Inbjudan till ABC

Gruppträffar om föräldraskap

FÅ SAKER är viktigare än relationen till våra barn. Idag vet vi att starka band mellan barn och föräldrar är den bästa grunden för en harmonisk uppväxt. En trygg uppväxt ger förutsättningar till trygga och självständiga individer.

MEN DE flesta av oss föräldrar kan känna igen oss i vardags situationer där relationerna sätts på prov.

VÄLKOMMEN att diskutera på fyra gruppträffar! På våra träffar tar vi del av både varandras erfarenhet och aktuell forskning. Lärdomar och insikter tar vi sedan med oss och praktiserar hemma mellan träffarna.

Lite om ABC

ABC består av fyra gruppträffar kring varsitt tema. Hela kursen pågår under ungefär två månader och varje möte tar ca två och en halv timma. Gruppträffarna leds av utbildade gruppledare och varje grupp har som mest 10 deltagare. Alla är föräldrar till barn mellan 3–12 år.

Träff 1.
VISA KÄRLEK.
Hur gör vi för att våra nära relationer ska fungera?

Träff 2.
VARA MED.
Hur påverkar vi varandra i det dagliga samspelet? Hur kan vi förebygga konflikter med våra barn?

Träff 3.
VISA VÄGEN.
Hur kan man tillämpa ett lugnt föräldraskap? Hur påverkar stress föräldraskapet och hur kan stress hanteras?

Träff 4.
VÄLJA STRIDER.
Hur kan tjat i familjen minskas? Vilka strider behöver vi ta och vilka kan väljas bort?

UDDEVALLA KOMMUN

ABC
ALLA BARN I CENTRUM

Läs mer på uddevalla.se