

## Utbildning till ledare Föräldragrupper Alla Barn i Centrum (ABC) 3-12 år 2021

Det är dags att utbilda fler ledare i vårt populära föräldrastödsprogram ABC (Alla Barn i Centrum) och vi har sedan tidigare utbildat personal inom förskolan, som idag håller grupper och vi hoppas det kan finnas intresse hos fler. Vill ni veta vad våra ledare inom BUN tycker om att vara ledare hör gärna av er:

Kristina Andersson (Cina) förskollärare Laholms kommun

[kristina.andersson1@edu.laholm.se](mailto:kristina.andersson1@edu.laholm.se) eller 070 371 7238

Linette Örjansson förskollärare Laholms kommun

[linette.orjansson@edu.laholm.se](mailto:linette.orjansson@edu.laholm.se) eller 072 225 9801

Vi har nu vår egen utbildade instruktör i kommunen. Detta underlättar möjligheten att utbilda vid behov och också på hemmaplan. Vi planerar att starta en utbildning i slutet av augusti 2021 för 8-10 personer.

### Upplägg för utbildningen

- Ni deltar i en uppstarts dag (halvdag) samt 4 utbildningsdagar (heldag)
- Parallellt med att ni går utbildningen håller ni utbildning för en grupp föräldrar på 10 personer. Grupperna hålls mellan utbildningsdagarna.
- Ni är 2 gruppleddare per grupp
- Kostnader för denna utbildningsinsats täcks inom ramen för kommunens föräldrastöd. Vikariekostnad med fast belopp utgår.

### Vad är ABC?

ABC står för Alla Barn i Centrum och är ett svenskt evidensbaserat föräldraprogram med fokus på anknytning och den goda relationen mellan förälder och barn. I programmet är vikten att stärka föräldrarollen/föräldraförmågan och att lyfta fram föräldern som skyddsfaktor. Programmet bygger på 4 teman:

**VISA KÄRLEK** - Hur gör vi för att våra nära relationer ska fungera?

**VARA MED** –Det dagliga samspelet och förebygga konflikter

**VISA VÄGEN** –Hur kan man tillämpa lugnt föräldraskap och hantera stress?

**VÄLJA STRIDER** –Hur kan tjat minska i familjen och vilka strider ska vi ta med barnen?

### Genomförande av föräldragrupperna

Gruppen med ca 10 föräldrar träffas vid 4 tillfällen, varannan vecka 2,5 timme inklusive fika. Det finns också möjlighet till ett uppföljningstillfälle. Träffarna tar upp teman, diskussioner, övningar och erfarenhetsutbyte. Mellan träffarna får föräldrarna reflektera och praktisera. Läs gärna mer på

[www.allabarnicentrum.se](http://www.allabarnicentrum.se)



ABC är utvecklat av Stockholm stad i samarbete med kommuner, stadsdelar och Karolinska Institutet. [www.allabarnicentrum.se](http://www.allabarnicentrum.se)

Så här säger några av våra föräldrar som varit med i våra grupper:

*"Jag har blivit bättre på att släppa onödiga irritationsmoment– man får välja strider"*

*"Jag har slutat få skuld känslor när hemmet är stökigt och jag lägger tiden på att umgås med barnen"*

*"Jag har fått konkreta verktyg att använda i familjen och BUSA använder jag ofta"*

*"Så skönt att få prata med andra föräldrar som upplever samma utmaningar"*

*"Det är bra att få gå hem och reflektera över det vi pratat om och testa någon del"*

*"Jag vill varmt rekommendera denna grupp till alla föräldrar"*

Har ni *praktiska frågor* gällande utbildningen, antal timmar och ekonomi kontaktar ni:

Inger Öberg, enhetschef för föräldrastöd och instruktör [inger.oberg@laholm.se](mailto:inger.oberg@laholm.se) 070 515 8879

Man kan även kontakta:

Lotta Bergholm, samordnare föräldrastöd och behjälplig vid samordning av utbildningsinsatsen:

[charlotte.bergholm@laholm.se](mailto:charlotte.bergholm@laholm.se) 070 452 1326

Anmälan till utbildningen: <https://www.esmaker.net/nx2/s.aspx?id=4fb6eb14437b>

**Vi vill ha er anmälan senast den 27/5-21**

