



Kajsa Lönn Rhodin och Maria Lalouni vet vad alla föräldrar i Lindesberg borde veta. Foto: Henrietta Asplund

Föräldrar emellan: Det här borde föräldrar veta

Publicerad: 5 februari 2020

Författare: Hans Andersson

Som förälder kan du få hur många råd som helst. Om hur jag sätter gränser, hanterar syskonbråk eller hur mycket tid jag umgås med mitt barn. Hur kan jag sålla? De som utvecklat föräldraträffarna Alla Barn i Centrum (ABC) reder ut under en föräldraträff i Lindesberg.

Maria Lalouni och Kajsa Lönn Rhodin är båda psykologer men sysslar också med forskning och utveckling. För dem är det några ledord som är viktiga – kärlek och värme, närvaro, visa vägen genom att ge barnet ramar och välj vilka strider du tar.

– Man måste inte alltid ta striden. Det finns tillfällen, då föräldern måste säga ifrån, t ex om barnet slåss, men ibland kan man diskutera och ibland bara släppa det, säger Maria

Lalouni.

Det handlar mycket om att vara där barnet är, att vara närvarande. I stället för att skrika "spring inte omkring" kan man ta barnet i handen och lugna ner. När de möter föräldrarna kommer de att vara konkreta – vad och hur gör föräldrar. Hur uppfattar barnet det?

Många studier har visat att mängden tid som föräldrar är med sina barn är mycket viktigt. Det kan vara lång tid men också korta stunder ofta. Maria Lalouni tror inte så mycket på "kvalitetstid" – d.v.s. en förälder som inte träffar sitt barn så ofta, men då ändå tycker sig ha bra tid med barnet. Hon talar gärna om "barnstyrd tid".

– Det vi förmedlar är inte något tyckande, utan belagt genom forskning, säger Kajsa Lönn Rhodin. Men är det något som inte fungerar så välj bort det. Och de hoppas att kvällen bidrar till att stärka relationen mellan barn och föräldrar.

– Vi hoppas att vi har hjälpt till att sortera i det enorma informationsflödet, att det är tydligt vad det innebär att vara förälder, så att föräldrarna kan känna sig lugna, säger Kajsa Lönn Rhodin, som tillsammans med Maria Lalouni nyligen kommit ut med en bok om föräldraskap.

ABC - Alla Barn i Centrum anordnas i Lindesbergs kommun och är gruppträffar för föräldrar till barn mellan 3-12 år. Programmet syftar till att stärka relationen mellan barn och föräldrar. Det bygger på FNs barnkonvention.

ABC består av fyra gruppträffar och leds av utbildade gruppledare.

Fyra grupper anordnas under våren i Lindesberg, Storå och Fellingsbro. Det kommer även att anordnas en grupp på lätt svenska. Anmälan görs via Familjecentralen.

Föräldrar emellan

Tisdag 11 februari 18.30-20.30

Församlingshemmet, Lindesberg

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/foraldrar-emellan-det-har-borde-foraldrar-veta/>