

# Föräldramöte åk 8

Föräldramötet årskurs 8 är en uppföljning av mötet åk 7. En del av föräldrarna har varit med i 7:an, och är bekanta med arbetsättet men kanske inte alla. Tänk på det när du presenterar övningarna. Syftet med mötet är att föräldrarna skall få en orientering om vilka ramar föräldrar till tonårsbarn i 8:an har och hur de agerar för att upprätthålla de ramarna.

## Kvällens program:

Namnpresentation

Får och inte får - om ramar för tonåringen

Två fyra hörnsövningar:

Föräldrafri fest

Berused tonåring

Redovisning ramar för tonåringar

Varför kan det vara bra att vänta till 18?

Utvärdering

## Ta med:

Blyertspennor till alla deltagare (30-tal)

Namnappar, penna till dem

Prickfrågor 1 uppsättning (förlaga finns på [www.blanck.se/ff](http://www.blanck.se/ff))

Sammanräkningsblanketter

OH-blad för presentation av sammanräkningen

## Namnpresentation

En del av föräldrarna känner varann, men långt från alla. Så därför inleder vi också detta föräldramöte med en kort presentationsrunda. Be föräldrarna säga vad de heter i förnamn och vad deras son eller dotter heter. Notera på klisterlappar, som föräldern sedan får att ha på sig resten av kvällen. Be dem i samband med detta också säga något kort om vilket vägmärke de vill vara i nästa liv, en övning som kan säga något lite om vars och ens personlighet och som lättar upp stämningen. Eller så kan denna inledande fråga vara "Då har jag en bra stund tillsammans med min tonåring..."

## Ramar för tonåringar

Tonårstiden är en tid fylld av frigörelse. Ibland sker det dramatiskt med

många och känslomässigt kraftfulla utbrott både från föräldrar och barn. Ibland går det mer eller mindre konfliktfritt. För att ge ett bra stöd för sin tonåring kan det vara bra att sätta upp en del ramar för sådana saker som utetider, tobak- och alkoholbruk, hur man använder sina pengar och hur tonåringen skall delta i de gemensamma hushållsangelägenheterna. Ramar som måste motiveras, diskuteras och förhandlas/förändras.

Föräldrar kan känna sig osäkra och lite vilsna vad som skall gälla. Vilka regler är rimliga? Hur gör andra? Från de egna barnen får man ju bara höra att man själv hör till historiens mest rigida och stränga föräldrar.

Dela ut blanketten "Får och inte får" och be föräldrarna fylla i den. Berätta att du kommer att sammanställa den under mötet anonymt så att alla kan se hur klassens föräldrar resonerar. Var de flesta ligger och inom vilket spann de agerar.

Samla in efter några minuter och börja med de två fyra-hörnsövningar som det här föräldramötet skall innehålla. Du får tid under fyrahörnsövningarna som följer på den här programpunkten att sammanställa resultaten.

Gör så här - använd hjälpblanketten för sammanställningen. Försök se vad som är det "vanligaste värdet" på ett ungefär och inom vilket spann föräldrarna rör sig. Exempel månadspeng, vanligast ca 400 kr om pengarna bara skall räcka till nöjen, ca 800 om pengarna också skall täcka utgifter för en del kläder. Spannet med lägsta 200 kr, högsta 1 200 kr.

Utetider; vanligast vardagar 22.00, helger 24.00. Spannet helger 23-02.00 osv. För över din sammanställning till OH-underlaget. Undvik att använda tavlan nu för det kan distrahera diskussionen i fyra hörnsövningarna.

## Fyrahörnsövningar

### *Nyårsafton*

Det är nyårsafton och ni är bjudna till några bekanta på fest. Det är mycket folk på festen, ett tjugotal och i blandade åldrar. Fem, sex stycken är ungdomar 15-19 årsåldern.

Till middagen serveras bland annat mousserande vitt vin och du upptäcker då att en av tonåringarna bredvid dig, som du känner lite grann, och vet är under 18 år, glatt tackar ja till ett glas.

1. Låta det vara och låtsas som jag inte såg det.
2. Tala om det för värdparet lite diskret så att tonåringen i alla fall inte får mer än ett glas.
3. På något sätt se till att tonåringen får något annat i sitt glas, t.ex. byta glas med, eller be värdparet byta.
4. Egen lösning.

### *Föräldrafri fest*

Du har lovat din 14-åring att hon/han skall få gå på en fest hemma hos en kamrat, Linda på lördag. Du känner Linda ganska väl eftersom din 14-åring umgåtts med henne några månader. Däremot känner du inte Lindas föräldrar. Det var lite stressigt just när din 14-åring frågade om lov, så du frågade inte om några detaljer utan sa bara att det var ok.

