

Parterapi og familierapi

Familievernkontorene tilbyr parterapi for gifte, samboende, særboende og likekjønnede. Bakgrunn for samtalene kan være et ønske om å få det bedre sammen, kunne mestre problemene i parforholdet, eller få hjelp til utfordringer i forbindelse med samlivsbrudd.

Tema kan blant annet være:

- forholdet til barna når du er ute
- reetablering av forholdet når du er på permisjon, eller etter endt tjeneste
- tankene som melder seg når du kommer hjem
- når dere ønsker å jobbe med forholdet
- par hvor en vurderer å bryte ut av forholdet
- det er vanskelig å snakke om hva den andre har opplevd
- seksuallivet kommer ikke i gang av seg selv etter lang pause
- kriser i parforholdet
- utroskap
- trusler og vold

– Det var godt med litt hjelp til å få kommunisert bedre etter at jeg kom hjem.

Barne-, ungdoms- og familieetaten (Bufetat)

Postboks 2233, 3103 Tønsberg
Telefon: 466 16 000
www.familievernet.no

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

Hva kan familieverntjenesten tilby forsvarsfamilier?

Før, under og etter deltakelse i internasjonale operasjoner.



Foto: Forsvaret

Hva er familievernet?

Familievernet er et tilbud til mennesker med ulike typer samlivs- og relasjonsproblemer. Familievernets tilbud er gratis. Henvising er ikke nødvendig. Du kan selv ta kontakt med ditt nærmeste familievernkontor.

Familievernet er en spesialtjeneste som gir tilbud om rådgivning og behandling når det er vansker, konflikter eller kriser i familien. De fleste kommer til familievernkontoret for rådgivning og samtaler om hverdagsproblemer. På kontorene arbeider blant annet psykologer og sosionomer med videreutdanning i familierapi. De som arbeider i tjenesten, har taushetsplikt.

Familievernet tilbyr både parterapi, familierapi og samtaler med enkeltpersoner. Barn og unge kan også bruke familievernet.

Familierapi

Familievernkontorene tilbyr familierapi når det er konflikter mellom fo eldre og barn, eller mellom flere generasjoner. Utgangspunktet er at foreldrene er de viktigste personene for barns utvikling. I samtaler kan nybakte foreldre, eller foreldre, barn og ungdom som strever sammen, få hjelp.

Mekling ved separasjon og samlivsbrudd

Familievernkontorene utfører lovpålagt mekling ved samlivsbrudd. Dette gjelder både gifte og samboere, og foreldre som vil reise sak for domstol etter barneloven.

Foreldresamarbeid og samvær

Familievernet tilbyr også hjelp til å bedre foreldresamarbeidet for ekspartnere eller foreldre med felles barn som aldri har bodd sammen.

– Vi fikk snakket ut før han reiste. Det lettet det hele for meg som var igjen hjemme.

Tilbud til forsvarsfamilier

Enkelte avdelinger har familiene boende i nærheten av militærleiren, mens andre bor spredt. Det er 50 familievernkontor rundt i landet.

Familiekoordinator ved avdelingen har kjennskap til hvilket familievernkontor det vil være naturlig at dere tar kontakt med. Den ene eller begge kan ta kontakt med familiekontoret direkte, eller dette kan gjøres i samarbeid med familiekoordinatorene ved avdelingene.

For hvem?

Familievernet tar imot enkeltpersoner, par og familier – også barn og unge. Ta gjerne direkte kontakt med familievernkontoret over telefon.

Familievernets tilbud er gratis. Henvising er ikke nødvendig.

Gå inn på **www.familievernet.no** og se hvilket kontor som er nærmest der dere bor.

