

Connect – en anknytningsbaserad utbildning för föräldrar

Denna utbildning

- bygger på nio grundläggande principer om anknytning, relationer, kommunikation och barns utveckling
- arbetar med ett anknytnings-, relations- och systemteoretiskt perspektiv som innebär att föräldrarna får information om anknytningens betydelse för barns utveckling och hur föräldraskapet uppstår som en funktion av både förälderns och barnets egenskaper samt att de även påverkas av de större system som omger dem
- arbetar med att skapa förståelse för hur tidigare erfarenheter påverkar hur föräldrar och barn tolkar och reagerar på nya händelser och hur olika strategier har skapats för att hantera t.ex. empati, konflikter och motgångar
- ger kunskap, förståelse och verktyg för föräldrar att stanna upp, reflektera, närma sig barnet och försöka förstå vad han eller hon signalerar i både vardagliga och svåra situationer.

Vad säger forskning om Connect och anknytning hos barn?

Forskning visar att relationen mellan föräldrar och barn har en grundläggande betydelse och påverkan genom hela livet. Anknytning är lika viktigt för en tonåring som för det lilla barnet, men det kan vara svårare att se i det dagliga samspelet. Forskning visar även att en trygg anknytning kan kopplas till bra och nära kamratrelationer, mindre aggressivitet, bättre skolresultat och god förmåga att uttrycka och förstå andras känslor.

Hur ser en Connect-grupp för föräldrar ut?

- Utbildningen för familjehemsföräldrar är upplagd på 9 träffar á ca 1,5 timmar.
- I en grupp kan 8–14 föräldrar delta.
- Under utbildningen går vi igenom Connects nio principer ur ett anknytnings-teoretiskt perspektiv.
- Vi använder rollspel, reflektionsövningar och föräldrarnas egna erfarenheter för hur de kan förstå och hantera olika situationer med sina barn. Både svårigheter, tillgångar och glädje lyfts fram.

Connects nio principer ger föräldrar kognitiva och emotionella verktyg för att förstå, fatta beslut och agera, t. ex att:

- sätta gränser med minimal förlust av relationen
- agera i konflikter för att minimera både eskalering och förskjutning
- behålla empati i svåra och motsägelsefulla situationer
- se och förstå motgångar och som en del i förändringsarbetet med barn och ungdomar
- sätta barns och ungdomars behov i relation till sina egna.

Connects nio principer:

1. Allt beteende betyder något – att förstå hur anknytning påverkar beteende
2. Anknytning är livslång – anknytningsmönster genom livet varierar
3. Konflikt är en del av anknytning - konflikt; en möjlighet till förståelse och närhet
4. Trygg anknytning innebär balans mellan självständighet och samhörighet - autonomi, självbestämmande och samhörighet
5. Empati, anknytningens hjärtslag – förståelse, växande och förändring börjar med empati
6. Balans mellan egna och andras behov
7. Förändring; att förstå den och vad den kräver – att växa innebär att gå vidare och samtidigt förstå det förflutna
8. Anknytning ger glädje och smärta – att uppmärksamma och glädjas åt samhörigheten, trots svårigheter
9. Två steg fram och ett steg bak – motgångar är ofta en möjlighet att lära

För mer information: www.humana.se/connect

Eller kontakta:

Eva Yamba Yamba, eva.yambayamba@humana.se, 072-549 57 00

Charlotte Eklöf, charlotte.eklof@humana.se, 076-611 05 72

Ulla Hannu, ulla.hannu@humana.se, 070-7478765

Humana är ett ledande nordiskt omsorgsföretag som erbjuder tjänster inom individ- och familjeomsorg, personlig assistans, äldreomsorg och bostäder med särskild service enligt LSS. Humana har 15 000 engagerade medarbetare i Sverige, Norge och Finland som utför omsorgstjänster till över 7 000 människor. Vi arbetar efter visionen "Alla har rätt till ett bra liv". Humana är noterat på Nasdaq Stockholm sedan 2016 och har huvudkontor i Stockholm. Läs mer om Humana på www.humana.se eller corporate.humana.se.