När du är i affären för att handla träffar du Gustavs mamma. Gustav är klasskamrat med din son/dotter. När ni pratat en stund i kön framför charkdisken så säger hon att hon haft en kontrovers med sin son och förbjudit honom att gå på en föräldrafri fest till helgen. Föräldrarna i det hemmet är bortresta hela helgen och några ungdomar planerar att sova över. Hon berättar livfullt om uppträdet det blev, men att hon verkligen kommer att stå på sig. Du får aldrig reda på vilken fest det är, eftersom det blir Gustavs mammas tur att handla.

När du kommer hem frågar du din son/dotter vilka som skall komma på festen och får ett svepande svar, vi blir några stycken och bland namnen som nämns finns Gustavs.

1. Blir orolig och bestämmer rakt av att min 14-åring inte får gå på festen, trots att jag lovat en annan sak tidigare.
2. Försöker ta reda på mer om festen och när du får reda på att det är föräldrafritt, berättar du om egna eller andras minnen från föräldrafria fester som inte gått så bra, samt erbjuder dig att komma dit om det skulle gå överstyr.
3. Tar reda på mer om festen, och tar kontakt med Lindas föräldrar för att försäkra dig om att de är införstådda med att det skall bli fest.
4. Egen lösning, eller vet inte.

### *Berusad son/dotter*

Din son eller dotter är ute med kompisar en fredagskväll. Själv är du hemma och slötittar på TV. Vid elvatiden på kvällen ringer det på dörren och utanför står två poliser med din trötta, berusade son/dotter som saknar jacka och en sko, mellan sig. De har hittat honom/henne sovande på en bänk, ensam nere i centrum.

Vad skulle du göra på lördag förmiddag?

1. Låta barnet sova ut och vänta på att det självt tar upp det som hänt.
2. Duka fram en ordentlig frukost vid 10-tiden, väcka barnet och ta en ordentlig diskussion om det som hänt. Kräva av barnet att det självt skall ställa upp regler för vad som skall gälla i fortsättningen, så detta inte upprepas.

3. Tänka igenom och diskutera med min man/fru hur vi skall markera tydligt att detta absolut inte är acceptabelt, t.ex. genom indragna förmåner. Vi talar sedan om för sonen/dottern vad som gäller.
4. Öppet hörn.

### **Ramar för tonåringar, redovisning**

Sannolikt och förhoppningsvis visar sammanställningen på en stor samstämmighet i klassen. Jag tycker inte att man egentligen behöver diskutera utfallet så mycket. Det ger sig självt till stor del och varje familj har ofta goda skäl för sitt handlande. Dessutom ger sammanställningen nu en utgångspunkt för egna diskussioner i familjen. Lita på att föräldrar fattar bra beslut utifrån det här.

I några program använder man en form av familjekontrakt där man försöker komma överens i klassen om gemensamma regler. Den här övningen visar emellertid på stor samstämmighet och gör sådant kontrakt onödigt. Det blir tydligt nog, så här.

