



Kristianstads  
kommun



Arbete och välfärdförvaltningen

# Familjeservice Våren 2023

## Familjeservice

Att vara en bra förälder, som både ger värme och sätter ramar, är inte alltid lätt. Alla barn har olika behov och under en period av bråk kan det ibland vara bra att få råd och stöd - för att göra vardagen lite lättare.

Familjeservice erbjuder rådgivande och stödjande samtal till familjer med barn i åldern 0-20 år och vi arrangerar föräldrautbildningar i grupp.

## Rådgivande/ familjestödjande samtal (även digitalt)

Du får träffa en av våra socialrådgivare för att prata kring de utmaningar ni som familj har just nu. Du kan som förälder komma själv, med din partner



och/eller tillsammans med ditt barn. Vi samarbetar också med ert övriga nätverk som förskola, skola eller andra viktiga personer om det gynnar er familj.

## Föräldrautbildningar i grupp

Familjeservice erbjuder flera olika föräldrautbildningar i grupp. De har lite olika fokus och riktar sig till olika familjer. I

dagsläget arrangeras digitala möten för vissa av de grupperna/ utbildningar vi erbjuder. Se information nedan.

## BIFF - Barn i Föräldrars Fokus

BIFF är en kort föräldrautbildning på tre träffar som vänder sig till föräldrar som separerat. Under tre träffar tar vi upp teman som förändringar för barnet, barnkonventionen, barnets nätverk, anknytningsteori, barnets utvecklingsfaser och kommunikation. BIFF har som mål att öka din medvetenhet om vad som gynnar ditt barns utveckling, öka tilltron till din egen föräldraförmåga och hjälpa dig att utveckla färdigheter som gör det möjligt för dig att sätta ditt barns behov i fokus.

**Gruppstart:** 27 april kl. 17:00 – 19:00



## Vår väg – föräldrautbildning

Utbildningen riktar sig till dig som är utomlandsfödd förälder och som vill ha stöd i ditt föräldraskap. Det kan vara svårt att flytta till ett nytt land och uppleva en främmande kultur. Det är en resa som ställer nya krav, inte minst på dig som är förälder. Föräldraprogrammet Vår Väg är ett stöd för föräldrar till barn som lever med två kulturer.

Under programmets gång pratar vi i grupp om hur resan från ett land till ett annat kan påverka dig som förälder och din familj. Du som förälder diskuterar med andra föräldrar om strategier och förutsättningar för barns utveckling och tar del av varandras erfarenheter.

**Gruppstart:** 10 februari kl. 9:00 – 11:00

## Föräldragrupp – Cope

Grupperna riktar sig till dig som har barn mellan 3- 12 eller 12-19 år som vill ha nya verktyg i ditt föräldraskap. Syftet med grupperna är att stärka din roll som förälder och att stärka relationerna i din familj. Programmet består av 7 avsnitt med målet att du ska utveckla din föräldraroll och ditt självförtroende som förälder. Du får praktiska och konkreta strategier i ditt föräldraskap och möjlighet att utbyta erfarenheter och knyta kontakter med andra föräldrar.

**Gruppstart:** 15 februari kl. 17:00 – 19:00

## Trygghetscirkeln (Circle of Security)

Trygghetscirkeln är utvecklat för föräldrar med barn i åldern 0-6 år men är relevant även för familjer med äldre barn. Vi pratar om hur man som förälder kan hjälpa sitt barn till en ökad trygghet och en god självkänsla. Varje träff har olika teman där vi tillsammans tittar på korta filmer och diskuterar kring barns behov.

**Gruppstart:** 16 februari kl. 9:00 – 11:00

16 februari kl. 17:00 – 19:00.

## Mina föräldrar är skilda (Skilda Världar)

”Mina föräldrar är skilda” är en stödgrupp för barn i åldern 7-12 år (åldersindelade grupper) med separerade föräldrar. Under tio träffar får barnen prata om tankar och känslor de kan ha kring föräldrarnas separation, nya familjekonstellationer och andra förändringar.

**Gruppstart:** kontakta oss för mer information.

## Trygga Föräldrar

Trygga föräldrar riktar sig till dig som lever i ett område med social utsatthet och som har en oro för att ditt barn ska dras till destruktiva miljöer. Programmet syftar till att ge dig som förälder kunskap om risk och skyddsfaktorer, främja kommunikationen mellan dig och ditt barn, öka din självförtroende som förälder samt minska din oro.

**Gruppstart:** 14 februari, kontakta oss för mer information.

## Familjeservice

- Vi har sekretess.
- Du kan vara anonym.
- Att ha kontakt med oss är gratis likväl även våra föräldrautbildningar och föräldragrupper.
- Vi startar upp föräldrautbildningar varje termin. Ring oss för att få reda på när nästa kurs och grupp startar – först till kvarn gäller.
- Vi finns på Näsbychaussén 70 (Gamlegårdens centrum).

**För mer information**

**Telefonnummer: 0733-13 61 01**

**Mail: [familjeservice@kristianstad.se](mailto:familjeservice@kristianstad.se)**

**Facebook: Familjeservice Kristianstad**

**[www.kristianstad.se/familjeservice](http://www.kristianstad.se/familjeservice)**



Kristianstads  
kommun

044-13 50 00  
[www.kristianstad.se](http://www.kristianstad.se)