

Inledning

Jag tror att det är viktigt att man i en kommun bygger upp en stabil organisation för att stödja föräldrar. Den personal som engageras måste ges kunskaper om hur man kan arbeta med föräldrar, ha aktuell information om alkohol- och narkotikafrågor och få rutin på hur man möter föräldrar i gruppsamtal. Alkoholfrågor är för de flesta mycket värdeladdade. För att skapa ett bra klimat i mötet med andra vuxna är det viktigt att man vet hur folk brukar resonera och kan bemöta dem sakligt och med humor och respekt. Därför bör man bilda ett föräldrasamtalsteam i kommunen med fem-sex personer som tillsammans arbetar med föräldramöten på högstadiet och utvecklar denna verksamhet.

Redan för tio år sedan började jag utarbeta ett föräldraprogram som jag provade vid ett stort antal klassmöten. Under årens lopp har det väl blivit ett femtiotal. Programmet bygger mycket på att föräldrar skall få tillfälle att diskutera och ge varandra inspiration och kraft att hantera de roliga, men tuffa tonårsåren.

Fritsla föräldraprogram bygger på uppfattningen att föräldrar behöver stöd i sin föräldraroll utifrån perspektivet att de flesta klarar denna roll utmärkt. Istället för information top-down tror jag på att föräldrar utvecklar nätverk där de stöder varann.

Programmet bygger på att föräldrarna skall ges gott om möjligheter att utbyta erfarenheter. Som tonårsförälder händer det ofta att man känner sig ensam inför alla beslut som måste tas. Det är viktigt att se föräldrarna som en resurs som har mycket att ge varann. En grupp med 20 föräldrar som har tonåringar har kanske var och en ett par tre års erfarenhet som tonårsförälder. Tillsammans blir det mer än 50 års samlad föräldraerfarenhet.

Två kompletta upplägg för föräldramöte finns nu färdiga. Det första för år 7 eller möjligen 6, finns i den här skriften. Det andra finns att ladda ned separat.

Detta material får fritt distribueras och kopieras, men bara under förutsättning att ursprungskällan anges samt att det inte förändras. I övrigt är materialet upphovsrättsligt skyddat enligt aktuell lagstiftning.

Föräldrar och prevention

Min utgångspunkt för Fritsla Föräldraprogram är att en mycket stor majoritet av föräldrarna är mycket kompetenta och framgångsrika i sin barnuppfostran. Det som de behöver är bekräftelse på att de gör saker bra, perspektiv på hur de agerar och tips på hur de kan agera.

*...föräldrar försöker
att göra sitt bästa*

Föräldrar försöker alltid att göra det de tror är bäst för sina barn. Föräldrar har en fullständigt unik situation, de har levt tillsammans med sina barn sedan de var små, de och barnen har växt tillsammans. De känner varann på ett sätt som är unikt i mänskliga relationer.

Men invänder någon, så är det ju inte. Föräldrar har ju abdikerat från sin fostrarroll! Nutidens föräldrar tänker bara på sina karriärer. Föräldrar har inte en aning om vad barnen sysslar med på fritiden, barnen få dra runt vid för våg. Tänk bara hur man hört att när polisen ringer hem till föräldrarna och ber dem hämta sina barn, ja då är det berusade föräldrar som svarar.

Till en liten del stämmer naturligtvis detta, men bilden är så mycket mer nyanserad än så. Vilka är det som hävdar det här? Jo, ofta sådana som faktiskt är lite yrkesskadade och främst relaterar till den verklighet som de själva har. Det kan vara svårt för en fältassistent eller polis att förstå att de allra flesta ungdomar har helt andra kompetenser än de ungdomar som han möter där i gatans vardagsrum. Andra kan ha andra skäl att svartmåla, kanske till och med för att själva framstå i en bättre dager. Att dölja sina egna misslyckanden med andras tillkortakommanden är ju klassiskt mänskligt.

*...vi måste utgå
från att föräldrar
kan utvecklas*

Min poäng är i varje fall denna: Vi kan inte planera och genomföra preventiva program som riktas till alla, och utgå från undantagen. Vi kan inte tala om för föräldrar som tagit sig tid för att komma till oss i akt och mening att försöka utveckla både sig själva och sin kontakt med sina barn, att de abdikerat. Och vi ska inte skaffa oss poäng på mötet genom att baktala de som inte är där och ”som borde kommit med tanke på hur deras barn är”.

En upplevelse som skolan kan ha är att barnen har en dålig uppfostran hemifrån. De har inte fått lära sig tillräckligt om hur man skall uppträda i förhållande till andra människor. Och visst det är alldeles sant det också, utifrån skolans perspektiv. I den situation som skolan ser barnen. Men det är ju faktiskt skolans sociala miljö man pratar om. Föräldrar

kan bara ta ett mycket begränsat ansvar för vad som händer där. Det är faktiskt skolans egen situation som skolan själv måste hantera. För tänk efter, hur många gånger har man inte sett samma barn uppträda helt olika när man är själv med det och när barnet deltar i en grupp? Min teoretiska utgångspunkt i mötet med föräldrarna är att vi alla formas av dem miljö vi är i. Vi spelar en, som vi upplever den funktionell roll. Den rollen är inte den samma i alla sociala miljöer.

*...lös spänningar
låt alla möblera*

Föräldraskapet i ny fas

Alltså vad är det jag vill uppnå med de föräldramöten som anordnas? Jo, jag vill förbereda föräldrarna på att de nu går in i en annan fas tillsammans med sina tonåringar. En bild jag lånat, tyvärr vet jag inte från vem, är från idrottsvärlden. Som förälder till ett barn på mellanstadiet är du en coach; du serverar med sömn, vila, mat, rena kläder och du kontrollerar att den du coachar inte hittar på dumheter. Väldigt mycket sker utifrån att du vet vad som fungerar bra, och den du coachar accepterar oftast tacksamt dina omsorger och lever gott i den förutsägbara tryggheten.