### **Bra att vänta till 18**

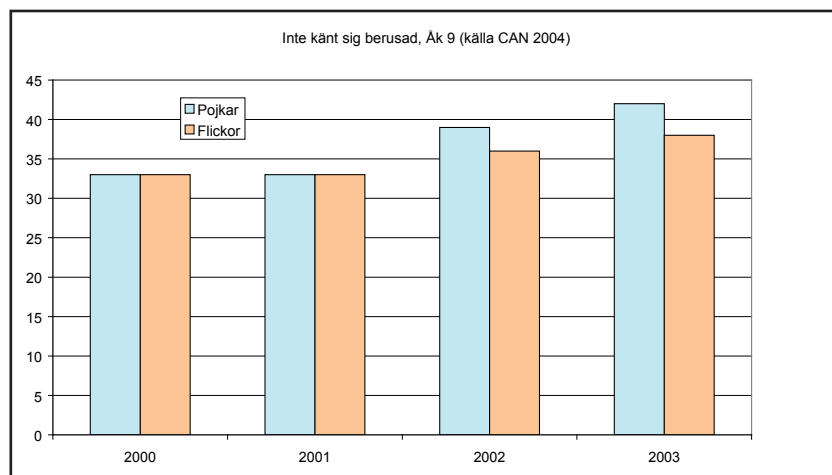
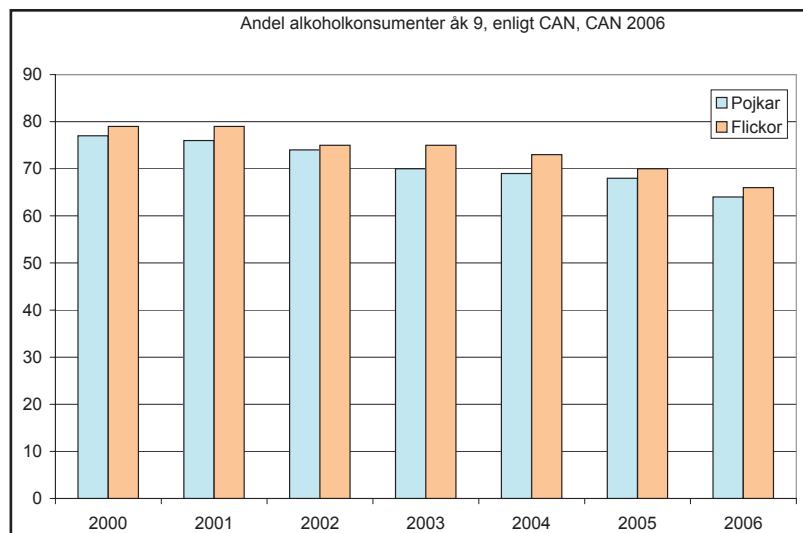
Inled med att lägga ut prickfrågorna ”bra argument”. ( En förlaga finns att ladda hem på [www.blanck.se/ff](http://www.blanck.se/ff)) Be föräldrarna sätta kryss för de argument som de tycker är bra. Om du vill kan du lägga ut några tomma blad där föräldrar själva kan fylla i goda argument

Sortera lapparna så att de med flest anhängare kommer först. Diskutera om argumenten också håller i en diskussion med tonåringarna. Om du även arbetar med tonåringar så kan man göra övningen med dem och redovisa på föräldramötet för att diskutera detta.

Avsluta med en faktaredovisning med resultat från drogvaneundersökningar där du bland annat kan peka på att bara hälften i 9:an varit berusade. Att nära var fjärde inte druckit alkohol alls.

## Vilka vanor har ungdomar?

Enligt de undersökningar som CAN gör årligen bland ett urval av elever årskurs 9 så minskar andelen alkoholkonsumenter (den som druckit alkoholgängd motsvarande ett glas öl eller mer senaste året eller mera sällan) och har gjort så under några år. År 2000 var det 77 procent av pojkarna och 79 procent av flickorna som var alkoholkonsumenter. År 2006 var det 64 procent av pojkarna och 66 procent av flickorna.



Även när det gäller att dricka sig berusad är tendensen att en allt mindre andel av ungdomarna gör det. År 2000 var det 33 procent av både pojkarna och flickorna som uppgav att de aldrig är berusade när de dricker alkohol eller så dricker de inte alkohol alls.

År 2003 var de siffrorna 42 procent för pojkarna och 38 procent för flickorna.

Ingen vet egentligen orsaken till denna utveckling, men några teorier har förts fram i diskussionen. En är att man i Sverige haft frågan om ungdomsdrickande mycket aktuell de senaste åren och många insatser inte minst i kommunerna riktat sig till föräldrarna, vilket gjort att de blivit mer resriktiva. En annan teori är att ungdomars fritidsvanor ändrats. De umgås från hemmet via datorn, chattar eller spelar, och det resulterar i ett minskat drickande.

Ett par undersökningar har pekat på att risken för alkoholproblem i vuxen ålder ökar om debuten för regelbundet drickande sker tidigt i tonårsperioden.

I den amerikanska undersökningen av Dawson Grant från 1998 visade att av dem som rapporterade alkoholdrickande redan i 13-årsåldern så var det ca 45 procent som haft alkoholproblem i vuxen ålder, medan bland dem som inte börjat förrän efter 20 år, var det ca 10 procent.

En svensk undersökning bland kvinnor (Spak m fl.) visar på ett liknande samband. Tidig missbruksdebut är en riskmarkör.

## Referenser

CAN Pressmeddelande 2006-06-14

Grant, Dawson *Age at onset of alcohol use and its association with DSM-IV drug abuse and dependence: Results from the National Longitudinal Alcohol Epidemiologic Survey*. J Subst Abuse 10(2):163–173, 1998

Hvitfeldt m fl *Skolelevers Drogevanor*, CAN 2004

Spak m fl *Problem under barn- och ungdomsåren en stor riskfaktor*, Läkartidningen 10, 2001

# Får och inte får?

## Om pengar

Hur mycket tycker du en som går i 8:an skall ha i månadspeng? \_\_\_\_\_

Vad ska den summan räcka till? \_\_\_\_\_

## Om tobak (sätt kryss för det du tycker)?

- Min tonåring får inte röka
- Min tonåring får inte snusa

## Om alkohol? (sätt kryss för det som du tycker är OK)

- min tonåring får inte dricka alkohol alls

- barnet får smaka hemma i eget glas

- att han/hon är tillsammans med kamrater som dricker

- att jag köper ut en liten mängd t.ex. 2 starköl/starkcider

- att han/hon kommer hem lite berusad?

