**Checklista inför att starta en ABC-grupp**

Kontakta föräldrastödssamordnaren innan ni startar upp planeringsarbetet för att starta en ny ABC-grupp. Det kan finnas information som ni behöver ta del av som kan påverka planeringen. Om gruppledarkollega saknas har vi ABC-gruppledare i kommunen som kan vara lediga. Det är viktigt att det finns en förankring i den egna verksamheten om att starta ny grupp.

**Förarbete**

*Ta kontakt med föräldrastödssamordnaren*

* Samordnaren beställer material (föräldrakit och boken Fem gånger mer kärlek)
* Meddela datum, tid och plats, boka redan från start in datum för återträff, detta läggs upp på webben av samordnaren.
* Rekryteringsmaterial så som foldrar och affischer finns att hämta/skicka
  + Affischer
  + ABC-Foldrar, som även finns på engelska och arabiska
  + Informationsbrev till föräldrar
* Förbered med material inför gruppstart
  + Exceldokument med deltagarförteckning får ni från samordnaren. Om ni själva rekryterar någon deltagare till er grupp är det viktigt att samordnaren får kontaktuppgifter till dessa. Håll kontakt med samordnaren så att det inte blir för många registrerade deltagare per grupp.
  + Välkomstbrev som ni skickar hem till deltagarna
* Barnpassning - vi försöker ordna barnvakt om behovet finns. Kolla av med föräldrarna inför varje gång om och till hur många de behöver barnvakt, samt vilken ålder det är på barnen. Barnvakt erbjuds ej till barn under 3 år. Meddela samordnaren som har kontakt med barnvakterna.
* Gå in på hemsidan för en uppdatering om ev forskning, [www.ipsykologi.se](http://www.ipsykologi.se)
* Viktigt att i planeringsskedet även lägga in tid för för- och efterarbete tillsammans med gruppledarkollegan (förberedelser, materialgenomgång, fixa i lokalen, extra tid för föräldrar som varit sjuka, utvärdering/uppföljning/statistik, kontakt med föräldrar mellan träffarna, fika mm)
  + Ungefärlig arbetstid för en föräldragrupp/gruppledare. (Under gruppledarutbildningen 86 timmar/ Utbildad gruppledare 36 timmar.)
* Håll en kontinuerlig kontakt med samordnaren då anmälningar kommer in från fler håll, tex från webben. När ni rekryterar till era grupper, spara 2-3 platser i varje grupp till föräldrar som anmäler sig via samordnaren.

*När gruppen är fullbokad (12 personer)*

* Ring varje deltagare och hälsa välkommen. Använd ”ABC kontaktformulär”. Justera formuläret så att informationen du ger familjen stämmer för just er grupp. Redan innan kan ni ha fått viss information av samordnaren kring familjerna. Fyll i det i kontaktformuläret och få uppgifterna bekräftade vid telefonsamtalet, och fyll på med det som saknas. Kom ihåg att informera om att träff 1 är obligatorisk. Kanske är det nu någon som inte längre är intresserad av att delta. Meddela samordnaren om det finns platser kvar i gruppen.
* Om det är deltagare som inte kan de bestämda datumen och behöver byta grupp, meddela detta till samordnaren. Be föräldern gå in på kommunens sida för föräldragrupper för att se om det är någon annan grupp som passar bättre.
* Skicka välkomstbrev till föräldrar med gruppledaruppgifter, info om parkering mm. Skriv med att ni önskar en bekräftelse på att de fått informationen.
* OBS! invänta bekräftelse, i annat fall ring/sms:a deltagarna som inte hört av sig, så att ni försäkrar er om att informationen nått fram och att deltagaren kommer till gruppen.
* Skicka en påminnelse via sms dagarna innan första träffen. Tex ”Vi ser fram emot att ses den… på ABC träff 1”.
* Hämta föräldrakit hos samordnarna, gärna med god framförhållning
* Bekanta er med lokalen, ev. larm, finns tillgång till TV/projektor, ljud och White board
* Stäm av med samordnaren så att barnvakt är bokad