Men så blir ditt barn tonåring. Nu är det dags att lägga coachkepsen på hyllan och plocka fram konsultkostymen. En framgångsrik konsult lyckas att få kunden att tro att han själv kommit på det konsulten föreslagit och han fortsätter använda konsulten. Dvs. du måste börja lägga fram förslag och alternativ. Vrida och vända och inte minst förhandla. Ibland kan man som tonårsförälder bli vansinnig över tonåringens behov av att förhandla om ALLT. Men förmodligen har det en betydelse för utvecklingen till självständig individ och som förälder är det vår tragiska uppgift att ge barnen luft under vingarna så att de kan flyga vidare, utan oss.

*...coach eller
konsult?*

Ett annat syfte med föräldramötet är att ge deltagarna återkoppling på att de duger, att de har bra idéer om hur tonåringar kan hanteras och framförallt att föräldrarna kan delge varandra många goda idéer. Har man 20 föräldrar i en grupp som var och en haft barn i 13 år, ja då finns det plötsligt ett par hundra års samlad föräldraerfarenhet i rummet.

Och för det tredje vill jag visa tonårsföräldrar att vi i lokalsamhället delar mycket av en gemensam värdegrund; viktiga saker som hur man skall förhålla sig till andra människor och hur vårt samhälles mest använda drog – alkoholen kan hanteras.

...stärk den gemensamma värdegrunden

Vad borde samhället göra?

Jag anser att alltför mycket av alkohol och drogpolitiken har individualiserats. Med det menar jag att man lagt för mycket på insatser som riktas mot individen och alltför lite försökt förändra de miljöer där alkohol konsumeras och gjort det svårare, dyrare eller på annat sätt mindre attraktivt att konsumera alkohol.

Var tog det solidariska perspektivet vägen?

Vi som växte upp på 60- och 70-talet var ju i viss mån skyddade av ett slags alkoholpolitiskt paraply. Motboken försvann 1955 och många år därefter präglades den svenska alkoholpolitiken av att alkoholen skulle

vara relativt dyr, och svår att få tag i. Antalet krogar med serveringstillstånd begränsades av en detaljerad regelkatalog. Systembolagen anlades på bakgator och etableringen var strängt kontrollerad. Prispolitiken gick ut på att alkohol skulle vara dyrt. Öppettiderna var begränsade med restriktioner vid stora helger, en tid med stängt på lördagar. Under en kort period försökte man luckra upp politiken med att sälja mellanöl (ca 4,2 vol procent) i vanliga livsmedelsaffärer, något som avslutades 1977.

Detta fick till följd att alkoholkonsumtionen i Sverige varit internationellt sett låg.

En successiv uppluckring har skett och sedan EU-inträdet 1995 har alkoholpolitiken fått en alltmer generös prägel. Inte minst gäller detta införselreglerna som från 1 l sprit, 2 l vin och några liter öl, gått till en "ranson" som idag omfattar 230 liter alkoholdrycker per resande och tur.

*...restriktioner
eller information?*

Det är idag sällsynt att man hör någon säga att man borde ha en restriktiv alkoholpolitik därför att den stödjer dem som har svårt att hantera alkohol på ett för sig själva bra sätt. Enligt min mening tycker alltför många att ungdomar skall skyddas genom information, inte genom krafttag mot langning, eller strikt kontroll av servering och försäljning.

Tendensen är väl ytterst politisk och speglar den rådande samhällsideologin, där var och en är sin egen lyckas smed.

Det finns tragiskt nog ett relativt massivt vetenskapligt stöd för att den alkoholpolitik som Sverige just nu är på väg att lämna, är den som ger de lägsta alkoholskadorna i ett samhälle. I boken Alkohol ingen vanlig handelsvara presenteras ett stabilt vetenskapligt underlag för uppfattningen att utbudsminskande åtgärder som skatter och tillgänglighet är både effektiva och billiga. Information och övertalning är en betydligt svårare väg. (Babor 2004, i sv översättning)

Vad kan föräldrar göra?

Som i all annan alkohol- och drogskadeförebyggande verksamhet finns det två perspektiv att arbeta utifrån, också som förälder. Antingen försöker man påverka utbudet, genom att inte bjuda hemma, inte langa. Eller så försöker man påverka efterfrågan genom att tala om för sin tonåring vad man tycker, berätta om och diskutera vad det kan innebära att dricka för mycket, bli full och göra bort sig eller skada sig själv eller någon annan. I praktiken arbetar de flesta föräldrar på bägge dessa fronter.

Dessutom har man som vuxen en viktig funktion att fylla när det gäller att agera rollmodell i sammanhang där man själv hanterar alkohol. De sociala inlärningsteorierna pekar mot att barn faktiskt lär sig genom att studera hur vuxna gör. Det innebär dock inte att det räcker med att börja vara återhållsam med alkoholvanorna när barnen närmar sig eller är i tonåren. Väldigt små barn 3-4 år kan i många fall visa hur man gör när man skålar och en del också hur man betar sig när man fått för mycket.

