

Erfaringer fra foreldre i Parenthood-grupper:

Jeg blir motivert av
å være en ressurs
for andre foreldre!

Det er fint at det
ikke er for mange
i gruppa.

Det er godt å møte
noen i samme
situasjon som
forstår.

Dette har jeg
lett etter lenge!

KORUS
øst



Ullensaker
kommune

Vil du være med i en
gruppe med foreldre som
har barn med skolefravær?

KONTAKT OSS

Familieteamet / Ungdomsteamet

☎ 905 08 858 - vakttelefon

✉ oppvekstmiljo@ullensaker.kommune.no

🌐 **KORUS.no / KORUS øst**

KORUS
øst



Parenthood

SKOLEFRAVÆR

Kunnskap, nettverk og
pusterom for foreldre

Parenthood Skolefravær – for foreldre til barn og unge med skolefravær

Hva er det?

Parenthood Skolefravær er et pusterom og en arena for foreldre til unge som sliter med skolefravær.

Her kan du møte andre foreldre med tilsvarende eller lignende opplevelser.

Ved å delta i gruppe kan du, om du ønsker, dele egne og lytte til andres erfaringer.

Gruppeledere og en fagpersoner deltar gjennom gruppeforløpet og for faglig påfyll og støtte.

Foreldre stiller noen spørsmål:

Hvordan både romme og samtidig pushe forsiktig?

Hvordan bære frykten for fremtiden og konsekvensene ved å falle ut?

Hvordan håndtere skammen over at jeg ikke får det til?

Hva skjer i gruppa vår?



Gruppa har 6-8 foreldre til barn med skolefravær som møtes én kveld i uka. Til sammen møtes gruppa åtte ganger.



Gruppa velger selv aktuelle temaer fra en temaliste basert på samtaler med foreldre til barn og unge med skolefravær.



Erfarne fagpersoner inviteres inn for dialog, støtte, faglig påfyll og erfaringsdeling i gruppa.



Tilbudet er gratis og ingen forhåndskunnskaper er nødvendig.



En viktig regel i gruppa er; erfaringer delt skal ikke deles videre utenfor gruppa.



Noen av temaene gruppa kan velge:



Ta vare på meg!
Egenomsorg – er det plass til meg og mine behov, og hvordan gjør jeg det?



Berg- og dalbane – følelser i bevegelse
Å stå i stormen når situasjonen eskalerer.



I møte med systemet
Hva trenger vi fra systemet og hvor finner vi det?



Kunnskap om skolefravær
Hva vet vi om skolefravær?
Fakta og informasjon.



Det lokale ungdomsmiljøet
Hva vet vi om ungdomsmiljøet der vi bor?



Sosiale medier og gaming
Hvordan kan vi som foreldre både støtte og sette grenser? Hva er lurt å kjenne til?



Familien og laget rundt barnet
Vi er flere som har det vondt, hva trenger vi som familie?



Åpen kveld
Vi snakker og deler tanker om det som opptar oss nå.



Nei – med kjærighet
Å sette grenser kan være vanskelig, hvilke erfaringer har vi?