

Men "alla andra får ju" ... inte alls

Jag skulle tro att vi är många föräldrar som hört den frasen i något sammanhang, och låter den främmande så lär den bli bekant i något skede. Känner du dig som en chaufför, hotellpersonal och bankomat samtidigt som du gör "allting" fel kombinerat med världskrig, kaos och harmoni?

Hållbar livsstil

farligheter och skjutsa upp destruktiva inslag genom att exempelvis hålla (sund) koll, samarbeta med

andra vuxna, skjutsa och hämta, stämma av övernattningar med kompisen föräldrar, komma överens med andra föräldrar om "sova hemma" perioder, undvika att ge mer pengar än nödvändigt. Nätverket ger mer kraft i att stärka sina argument i förhållande till sin tonåring och samtidigt gör det argument som att "alla andra får" betydelselösa. Föräldrauktoriteten stärks och tonåringen får lättare att acceptera. Vi behöver inse vår betydelse. De bryr sig om vad deras föräldrar säger fast det inte verkar så.

Vi behöver vara frikostiga med uppmuntran, visa respekt och ge dem skydd. Om vi på grund av dåligt samvete eller "vänlighet" bidrar för mycket till deras försörjning skapar det ett beroende som inte är bra för någon. Känslan av att "bli köpt" av sina föräldrar kan väcka förakt. Det är svårt att hitta en balans mellan att bry sig för lite och bry sig för mycket. Vi kan älska våra barn gränslöst utan att göra allt för dem.

Vi är många som tampas med i stort sett identiska upplevelser, dilemman och frågeställningar. Det är omöjligt att göra rätt i varje stund. Även vi vuxna hemsöks av känslostormar som kan liknas vid en "berg- och dalbana". I den ena stunden har vi fullt förtroende för det som sägs och i den andra stunden är vi skeptiska. Till vardagen hör att ta ställning till hur mycket frihet ska vi ge, hur mycket ansvar och anpassning bör vi kräva? Vi kan hjälpa oss själva genom att tänka att de växer varje dag, deras förmåga att använda sunt förnuft och sin känsla ökar när vi ger utrymme för det. De växer med lagom mycket ansvar.

Kanske är det dags att bilda en tonårsförälderklubb? Vi kan slå ihop våra kloka huvuden och börja samverka genom att bygga upp ändamålsenliga nätverk. Tillsammans blir vi säkrare och tryggare i hur vi ska förhålla oss till våra tonåringars upptåg utan att för den skull ge avkall på de egna värderingarna och föräldraskapet. Våra tonåringars humör växlar snabbt och de har själva svårt att hantera sina humörsvängningar. När självkänslan är hotad, blir reaktionen stark och det är inget specifikt för den unge utan ibegriper alla. Att vara tonåring är att vara i ett "ingenmansland", de är varken barn eller vuxna utan de är "sökare". Tonårsperioden är dagar då vi får en skytt av de vuxna personer som barnen är på väg att bli. Kraftfullt kan vara att vi vuxna ställer oss frågan om hur vi tillsammans kan rusta dem med de bästa redskapen så att de kan utvecklas tryggt under sin resa till vuxenlivet.

Tonåringen lever här och nu och det kortsiktiga tänkandet dominerar. Vi vuxna behöver stå bredvid och följa med utvecklingen, lyssna utan att vara alltför snabba med att ge råd. Låta dem prova på så länge det inte är verkligt olämpligt och direkt farligt. Vi kan ganska långt förebygga

Kompisgänget är nu otroligt viktigt och kan få oss föräldrar att känna oss överflödiga, faktum är att vi är lika viktiga nu som alltid. Gänget står för trygghet och gemenskap där tonåringen får sin självbild bekräftad. I gruppen utvecklas vänskap och lojalitet även om vi föräldrar kan tycka att det inte alltid sker på rätt sätt. I det här skedet är det för sent att börja uppfostra och "göra om" dem. Det är nu vi ser resultatet av vår egen insats som uppfostrare och det behöver vi ta ansvaret för.

Vi kan börja med att ta ansvar för våra handlingar, våra tidigare misstag och nuvarande situation och göra något konstruktivt av det. Det är fullt möjligt att som vuxen ändra sig själv, att lära sig nya saker och öppna upp för nya metoder. Ta stöd och hjälp av andra föräldrar. Vem har aldrig uttalat någon av följande fraser: "Det är för ditt eget bästa" eller "Du kommer att förstå när du blir vuxen". Aldrig? Föruftigt, för sanningen är att barnen är kompetenta redan nu! Att bli tagen på allvar är inte detsamma som att få rätt.