I en del familjer är det fortfarande vanligt att tonåringar får alkohol av sina föräldrar, de köper ut. I andra så bidrar föräldrarna utan att själva veta om det, barnen knycker helt enkelt en del av den alkohol de behö-

ver. Äldre släktingar som syskon, kanske kusiner kan också vara en källa varifrån alkohol langas. På senare år har en stor verksamhet vuxit fram där vuxna med rymligt samvete och mycket ljummen luft mellan öronen, förser tonåringar med alkohol som de köpt utomlands och tjänar en rejäl hacka för besväret. Hur vanligt detta är, är det ingen som har helt klart för sig men en undersökning (Blanck 2004) visar att hela 64 procent av killarna i årskurs 2 vid en gymnasieskola har köpt alkohol av någon annan som köpt den utomlands.

...langning av utländs alkohol vanlig

Föräldrar agerar intuitivt bra

I vid bemärkelse så kan föräldrar också kontrollera utbudet genom att ha koll på sina barns fritidsvanor. Genom att ha inflytande över fritidsaktiviteter, vilka kompisar barnen umgås med, vilka tider man får vara hemifrån osv. så kan föräldrar faktiskt begränsa tillfällena för ungdomar att dricka sig berusade. Alltså en utbudshämmande verksamhet. Våldigt många föräldrar gör så redan idag utan att vara medvetna om det. Det är omsorg och kanske för en del nyfikenhet och behov av delaktighet, som gör att de kör och lämnar, upplåter sitt hem för stora grupper ungdomar att träffas. Många föräldrar engagerar sig i en tidsmässigt omfattande fritidsverksamhet tillsammans med sina barn. Den sistnämnda aktiviteten har säkert också betydelse för föräldrarnas egen alkoholkonsumtion. Skall man upp och köra tio mil till fotbollsturnering en lördag morgon kl 08.00 så kan man inte dricka så mycket kvällen innan.

Föräldrar står också för information och övertalning, direkt och indirekt. Barnen har sedan mycket unga år sett och lärt hur alkohol skall hanteras i hemmiljön, genom släktkontakter och kontakter med andra vuxna och genom massmedia.

Ett viktigt bidrag till de tonårsföräldrar du möter inom ramen för Fritsla Föräldraprogram är att visa på detta, men akta dig för att skapa dåligt samvete. Att tvärsäkert tala om att barn gör som föräldrar gör och inte som de säger är en grov förenkling. Föräldrar har betydligt större inflytande än så. Men inflytandet måste utövas eftertänksamt, med värme, förståelse och intresse för verklig dialog.

Jag tycker att ungdomar inte skall bjudas på alkohol i hemmiljö (och givetvis ingen annanstans heller) innan de fyllt 18-20 år. Däremot tycker jag att man ofta skall diskutera de här frågorna med sina barn, i sammanhang när ämnet inte är för laddat. Det kan till exempel vara i samband med ett inslag på TV, eller att man refererar en diskussion på jobbet en kollega som berättat om fulla ungdomar han mött. Det är sannolikt helt fel att ta upp frågan någon timma innan barnet skall ut och träffa kompisar. Då pågår en inre uppladdning inför en krävande rollprestation, en ung osäker människa skall ut på scenen och spela världsuvan, tvärsäker, snygg, och det är urpremiär varje kväll, publiken är fylld av osäkra recensenter som lever högt på att skriva ner andra. Som förälder kan man i det läget bara pusha; det här kommer att gå bra!

...inte tillåta, men stötta om det går fel!

Jag tycker också att man skall tala om vad man tänker göra om allt inte skulle gå som man tänkt sig. Var konkret – om du skulle komma hem

full så skulle jag... Och fortsättningen blir väl för de flesta, bli ledsen, och besviken, orolig och osäker. Kanske skulle det bli en period där jag inte kunde lita på dig lika mycket som förut. Men den tydliga kärnan i budskapet måste barnet också få: Du skall veta det att du kan aldrig göra något som får mig att sluta älska dig. Så är det ju med relationen mellan barn och föräldrar! Så snälla du, skulle det gå snett för dig eller någon av dina kompisar. Hör av dig så skall jag hjälpa till. Och jag kommer inte att riva ner himmel och jord för det.

I det här sammanhanget kan det också vara bra att ta upp frågan om man skall utlova särskilda belöningar för att barn under uppväxten till exempel lovar att avstå från tobak, alkohol osv. Jag vet inte om någon undersökning där man sett om det fungerar eller inte. Individuellt kan det kanske göra det, men generellt tror jag det är fel. Risken är att det skapar en situation där man som barn tvingas vara oärlig mot sina föräldrar. Man kanske har druckit lite grann, smygrökt någon enstaka gång. Det kan också sätta barnets syskon eller kompisar i knepiga situationer. Hur skall de förhålla sig till dig som förälder om de vet något som du inte vet?

Bjuda eller inte bjuda – hur gör föräldrar?

Ulla Marklund konstaterade i en jämförelse mellan åren 1980 och 1997 att andelen föräldrar som **inte** bjuder ökat från 12 till 30 procent. (Marklund 2000)

...allt färre bjuder hemma.

I Barnombudsmannens undersökning 2005 (Barnombudsmannen 2006) ansåg i varje fall en majoritet av ungdomarna att föräldrar inte skulle bjuda sin barn på öl eller vin hemma.

Min erfarenhet är att de forskningsdata som Ulla Marklund tog fram redan på 80-talet att barn som blir bjudna hemma dricker mer och oftare än andra, ofta refereras av föräldrar. Kunskapen om detta finns alltså ute bland folk. Men sluta för den skull inte att påminna om detta.

Men CAN:s och andra undersökningar pekar på att en del unga får alkohol i hemmet med föräldrars goda minne. På frågan om var de vanligen får tag på öl, vin och sprit svarar mellan 20 och 3 procent att de får det den vägen. Den högsta andelen gäller vin, den lägsta sprit. Detta säger dock inget om mängden alkohol som bjuds. (CAN 2003)

Det finns i vart fall starkt stöd för att förmedla budskapet om en mycket restriktiv hållning från föräldrars sida när det gäller bjudvanor och langning. Mer om detta kan du läsa i faktabladet.

