

## Föräldrautbildning riktad till tonårsföräldrar

Varmt välkomna till höstens föräldrautbildning som riktar sig till er med tonåringar i familjen.

Att vara tonårsförälder kan vara både roligt och svårt. Ditt barn utvecklas och är på väg mot vuxenlivet och det är inte alltid vi föräldrar hänger med i svängarna. Man kan känna sig både maktlös och frustrerad. Därför har vi på Resurscentrum startat en föräldrautbildning för föräldrar till tonåringar där vi tillsammans kan diskutera och utvecklas i föräldraskapet.

Vi kommer att träffas vid fem tillfällen. Vid de olika träffarna kommer olika tema att tas upp som vi gemensamt diskuterar kring. De olika teman som vi kommer att ta upp utgår från Family Lab.

Målet är att du ska bli tryggare i din föräldraroll. Ni får möjlighet att diskutera och reflektera kring vad det kan innebära att vara tonårsförälder. Under utbildningen kommer ni få ta del av nya perspektiv och tankesätt om hur man kan utveckla sitt föräldraskap och stärkas i sin föräldraroll.

### Program

Start den 7 november klockan 18:00 – 20:00.

Tema: Jag som förälder

Den 14 november klockan 18:00 -20:00

Tema: Föräldraledarskap

Den 21 november klockan 18:00 – 20:00

Tema: Gränser

Den 28 november klockan 18:00-20:00

Tema: Självkänsla och självförtroende

Den 5 december klockan 18:00- 20:00

Tema: Jag och min tonåring



Vi träffas på Fiskaregatan 5. Vid träffarna bjuder vi på kaffe och kaka.

Anmälan görs till:

[emma.nilsson@skurup.se](mailto:emma.nilsson@skurup.se) tlf: 0738560606

[annika.d.nilsson@skurup.se](mailto:annika.d.nilsson@skurup.se) tlf: 0703172709

Efter avslutad utbildning utfärdas diplom.

Varmt välkomna önskar Emma och Annika!

*“När ett barn upplever att vuxna bryr sig om dess gränser, lär det sig att bry sig om andras gränser när de har stött på dem några gånger.” Jesper Juul*