

ABC - Alla barn i centrum

Få saker är viktigare än relationen med våra barn. Idag vet vi att starka band mellan barn och föräldrar är den bästa grunden för att barn ska växa upp till trygga och självständiga individer. Det är det ABC:s gruppträffar handlar om.

ABC vänder sig till alla föräldrar i Skövde kommun, med barn i åldrarna 3 till 12 år, som vill utvecklas i sitt föräldraskap. Vi träffas varannan vecka, varje träff tar två och en halv timme.



Gruppen leds av utbildade gruppleddare och har som mest tio deltagare.

Kursen består av fyra gruppträffar kring var sitt tema. Innehållet handlar bland annat om hur föräldrar kan främja sitt barns självkänsla, hur man kan arbeta för att stärka relationerna i familjen och hur konflikter kan förebyggas. Information och diskussion varvas med övningar och filmer.

Är föräldrarna sammanboende ser vi allra helst att båda deltar. Är detta inte möjligt så vill vi att det är samma förälder som deltar på alla träffarna. Alla bonusföräldrar är också Välkomna!

Innehåll i träffarna:

Träff 1 - VISA KÄRLEK

Hur gör vi för att våra nära relationer ska fungera?
Diskussioner och enkla övningar kring att ha fokus på det som fungerar.

Träff 2 - VARA MED

Hur påverkar vi varandra i det dagliga samspelet?
Hur kan vi förebygga konflikter med våra barn?
Diskussioner och enkla övningar kring hur föräldrar och barn kan vara tillsammans.

Träff 3 - VISA VÄGEN

Hur kan man tillämpa ett lugnt föräldraskap?
Hur påverkar stress föräldraskapet och hur kan stress hanteras? Diskussioner och enkla övningar kring att vara en förebild för sitt barn.

Träff 4 - VÄLJA STRIDER

Hur kan tjat i familjen minskas?
Vilka strider behöver vi ta och vilka kan väljas bort?
Diskussioner och filmexempel kring konflikthantering.
Planering framåt med fokus på hur ABC kan användas i vardagen.



Anmälan och kontakt

För mer information eller för att anmäla ditt intresse digitalt, gå in på skovde.se/abc

Deltagandet är kostnadsfritt och fika ingår. Vi registrerar ingen och vi för inga journaler.

Kursstarter sker fortlöpande, men företrädevis i början av varje termin. Eftersom intresset är stort kan det vara en bra idé att anmäla sitt intresse i god tid.



Skövde kommun

Telefon: 0500 – 49 80 00 Webbplats: skovde.se

E-post: skovdekommun@skovde.se

Postadress: Skövde kommun, 541 83 Skövde

Besöksadress: Stadshuset, Fredsgatan 4, Skövde



ABC - Alla barn i centrum

Gruppträffar om föräldraskap