Referenser

Barnombudsmannen, Drogfri tid, BO 2006. pdf.

Blanck P Drogvaneundersökning Gymnasiet åk 2, Uddevalla Kommun 2004

CAN Ungdomars drogvanor 2003

Marklund, Ulla Har det hänt något med föräldrars bjudvanor?

Alkohol & Narkotika, (4), 32-36, 2000

Att arbeta med värderingar

I nationalencyklopedins ordbok skriver man ” de flesta anser att värdeomdömen varken är sanna eller falska”. Detta är en nödvändig utgångspunkt när man arbetar med människors värderingar. Det finns inga rätta svar! Därmed är inte sagt att värderingsövningar skulle gå ut på att vädra och få bekräftat vilka stolligheter som helst. Syftet är att man skall föra ett gruppsamtal, där alla tar och ger, där meningar ställs mot varann, granskas kritiskt, ifrågasätts av deltagarna på lika villkor och att alla deltagare kan engageras i diskussionen både med hjärna och kropp.

Klimatet i gruppen är en nyckel till hur samtalet går. Det är därför som det i det här programmet finns en dramaturgi som syftar till att skapa en gott klimat bland människor som sällan eller inte alls har mötts.

*...vara bekväm
med sin egen åsikt i
frågan*

Gruppledaren måste vara bekväm med de frågor som diskuteras. Ha funderat igenom sin egen inställning så mycket att behovet att hävda den egna åsikten tonats ned och ersatts av en nyfikenhet och öppenhet för hur andra resonerar.

I bästa fall så ger ett bra sådant samtal deltagarna nya vinklar, kanske större klarhet i hur de tycker, att de tycker och varför de tycker som de gör. Men det kan aldrig ha ett ”uppfostrande” syfte där de ”goda” värderingarna skall planteras hos deltagarna.

Att leda

Hur man leder sådana här samtal är mycket beroende av ens personlighet. Själv gillar jag ganska snabba vändningar och högt tempo. Kanske har jag fått det från arbetet bland ungdomar där man ibland tävlar lite mot ledan och tröttheten. Eftersom syftet är att lyfta upp olika sätt att se på saker, inte komma fram till en gemensam uppfattning så är också ett relativt högt tempo bra. Men man måste anpassa sig till gruppen och inte agera för stressat forcerad.

*...att inte korrigeras
uttalanden*

Hur gör man då om någon i gruppen berättar om något som är uppenbart fel. Ett exempel som upprepat sig många gånger när jag haft de här mötena är: - Det finns ju kräkmedel i systemsprit. Detta är en otroligt utbredd myt. Jag möter den i alla grupper, ungdomar, föräldrar och på lärarutbildningar. När man håller på med värderingsövningen tycker i varje fall jag att det är helt fel att avbryta och korrigeras uttalandet. Men

man kan å andra sidan inte låta det stå opåtalat hela kvällen. Lösningen blir att notera sig det till minnes och ta upp det senare, kanske under föredraget. Dock utan att referera till att någon sagt det just den här kvällen, för att undvika att den personen tappar ansiktet, eller så säger man att ikväll fick jag återigen höra något som är en mycket vanlig missuppfattning, nämligen att det skulle vara kräkmedel i systemspriten. Ni skall veta att det är många människor som tror det, men det är en myt.

Det här är en konst, att istället för att nicka glatt och välkomnade till det rätta, på ett engagerat och neutralt sätt vända och vrida på utsagorna. Jag brukar kalla det att bråka med deltagarna. I första omgången när de redovisar sin diskussion i varje hörn lyssnar jag bara. Sedan tar jag ett varv till och ifrågasätter grupperna, milt om de är tveksamma, lite tuffare om de verkar vara roade av lite tuggmotstånd i argumentationen. Det här sättet att leda fyra-hörnsövningar och andra värderingsövningar övar man upp efter hand. Och det är ett av många skäl till att jag tycker att man måste få rutin på att leda sådana här övningar. Rutin får man genom övning och reflektion. Övningarna i sig är förföriskt lätta att ta till sig, men att leda dem rätt, det kräver något annat.

Dilemman

Fyra hörnsövningarna i Fritsla Föräldraprogram är i några fall ganska långa och detaljrika. En del som arbetar med den här metoden anser att de skall vara korta och kärnfulla. Jag håller inte med. Jag tycker att det är viktigt att deltagarna skall hinna skapa sin en ordentlig bild av situationen inne i sitt huvud. Det skall ges tillfälle att under berättelsens gång också känslomässigt engagera sig i historien. Det skall gå att identifiera sig med berättelsens personer. Är den för kort och telegramartad, så blir det inte tillfälle till det. Sedan är det ju också så att muntligt berättande brukar vara mycket uppskattat.

Historierna har tydliga dilemman, det finns inga självklart ”goda hörn”. De är skrivna så att alla alternativ, utom det öppna skall innehålla ett *men*.

Heta stolen

Frågorna i övningar med metoden heta stolen skall formuleras som påståenden som skildrar värderingar, inte faktiskt handlande. Så kan man t.ex. säga Jag tror att många tycker om att ta ett glas vin då och då, men inte: Jag brukar ta ett glas vin då och då.

Sådana frågor skall inte heller innehålla negationer, om det går att undvika. Det är svårt att ta ställning om det finns en negation med.

När man sedan samtalar om frågorna så brukar jag fråga dem som flyttade först; Hur tänkte du? och sedan ta in dem som satt kvar. Det gäller här som gruppleddare att vara uppmärksam på just detta. Och att inte tvinga fram synpunkter. Ser du på en du frågat att den inte vill svara, inte vet, eller inte kan formulera sig just då, gå till nästa.

