



Hvordan kan forældre støttes og inddrages i støtten omkring de unge?

Af: Pædagog Lone Walsøe og forældre Merete Jensen



- Præsentation
- Opstart, intention og ide med forældrekursus
- Indhold af forældrekursus
- Indhold af forældrecafe
- Hvad er effekten for forældrene og de unge
- Refleksioner om videreudvikling, spørgsmål til debat i plenum



## Behov og opstart af forældrekurset

- Forældrehenvendelser
- Et halvt års indsamling af interesserede
- 18 tilmeldinger på 1 kursus



## Ide´ og intention

- Kursus, en ”spiselig” ramme
- Anonymitet

### Vores tilgang til forældrene:

- At ingen forældre på noget tidspunkt i livet, gør noget der bevist er til skade for deres barn.
- At alle gør det bedste man kan på et given tidspunkt, med de vilkår man har.
- At når der opstår skyldfølelse, ser vi det som noget man kan forholde sig konstruktiv til og handle på med ny viden.
- At forældre hjælper deres barn bedst, ved at give sig selv lov til at leve, at barnet ikke kan have det bedre end forældrene har det.



## Forældrekurser

Vi kommer ind på følgende emner:

- Hvorfor er jeg her? - hvad forventer jeg? - hvad vil jeg gerne have med mig?
- Skal den unge vide at du er på kursus?
- Viden og adfærd om hash
- Skyldfølelse og magtesløshed
- Den gode dialog – hvordan snakker vi sammen
- Viden og adfærd om andre stoffer
- En forældrehistorie
- Siden sidst
- Afstemmer forventningerne løbende



## Holdninger og videnserfaring

- Vi er systemisk funderet, det betyder bl.a. at vi tror på at *en* ændring et sted, vil give en ændring et andet sted.
- Øver i at holde fokus på det der virker
- At se og huske de positive oplevelser
- Snakke om hvor man har sine "åndehuller"
- Forsøge at tænde håb og se udveje/løsninger
- Tale om de vilkår man er nødt til at acceptere
- Udveksle ideer



## Forældrecafe´ - En slags selvhjælpsgruppe!

### Hvad er effekten

- Forældre der klare sig bedre, og måske undgår en sygemelding
- Forældre der føler sig bedre rustet
- Forældre der føler, at de har en større viden om de udfordringer de står med
- Forældre der har kendskab til hvilke tilbud der kan være for de unge
- Forældre har et sted hvor de føler sig forstået
- Forældre til forældre rådgivning

### Citater:

”de gode dage med mit barn er en selvforstærkende følelse, jeg slipper hængemulen”

”Jeg har fået hjælp til, at lægge en dæmper på mine forestillinger om alt det der kan ske, og give slip på det jeg ikke kan ændre og på det der har været”

”Det er ok at være glad, nu samler jeg på stjernestunder med mit barn”



## Udfordringer vi står over for nu!

- økonomi
- Registrering - dokumentation

### Spørgsmål til drøftelse:

Ideer til løsning af ovenstående

Andre ideer til forældregrupper

Hvordan får vi flere forældre til at deltage



- **Kursusforløb:**
- 
- **1. gang torsdag d. 22. september 2011 kl. 19 – 21**
- 
- Præsentation af forældre og underviser Lone og Karsten
- 
- **Forventninger** til forløbet og evt. ønsker om specifikke emner
- 
- **Faktuel viden om stoffer, hash og adfærd**
- 
- 
- **2. gang torsdag d. 6. oktober 2011 kl. 19 – 21**
- 
- Siden sidst
- 
- **Magtesløshed og skyldfølelse** v/psykolog Eric Allouche
- Opmærksomhed på de positive oplevelser
- 
- Intro til fortsat selvhjælpsgruppe/forældrecafé
- 
- 
- **3. gang torsdag d. 13. oktober 2011 kl. 19 – 21**
- 
- Siden sidst
- 
- **"Den gode samtale"** – Hvordan får man sat ord på sine følelser på en imødekommende og konstruktiv måde?
- Opmærksomhed på de positive oplevelser fortsat
- 
- 
- **4. gang torsdag 3. november 2011 kl. 19 – 21**
- 
- Siden sidst
- 
- **Opfølgning på faktuel viden om stoffer og adfærd**
- **Ideer** til konkrete handlemåder
- 
- 
- **5. gang torsdag d. 17. november 2011 kl. 19 – 21.30**
- 
- Siden sidst
- 
- **Oplæg** – en forældre med egne erfaringer.
- Gode råd til at komme videre
- 
- Opsamling på forløbet
- 
- Afslutning og evaluering