

Gode råd til deg med en tenåring i huset.

1. Lag egne nettverk! Ring foreldrene til de 4-5 nærmeste vennene. Inngå avtaler dere i mellom. La det være en lav terskel for å ringe hverandre, ikke vent til problemene har oppstått. Du er ikke den eneste som synes dette er vanskelig. At "alle andre får lov", stemmer sjelden.
2. Ungdom med god selvfølelse står sterkere rustet til å ha egne meninger og våge å si nei. Det er lett å rose små barn, men ofte glemmer vi dem som er litt større. Husker du på å gi tenåringen ros og en klem?
3. Snakk med tenåringen din. Enten det handler om noe hyggelig, eller om skulking, øl, hasj, småkriminalitet eller enda mer alvorlige ting.
4. Bruk tid sammen. Foreldre og tenåringer er ofte bare sammen i noen få minutter pr. dag. Kjøring til og fra trening er bra, men ikke nok.
5. Pøs på med omsorg og kjærlighet. Vis at du er glad i tenåringen din.
6. Følg med. Misforstått respekt for "ikke forstyrr"-skilt på døren gjør at mange foreldre ikke aner stort om hva ungene driver med. Sørg for at du vet hvem tenåringen din er sammen med, og hva de driver med.
7. Vær tydelig og konsekvent og sett grenser, enten det gjelder lekselesing, innetider eller rusmidler. Ungdom både ønsker og har behov for at det blir stilt krav til dem. De må lære at de skal passe seg for sin egen skyld – ikke for andres. Begrunn reglene – ikke alt behøver å diskuteres.
8. Ta tenåringen med på råd for å finne løsninger hvis det er problemer.