



Far eller mor til en tenåring?

Ettersom barnet ditt vokser til, må din tilnærming til henne eller ham justeres. Metodene som du har brukt til nå vil med stor sannsynlighet ikke lenger fungere, og tenåringen vil antakeligvis bare fnyse av tenkekroken som tidligere har gjort susen.

Du vil også oppdage at du ikke lenger er ditt barns nærmeste fortrolige. Venner vil i stadig større grad overta rollen som sjeleforsørger og rådgivere, og det kan føles som om du mister innsikt i din sønns eller datters liv. Så hva kan du gjøre for å beholde et godt forhold til tenåringen din gjennom disse utfordrende årene?

SNAKK SAMMEN

Dersom familien snakker godt sammen til vanlig, er det lettere å fortsette den gode trenden inn i tenårene også. God kommunikasjon er et viktig utgangspunkt for å forstå og komme nær tenåringen. Å snakke sammen trenger ikke bety "den store samtalen", eller at man har regelmessige familieråd, men at du er tilgjengelig for barnet og er åpen for å snakke om store og små ting som kan oppta barnet ditt. Respekter ditt barns meninger, og la ham snakke ut, men ikke vær redd for å være uenig dersom du er det. Barn – også tenåring – trenger motstand, og at noen setter grenser for dem.

IKKE FORVENT DET VERSTE

Tenåring står over en rekke vanskelige valg, og det er ikke alltid lett å stole på at ens egen tenåring alltid vil ta de rette valgene. Men forventer du det verste fra barnet ditt, risikerer du at

dere blir stående mot hverandre i lang tid, i et gjensidig mistillitsforhold. En slik pessimistisk holdning blir også ofte en selvoppfyllende profeti – forventer man dårlig oppførsel fra en person, vil han oppføre seg slik. Hvorfor ikke? Han er jo allerede forhånds dømt.

Forsøk i stedet å vise interesse for tenåringens hobbyer og interesser. Spør dersom du ikke forstår, og vær åpen for å lære noe nytt. Samtidig vil du knytte sterkere bånd til barnet ditt.

IKKE FORSØK Å FØLGE BOKA

Det myldrer av bøker, artikler og nettsider som gir gode og mindre gode råd om barn og barneoppdragelse. Slike informasjonskilder kan være verdifulle for foreldre som ønsker å få litt perspektiv på sin egen situasjon, men vær forsiktig med å følge rådene fra slike kilder til punkt å prikke. Ingen har fasit på din situasjon, så ta til deg de rådene du synes virker relevante for din familie og la de andre rådene ligge. Stol på dine egne instinkter og magefølelse – du kjenner ditt barn best.

IKKE FOKUSER PÅ DETALJER

Er det virkelig verdt å bli uvenner fordi datteren har farget håret blått? Eller sort? Eller sminker seg for mye? Eller at sønnen nekter å ha på seg skjorte i familieselskapet? Finn ut hvilke ting som er viktige, og hvilke som faktisk ikke er det. Nei vel, så har ikke gutten på seg skjorte i selskapet, men kanskje er det viktigere at han ble med og oppførte seg pent?

Tenåringer har et spesielt behov for markere for omgivelsene hvem de er og hva de står for – samtidig som de bruker mye tid og energi på å finne ut nettopp det. Klesstilen kan forandre seg fra uke til uke, meninger likeså. La ungdommen få eksperimentere med utseendet sitt, innenfor det du mener er rimelighetens grenser.

IKKE SY PUTER UNDER ARMENE

Det kan være fristende å beskytte barnet sitt fra livets harde realiteter, men dersom du alltid skåner barnet ditt for skuffelse og nederlag, tar du også fra henne muligheten til å lære av egne feil, og å takle motstand. La henne finne ut av ting selv, og vær der for henne når hun trenger deg.

IKKE IGNORER DE VIRKELIGE PROBLEMENE

Dersom du har mistanke om at tenåringen din eksperimenterer med narkotika eller alkohol, bør du ikke ta lett på det. I alderen 13-18 er barn spesielt sårbare for ytre påvirkning og gruppepress, og foreldre bør være på vakt. Det er også viktig å huske at det blir stadig kortere vei mellom alkohol og sigaretter og sterkere narkotiske midler, og at narkotika er lettere å få tak i for dagens ungdom enn for en generasjon siden.

Vær oppmerksom på forandringer i oppførsel, utseende, skoleprestasjoner og hvilke venner ungdommen din henger med.

IKKE GI OPP

Til tross for at det noen ganger kan virke som om ingenting du sier når gjennom, og du er den siste personen tenåringen din ønsker å omgås, går anstrengelsene dine ikke til spille. Tiden du tilbringer med barnet ditt – selv den tiden dere ikke kommer særlig godt overens – og en konsekvent innstilling til kjerneverdier i familien, vil sette dype spor og danne et solid verdigrunnlag for den sårbare og famlende tenåringen din.

Kilder:

Helsedirektoratet.no

Famlab.no

Gotateenager.org.uk

Newscientist.com