

# Föräldraskapet främst

Folkhälsan har i samarbete med Mannerheims Barnskyddsförbund utarbetat en familjegruppsmodell för familjer med små barn. Att träffas i grupp och reflektera över vardagen som familj fungerar som ett stöd i det tidiga föräldraskapet i och med att samspelet och kommunikationen inom familjen stärks.

Grupperna ordnas av kommunen, antingen som en fortsättning på familjeförberedelsekurser eller som en fristående verksamhet inom det kommunala familjearbetet. Som ledare fungerar personer som har en grundutbildning inom vård, omsorg eller det sociala området och som har gått Föräldraskapet främst gruppledarutbildningen. Gruppledarutbildningar arrangeras på svenska av Folkhälsan och på finska av Mannerheims Barnskyddsförbund.

Familjegruppsmodellen bygger på forskning om människans reflektiva förmåga som hjälper barn och föräldrar att förstå varandra och gör vardagen mera begriplig och hanterbar. Att vara reflektiv innebär att vara lyhörd för de tankar, känslor och avsikter som döljer sig bakom våra egna och andras handlingar.



**”Viktigare än att veta är att fråga och undra: Vad försöker mitt barn säga mig?”**

## Föräldraskapet främst-familjegrupporna

- i en grupp deltar 4–6 familjer med barn i ungefär samma ålder
- grupperna träffas 12 gånger under ledning av två ledare, träffarna ordnas varannan vecka
- varje träff har ett tema som inspirerar till att reflektera över det egna föräldraskapet och det egna barnet
- mellan träffarna får familjerna utföra familjeaktiviteter som hjälper att öka förståelsen för det egna barnet
- träffarna är 1,5–2 h långa och består av fri samvaro över en bit mat och ledda gruppsamtal
- målet är att främja goda, trygga och bestående relationer genom att öka förståelsen för varandra och stärka samspelet mellan föräldrar och barn

### Ta gärna kontakt:

Irene Bäckman, koordinatör  
Folkhälsans förbund  
irene.backman@folkhal-san.fi  
tfn 044 488 3078  
www.folkhal-san.fi/foraldraskap