Om det går trögt i gruppen, eller blir väldigt mycket sidoprata -låt deltagarna prata om frågan två och två eller med närmaste grannen.

Till sist - tanken med frågorna är inte att komma fram till en gemensam ståndpunkt, utan att ventilerar uppfattningar. Det innebär att man inte skall hålla fast vid en och samma fråga tills alla sagt sitt intill sista kommatecknet. Ett väl avvägt tempo är lösningen och vilket det är lär man sig med lite övning.

Planering

Alla som arbetat tillsammans med skolor vet att planeringshorisonten måste sättas relativt långt fram i tiden. Man kan tycka mycket om detta och som utomstående ibland ha svårt för att förstå och acceptera att det skall vara nödvändigt med så lång framförhållning. Tänk då på att när du börjar med det här arbetet så inleder du en långvarig relation med ”din” skola, det är utifrån detta första intryck som mycket av din image kommer att skapas.

*...det handlar om
en långvarig
relation*

Att planera för föräldramöten där skolan är en medverkande part är en process där du skall knö dig in i en bräddfull verksamhet. Ditt erbjudande måste därför vara väl motiverat och tydligt i bemärkelsen vad åtagandet innebär för skolans del. Skolan måste också kunna stå för verksamheten, eftersom den äger rum i skolans lokaler och kommer att uppfattas som en del av skolans verksamhet.

Hösten är kanske den bästa perioden för att anordna föräldramöten. I varje fall har du inte längre tid på dig på våren, än fram till mars-mitten av april. Kontrollera till exempel var loven ligger. Min erfarenhet är att det är omöjligt att få folk att komma på möten i slutet av april och fram till vårterminens slut. Då startar en mängd uteaktiviteter och våren är full med helger.

Ta kontakt med skolledning

Ta därför kontakt med skolledningen på ett mycket tidigt stadium, minst terminen innan du planerar ordna dina möten. Informera om hur det är tänkt, målgruppen, varför du valt just den och framförallt gör tydligt på vilka punkter du vill att skolan skall göra en insats. Du måste vara väl förberedd – gör några tidsscheman, med marginaler och alternativ i kalenderform som du kan diskutera med rektorn. Sammanfatta din information på en A4 som du lämnar när du går. Rektorn skall sedan återberätta detta för sin personal och då är ett sådant blad ett bra stöd.

Inbjudan - två grupper

*...agendamamman
och skiftpappan*

I din plan måste du också ta med hur du skall bjuda in till mötet. Grovt uppdelat finns det två kategorier av föräldrar; de som planerar långsiktigt ”agenda”-typen och dem vars tid är inrutad efter hur veckan ser ut, varje eller varannan vecka har ungefär samma rutin. För att din inbjudan skall passa bägge dessa måste du också ha mycket god framförhållning.

Agendamamman uppskattar om dina möten finns med i den terminsplanering som en del skolor skickar ut, eller att det finns med i den infor-

mation som föräldarna får när de kommer till skolan vid första mötet på terminen. Då kan hon notera det i sin årskalender. Skiftpappan behöver få en påminnelse/inbjudan två veckor före mötet.

Att många föräldrar kommer är en av nycklarna till ett lyckat resultat – satsa därför på bägge formerna av inbjudan. Och det är lika bra att ta det nu – skicka inbjudan i brev hem till föräldrarna, det kostar i administration och pengar, men det är oslagbart när det gäller effekt. Har du ont om pengar, skicka bara den sista, påminnelseinbjudan med post. Men låt inte inbjudningar gå med eleverna hem! Och glöm inte skolans hemsida om de har en sådan.

...använd posten!

Mediekontakter

Massmediakontakter är en annan viktig del av din planering. Den lokala tidningen, kommunens hemsida, kommunens tidning till medborgarna eller annonsbladet, alla bör de få information från dig om vad som nu kommer att hända på skolan. Även här gäller det att fundera när en sådan information skall komma. Generellt kan man nog säga att det bästa är ganska nära inpå. Kanske vid terminsstarten? Med uppföljning i reportageform av första mötet. Kan du serva reportern med en eller ett par autentiska föräldrar att intervjua om hur han eller hon ser på ditt initiativ är det naturligtvis oslagbart. Media vill gärna personifiera nyheter.

Det finns också en annan sida med att ta dit tidningen. Människor i ditt närsamhälle får reda på vad det är som pågår, de kan diskutera det och det höjer den allmänna medvetenheten om att förebyggande arbete pågår och är viktigt. En vanlig lokaltidning, annonsblad eller kommuntidning läses också grundligt av befolkningen eftersom nyheter i närområdet är intressanta för de flesta.

...och massmedia!

Lärargruppen

Nu är det dags att informera lärargruppen. Se till att du får komma på ett personalmöte, kanske i början av terminen och förbered dig väl på vad du då skall säga. Det viktiga för lärarna att veta är varför det här skall göras och framför allt hur det skall ske. Ett papper som beskriver kvällen kortfattat med syfte och innehåll är aldrig fel. Och naturligtvis vad du förväntar dig att lärarna skall spela för roll.

