

ABC - Alla barn i centrum

ABC föräldragrupper i Laholm vänder sig till föräldrar med barn i åldrarna 3-6 år. Programmet bygger på olika teman under 4 träffar med möjlighet till ett uppföljningstillfälle. Antalet föräldrar per grupp är max 10 st. och gruppen träffas varannan vecka under ca 2½ timma på kvällstid. Mellan tillfällena finns möjlighet för reflektion och att praktiskt träna hemma för att sedan få och ge feedback. Vi diskuterar, gör olika övningar och tittar på filmer. Träffarna är till föräldrar så därför stannar barnen hemma.

Träff 1 – **VISA KÄRLEK**: Hur gör vi för att få våra nära relationer att fungera? Här diskuterar vi och gör enkla övningar kring att ha fokus på det som fungerar.



Träff 2 – **VARA MED**: Hur påverkar vi varandra i det vardagliga spelet? Hur kan vi förebygga konflikter med våra barn? Diskussioner och enkla övningar kring hur barn och föräldrar 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 sina barn.



Träff 4 – **VÄLJA STRIDER**: Hur kan tjat minska i familjen? Vilka strider ska man ta och vilka kan väljas bort? Diskussioner och film kring konflikthantering. Planering framåt med fokus på hur ABC kan användas i vardagen



Det finns också möjlighet till ett uppföljningstillfälle!

Är du intresserad?

Gör en intresseanmälan på hemsidan: www.laholm.se/foraldraremellan

Eller kontakta samordnare linda.erlandsson@laholm.se, 070 204 6256