

## Tonårsparlören - the movie Förslag på upplägg & samtalsguide

### Träffar med föräldrar

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 om hur man kan prata med sitt barn om alkohol.

Sedan 2013 har IQ haft uppdraget om att ge ut Tonårsparlören, handboken som guidat tonårsföräldrar i frågor om ungdomar och alkohol. Nu har vi gjort en film på 11 minuter utifrån delar av boken. Med lite allvar och försök till humor leder programledaren Ina och psykologen Karl oss runt bland några typiska scener som kan utspela sig mellan tonåring och förälder.

Det här är ett förslag på upplägg och frågor att ta upp under en träff med tonårsföräldrar i samband med att filmen visas. 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.

Upplägget utgår från Tonårsparlören – handboken med fakta, argument och tips för att stötta föräldrar i frågor om alkohol. Tonårsparlören finns som bok att beställa på [iq.se](http://iq.se) eller hämtas gratis på en Systembolagetbutik från och med veckan innan valborg. Handboken finns också som en webbplats, [tonårsparlören.se](http://tonårsparlören.se). På webbplatsen finns alla texter från boken på svenska, engelska och som ljudbok på svenska. Föräldrar kan beställa boken på [tonårsparlören.se](http://tonårsparlören.se).

På [iq.se](http://iq.se) finns material att ladda ner för dig som vill sprida och arbeta med handboken.

## Planera träffen

- Beställ boken och ladda ner det material du behöver på iq.se – förslagsvis en brevmall, PowerPoint-presentationen och de tio sammanfattande råden.
- Ladda ner filmen från tonårsparlören.se. Se till att rummet ni visar filmen i är mörkt och testa gärna att både ljud och bild fungerar i god tid innan träffen. Det finns inget värre än teknikstrul.
- Använd brevmallen för att göra en inbjudan, eller bjud in på annat sätt. Du känner din målgrupp bäst!
- Om möjligt, gör en kort sammanställning av aktuell statistik om ungdomars alkoholkonsumtion, 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 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! Eller varför inte popcorn för en härlig biokänsla.

## Förslag på upplägg under träffen

- Börja med att berätta om Tonårsparlören. Om du vill, ta hjälp av bilderna i PowerPoint-presentationen (laddas ner på iq.se) och eventuell aktuell/lokal statistik.
- Visa filmen.
- Lyft en fråga i taget och be föräldrarna diskutera dessa i grupp.
- Efter diskussionerna i grupp – reflektera tillsammans. Fråga gärna om diskussionerna på något sätt förändrat hur deltagarna tänker kring ungdomar och alkohol
- Dela ut utskriften 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 alla utgår från scenerna i filmen. Självklart väljer du själv om du hellre vill fokusera samtalet på något annat.

### Förhöret

- Hur gör du för att få din tonåring att prata om alkohol?
- Hur hanterar du information om ditt barns liv som du kanske inte var beredd på att få veta?

För samtalsledare: Uppmana föräldrarna att dela med sig av både tillfällena då det fungerat både bra och mindre bra.

Lista gärna de bra knep och strategier som föräldrarna delar med sig av på en tavla/blädderblock.

### Fasta tider?

- 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.

### Hjälp till att säga nej

- Vad har du för tips till din tonåring för att stå emot gruppträck?
- Hur pratar du med din tonåring om gruppträck?

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

## Föräldrafritt

- Hur mycket ska man oroa sig om ens barn är ensamt hemma en lördagskväll till exempel?
- Vad kan vara bra att tänka på innan man lämnar sin tonåring ensam hemma?
- Hur kan föräldrar hjälpa varandra när någons tonåring är ensam hemma?

För samtalsledare: Sträva efter att föräldrarna ska se fördelarna med att ta hjälp av varandra eller andra vuxna. Lista förslag och skriv upp på tavlan/blädderblock.

**Stort lycka till med träffen!**