

Träffar med föräldrar

Förslag på upplägg & samtalsguide

Föräldrars engagemang spelar stor roll för vilka val tonåringar gör när det kommer till alkohol. 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. Tonåringar bryr sig faktiskt om vad deras föräldrar säger - även om det inte alltid verkar så.

För att underlätta för dig i ditt arbete har vi på IQ tagit fram ett förslag på upplägg att använda under en träff med tonårsföräldrar. Det kan vara på ett föräldramöte i skolan, i föräldragrupper, i idrottsföreningen eller i något annat sammanhang där tonårsföräldrar möts. Samtalet har en viktig förebyggande funktion, även där problem inte är kända. Med hjälp av diskussionsfrågorna är syftet att skapa dialog med föräldrar om tonåringar och alkohol, men också att uppmuntra till samtal föräldrar emellan.

Upplägget utgår från Tonårsparlören - handboken med fakta, argument och tips för att stötta föräldrar i frågor om alkohol som skickas hem till vårdnadshavare och föräldrar med barn som i år fyller 14 år. Vi hoppas att upplägget ska underlätta för dig i ditt viktiga arbete.

Här finns handboken och tillhörande material

Tonårsparlören finns som bok och som en webbplats, tonårsparlören.se. Tonårsparlören kan beställas på iq.se eller hämtas gratis på en Systembolagetbutik från och med veckan innan valborg. På webbplatsen finns alla texter från boken på svenska, engelska och som ljudbok på svenska. Det finns också en 11 minuters lång film utifrån delar av boken, Tonårsparlören - the Movie.

På iq.se finns även material att ladda ner för att sprida och arbeta med handboken. Här hittar du:

- Boken som PDF, på svenska och engelska
- Filmen Tonårsparlören - the Movie
- PowerPoint-presentation som ger en bild av Tonårsparlören
- Brevmallar som stöd för inbjudan till föräldramöten eller föräldraträffar
- Tio sammanfattande råd till föräldrar - om ungdomar och alkohol
- Quiz med frågor om ungdomar och alkohol, att t.ex. inleda en träff med
- Bilder på Tonårsparlören, för exempelvis webbplats och nyhetsbrev
- Affischer och flyer, med bilder och budskap från Tonårsparlören
- Broschyren Alkohol och tonåringar - med information på lätt svenska och olika språk, samt en PowerPoint-presentation om broschyren

Stort lycka till med träffen!

Planera träffen

- Beställ boken och ladda ner det material du behöver (se ovan) – förslagsvis en brevmall, PowerPoint-presentationen och de tio sammanfattande råden.
- Bjud in föräldrar, använd en av de två brevmallarna för att göra en inbjudan.
- Om möjligt, gör en kort sammanställning av aktuell statistik om ungdomars alkoholkonsumtion i ditt område, som kan användas i en inledande presentation. En bra källa är CAN:s årliga undersökning Skolelevers drogvanor (se can.se).
- Bestäm vilka frågor (se förslag längre ner under rubriken "Förslag på frågor att samtala om") som du tror är bra att lyfta 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
- Fixa fika!

Förslag på upplägg under träffen

- Börja med att berätta om Tonårsparlören med hjälp av bilderna i PowerPoint-presentationen. Inkludera gärna lokal statistik.
- Lyft en fråga i taget. Låt först föräldrarna läsa de kapitel eller del av *Tonårsparlören - the Movie*, som du valt ut. Ställ sedan frågor utifrån det ni läst eller sett, be föräldrarna diskutera i grupp.
- Efter diskussionerna i grupp – reflektera tillsammans. Fråga gärna om diskussionerna på något sätt förändrat eller påverkat hur deltagarna tänker kring ungdomar och alkohol.
- Dela ut utskrifter av de sammanfattande tio råden.
- Finns tid, föreslå för föräldrarna att göra en telefonlista och/eller gemensam förhållningslista för sådant alla är överens om.

Förslag på frågor att diskutera

Här är förslag på frågor att ta upp som utgår ifrån avsnitt i Tonårsparlören. Varje titel representerar ett avsnitt i boken. Självklart väljer du själv om du hellre vill fokusera samtalet på något annat.

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?

För samtalsledare: En viktig slutsats är att förstå varför alkohol är farligare för unga domar 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?

För samtalsledare: 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?

För samtalsledare: 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?

För samtalsledare: Sträva efter att föräldrarna ska se fördelarna med fasta tider. Lista gärna fördelarna på en tavla/blädderblock.

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?

För samtalsledare: Lista förslag och skriv upp på tavlan/blädderblock.