

INFORMATION OM ETT AKTIVT FÖRÄLDRASKAP TONÅR

Med föräldraskapets ledarroll i fokus får du möjlighet att stärka en respektfull, glädjerik och fungerande relation med ditt barn!

Kursens innehåll har flera beröringspunkter med barnkonventionen och kan användas som ett sätt att tillämpa denna. Barnkonventionen i förkortad version ingår i kurslitteraturen.

Innehåll:

Skapa tillit och förtroende i relationer

- olika ledarstilars fördelar och nackdelar
- uppmuntra personliga val
- risker med bestraffning och belöning
- ömsesidig respekt
- stärka samhörigheten i relationer

Förstå människans beteenden och möta behoven bakom

- förhållandet mellan tanke, känsla och handling
- självkänslans påverkan på beteenden
- negativa beteendens syfte och mål
- hur människor påverkar varandras sätt att vara
- uppmärksamma och bygga vidare på positivt beteende
- stärka självkänsla, självförtroende, mod, ansvars- och samarbetsförmåga

Hantera problem genom kommunikation som leder till samarbete

- uttrycka sig så att andra lyssnar och förstår
- vara en god lyssnare
- hjälpa andra att hantera problem
- delge egna värderingar
- naturliga och logiska konsekvenser av ett beteende
- problemlösning i grupp

Bemöta tonårsproblem genom medvetenhet och konkreta strategier

- förebygga missbruk, våld och icke hälsosam sexualitet
- vara en god förebild

Kurserna är upplagda på 6 kurstillfällen med 1-3 veckors mellanrum.

Varje tillfälle är 3 timmar. (totalt 18 timmar)

Alternativt 12 tillfällen á 2 timmar. (totalt 24 timmar)

