

Utbildning för gruppleddare i ABC föräldraskapsstöd, hösten 2020

Hälsokällan Fyrbodals kommunalförbund har i uppdrag att stärka och utveckla arbetet för barn och ungas hälsa. Hälsokällan är en resurs för personal och verksamheter inom mödra- och barnhälsovården, familjecentraler, förskola, skola, fritidsgårdar, socialtjänsten, ungdomsmottagningarna med flera. En del i detta arbete innefattar utbildning och erfarenhetsutbyte kring föräldraskapsstöd när det gäller både metoder och förhållningssätt. Föräldraskapsstöd är viktigt utifrån att vi genom forskning vet vikten av en god start i livet. Vi arbetar speciellt med ABC och Komet därför att de utgår från samma grund och förhållningssätt, men samtidigt kompletterar varandra. ABC är ett universellt föräldrastödsprogram medan Komet fokuserar på stöd utifrån att minska konflikter. Vi arrangerar nätverksträffar och booster (påfyllnadsföreläsningar och workshops) för redan utbildade gruppleddare inom ABC och Komet. Genom dessa träffar skapas en mötesplats med möjlighet till både kunskapsinhämtning och erfarenhetsutbyte.

Vi har samarbete med ABC-instruktör Karin Christensson kring utbildning i ABC föräldraskapsstöd som vi vill inbjuda er verksamhet att ta del av. Nedan följer information om själva programmet, utbildningens datum under hösten samt vad du som framtida gruppleddare eller chef för gruppleddare behöver tänka på om ni vill börja erbjuda ABC föräldraträffar i er kommun. ABC föräldraträffar brukar beskrivas för föräldrar på följande vis:

ABC – föräldraträffar

Mer lek och mindre tjat? En vardag med färre konflikter? Hur gör andra föräldrar? De flesta föräldrar kan känna igen sig i vardagssituationer där relationerna sätts på prov. På ABC föräldraträffar får du möjlighet att diskutera och dela erfarenheter med andra föräldrar. Och du får konkreta tips för att underlätta din vardag hemma.

Om föräldraträffarna

ABC föräldraträffar är för dig som är förälder eller annan viktig vuxen till barn i åldrarna 3–12 år (andra begränsningar kan förekomma – se respektive kursstart). Programmet består av fyra gruppträffar på vardera 2,5 timme, kring varsitt tema. Träffarna hålls på kvällstid i ditt närområde och leds av utbildade gruppleddare. Träffarna handlar bland annat om hur du kan stärka ditt barns självkänsla, främja relationerna i familjen och hantera svåra situationer. Information och diskussion varvas med övningar och filmer. Vid varje träff fikar vi tillsammans.

Eftersom träffarna kräver närvaro och engagemang av dig som vuxen, kan barnen inte vara med på träffarna. På vissa platser finns barnpassning, det finns information om det för respektive kursstart. ABC – föräldraträffar kostar inget.

Träff 1 – Visa kärlek

Hur gör vi för att våra nära relationer ska fungera? Diskussioner och enkla övningar kring att ha fokus på det som fungerar.

Träff 2 – Vara med

Hur påverkar vi varandra i det dagliga samspelet? Hur kan vi förebygga konflikter med våra barn? Diskussioner och enkla övningar kring hur föräldrar och barn kan vara tillsammans.

Träff 3 – Visa vägen

Hur kan vi tillämpa ett lugnt föräldraskap? Hur påverkar stress föräldraskapet och hur kan vi hantera ilska? Diskussioner och enkla övningar kring att vara en förebild för sitt barn.

Träff 4 – Välja strider

Hur kan tjat och skäll i familjen minska? Vilka strider behöver vi ta och vilka kan väljas bort? Planering framåt med fokus

Vidare bakgrundsinformation:

ABC är ett program utvecklat i Sverige av Stockholms stad i samarbete med Karolinska institutet. Det förvaltas och utvärderas kontinuerligt inom ramen för ett forskningsprogram på Karolinska institutet. ABC's systerprogram heter Komet och programmen liknar varandra mycket. Skillnaden är att ABC riktar sig till alla föräldrar, med eller utan kända eller upplevda problem. Föräldraskapet kan vara utmanande nog utan allvarliga konflikter i familjen och det är utifrån den vetskapen ABC skapades. Programmet finns idag i många av Sveriges kommuner och från forskningens sida följer man nu vilka effekter nationell implementering får på programmets kvalitet.

