

Du är välkommen till:

föräldrautbildning

ABC vänder sig till **alla** föräldrar med barn i ålder 3-12 år och som vill utvecklas i sitt föräldraskap.

Få saker är viktigare än relationen med våra barn. Idag vet vi att starka band mellan barn och föräldrar är den bästa grunden för en harmonisk uppväxt till trygga och självständiga individer som vuxna.

Det är det ABC:s fyragruppträffar handlar om.

Under träffarna ges möjlighet att diskutera föräldraskap med andra föräldrar. 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.

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.

Datum och tider finner du på www.tingsryd.se sök sedan vidare på ABC

Kursen är kostnadsfri och du är varmt välkommen att skicka in en intresseanmälan till:

barnensbasta@tingsryd.se

Vid frågor kontakta gärna:

Barnens bästa

telefon: 0477-444 11

Välkommen!

