



Tenåringsproblemer

Å være foreldre til tenåringer kan være en prøvelse. Her er forslag til hvordan du løser noen av de mest typiske problemene.

Problem 1: tenåringen din later til å hate deg

Fra å være den søte lille jenta som aldri fikk nok av deg, er hun plutselig blitt vrang, sint og sur på deg. Spydige kommentarer og stygge blikk kommer i fleng. Dette kan oppleves sårende, og være svært vanskelig for foreldrene å takle. Men husk at i denne delen av livet handler det om å skille seg fra foreldrene. Å være avvisende mot mor og far, er en vanlig måte å finne sin egen identitet på.

Løsning

Selv om de ikke vil innrømme det, så vet tenåringene innerst inne at de fortsatt trenger foreldrene sine. Så selv om du føler deg såret, bør du ikke slå tilbake med samme mynt. Forhold deg rolig, og trøst deg med at denne fasen som regel er over i 16-17 års alderen.

Men man skal selvfølgelig ikke tillate hva som helst. Går tenåringen for langt, bør du sette noen grunnleggende regler for oppførsel. Den gode, gamle "hvis du ikke kan si noe fint, så ikke si noe i det hele tatt", fungerer bra.

Problem 2: de er oppslukt i mobilen og dataen sin

Til tross for at tenåringene bruker stadig flere kommunikasjonsmidler som mobil, chatteprogram, e-post og Facebook, så blir det likevel vanskeligere å få kontakt med dem – i alle fall for dem som bor i samme hus. Å ta fra dem telefon og data er rett og slett ondskapsfullt i dagens teknologiske samfunn. Å være online med vennene sine, er viktig for de fleste tenåringene.

Løsning

Ta et steg tilbake og se på det store bildet. Hvis han er flink på skolen, gjør alle sine plikter hjemme og ikke er totalt isolert fra familielivet, så er det trolig best å la det ligge. Men det kan være greit å sette noen grenser, for eksempel forbud mot å snakke i telefon eller skrive sms under middagen. Noen foreldre nekter også barna sine å ha egen data på rommet, da det er vanskeligere å kontrollere deres databruk. Det er også ok å begrense datatiden, for eksempel si at den skal være av minst én time før de legger seg. Et lurt triks for å få dem til å begrense bruken av mobiltelefon, er å la dem betale regningen selv.

Problem 3: de holder ikke innetider

Du har sagt at hun må være hjemme til klokken 22, men 22:30 har hun fortsatt ikke dukket opp. Hvorfor bryter hun innetidene gang på gang?

Løsning

Tenåringer tester grenser. Men faktum er at de trenger grenser, så å droppe dem er ikke løsningen. Det kan være lurt å sjekke med andre foreldre om hvilke innetider de har satt for sine barn. Kanskje det viser seg at du er mye strengere enn andre? Gi henne også ti minutter å gå på. Dersom hun kommer senere enn dette, må det imidlertid få konsekvenser. Vis hvem som er sjefen, og få henne til å forstå at regler er til for å holdes.

Hvis du tror at hun stadig kommer for sent fordi hun er ute på herk eller fordi hun ikke trives hjemme, så bør dere snakke sammen for å finne ut hva som er galt.

Problem 4: han henger sammen med feil folk

Bestevennen til sønnen din er langhåret, høylytt og rølpete. Skal du bite det i deg eller skal du si noe?

Løsning

Både ungdom og voksne kan kle seg rart, ha piercing i leppen og være dekket av tatoveringer, og likevel være gode mennesker. Foreldre bør derfor unngå å kritisere noe så overfladisk som utseendet til deres barns venner. Tenåringer er så tett knyttet til vennene sine, at det nærmest vil være å kritisere dem direkte.

Men dersom du vet at vennene til sønnen din skulker skolen eller tar narkotika, er en prat på sin plass. Fortell ham at du er bekymret, uten å angripe ham. Og husk at selv om du ikke kan bestemme hvem barna dine skal være sammen med, så kan du gripe inn og ta eventuelle problemer ved roten. Ikke vær redd for å søke profesjonell hjelp som for eksempel en

familieterapeut.

Problem 5: alt er så dramatisk!

Hver lille ting ser ut til å utløse raserianfall hos datteren din. Og jo mer du prøver å hjelpe, desto mer hylar hun og slamrer med dørene. En del av det å være tenåring er å føle ting veldig intenst. Det som er en filleting for deg, kan være enormt viktig for henne.

Løsning:

Foreldre har en tendens til å trivialisere viktige ting i en tenårings liv. Det gjør at de føler seg misforstått, og at de slutter å fortelle deg ting. Det viktigste i livet til datteren din akkurat nå, er kanskje at bestevenninnen flørter med kjæresten hennes. Det må du som mor eller far ta seriøst. Ikke tilby råd eller kritiser venninnen. Og ikke prøv å minimere problemet ved å si at "en dag vil du se hvor tåpelige slike tenåringsromanser er". Bare lytt og vis medfølelse. Og prøv å sette deg i hennes situasjon. For du har jo tross alt hatt det slik en gang du også.

Kilde:

"5 teen behavior problems: a troubleshooting guide", Webmd.com, 10. Juni 2009