ABC:s innehåll bygger på barnkonventionen, kartlagda behov hos kommuner och föräldrar samt inlärningspsykologi och anknytningsteori. ABC är en uppskattad utbildning och gruppleddare rapporterar att de tycker ABC har ett pedagogiskt och lättanvänt material samt att de kan använda principerna också i övrigt arbete (ex på förskolan/skola eller inom familjerådgivning).

Nyligen har en specifik variant av programmet skapats som kallas "ABC i förskolan" vilket har som syfte att ge pedagoger ABC-verktygen anpassade för arbete inom ramen för pedagogisk verksamhet. Förutom att verktygen upplevs som användbara i barngruppen talar pedagoger om en förbättrad kommunikation med föräldrar då de fått mer liknande mål och sätt att analysera situationer samt ett mer gemensamt språk.

En annan utveckling av ABC är ABC Tonår som just nu pilot-testas i Stockholm.

Höstens utbildning

Utbildningen av ABC föräldraskapsstöd (3–12 år) som Hälsokällan erbjuder kommer äga rum i Hälsokällans lokaler i Uddevalla. Utbildningen löper över ca tre månader med fyra och en halv utbildningsdagar.

Datum och tider är:

onsdag 9:e september kl 9-12

tisdag 29:e september kl 9-16

onsdag 14:e oktober kl 9-16

onsdag 28:e oktober kl 9-16

tisdag 10:e november kl 9-16

Är du är intresserad av att bli gruppleddare inom ABC eller är du chef i en verksamhet som vill kunna erbjuda ABC så finns några viktiga saker att tänka på:

Som gruppleddare i ABC behöver man få tid att både gå igenom utbildningen och hålla parallellt löpande föräldrträffar. (Utbildningstillfälle 1 följs av föräldrträff 1 veckan därpå, veckan efter detta är det dags för utbildningstillfälle 2 osv. Man behöver också få möjlighet att hålla i grupper framgent och kontinuerligt gå på nätverksträffar och påfyllnadsföreläsningar (boosters). Tidsåtgång för detta kan beräknas på olika sätt och kommer vara olika för alla individer, men en beräkning som gjorts av en kommun som arbetat länge med ABC är att man som gruppleddare behöver knappa nittio timmar för att genomgå utbildningen (inklusive inläsning av litteratur samt genomförande av instuderingsuppgifter) med tillhörande föräldragrupp (inklusive rekrytering och annan föräldrakontakt) och knappa trettio timmar per föräldragrupp efter färdig utbildning (inklusive handledning och nätverksträffar).

Det är också en förutsättning att man arbetar med barn och/eller föräldrar i sin vardag och naturligtvis att man är intresserad av ABC föräldraskapsstöd och vill bli gruppleddare.

Tänk också redan nu på att om ni bestämmer er för att låta någon/några från era verksamheter gå gruppleddarutbildningen, så behöver vart och ett gruppleddarpar ha ca tio föräldrar som de har som "testgrupp" redan i höst. Så vänta inte med att rekrytera föräldrar.

Deltagande kommuner ska utse en samordnare!

Deltagande kommuner behöver även utse en samordnare som blir samordnare/kontaktperson för programmet i kommunen. Ofta är det folkhälsoplaneraren eller liknande i början, man kan byta till någon annan sedan. Kan man bara bestämma sig för vem som är samordnare, så ser vår utbildare till att den får inlogg till tryckeriet där den kan börja beställa planscher och annat direkt.

Kostnader

Priset per deltagare är 10 500 kr exkl. moms för deltagare vars kommuner har avtal med Hälsokällan (Strömstad, Tanum, Sotenäs, Munkedal, Lysekil, Orust, Uddevalla, Dals Ed, Färgelanda, Bengtsfors, Mellerud, Åmål och Vänersborg). För övriga kostar utbildningen 13.000 kr/deltagare.

I priset ingår utbildning, gruppleddarmaterial och fika.

Fakturering på samtliga deltagare från respektive kommun görs av Hälsokällan.

Material till föräldrar inför varje grupp ingår inte och beställs av kommunen/gruppleddaren.

Det gäller även den föräldragrupp som genomförs parallellt med utbildningen.

Kostnad för material till föräldrar är 120,60 kr exkl. moms/person.

Kommunen kan även beställa rekryteringsmaterial, exempelvis plansch för 20 SEK ex moms/styck. Beställningar gör från webshopen

Kostnad för eventuell framtida handledning (förslagsvis 2-3h/termin) tillkommer.

