

Ledarskapsträning för tonårsföräldrar

- ett riktat föräldrastöd i grupp

Tonårstiden kan vara en omvälvande tid i livet – för tonåringen, men också för föräldern. Vi som arbetar med tonåringar får ofta ta del av föräldrarnas glädje, spänning och nyfikenhet, men även av deras oro, frågor och bekymmer.

Tillsammans med tonårsföräldrar – alla med egen erfarenhet av en inte helt bekymmersfri tonårstid för sina barn – har familjeterapeuter i Göteborg arbetat fram ett erbjudande om ett tonårsföräldrastöd. Utbildningen bygger på forskning och väl beprövade metoder. Den utvärdering av programmet som har gjorts, visade bl.a. positiva förändringar i familjeklimat och ungdomars beteende.

På utbildningen tas följande teman upp:

- Kommunikationen mellan förälder och barn. Vad är det mitt barn försöker säga mig?
- Att lyssna efter känslor och se ungdomarnas grundläggande behov.
- Uppmuntran & beröm. Att stärka ungdomarnas självkänsla.
- Att sätta gränser. Att skapa trygghet och tydlighet.
- Att bryta onda cirklar och skapa goda.
- Hur vägleder jag mitt barn? Att utveckla ansvar hos ungdomarna.
- "Från kontroll till koll". Vad kan jag göra för att få min ungdom att berätta?
- Hur överlever jag som förälder? Att stärka föräldrakraften.

Föräldrar som varit med i grupperna berättar:

- det är föräldrar i samma sats som pratar med varandra
- det handlar om en grupp som man kan få stöd av
- som förälder får man "verktyg" i tonårsföräldrarollen
- genom att dela med sig av sina erfarenheter kan man få något samtidigt som man kan lära andra, man kan "stärka och bli styrkt".

Utbildningen vänder sig till alla föräldrar i Ängelholms kommun som har barn i åldern 13-20 år. Den erbjuds varje termin, med träffar en gång i veckan vid nio tillfällen om vardera 1 timme och 45 minuter.

Utbildningen är kostnadsfri och sker utan registrering eller journalföring. Gruppledarna arbetar under sekretess.

Frågor, undringar eller intresseanmälan till:

Anette Adorjan	0431-876 55,	anette.adorjan@engelholm.se
Saara Bengtsson	0431-876 55,	saara.bengtsson@engelholm.se
Katarina Tolstoy	0431-40 26 34,	katarina.tolstoy@engelholm.se