

TonårsCOPE

FAMILJEPROGRAM



VARFÖR SATSAR LINKÖPINGS KOMMUN PÅ FAMILJEPROGRAM?

Enligt Folkhälsomyndigheten visar forskning att föräldraskapsstöd i form av olika familjeprogram gynnar barnens hälsa. Forskning visar också att förmågan att visa värme och sätta gränser går att utveckla.

Familjeprogrammen utgår från olika verksamheter beroende på i vilken ålder barnet är. BVC, öppna förskolan, familjecentraler och skolor är de vanligaste platserna där föräldrar träffas och diskuterar föräldrarollen.

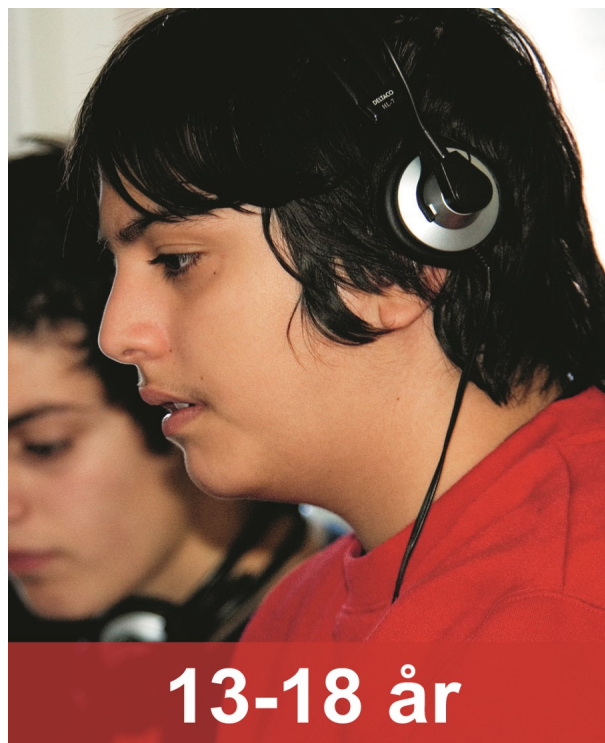
Erfarenheterna från Linköping är att de föräldrar som deltagit i de olika familjeprogrammen har varit mycket nöjda. Föräldrarna framhåller i utvärderingarna särskilt värdet av mötet med andra föräldrar och att få tips och idéer som gör dem säkrare och tryggare i föräldrarollen.

Vid de nationella satsningar som genomförts för att för att utveckla och strukturera föräldrastödet i Sverige har Linköpings kommun varit en aktiv part genom åren.

Barnkonventionen är en självklar utgångspunkt i det föräldrastöd som Linköpings kommun erbjuder.

TonårsCOPE

FAMILJEPROGRAM



13-18 år

Konsten att vara förälder

- föräldragrupper för
stöd och idéer

TonårsCOPE

TonårsCOPE riktar sig till alla föräldrar med ungdomar i åldern 13-18 år.

TonårsCOPE utvecklar föräldrarnas förmåga:

- att se barnets goda sidor.
- att öka barnets förmåga till egna goda lösningar.
- att stärka sin roll som förälder.

Kursen består av åtta träffar och leds av två utbildade samtalsledare och med 15-25 föräldrar i gruppen.

Vid varje tillfälle visas korta filmavsnitt som en utgångspunkt för samtal och diskussioner. Kursen går igenom tonårsföräldrarnas olika roller som observatör, rådgivare, förhandlare och beslutsfattare.

Varje tillfälle är två timmar långt och följer en upplagd plan som består av tre delar.

Träffarna inleds med en genomgång av de tips och förslag som föräldrarna har haft med sig sedan förra kurstillfället. Därefter tittar man på en kort filmsekvens om en vardaglig föräldra-barnsituation.

Genom diskussion och samarbete finner föräldrarna alternativa lösningar och förhållningssätt till vad man sett.

Som avslutning planerar föräldrarna hur, var och när man själv kan använda sig av de råd och tips som föräldragruppen har tagit fram i sina diskussioner.

Kommentarer från föräldrar:

- Jag har blivit säkrare i min föräldraroll.
- Viktigt och bra att träffa andra föräldrar
- Jag har fått ett större tålamod.
- Jag är mer avslappnad i min roll som förälder.
- Jag är mer kritisk till min egen roll.
- Jag uppmärksammar mer det positiva ignorerar det negativa.
- Jag har fått nya tips, idéer och strategier – både från kursen och andra föräldrar.
- Jag har fått bekräftelse att det jag gör

**Kurserna är kostnadsfria.
Vi bjuder på fika.**

För mer information om TonårsCOPE och andra familjeprogram:

Lilia Lahmar, 070-562 62 32

eller 013-20 63 18

E-post: foraldrastod@linkoping.se

Kurser startar vår och höst

Anmälan på: www.linkoping.se/familjeprogram eller ta kontakt med samordnaren ovan.