OBS. Vi måste meddela att det även tillkommer en årlig avgift, den så kallade kommunavgiften, på 2500 SEK ex moms/år. Avgiften går till utvecklaren och förvaltaren av ABC-programmet, Karolinska institutet. Det är en administrativ avgift som uppkom under 2019 för att jämna ut kostnader inom ABC-projektet nationellt. Tidigare har kommuner med instruktörer själva burit dessa kostnader men det har blivit orättvist då vissa kommuner har flera instruktörer (och har betalt mer då avgiften varit kopplad till instruktörerna) och vissa kommuner inte har några instruktörer alls. Därav beslutade man om att var och en kommun som använder ABC istället ska vara med och bidra med samma årliga summa. Det avgiften finansierar är att alla kommuner som arbetar med ABC-programmet har

- Tillgång till digitalt material (manualer, filmer, guider etc)
- Uppdateringar av material och andra nyheter (t ex nytt vägledningsmaterial)
- Möjlighet att beställa material till föräldragrupper från vårt tryckeri
- Tillgång till kvalitetssäkringssystemet (dvs. föräldraenkäter online och den nya statistiksidan [här på iPsykologi](#))
- Möjlighet att skicka ev. instruktörer till den årliga instruktörsdagen på KI (utan kostnad).
- Möjlighet att delta på den årliga samordnardagen på KI (utan kostnad).

En förbättring med att låta var kommun bidra istället för att låta bara de kommuner som ha instruktörer bidra är också att den så kallade samordnarrollen blir tydligare. Nu utgår kommunens kontakt med ABC centralt från kommunens ABC-samordnare, inte från instruktören. Samordnaren är med i ett nätverk med alla andra samordnare i Sverige och kan kostnadsfritt åka på en nätverksdag i Stockholm. Den förtydligade samordnarrollen är ett försök att hjälpa kommuner, inte minst små kommuner, att implementera och vidmakthålla ABC över tid, genom att aktivt stötta ABC-samordnare ute i landets kommuner.

Vid sjukdom eller annat förhinder

I det fall någon deltagare av någon anledning inte går utbildningen kan kursavgiften ej betalas tillbaka. Däremot är deltagaren välkommen kostnadsfritt på en eventuell framtida utbildning given av Karin Christensson. Eller så kan en annan person överta utbildningsplatsen. Om deltagaren väljer att gå utbildning vid senare tillfälle kan det behöva godkännas också av den kommun som då anordnar utbildningen. Det är beroende av om denna utbildning sker i Hälsokällans regi eller i en kommun med eget utbildningsavtal med

Karin Christensson. I det fall Karin Christensson skulle bli sjuk eller av annan anledning akut behöva ställa in något kurstillfälle kommer hon ombesörja att hitta nytt datum tillsammans med gruppen alt. hitta en ersättare för sig, alt. förmedla kursinnehållet för det tillfället på alternativt sätt som gör att föräldragrupperna ändå kan fortgå.

Frågor

Blir du som chef nyfiken på ABC föräldraskapsstöd men behöver få veta om du vågar satsa på att utbilda några medarbetare, tveka då inte att ringa eller maila Karin Christensson som kan svara på frågor och bolla funderingar.

ABC-instruktör Karin Christensson,
e-post: karinafklev@gmail.com, mobil: 0703031889

Och vill ni läsa er till lite mer om programmen så kika in här www.ipsykologi.se eller här www.allabarnicentrum.se . Ni kan naturligtvis också ringa kollegor i Lysekil, Uddevalla, Strömstad, Vänersborg, Dals-Ed, Bengtsfors eller Mellerud eller andra delar av landet om ni vill veta hur de arbetar med ABC och vad deras upplevelse är.

Anmälan till utbildningen

Anmälan ***görs till Hälsokällan och har förlängts till och med 12 augusti 2020.***

Anmälan är bindande, men utbildningsplatsen kan överlåtas till annan deltagare. Hälsokällan förbehåller sig rätten att ställa in eller skjuta på utbildningen vid för få anmälda eller andra särskilda omständigheter.

För att anmäla kan du gå in på hemsidan, www.fyrbodal.se där finns en inbjudan med anmälningslänk under rubriken Kurser och konferenser eller så går du in direkt på [anmälningslänken HÄR.](#)

Med vänlig hälsning, Hälsokällan Fyrbodals kommunalförbund