## Tider?

- Senaste tid, vardagar \_\_\_\_\_

- Senaste tid, helger \_\_\_\_\_

## Vara tillsammans? (sätt kryss för det som gäller hemma hos er)

- Vi brukar för det mesta äta kvällsmat/middag tillsammans

- Våra barn brukar åka med till släktingar

- Min tonåring får vara hemma en helg själv om vi reser bort

## Hjälpa till hemma? (sätt kryss för det som din tonåring gör minst en gång varannan vecka)

- Städar sitt rum

- Tvätta

- Diska/plocka i och ur diskmaskin

- Städa gemensamma utrymmen

- Trädgårdsarbete

## Sammanräkningsblanketter

### Om pengar

Sortera först om det skall räcka till

Bara nöjen

Mer än nöjen

**100**

**100**

**200**

**200**

**300**

**300**

**400**

**400**

**500**

**500**

**600**

**600**

**>600**

**700**

**800**

**900**

**1000**

### Om tobak

Får röka

Får snusa



## Om alkohol? (sätt kryss för det som du tycker är OK)

Sätt en ”pinne för varje kryss på blanketterna:

- min tonåring får inte dricka alkohol alls
- barnet får smaka hemma i eget glas
- att jag köper ut en liten mängd  
t.ex. 2 starköl/starkcider
- att han/hon är tillsammans med kamrater som dricker
- att han/hon kommer hem lite berusad?

## Tider?

- |                         |                           |          |        |
|-------------------------|---------------------------|----------|--------|
| - Senaste tid, vardagar | vilket är det vanligaste? | Tidigast | Senast |
| - Senaste tid, helger   | vilket är det vanligaste  | Tidigast | Senast |

## Vara tillsammans?( sätt kryss för det som gäller hemma hos er)

Räkna ”pinnar”

- Vi brukar för det mesta äta kvällsmat/middag tillsammans
- Våra barn brukar åka med till släktingar
- Min tonåring får vara hemma en helg själv om vi reser bort

## Hjälpa till hemma? (sätt kryss för det som din tonåring gör minst en gång varannan vecka)

Räkna ”pinnar”

- Städar sitt rum

- Diska/plocka i och ur diskmaskin

- Tvätta

- Städa gemensamma utrymmen

- Trädgårdsarbete

## *Kopieringsunderlag*

På följande sidor finns kopieringsunderlag för att framställa OH-kopior till redovisningen av klassens resultat

## *Om pengar*

Bara till nöjen vanligast \_\_\_\_\_

Lägst \_\_\_\_\_ Högst \_\_\_\_\_

Även kläder mm vanligast \_\_\_\_\_

Lägst \_\_\_\_\_ Högst \_\_\_\_\_

## *Om tobak*

Får snusa \_\_\_\_\_

Får röka \_\_\_\_\_

## *Om alkohol?*

- min tonåring får  
inte dricka alkohol alls

---

- barnet får smaka hemma i eget glas

---

- att jag köper ut en liten mängd t.ex.  
2 starköl/starkcider

---

- att han/hon är tillsammans med  
kamrater som dricker

---

- att han/hon kommer hem lite  
berusad?

---

## *Tider?*

- Senaste tid, vardagar      vanligaste \_\_\_\_\_

Tidigast \_\_\_\_\_      Senast \_\_\_\_\_

- Senaste tid, helger      vanligaste

Tidigast \_\_\_\_\_      Senast \_\_\_\_\_

## *Vara tillsammans?*

- Vi brukar för det mesta äta kvällsmat/middag tillsammans

\_\_\_\_\_

- Våra barn brukar åka med till släktingar

\_\_\_\_\_

- Min tonåring får vara hemma en helg själv om vi reser bort

\_\_\_\_\_

## *Hjälpa till hemma?*

- Städar sitt rum

\_\_\_\_\_

- Diska/plocka i och ur diskmaskin

\_\_\_\_\_

- Tvätta

\_\_\_\_\_

- Städa gemensamma utrymmen

\_\_\_\_\_

- Trädgårdsarbete

\_\_\_\_\_