Använd Jag-budskap, det skapar kontakt medan Du-budskap skapar avstånd och bryter kontakten. Undvik att kategoriskt säga nej utan en motivering. Ibland blir vi svarslösa eller överrumplade i diskussionen. Säg då att du vill tänka igenom situationen först eller diskutera den med en annan vuxen. Undantag finns när

ställningstaganden inte behöver motiveras utan bara konstateras. Vi behöver vara tydliga med vad vi tycker är okej eller inte. Som exempel ett bestämt förhållningsätt kring alkohol och droger. Det hjälper även äldre syskon att sätta gränser gentemot yngre, exempelvis att vägra köpa ut. Det här blir också ett utmärkt tillfälle att som vuxen fundera över sina egna alkoholvanor, inte minst när man behöver skjutsa och hämta. Ställ dig frågan: Hur viktig är alkoholen i mitt liv? Tonåringarna är uppmärksamma på sådana saker.

Ogärna ska vi pracka på våra egna livserfarenheter, istället behöver vi lyfta fram deras tankegångar fast de på grund av begränsad erfarenhet har svårt att dra rätt slutsatser. Tonåringen behöver möta både ja och nej, och tränas i att hantera sin frustration och besvikelse. Förlåt är ett viktigt ord. Ibland säger vi fel eller gör fel. Vi kan omöjligt begära att tonåringen ska säga förlåt om vi inte kan göra det själva. Vi axlar alltid rollen som förebild oavsett om vi vill eller inte.

Tonåringen experimenterar med den verklighet vi vuxna befinner oss i, för att hitta sitt eget förhållningsätt till den. Det är trevande steg och hör till vuxen blivandet och hur vi än önskar annorlunda så startar den processen redan vid tolv-tretton års ålder och inte när man fyller arton. Som förälder vill man förmedla det man tycker att de ska ha med sig ut i livet. Det blir samtidigt en utmaning av ens eget liv eftersom tonåringen är duktig på att utmana bilden av oss själva. Kan det vara läge att ställa sig själv frågan: Hur mogen är jag och vilket liv vill jag uppmuntra till?



Jessica Eriksson

Hur kan vi göra bättre?

■ Jobba bort korrigeringsreflexen – vi behöver inte jämt tala om vad som är rätt och fel.

■ Bli en sparringpartner – stå kvar och fortsatt att reagera och uttrycka dina åsikter, men inte i uppfostrande syfte för att ändra på eller forma om.

■ Lyssna först och prata sen – de respekterar sällan gränser för att du kan argumentera för dem utan för att de respekterar dig som sätter dem (och risken för att det slår lock i deras öron minskar).

■ Frasen "Du fattar ingenting" är säkert bekant – ställ motfrågan: Vad vill du att jag ska fatta? Berätta för mig så jag fattar. Då gör du tonåringen

viktig inför sig själv och dig samtidigt som du utmanar vad han/hon menar.

■ Tydlighet om vad som gäller: Det här får du bestämma själv, det här kan vi förhandla om och det här är inte förhandlingsbart. Det visar också hur mycket de faktiskt själva får bestämma.

■ Nödvändiga regler? Det är upp till varje familj att besluta. Men det finns några grundläggande saker att förhålla sig till för tonåringens hälsa och utveckling: Sömn, mat, motion/rörelse, alkohol och droger samt skolarbetet.

■ Skapa föräldranätverk – ensam är sällan stark.

nyan.ax

MEDELANDE

I samarbete med **Diabetesföreningen på Åland r.f.** anordnar ÅHS

INFORMATIONSTILLFÄLLE för anhöriga, skol- och dagispersonal angående barn med diabetes typ 1.

29 AUGUSTI KL. 13-16 i ÅHS konferensutrymmen.

Passar som repetitionskurs eller för er som för första gången ska ta hand om ett barn med diabetes. Även andra intresserade är välkomna.

Ingen deltagaravgift. Anmälan senast 26.8 till marianne.osteraker@aland.net. Vid frågor kontakta Marianne 050-375 3540.

ANBUD



Lemlands kommun begär anbud på

Snöplogning

av kommunala- byggnadsplane- gc- samt privata vägar i Lemland under tiden 1.11.2013 – 31.3.2014.

Anbud inlämnas **senast 3.9.2013 kl 15.00** till kommundirektören i Lemland.

Anbudshandlingar och tilläggsinformation ger tekniska kansliet, tel 349 430

Tekniska nämnden

Ledigt annonsutrymme

Kontakta Nya Ålands annonsavdelning tel 23 444.

