

INFORMATION OCH ANMÄLAN

Mer information
och anmälan
hittar du på Ystads
kommuns hemsida
www.ystad.se



Har du frågor eller funderingar finns
kontaktuppgifter till chef för Öppenvårdsenheten
och chef för Barn- och elevhälsan på hemsidan
alternativt är du välkommen att maila
gruppvksamhet@ystad.se

Hej förälder

FÖRÄLDRATRÄFF PÅ NÄTET

För dig med barn i åldern 12–18 år som
vill stärka din relation med din tonåring

Hej förälder

Föräldrträff för dig med tonåring

Föräldrträffen är för dig med barn i tonåren som behöver stöd och ny inspiration i föräldrarollen. Kanske har du kört fast i gamla spår och behöver tips och hjälp att hitta nya strategier.

På träffarna pratar vi om hur man kan hantera olika vardagssituationer som:

- Vilka krav kan man ställa på sitt barn?
- När ska en tonåring vara hemma på kvällen?
- Hur gör man för att ta sitt föräldraansvar utan att bli alltför styrande?

Som förälder är du expert på din tonåring. Utifrån egna erfarenheter och kursdeltagarnas erfarenheter kommer ni tillsammans med kursledarna hitta bra strategier som kan underlätta vardagen.



Hur går föräldrträffarna till?

Föräldrträffarna är digitala och sker i mindre grupp med digital coaching.

- Föräldrträffarna består av sju digitala tillfällen som du arbetar enskilt med hemma.
- Varje tillfälle innehåller filmklipp från vardagliga situationer som vi utgår ifrån för att komma fram till nya lösningar.
- I slutet av varje tillfälle sammanfattas strategin och du/ni skapar er "hemuppgift" utifrån den.
- Efter att du/ni övat på hemuppgiften under en vecka får du/ni coaching (upp till 30 minuter) via telefon eller digital plattform av kursledaren, enskilt eller i grupp.
- Träffarna är kostnadsfria och det är bra om båda föräldrarna kan delta.