

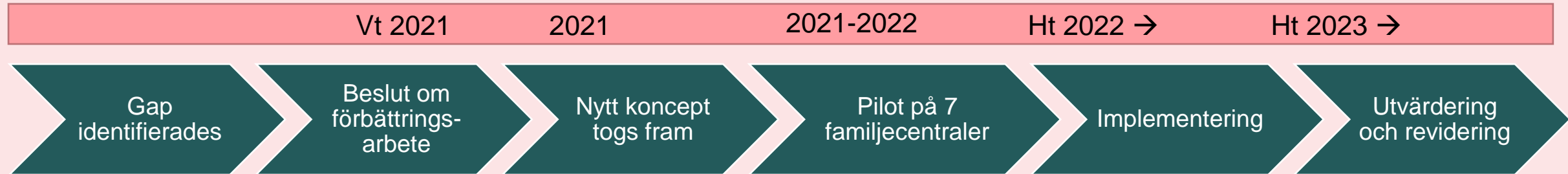


Universellt koncept för  
föräldraskapsstöd i grupp

- För alla familjecentraler i Jönköpings län

”att främja en jämlik hälsa för  
föräldrar och blivande föräldrar i  
Jönköpings län”

# Tidsresa



- Tillgången till föräldrastödjande insatser för föräldrar och blivande föräldrar var ojämlig i vårt län

- Strategigrupp barn och unga gav uppdraget

- Arbetsgrupp med 4 professioner
- Omvärldsspaning
- Frågor till föräldrar och medarbetare

- Vi stödjer varandra genom erfarenhetsutbyte



# Konceptet



## Vägledning

- Gruppledarskap
- 10 träffar kring olika teman
- Verktygslåda

## Genomgående i alla träffar:

- Barnkonventionen
- Jämställt föräldraskap
- Psykisk hälsa
- Samspel / anknytning
- Språk / kommunikation

Träff	Tema	När?	Leds av
1	Föräldraskapets glädje och svårigheter	Graviditetsvecka 20-30	Pedagog och kurator
2	Förberedelse förlösning	Graviditetsvecka 25-35	Barnmorska
3	Första tiden med barnet amning, anknytning och närhet	Graviditetsvecka 30-40	BHV-sjuksköterska och barnmorska
4	Att vara ny förälder, en omställning i livet	Barnets ålder 6 veckor - 3 månader	BHV-sjuksköterska och kurator
5	Vardagsliv, samspel och lek	Barnets ålder 4-5 månader	Pedagog och kurator
6	Vardagsliv, mat och sömn	Barnets ålder 4-6 månader	Pedagog och BHV-sjuksköterska
7	Vardagsliv, infektioner och alkohol	Barnets ålder 7-12 månader	BHV-sjuksköterska och kurator
8	Vardagsliv, språkutveckling och skärmanvändning	Barnets ålder 8-12 månader	Pedagog och bibliotekarie
9	Livets alla delar och när det känns svårt	Barnets ålder 10-18 månader	Pedagog och kurator
10	Kärlek, tydlighet och tålmod	Barnets ålder 2-3 år	Pedagog och kurator

# Dialogkortet - centrum för samtalet



Verktogsådan innehåller också:

- Bilder
- Filmer
- Poddar
- Fördjupningslänkar

# Införande på familjecentralerna

- Inspirationsdag + förberedelse på varje familjecentral
- Erfarenhetsutbyte - digitalt
- Liten vs stor familjecentral
- Inbjudningar
- Uppföljningsstöd från arbetsgrupp



# Vad känner du dig stärkt av som förälder efter deltagit i föräldragrupp

Att bli sedd. Ett bra meningsutbyte med både deltagare och ledare.

Att ingen har något facit om hur det är att bli förälder, man sitter i samma båt. Är taggad på förlossningen och träffa min bebis.

Att känna samhörighet med andra föräldrar med barn i, att vi kämpar med samma saker. Blev bekräftad i att jag har koll på vanliga sjukdomar och var jag söker vård för mitt barn.

Kändes som en bekräftelse på saker vi läst oss till själva, vi fick en djupare förståelse för saker man läst men kanske inte riktigt förstått innebörden av.

Helt rätt att bygga träffarna på diskussioner mer än bara föreläsning. Som sagt väldigt värdefullt att få sätta ord på sina egna tankar och alla har olika perspektiv att bidra med.

# Tack för oss!

## Vi som presenterat:

Monica Martinsson, pedagog, Familjecentralen Vetlanda

Martina Larsson, Utvecklingsledare, Region Jönköpings län

## Vill du veta mer?

[Familjecentraler - Kommunal utveckling Jönköpings län](#)

Kontakt: Martina Larsson, utvecklingsledare

[martina.s.larsson@rjl.se](mailto:martina.s.larsson@rjl.se)