Skriftlig presentation

Nu tycker du – det blir en massa papper! Ja visst, men den här informationen behöver du kanske bara göra en gång, för att de kommande åren bara datera upp den. Det är viktigt att samma information ges på flera olika sätt; muntligt och skriftligt, samt målgruppsanpassat. Det här är en ny och oprövad verksamhet som lätt kan bli utsatt för missförstånd. Rektor, massmediefolk, föräldrar och lärare är de som skall hjälpa dig att marknadsföra din verksamhet. Skulle det bli ett allvarligt missförstånd i den här kedjan kan du få ägna mycket energi och tid till att rätta till detta. Var och en tolkar muntlig information på sitt sätt och behöver stöd för att återberätta den korrekt. Du får ett försprång informations-

mässigt genom att du beskrivit din verksamhet och det ger också en annan mycket god effekt: Du tvingas tänka efter vad det egentligen är du sysslar med. Det är genom att lära andra som man lär sig bäst själv!

Checklista:

Skaffa skolans terminsplanering (lov, studiedagar, ev. period för utvecklingssamtal och andra föräldrakontakter)

Kolla tidschema – när passar det? Skissa på tänkbara alternativ

Skriv ner kortfattad info till skolledning

Kontakt med rektor

Information till lärare

Media

Skapa slutlig arbetsplan inkl. när inbjudningar skall gå

Trivialiteter...

Här listar jag stort och smått några saker jag lärt mig under de år jag arbetat med grupper. Sådant som kan verka trivialt, men som nog har betydelse i alla fall.

Lokalen

*...lätt att möblera
om*

Det vanligaste är väl att man använder ett klassrum för föräldramötet. Se till att du kan påverka valet av lokal, och gör det. Gå runt och titta. Välj en lokal som det är lätt att hitta till. Det är en detalj, men för en förälder är en högstadieskola en labyrint att hitta i. Speciellt på kvällen när den är tom och det mesta är låst. För att inte tala om ifall man är sent ute. Ett par låsta dörrar vid "fel" ingång, kan göra att man vänder om och åker hem igen.

Om skolan har hemklassrum för ungdomarna, kanske det är ett bra, men inte nödvändigt val, för att föräldrarna kan vara nyfikna på barnens arbetsmiljö. I annat fall välj efter läge och trivsamhetsfaktor. Att det råkar vara *lärarens* hemklassrum, är dock ingen förmildrande omständighet. Rymlighet och akustik är viktigt. Liksom att det går att möblera om. (Se nedan)

Hjälpmedel

Ta med egna fräscha whiteboardpennor. Undvik rött och grönt när du skriver på tavlan, de färgerna blir ofta för tunna och svårlästa. Dessutom finns det en del som har svårt med färgseeendet.

*...muntligt,
mänskligt berättande
är oslagbart*

Själv undviker jag allt vad teknik heter, utom en OH-apparat som jag kollat innan. Skall man ha videoprojektor kopplad till en dator, skall det för det första vara motiverat av att man har så avancerade bilder att det behövs. Min erfarenhet är att det inte är många som har sådana bilder. Dessutom måste du behärska utrustningen till 150 procent. Tjugo minuters fiffel, till slut med hjälp av en datakunnig förälder som inte heller kan lösa problemet, skapar bara dålig stämning. Tänk på att muntligt, mänskligt berättande som händer här och nu, tar dig hur långt som helst. Dessutom är det en bristvara idag, det är inte TV. Vill du visa diagram fungerar en OH-apparat bäst, och de finns att tillgå på en skola.

Möblera

Jag har inte burit många bänkar och stolar när jag varit ute. Och det har

jag uppmanat lärarna att strunta i också. Min erfarenhet är att det är en underbar spänningslösare att låta föräldrarna göra om klassrummet. Vänta tills tiden är inne, hälsa kort välkommen och förklara att nu skall vi jobba mycket med diskussioner och föräldrarnas delaktighet, då duger det inte att sitta med ryggen åt varann. Be om hjälp att skapa en så stor fri golvyta som möjligt och placera stolarna, utan bänkar, i ring.

Man skall kanske inte övertolka det här, men jag tror att ommöbleringen också har en symbolisk betydelse. Vi skapar ett gemensamt rum tillsammans och kanske ännu viktigare. Vi förändrar skolans struktur efter våra behov. Alla vuxna har inte enbart goda skolminnen, att få bryta lite mot den invanda strukturen kan kännas skönt.

*...lös spänningar
låt alla möblera*

Var ute i god tid, småprat

Många föräldrar kommer tidigt, kanske redan 20 minuter innan det börjar. Jag vet inte varför, men det är min erfarenhet. Är man ute i god tid så hinner man småprata lite med några som kommer. Be dem berätta om hur det är att ha barn i just den skolan, om de gått där själva, om det var svårt att hitta. Lyssna mer än prata, din tur kommer ju senare på kvällen. Allt för att föräldern skall känna sig viktig och sedd. Dessutom genom att vara först så blir du värden för sammankomsten.

Kaffe

Nej, det går inte utan kaffe och te. Fruktstund har jag provat, men det är inte samma grej. Folk verkar vara vana vid kaffe på den tiden av dygnet och de svårt koffeinberoende kan få huvudvärk och dåligt humör. Däremot behöver man inte dra på med sju sorters kakor. Bara det finns mjölk... Kaffepausen är också ett sätt att skapa stämning på mötet, och en möjlighet för dig själv att ladda om lite.

Och, mycket viktigt, skall ni ta betalt för kaffet, så berätta det i inbjudan. Det kan uppstå mycket pinsamma situationer om en förälder inte har med sig en tia till kaffet. Bäst är att bjuda!

Klassföreståndarna

Det är bra om klassföreståndarna är med under kvällen. De kan vara med som vilken förälder som helst, men deras funktion är att vara länken till skolan i det här sammanhanget. De kommer också att få ut en hel del av diskussionerna som de kan lyssna på bland föräldrarna. Samt, och det är nog största vinsten, få en hel del för egen del om hur man kan resonera runt tonåringar. Du måste dock vara noga med att förklara att det är du som leder den här kvällen och att de måste tänka på sin roll som barnens lärare och därför ligga medvetet lågt i diskussionerna med föräldrarna. Jag har tyvärr många gånger sett hur läraren blir en föredragshållare i sitt hörn i fyra-hörnsövningen och att föräldrarna har svårt att ta initiativet från honom då. (Det är oftast en han som agerar så) Då har jag måst ingripa och på ett fint sätt tala om att det gäller att ligga lågt.