**Inför Träff 1**

* Hör av er till varje deltagare och påminn om tid och plats, samt fråga om de kommer och om behovet av barnvakt
* Ring barnvakten ett par dagar innan och stäm av med tid och plats.
* Inhandla/beställ fika
* Öva med gruppledarkollega
* Förbered eventuell forskning ur ”Fem gånger mer kärlek”
* Skriv ut enkäten från KI som föräldrarna ska fylla på träff 1 men **innan** den börjar. Vi föredrar att enkäten görs digitalt på plats. Skapa utrymme för detta. Om föräldrarna föredrar att fylla i den på papper behöver ni lägga in svaren i efterhand. Alternativt ber ni oss samordnare om hjälp behövs/om tid inte finns.
* Testa teknisk utrustning samt se filmerna
* Gå igenom förberedelser för träffen i gruppledarpärmen, forskning och exempel som kan vidga diskussionerna
* Ta en närmare titt på fem-ettan
* Skriv ut träffen eller sammanfattningen (Träff 1) om någon familjemedlem har ett annat känslospråk än svenska (finns på engelska, arabiska, turkiska, tigrinja, somaliska, ryska, polska, finska, spanska)
* Dela ut föräldrakit till varje deltagare
* Kom ihåg att nämna er roll som samtalsledare, och att ni vid oro för barn måste ta det vidare i samråd med föräldern. Detsamma gäller för all personal som möter föräldrar och barn i skola, fritids mm
* Säg på träff 1 att det är ok att stå upp en stund, hämta vatten, ta av sig skorna, ha nått i handen att pilla på etc (för att inkludera alla)
* Skriv ut dikten av Hjalmar Söderberg ”Man vill bli älskad” ur Doktor glas till varje deltagare
* Avluta med att fylla i deltagarlistan
* Efter träffen, ha tid för reflektion tillsammans med din gruppledarkollega
* Kontakta de deltagare som inte dyker upp på nån träff. Fråga om de kommer nästa gång och förmedla att de är viktiga för gruppen.

**Mellan träff 1 och träff 2**

* Smsa eller ring varje deltagare och påminn om Pröva hemma

**Inför Träff 2**

* Hör av er till varje deltagare och påminn om tid och plats och att de ska ta med föräldrakittet, samt fråga om de kommer och om behovet av barnvakt
* Hör av er till barnvakten och berätta om hur många barn som kommer till träff 2
* Inhandla/beställ fika
* Skriv ut träffen eller sammanfattningen (Träff 2) om någon familjemedlem har ett annat känslospråk än svenska
* Öva med gruppledarkollega
* Gå igenom samspelskedjan för en uppfräschning
* Testa teknisk utrustning samt se filmerna
* Gå igenom förberedelser för träffen i gruppledarpärmen, forskning och exempel som kan vidga diskussionerna
* Tips - för att lägga extra tryck på Pröva hemma (Kinesisk filosof ”Konfusius”) Jag hör – jag glömmer, Jag ser – jag kommer ihåg, Jag gör – jag förstår
* Avluta med att fylla i deltagarlistan
* Efter träffen ha tid för reflektion tillsammans med din gruppledarkollega
* Kontakta de deltagare som inte dyker upp på nån träff. Fråga om de kommer nästa gång och förmedla att de är viktiga för gruppen.

**Mellan träff 2 och träff 3**

* Smsa eller ring varje deltagare och påminn om Pröva hemma

**Inför Träff 3**

* Hör av er till varje deltagare och påminn om tid och plats och att de ska ta med föräldrakittet, samt fråga om de kommer och om behovet av barnvakt
* Hör av er till barnvakten och berätta om hur många barn som kommer till träff 3
* Inhandla/beställ fika
* Skriv ut träffen eller sammanfattningen (Träff 3) om någon familjemedlem har ett annat känslospråk än svenska
* Öva med gruppledarkollega. Gå igenom rutorna i Visa vägen för en uppfräschning, kom ihåg att hjälpa föräldrarna att stanna på en ruta i taget (knepigaste rutan: övergripande stress – sådant vi inte alltid kan rå på men det finns med oss ex mycket på jobbet, sömnbrist, sjukdom) Kom även ihåg att lyfta Ta en paus som ligger under avsnittet Visa vägen – beteende, ”Ta en paus” ska de jobba med under ”Pröva hemma”
* Gå igenom ”Att förebygga och förstå rädslor” en extra gång så den sitter
* Testa teknisk utrustning samt se filmerna
* Gå igenom förberedelser för träffen i gruppledarpärmen, forskning och exempel som kan vidga diskussionerna
* Avluta med att fylla i deltagarlistan
* Efter träffen ha tid för reflektion tillsammans med din gruppledarkollega
* Kontakta de deltagare som inte dyker upp på nån träff. Fråga om de kommer nästa gång och förmedla att de är viktiga för gruppen.

