

Föräldragrupp ABC

Vem vill inte vara en bra förälder?

Utifrån forskning, filmer och diskussioner får föräldrar fundera över hur de kan skapa och bibehålla goda relationer med sina barn. Hur du, som förälder, oftast är den viktigaste personen för ditt barns positiva utveckling. I föräldrautbildningen pratar vi även om hur man kan göra i svårare situationer med tjat, konflikter eller om barn är ängsliga och rädda.



Utbildningen heter ABC - *Alla Barn i Centrum* och vänder sig till föräldrar som har barn mellan 3-12 år. ABC innebär fem träffar där föräldrar tillsammans med utbildade gruppledare diskuterar, tittar på film och får ta del av forskning. Utbildningen går igenom fyra teman som är viktiga för barns utveckling:

Visa Kärlek - Hur vill vi vara som föräldrar? Hur gör vi för att relationer ska fungera?

Vara med - Hur påverkar vi varandra i vardagen, hur kan vi förebygga onödiga konflikter med våra barn. Hur ska man få livspusslet att gå ihop?

Visa Vägen - Hur kan vi vara förebilder för våra barn? Hur påverkar stress föräldraskapet och hur kan stress och ilska hanteras?

Välja strider - Hur kan tjat i familjen minskas? När är det viktigt att stå på sig som förälder och vad kan barn få bestämma?



VÄSTERVIKS
KOMMUN

För information och anmälan

Samordnare, stödgrupper

Familjeenheten

0490-255 146