Acceptera inte heller att läraren ger information till klassens föräldrar på din tid i början. Det är nämligen i början du skall sätta prägel på kväl-

*...dämpa föredrags-
sugna klassförestån-
dare*

len, då går det inte an att du inte har kontroll över den fasen. Står läraren på sig så låt henne lämna den informationen när ditt uppdrag är slutfört. Lämna max 10 minuter på slutet och se till att den överenskomna sluttiden ändå hålls.

Tider

Sätt ut både start och sluttid på inbjudan och håll dem! Man kan vänta in en stund kanske som mest 10 minuter i början, men man måste sluta när det är sagt. Att säga så här på slutet; -De som har tid kan stanna kvar en stund och fortsätta diskussionen, är inte bra alls. Det gör att människor som måste gå, känner sig utanför. Folk kommer att stå utanför skolan och diskutera lite ändå efteråt, men det får de göra själva och utan att du är med och organiserar eftersnacket.

Dramaturgi

Tänk på hur du lägger upp intensiteten i mötet. Börja lite försiktigt och sakta. Övningen med bilderna kan kännas seg om det är många föräldrar. Den kan ibland ta uppemot en halvtimme. Men det är din upplevelse. Föräldrarna är med om det här för första gången. Om du försiktigt begränsar de värsta pratkvarnarna, som du redan här kan märka breder ut sig, så är detta en viktig del i processen. Du ser på deltagarnas intresse om tempot är lagom.

Sluta också medvetet, utan jäkt. Försök att fasa ut föräldramötet så att man inte stannar på topp, utan att slutet kommer naturligt. Gärna med några kraftfulla slutsatser.

Vad som händer emellan är svårare att styra, men ett tips är att lägga något riktigt diskussionsskapande strax före kaffet. Då har folk något att prata vidare om där.

Checklista för mötet

Inbjudan

Lokal

Bilder

Namnlappar, penna till namnlappar

Övningar

OH-underlag

Whiteboard pennor

Blyertspennor

Utvärderingar

Föräldrabroschyren?

Inledning

& presentation

Bilden av tonårstiden

Denna första övning går ut på att alla skall få ha sagt något i gruppen tidigt under kvällen. Den markerar också att det här är en träff där vi kommer att delge varann.

Lägg ut ett stort antal bilder minst två per beräknad deltagare i lokalen. Bilderna väljer du ur fototidningar eller motsvarande. Välj bilder som är vackra, intressanta, speciella, nonfiguativa, i både färg och svart-vitt. De ska inte ha någon tydlig tendens som i det här fallet avbilda mycket tonåringar, utan syftet är att fantasin skall få ett friare spelrum. Jag brukar också undvika reklambilder av detta skäl. Bilderna kan med fördel plastas in för att hålla längre, denna bildmapp kommer kanske att bli din följeslagare under många år...

Instruktion

Här ligger ett stort antal bilder utlagda, jag vill nu att ni går runt i lugn och ro och kikar på dem. Välj sedan en bild som ni på något sätt kan koppla till begreppet tonårstid. Det kan vara din egen, ditt barns eller bara i störsrta allmänhet. Tag med dig den bilden och sätt dig på din plats.

Låt deltagarna välja i lugn och ro, det brukar ta max 5 minuter.

När alla är tillbaka: - Vem vill berätta helt kort om sin bild? Jag vill först veta vad du heter i förnamn och vem i klassen du är mamma eller pappa till.

När du får namnet, skriv förnamnet i stor stil och barnets namn lite mindre i något av etikettens hörn. Välj rätt rejäla etiketter (90-100 mm bredd).

Låt presentationen ta lite tid, men har du otur och någon berättar väldigt långt, försök dämpa. När alla berättat skickar du runt namnlapparna och ber deltagarna sätta dem så de är lätta att läsa.

Fyrhörnsövning 1

Cigaretter i fickan

Nu är det höst och du håller på att städa undan sommarjackorna. När du rensar fickorna på din sons/dotters jacka hittar du ett cigarettpaket, en Marlboro med en tändare instoppad och tio cigaretter kvar. Du vill inte att din son/dotter skall börja röka. När han/hon kommer hem har du ställt paketet på köksbordet och frågar vems det är. Din son/dotter inser att det nu inte är någon idé att ljuga, utan säger: -Det är mitt! -Så du har börjat röka nu då? -Ja! , -Hur länge har du rökt? -Det blir två veckor på tisdag.

Den här situationen kan ju hanteras på många sätt, här är några:

1. Du informerar din son/dotter om skadeverkningar, att det kostar mycket pengar, att det är svårt att bli av med vanan osv.
2. Du säger att du minsann inte tänker vara med och betala hans/hennes rökning och därför drar du in hela eller delar av vecko- eller månadspengen.
3. Du ger någon form av bestraffning som utgångsförbud, att han/hon inte får vara med i idrottsträningen på ett par veckor eller att han/hon måste följa med alternativt inte får följa med till mormor nästa helg (beroende på vilket som är värst).
4. En annan egen lösning

Fyrahörnsövning 2

Tränare som langar hembränt

Din son/dotter deltar i en idrottsförening. Föreningen är ganska liten så du känner de flesta som är med i styrelsen lite grann. En dag får du höra i affären av en person du känner väl och som du litar på att den man som tränar 16-årslaget har langat hembränt till sina killar. Du funderar ett tag över det, men efter ett par dagar får du höra samma sak av en annan, som du tycker mycket trovärdig person.