**Mellan träff 3 och träff 4**

* Smsa eller ring varje deltagare och påminn om Pröva hemma

**Inför Träff 4**

* Hör av er till varje deltagare och påminn om tid och plats och att de ska ta med föräldrakittet, samt fråga om de kommer och om behovet av barnvakt
* Hör av er till barnvakten och berätta om hur många barn som kommer till träff 4
* Inhandla/beställ fika
* Skriv ut träffen eller sammanfattningen (Träff 4) om någon familjemedlem har ett annat känslospråk än svenska
* Öva med gruppledarkollega. Kom ihåg att i serien med föräldern saknas en ruta.
* På KI-portalen finns extrafilmen, minska tjat och tillsägelser äldre barn, för er som vill visa den.
* Testa teknisk utrustning samt se filmerna
* Gå igenom förberedelser för träffen i gruppledarpärmen, forskning och exempel som kan vidga diskussionerna
* Påminn om datum för återträff, välj tema utifrån gruppen eller låt föräldrarna välja ett tema. På TÅGET-skolor är temat redan bestämt, temat är ”Pojkar och flickor”.
* Hänvisa till Botkyrka kommuns katalog ”Råd och stöd katalogen” (Den går att skriva ut på Botkyrkas hemsida och finns på flera språk) samt dela ut boken ”Fem gånger mer kärlek”. Ett ex av varje per familj.
* Dela ut diplom till varje deltagare som deltagit
* Dela ut Botkyrkas föräldrautvärdering
* Dela ut KI-enkäten (om ni har tillgång till dator eller om föräldrarna har smartphones kan de fylla i digitalt på www.ipsykologi.se). Enkäterna fylls i efter träffen är slut så be barnvakten vara kvar lite längre så föräldrarna kan fylla i dem i lugn och ro.
* Fråga föräldrarna om de är intresserade av att bli kontaktade, via epost, när föreläsningar som Botkyrka arrangerar kring föräldraskap äger rum
* Avluta med att fylla i deltagarlistan
* Efter träffen ha tid för reflektion tillsammans med din gruppledarkollega

**Efterarbete**

* Sammanställ och maila Excelarket, innefattar sid 1 och 2, med deltagarlista och statistik till samordnaren
* Meddela även samordnaren datum, om ändring skett, samt tema för återträffen
* Lämna eller skicka föräldraenkäterna med internpost till samordnaren

**Inför återträff**

* Inför återträffen, kontakta samordnaren för eventuella uppdateringar
* Kontakta föräldrarna i god tid innan för en påminnelse om datum, tid och plats och behov av barnvakt. Påminn om att de ska ta med föräldrakittet till återträffen.
* Meddela samordnaren behov av barnvakt
* Beställ/Inhandla fika
* Förbered eventuell forskning ur ”Fem gånger mer kärlek”
* Öva med gruppledarkollega
* Gå igenom förberedelser för träffen i gruppledarpärmen, forskning och exempel som kan vidga diskussionerna
* Testa teknisk utrustning samt se filmerna
* Efter träffen - maila en deltagarlista till samordnaren, med vilka som var med på träffen och gärna en kort återkoppling på hur träffen gick
* Gå in på [www.ipsykologi.se](http://www.ipsykologi.se) och svara på följdfrågorna kring föräldragruppen

Om ni stöter på frågor/funderingar om materialet eller som rör en förälder eller föräldragruppen, hör av er så löser vi det tillsammans. Lika så om en gruppledare blir sjuk, hör av er så kanske någon annan kan *hoppa in för att slippa ändra datum.*

**Lycka till!**

Samordnarens namn och kontaktuppgifter