



## FAMILJESKOLAN POP®

Målgruppen för Familjeskolan POP® är överaktiva, temperamentsfulla 3-6 åriga barn samt deras föräldrar. Barnen behöver inte ha en diagnos, utan det räcker att föräldrarna anser att de behöver hjälp och stöd i vardagen. Familjeskolan består av en barngrupp och en föräldragrupp.

Familjeskolan är utarbetat av barnpsykiatrerna Joanne Barton och Seija Sandberg. De kunde i sitt arbete konstatera att många föräldrar med överaktiva småbarn var i behov av stöd och råd. I dessa familjer var påfrestningen på föräldra- barnrelationen stor. För att stöda familjerna utvecklade de ett program kallat "Pre-school Overactivity Programme". Detta program kallas i dag för Familjeskolan POP® och ordnas i Finland av Barnavårdsföreningen i Finland r.f.

### Familjeskolans målsättning

- öka positiv växelverkan mellan barn och vuxen
- förhindra barnets eventuella beteendestörningar
- erbjuda föräldrarna nya modeller i sitt föräldraskap
- erbjuda barnen en positiv upplevelse av gruppverksamhet
- stärka barnets positiva beteende
- stödja inläring genom att erbjuda barnet möjligheter att lyckas

Forskningsresultat påvisar att utbildningsprogram för föräldrar förbättrar deras färdigheter i att ta hand om och uppfostran sina barn. De stärker även föräldrarnas självförtroende samt minskar känslan av stress.

### Familjeskolans struktur

Familjeskolan pågår en dag i veckan under 10 veckors tid, kl. 10-14.

**Föräldragruppen** diskuterar bl.a. barnets utveckling, fostran, konfliktsituationer och vikten av positiv feedback. I Familjeskolans föräldragrupp får deltagarna även stöd av att träffa andra föräldrar i samma situation, så kallat referensstöd. Föräldragruppen leds av en eller två sakkunniga ledare.

**Barngruppen** samlas samtidigt som föräldragruppen och har en egen ledare. Med hjälp av grupplekar och individuell handledning tränas uthållighet, koncentration och sociala färdigheter. Varje barn har en egen assistent i gruppen.

Det finns plats för fem familjer i varje grupp. Kostnaderna är 60 €/en förälder, 100 € om båda föräldrarna deltar. Priset inkluderar program, material och lunch



## Föräldrars kommentarer om Familjeskolan:

"I Familjeskolan fick jag insikten att bestraffning inte fungerar – genom att berömma och visa uppskattning lär han sig nya saker"  
(en 4-årig pojkes mamma)

"Vår kommunikation fungerar bättre nu"  
(en 5-årig flickas mamma)

"Verkligt lärorikt för en själv. Nu förstår jag vad ADHD betyder och också hur det känns för barnet under svåra stunder"  
(en 4-årig pojkes pappa)

"Skönt att märka att även andra familjer kämpar med samma problem"  
(en 4-årig pojkes mamma)

## Tidtabell för Familjeskolan POP®

Familjeskolan POP® hålls både på svenska och på finska i **Ekenäs** och **Helsingfors**. Tidtabellerna för familjeskolorna samt tilläggsinformation finns på våra hemsidor:

- Helsingfors [www.bvif.fi/adhd-center](http://www.bvif.fi/adhd-center) (under aktuellt)
- Ekenäs [www.bvif.fi/familjehornan](http://www.bvif.fi/familjehornan) För tidtabeller var direkt i kontakt med Familjehörnan

Välkommen med!

## Förfrågningar och anmälningar:

### Helsingfors:

Barnavårdsföreningen i Finland r.f.  
ADHD-center  
Stenbäcksgatan 7  
00250 Helsingfors  
Tfn: 09-3294 5520  
E-post: [adhd-center@bvif.fi](mailto:adhd-center@bvif.fi)

### Ekenäs:

Barnavårdsföreningen i Finland r.f.  
Familjehörnan  
Ystadsgatan 12  
10600 Ekenäs  
Tfn: 040-5778865 / 050-5756883  
E-post: [harriet.ekman-salonen@bvif.fi](mailto:harriet.ekman-salonen@bvif.fi)  
[barbro.wikman@bvif.fi](mailto:barbro.wikman@bvif.fi)