å hjelpe foreldre til å samarbeide bedre.

Det behøver likevel ikke være en krise for å komme til oss. Ofte ønsker for eksempel par hjelp til å få bedre samspill i parforholdet. Det er klokt å gripe tak i problemer tidlig, før de blir til mønstre som kan være enda vanskeligere å komme ut av.

Hvem kan ta kontakt?

Familievernnet tar hovedsakelig imot par og familier. Noen ganger møter vi også utvidet familie. Enkeltpersoner kan også få kortvarige tilbud.

I perioder med mye pågang prioriteres familier med hjemmeboende barn. Er du usikker på om familievernnet kan hjelpe anbefaler vi å ta en uforpliktende prat med oss først.

Les mer om våre
tilbud og kontorer her:
familievernnet.no

Familielivet

Hos familievernnet kan alle som opplever konflikter eller problemer i familien få hjelp til å finne løsninger.



Hva kan familievernet hjelpe med?

For de fleste kan kjenne seg igjen i at familielivet ikke alltid blir slik man hadde planlagt. Livet består av mange ulike faser, og de fleste kan ha behov for litt ekstra hjelp og støtte iblant.

Typiske problemer folk kommer til oss med er problemer med foreldresamarbeidet, kommunikasjon i parforholdet, gnisninger mellom generasjoner, kulturforskjeller som skaper konflikter, samlivsbrudd som er vanskelige å håndtere samt en rekke andre utfordringer. Noen oppsøker familievernet fordi de ikke har like sterke følelser for partneren sin lengre. Mange nybakte foreldre kommer fordi de har behov for veiledning til den nye hverdagen sin.

Alle familier har sine utfordringer. Hos familievernet tilbys både rådgivning, behandling og ulike kurs. Sjekk familievernet.no for å finne ut hva som passer best for deg.

Mekling

Alle foreldre med felles barn under 16 år må til mekling i forbindelse med separasjon og samlivsbrudd. Meklingen kan for eksempel dreie seg om uenighet om foreldreansvar, bosted og samvær for felles barn. Målet med meklingen er at dere skal lage en skriftlig foreldresamarbeidsavtale som er til barnas beste

Familievernet er gratis.
Du trenger ikke henvisning.
Vi har taushetsplikt.

Kurs og gruppetilbud

Familievernet tilbyr mange ulike typer kurs, over hele landet. Blant tilbudet finnes ulike samlivskurs, kurs i foreldreveiledning, sinnemestringskurs, egne kurs for foreldre med barn som har nedsatt funksjonsevne og så videre. Det finnes også samtalegrupper, blant annet for barn som har opplevd samlivsbrudd mellom foreldrene.

Sjekk ut familievernet.no for å finne et kurs som passer for deg.

Fritt valg av familievernkontor

Familievernkontor finnes over hele landet og er lovpålagt å tilby behandling, rådgivning og mekling. Det er fritt valg av familievernkontor, som betyr at du selv kan velge om du vil besøke familievernkontoret som ligger nærmest hjemstedet ditt eller om du foretrekker å dra et annet sted. Noen familievernkontor kan for eksempel ha spesielle tilbud som passer bedre for deg. Du kan selv ringe direkte til familievernkontoret.