Hur hanterar du det här?

1. Du informerar din son dotter om vad hembränt är, och att han/hon skall akta sig för det.
2. Du tar kontakt med styrelsen och ber dem ta tag i det här.
3. Du tar kontakt med tränaren och talar om för honom vad du hört.
4. Egen lösning

Hembränt är inte så vanligt bland ungdomar längre. Man kan byta ut det mot sprit inköpt i Tyskland. Eller använda sig av denna historia:

Langad öl från Tyskland

Din son/dotter kommer en dag hem och berättar att en av hans/hennes kompisar Gunnel 14 år fått sova ruset av sig hos polisen. När ni pratat om händelsen en stund frågar du om varifrån alkoholen kommit uppstår en pinsam tystnad. Du står på dig och då berättar han/hon att Gunnel köpt spriten billigt av några killar som brukar stå med sina bilar utanför föreningsgården, där din son/dotter brukar träna.

Vad skulle du göra?

1. Du berättar vad du anser om att så unga människor dricker alkohol och speciellt vad det kan innebära att dricka sprit.
2. Du tar kontakt med föreningen som har verksamheten och fordrar att de har uppsikt av vad som sker i föreningsgårdens omgivning.
3. Du går ner till föreningsgården några kvällar, talar med ungdomarna som håller till med sina bilar där.
4. Egen lösning

Fyrhörnsövning 3

Mia som dricker för mycket

Nu får du tänka dig in i att din son/dotter har blivit några år äldre. Han/hon går på höstterminen i tvåan på gymnasiet. Din son/dotter har haft en kompis sedan mellanstadiet, Mia, som varit lite som barn i huset hemma hos er. Hon har varit med er på någon kortare semesterresa och kommit och gått under många år hemma hos er. Nu träffar ni inte Mia så ofta längre. Mia och er son/dotter började på olika gymnasieskolor efter nian och umgås inte så mycket numera.

Ni känner inte Mias föräldrar så där väldigt bra. Ni vet vad dom heter, var dom bor och ni brukar hälsa på varann när ni möts på bensinmacken eller i affären, men ni har egentligen aldrig umgåtts.

En kväll kommer er son/dotter till er och är bekymrad. Han/hon berättar att han/hon träffat Mia inne i Borås utanför Mac Donalds vid ett par tillfällen när de varit på bio. Mia har varit mycket berusad bägge gångerna och ledsen. Mia har börjat träffa ett gäng med ungdomar i 20-årsåldern som festar nästan varje helg. Det är jätteroliga fester, enligt Mia. Dom har massor av vin, öl och sprit och brukar åka till Göteborg på svartklubbar. När de åker till Varberg brukar de gå in på alla möjliga ställen och Mia kommer in fastän hon är så ung, för att några killar i det här gänget känner alla vakter.

Men ert barn är bekymrat för att han/hon tycker att Mia dricker för mycket och för ofta. Och det som fått er son eller dotter att tänka till ordentligt var för ett par veckor sedan när Mia var hemma hos er. De bägge ungdomarna var på ert barns rum och Mia tyckte att de kunde dricka varsin grogg, nu när det var så trist väder ute. Hon hade med sin en halfaska vodka i väskan.

Hur hanterar du det här?

1. Väntar och ser. Ber ert barn att hålla kontakt med Mia. Det kanske bara är tillfälligt?
2. Ordnar så att ni får träffa Mia och prata med henne.
3. Tar kontakt med Mias föräldrar.
4. Egen lösning.

Tips för fyrahörnsövningar

Fyrahörnsövningar har några tydliga fördelar. De ger en möjlighet till smågruppsdiskussioner, de kan användas för att problematisera och de ger deltagarna möjlighet att se att saker och ting kan bedömas ur flera olika synvinklar.

En del av de fyrahörnsövningar jag använt mig av har också en tydlig adress mot att vara ett sätt att ge handlingsberedskap. Det är när dilemman skildrar en situation, som deltagarna i gruppen skulle kunna hamna i och där de får resonera om hur situationen kan hanteras.

Dilemman

Historierna måste handla om påtagliga dilemman, det får inte vara så att det finns en självklart ”gott” hörn. Ett bra tecken på att du lyckats som konstruktör är att deltagarna diskuterar och deltar med liv och lust, samtidigt som du har ungefär lika många i varje hörn. Detta innebär också att hörnen måste konstrueras så att de inte blir omröstningar om hur någon har handlat, bara hur man skulle *kunna tänka sig* att handla.

Diskussionen

Ge lagom mycket tid för diskussionen och hur mycket det är får man prova sig fram till. Jag har märkt att man i fyra-hörnsprat som ledare kan se två vågor av diskussion i grupperna. Den första när gruppen formerats i sitt hörn, den ebbar ut efter ett tag. Bryt inte då, lyssna och se om det inte kommer en andra våg. Först när den ebbar ut är det dags att bryta för att hörnen skall lyssna till varann.

Jag brukar göra så att jag först går en första runda och ber hörnen om sina synpunkter. Därefter en andra, ”bråk”-runda. Där jag vänder och vrider lite på hörnets argument, lyfter vad andra sagt eller ”bussar” hörnen på varann.

Som avslutning brukar handböckerna i aktiva värderingar rekommendera att deltagarna nu får välja hörn igen, utifrån det de hört i diskussionen. Det fungerar sällan, folk håller kvar vid sitt hörn. Vill man få dem att tänka till ändå kan man prova att be dem välja det näst bästa hörnet.