

# Har du en tonåring? (eller är på väg att snart få det)



## Älskade förbannade tonåring

**En föräldrakurs som vänder sig till föräldrar vars barn snart kommer in i tonåren eller som redan är där. Kursen och kurslitteraturen är gratis.**

Birgitta Kimbers bok – **Älskade förbannade tonåring** används som kurslitteratur, du kommer att få boken gratis i samband med första grupptillfället. (Kom överens med kursledarna på vilket sätt som passar dig att hämta boken).

**Älskade förbannade tonåring** består av 4 träffar och utgår från en rad vardagssituationer, som de flesta tonårsföräldrar känner igen: tonåringen talar inte längre med dig, hjälper inte till hemma, bråkar med syskon, vill helst vara med sina vänner. Därtill kommer oro för skolresultat, gruppsytryck och missbruk. Föräldrarollen sätter dig många gånger inför svåra prov.

Kursen ger dig tillsammans med andra föräldrar en rad konkreta verktyg som visar hur du kan lotsa din tonåring i olika situationer.

**Kursledare är kommunens fältare: Malin Hallengren och Caroline Lindau**

Under våren 2021 erbjuds föräldrar denna populära föräldragrups-kurs i två omgångar.

Första kurstillfället är måndag den 1 februari 18.30–21.00

**Träffarna sker under rådande situation digitalt via Teams.**

Anmälan till [malin.hallengren@upplandsvasby.se](mailto:malin.hallengren@upplandsvasby.se)

