

Träff med föräldrar

Förslag på upplägg & samtalsledning

Tonåringar bryr sig faktiskt om vad deras föräldrar säger - även om det inte alltid verkar så. De flesta tonåringar vill att deras föräldrar pratar med dem om alkohol, och hjälper till med anledningar att säga nej. Du som i olika sammanhang möter tonårsföräldrar kan göra en betydelsefull insats genom att påminna föräldrar om hur viktiga de är och ge tips och råd om hur man kan prata med sitt barn om alkohol.

Vill du ordna en träff om unga och alkohol för föräldrar? Vi har satt ihop ett förslag till upplägg för en sådan träff med utgångspunkt i Tonårsparlören. Upplägget kan användas på föräldramöten i skolan, i föräldragrupper, i idrottsföreningen eller i andra sammanhang där tonårsföräldrar möts. Anpassa upplägget efter dina behov.

Här nedan finns förslag för att både planera och genomföra träffen, samt frågor som utgår från avsnitt i handboken, som ni kan prata om under träffen. Du anpassar såklart upplägget efter vad som passar just din träff - se nedan som inspiration!

Välkommen att höra av dig till oss på info@iq.se om du har frågor!

Här finns handboken och tillhörande material

På Tonårsparlören.se kan du ta del av innehållet digitalt, både på engelska och svenska och som ljudbok. Där kan också boken beställas i sin helhet. Liksom varje år, föräldrar och målsmän med barn som fyller 14 år i år, boken i brevlådan inför valborg.

Material för att jobba med Tonårsparlören hittar du via länken "Arbeta med Tonårsparlören". I materialet finns bland annat en presentation om boken, annonsmaterial och brevmallar för att bjuda in till en träff.

Inför träffen:

1. Beställ boken och ladda ner övrigt material som du vill använda, förslagsvis en brevmall för inbjudan till träffen, PowerPoint-presentation om handboken och "Några tips till föräldrar", som kan delas ut under träffen.
2. Om möjligt, gör en kort sammanställning av lokal statistik om ungdomars alkoholkonsumtion som kan användas i en inledande presentation. Tips på källa är CAN:s årliga undersökning Skolelevers drogvanor (can.se).
3. Bestäm vilka frågor (se förslag längre ner under rubriken "Frågor för samtal") som du tycker passar målgruppen och som ni har tid för under träffen. Planera gott om tid för diskussion - prata hellre längre om några få frågor än kort om alla. Lämna också utrymme för en avslutande reflektion.

Glöm inte fika!

Stort lycka till med träffen!

Förslag på upplägg:

1. Börja med att berätta om Tonårsparlören, ta hjälp av PowerPoint-presentationen. Inkludera om möjligt lokal statistik eller berätta om vad du vet om läget lokalt.
2. Lyft en fråga i taget. Låt först föräldrarna läsa de avsnitt som du valt ut. Ställ sedan frågor utifrån det ni läst och be föräldrarna diskutera i grupp. Ett tips är att lista knep och strategier som föräldrarna delar med sig i samtalet på en tavla/blädderblock eller digitalt.
3. Efter diskussionerna i grupp – reflektera tillsammans. Har diskussionerna på något sätt förändrat eller påverkat hur deltagarna tänker kring ungdomar och alkohol.
4. Dela ut material som föräldrarna kan ta hem, t.ex. "Några tips till föräldrar".
5. Finns tid, fråga föräldrar om det finns något de tycker de kan göra gemensamt som skulle underlätta. Som till exempel skapa en telefonlista och/eller förhållningsregler för sådant alla är överens om.

Frågor för samtal:

Här är förslag på frågor att ta upp, som alla utgår från avsnitt i handboken. Syftet med diskussionsfrågorna är att uppmuntra och stärka föräldrar i att prata med sin tonåring om alkohol, men också att uppmuntra till samtal föräldrar emellan.

Varför är alkohol farligt för unga?

- Vad tänker ni när ni läser avsnittet?
- Se tillbaka på er egen tonårstid. Hur såg det ut då?
- Vad tänker ni om det som står i kapitlet? Kände ni till det innan?

En viktig slutsats är att förstå varför alkohol är farligare för ungdomar än för vuxna. Upprepa det innan ni går vidare.

Bjuda hemma?

- Vad tänker ni när ni läser avsnittet?
- Vad finns det för fördelar med att föräldrar i en klass tillsammans bestämmer att inte bjuda hemma?
- Hur skulle ni känna om ert barn blev bjudet på alkohol av en annan förälder?

Sträva efter att skapa ett samförstånd mellan föräldrar om att inte bjuda på alkohol hemma.

Köpa ut?

- Vad tänker ni när ni läser avsnittet?
- Att köpa ut alkohol till minderåriga är olagligt. Varför gör många det ändå?
- Hur kan man inleda ett samtal om att man inte vill att någon köper ut till ens barn t.ex. äldre syskon, släktingar eller äldre vänner till barnet?

Sträva efter att skapa en överenskommelse mellan föräldrar om att inte köpa ut.

Fasta tider?

- Vad tänker ni när ni läser avsnittet?
- Hur kan man göra sin tonåring delaktig i samtal om fasta tider och andra regler?
- Hur kan man förklara för sitt barn varför man känner oro och behov av att regler som t.ex. att höras under kvällen eller ha fasta tider?
- Hur kan man ta hjälp av andra föräldrar för att sätta gränser?

Sträva efter att föräldrarna ska se fördelarna med fasta tider. Lista gärna fördelarna på tavla/blädderblock eller digitalt.

.

Sociala medier

- Vad tänker ni när ni läser avsnittet?
- Vad vet vi om vad som händer i sociala medier som Instagram, Kik och Snapchat?
- Hur kan vi som föräldrar bli mer involverade i våra ungdomars liv på nätet?
- Hur pratar vi med våra barn om vad som händer på nätet, till exempel om riskerna med att köpa alkohol av personer som langar via sociala medier?

Lista gärna förslagen på tavla/blädderblock eller digitalt.

Stort lycka till med träffen!