

Rättningsinstruktioner för inlämningsuppgiften för gruppledare i ABC HT 2012 kring *Fem gånger mer kärlek* av Martin Forster



Gruppledarnas uppgift är att välja ut de, i deras tycke, två mest relevanta forskningsreferenserna till varje träff. Målet med att de får denna uppgift är framförallt att gruppledarna ska läsa boken och reflektera kring materialet. Det viktiga är alltså att de lämnar in uppgiften och att referenserna passar in till träffarna.

Exempel på referenser:

Träff 1 – Visa kärlek - Värme och uppmuntran i relationen mellan föräldrar och barn

Visa Kärlek

s. 9-10 Visa kärlek och värme är en nödvändig ingrediens för bra relation och utveckla självförtroende

Fem-ettan

s.20 Fem gånger mer kärlek som tumregel

Uppmärksamhetsfaktorn

s. 45 Barn föds med ett behov att bli sedda

s. 48 Skiftad uppmärksamhet fungerade direkt

Förebildfaktorn

s.140 Barn härmar vuxna omedelbart

Träff 2 – Vara med - Att ha gemensamma aktiviteter i familjen samt barnstyrd lek (BUSA)

Vara med

s. 20 Positiv samvaro leder till mindre bråk

s. 23 Familjer som umgås har mindre problem

s. 28: Gemensam lek stärker relationen förbereder barn för lek med kamrater

BUSA

- s. 31 Barnstyrd lek ger bättre samarbete, lyhörd lek utvecklar tänkandet
- s. 33 Många beskrivningar och få frågor leder till bättre samarbete
- s. 34 Glädje och entusiasm i lek leder till trygghet
Samspelskedjan
- s. 86 (förberedelser), 87 och 90 (positiva uppmaningar), 101-102 (rutiner)

Träff 3 – Visa vägen - Att som förälder behålla lugnet även i konfliktsituationer

- s. 54: Tjat och skäll leder till fler konflikter
- s. 140: Barn härmar vuxna omedelbart, barn härmar även känslor

Träff 4 – Välja Strider - Att minska förmaningar och tillsägelser

Välja Strider

- s. 21: För mycket gränssättning ökar risken för problem
- s. 56: När man minskar tjat och tillsägelser är det bra att samtidigt öka fokus på det som fungerar
- s. 48: *Uppmärksamhetsfaktorn, Fokus på det som fungerar* – Skiftad uppmärksamhet fungerade direkt
- s.54: Tjat och skäll leder till fler konflikter. Föräldrar kan lära sig tjata mindre
- s. 135: Istället för tjat och skäll, var konsekvent

BRA

- s. 81-82: *Bekräfta*: Barn till lyhörda föräldrar klarar skolan bättre. Barn får sina upplevelser bekräftade av föräldrar blir bättre på att hantera känslor. Brist på känslomässig bekräftelse under barndomen ökar risk för psykisk ohälsa
- s. 84: *Avled* – För mycket uppmärksamhet ökar upplevelsen av smärta