Nya Åland

LEDIGA PLATSER

Södra Ålands skoldistrikt

KHS

Följande vikariat lediganslås att sökas:

1. Ett moderkapsvikariat som **speciallärare** under tiden 31.8.2013 – 31.3.2014

2. Ett vikariat som **ambulerande lärare i musik** i lågstadieskolorna fram till den 22.9.2013 med eventuell förlängning. Intresserade ombedes kontakta rektor Gerts Friman omgående.

Upplysningar: Rektor Gerts Friman, 328 711, 04575267483, e-post gerts.friman@sahd.ax eller http://www.khs.ax/

Vikingaåsens skola

3. En elevassistentbefattning 24 vt för tiden 9.9.2013 – 6.6.2014 med eventuell förlängning.

Upplysningar: Skolförstärkare Bernt Isaksson, tel. 329711 eller bernt.isaksson@sahd.ax, http://www.vikingaasen.ax/

Ansökan skall inlämnas **senast den 2.9.2013**

Ansökningarna sänds till: Södra Ålands Högstadieskoldistrikt, skolvägen 5, 22150 JOMALA.

Den som blir vald skall lämna föreskrivet straffregisterutdrag Förbundsstyrelsen och kommunstyrelsen i Jomala

SÄLJES

AKTIELÄGENHET Grantorpsvägen 1, Mariehamn



Lägenheten om 56 m² är bekvämt belägen i markplanet utan trappor. Den består av kök med matplats, hall, vardagsrum, sovrum, badrum samt balkong mot söder. Fönster mot norr och söder. Rymligt kök med plats för matbord. Sovrummet har rikligt med garderober. Parkettgolv i hall och vardagsrum. Badrummet har uttag för tvättmaskin, renovering behövs. Elvärme. Bolagsvederlag: 112 e/mån. Bolaget består av 4 hus uppförda 1981, totalt 32 lägenheter. Skuldfritt bolag. Eget kallförråd. Egen bilplats med motorvärmarruttig. Gem. tvättstuga, bastu och cykelhus. Tillträde omgående efter avslut. Visning enligt överenskommelse.

Utgångspris 85 000 euro

Fastighetsbyrå **Karlsson** RFM

Norra Esplanadgatan 5, tel 15 675, fax 15 672
GSM 0457 522 1634, e-post: sok@aland.net, hemsida: www.sokarlsson.net

LEDIGA PLATSER

Carl Rundberg AB är ett åländskt skogsföretag med egen inköpsavdelning, sågverk och flisterminal. Vid sågen i Önningeby finns hyleri och miljöanpassad tryckimpregneringsanläggning för vidareförädling, samt kontor. Flisterminalen är belägen i Möckelö. Produkterna säljs på både på hemma- och exportmarknaden. Företaget grundades 1949 och omsätter ca 6,5 milj. euro årligen. Vi sysselsätter ca 40 personer. Mer utförlig företagsinformation finns på www.rundbergs.ax.

Till Trävaruhuset i Önningeby söker vi en

VIRKESFÖRSÄLJARE/MASKINFÖRARE

Du är serviceinriktad och har intresse för trä- och byggbranschen. Erfarenhet av liknande uppgifter är meriterande men inte ett krav. Körkort för lastbil är önskvärt.

Arbetet är ordinarie heltidsarbete med provotid.

Mer information om tjänsten ges av VD Jan Stenlund eller försäljningsledare Peter Sandberg, tel 32 950

Din ansökan jämte löneanspråk vill vi ha **senast den 2 september 2013** märkt "virkesförsäljare".

Ansökan skickas till Carl Rundberg AB, Önningebывägen 587, 22 140 Mariehamn eller per e-post: jan.stenlund@rundbergs.ax

Vi söker även en

SÅGVERKSARBETARE/MASKINFÖRARE

Arbetsuppgifterna består inledningsvis av intern transport med brädgårdstruck, för att senare också omfatta övriga sågverksuppgifter såsom sågning, ströläggning mm.

Du är en noggrann och flexibel person som kan arbeta självständigt och ansvarsfullt. Intern utbildning ordnas.

Arbetet är ordinarie heltidsarbete med provotid.

Mer information om tjänsten ges av VD Jan Stenlund eller sågchef Juha Harju, tel 32 950.

Din ansökan jämte löneanspråk vill vi ha **senast den 2 september 2013** märkt "sågverksarbetare".

Ansökan skickas till Carl Rundberg AB, Önningebывägen 587, 22 140 Mariehamn eller per e-post: jan.stenlund@rundbergs.ax



CARL RUNDBERG AB
ÖNNINGEBY SÅG, TEL. 32 950 VARD. 08-17, LÖRD. 09-13
www.rundbergs.ax