

# PMTO FORELDRAFÆRNI



## Foreldrahlutverkið

Að vera foreldri er eitt mikilvægasta og mest krefjandi verkefni fullorðins-áranna. Markmið góðs uppeldis er að barnið verði heilbrigt, vel aðlagað, hamingjusamt og hafi til að bera eiginleika og færni sem kemur því til góða í framtíðinni. Nauðsynleg uppeldisfærni er hins vegar hvorki meðfædd né sjálfgefin og eðlilegt er að það taki tíma og fyrirhöfn að tileinka sér þá þekkingu, kunnáttu og hæfni sem til þarf.



**PMTO** stendur fyrir *Parent*

*Management Training – Oregon aðferð*, og er aðferð fyrir foreldra og aðra sem koma að uppeldi. PMTO dregur úr hegðunar-erfiðleikum barna og unglunga og hefur aðferðin verið aðlöguð að íslenskum aðstæðum. PMTO er sannprófað meðferðarþrógramm.

## PMTO Foreldrafærni

Félagsþjónusta

Sandgerðisbæjar, Sv. Garðs og Sv. Voga býður upp á PMTO meðferð og námskeið sem miða að því að kenna skilvirkar aðferðir í uppeldi og að efla foreldra í uppeldishlutverkinu.

## PMTO úrræði

- PMTO meðferð
- PMTO foreldranámskeið
- PMTO hópmeðferð (PTC)
- PMTO grunnmenntun fyrir fagfólk



## PMTO meðferð

PMTO meðferð er úrræði fyrir foreldra barna með töluverð hegðunarfrávik og foreldra sem vilja bæta foreldrafærni sína. Lögð er áhersla á ítarlega vinnu með foreldrum og gert ráð fyrir sveigjanleika til að mæta þörfum hverrar fjölskyldu.

Um er að ræða einstaklingsbundna þjónustu sem felst m.a. í allt að 20 viðtölum hjá PMTO meðferðaraðila.

---

## Hvernig kemst ég að í meðferð?

Foreldrar barna geta óskað eftir milligöngu fagaðila hjá skóla eða félagsþjónustu með umsókn um meðferð eða námskeið.

Thelma Björk Guðbjörnsdóttir, verkefnastjóri fjölskylduverndar og svæðisstjóri PMTO, heldur utan um skráningu og biðlista.

---

## Ávinningur af meðferð

Rannsóknir sýna góðan árangur af meðferðinni. Foreldrar fá handhæg verkfæri til þess að ná betur til barna sinna og að stuðla að bættri aðlögun þeirra og líðan. Um er að ræða skemmtilega og jákvæða nálgun.

## PMTO verkfæri

Í PMTO er unnið með ákveðin verkfæri sem efla foreldra í uppeldishlutverkinu og stuðla að jákvæðum samskiptum foreldra og barna.

Unnið er með fyrirmæli og jákvæð samskipti við barnið, notkun hvatningar við kennslu nýrrar hegðunar, að setja mörk til að draga úr og stöðva óæskilega hegðun, lausn vanda og uppbyggilegar aðferðir í samskiptum innan fjölskyldu, eftirlit með hegðun barns innan og utan heimilis, tengsl við skólakerfið og stjórn neikvæðra tilfinninga.

Sjá nánar: <http://www.pmtto.is>



## Fróðleiksmolar

Foreldrar eru mikilvægustu kennarar barna sinna



Góð foreldrafærni einkennist m.a. af markvissri hvatningu, ögun, góðu eftirliti, jákvæðum samskiptum og samveru foreldra og barna



Samstarfsvilja barna má auka með skýrum fyrirætlunum



Kenna má nýja hegðun og viðhalda með notkun markvissrar hvatningar og jákvæðni



Hvatning er góðvinur sjálfstraustsins



Lausnaleit dregur úr samskiptaerfiðleikum og stuðlar að jafnvægi



Stöðva þarf óæskilega hegðun eða draga úr henni með því að setja mörk með mildum og sanngjörnum afleiðingum

## PMTO námskeið

Fyrir foreldra barna á aldrinum 4 - 12 ára. Átta vikna hópnaámskeið þar sem PMTO meðferðaraðilar kenna foreldrum einu sinni í viku og vinna foreldrar verkefni heima á milli tíma. Bandarískar rannsóknir sýna góðan árangur af slíkri fræðslu. Samkvæmt mati er mikil ánægja með námskeiðin og flestir telja sig færari við uppeldi barna sinna eftir námskeiðin en áður.

---

## PMTO hópmeðferð (PTC)

PMTO hópmeðferð (PTC) er 14 vikna hópmeðferð fyrir foreldra barna með hegðunarfrávik.

Áhersla á ítarlega vinnu með verkfæri PMTO og sveigjanleika til að mæta þörfum hverrar fjölskyldu.

Reyndir meðferðaraðilar vinna með hópnum og foreldra vinna svo heima á milli tíma. Unnið er með ákveðna grunnþætti til að stuðla að jákvæðri hegðun

---

## PMTO grunnmenntun

Ætluð fagfólki innan skólakerfisins sem kemur að vinnu með börnum sem sýna hegðunarerfiðleika og sinnir ráðgjöf fyrir uppalendur, t.d. námsráðgjafa, sérkennara, teymisstjóra, skólastjórnendur og ráðgjafa á skólaskrifstofum eða annað fagfólk sem hefur ráðgefandi hlutverk innan leik- og grunnskóla.

Markmiðið er að efla færni þessara fagstétta í ráðgjöf vegna hegðunar, sérstaklega ef um hegðunarfrávik er að ræða.

Þátttakendur sækja átta námskeiðsdaga í fjórum lotum og vinna verkefni tengd starfi á milli námslota. Þekking af þessum toga gefur viðkomandi aukna ráðgjafarfærni.

## Skráning

Foreldrar barna geta óskað eftir milligöngu fagaðila hjá skóla eða félagsþjónustu með umsókn um meðferð eða námskeið.

Fagaðilar geta haft samband við [Thelmu Björk Guðbjörnsdóttur, svæðisstjóra PMTO](#) eða skólastjórnanda vegna grunnmenntunarnámskeiða.

---

## Hvar fer þjónustan fram?

Meðferð er með reglulegu móti í heimabæ fjölskyldu. Meðferð fer ýmist fram á bæjarskrifstofu viðkomandi sveitarfélags sem þátttakendur eru íbúar í eða á heimili fjölskyldunnar. Meðferðaraðili kemur einungis á heimili ef um sérstakar aðstæður er að ræða.

Námskeið og hópmeðferð eru haldin óreglulega, ýmist í Sandgerði, Garði eða Vogum.

---

## PMTO meðferðaraðilar

Kristín Þyri Þorsteinsdóttir  
PMTO meðferðaraðili /félagsmálastjóri  
kristín@sandgerdi.is  
420-7500

Thelma Björk Guðbjörnsdóttir  
PMTO meðferðaraðili  
Svæðisstjóri PMTO  
thelma@sandgerdi.is

## Frekari upplýsingar

Hafðu samband ef þú vilt frekari upplýsingar um PMTO meðferð og úrræði sem í boði eru fyrir fjölskyldur á vegum Félagsþjónustu Sandgerðisbæjar, Sv. Garðs og Sv. Voga

**Thelma Björk Guðbjörnsdóttir**  
PMTO meðferðaraðili,  
Svæðisstjóri PMTO,  
Verkefnastjóri fjölskylduverndar

Sími: 420-7500  
thelma @sandgerdi.is



**FÉLAGSÞJÓNUSTA**

**SANDGERÐISBÆJAR, SV. GARÐS OG SV. VOGA**