

ABC - Alla barn i centrum

Att vara förälder till en tonåring kan vara både spännande och utmanande. Innehållet i ABC tonår utgår från kunskap om föräldraskap, aktuell forskning och FN:s barnkonvention. Innehållet bygger också på vad föräldrar själva önskar lära sig mer om och vad tonåringar tycker att föräldrar behöver veta.

ABC tonår vänder sig till alla föräldrar i Skövde kommun, med barn i åldrarna 13 till 19 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.

Syftet med ABC tonår är att stärka relationen mellan vuxen och tonåring samt bidra till tonåringens välmående. Föräldrar är fortfarande de viktigaste personerna i ungdomarnas liv.

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 - Vara tillsammans

- Att vara tonårsförälder
- Hitta sätt att ha tid ihop med din tonåring

Träff 2 - Bra samtal

- Lyssna och bekräfta din tonåring
- Kommunicera på ett lugnt sätt

Träff 3 - Välja en lugn väg

- Må bra som förälder och minska stress
- Hantera besvärliga situationer på ett lugnt sätt

Träff 4 - Hantera problem

- Att stå kvar som förälder även då du ställs inför utmanande situationer.



Anmälan och kontakt

För mer information eller för att anmäla ditt intresse digitalt, gå in på **skovde.se** eller kontakta gruppledarna:

Ulrica Helgesson Telefon 0500-49 88 65
Patrik Friberg Telefon 0500-49 88 66

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

Kursstarter sker fortlöpande, men företrädelsevis 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 - Tonår

Gruppträffar om föräldraskap

