

Foreldre om sin rolle som rusforebyggere:

Den viktige balansegangen mellom kjærlighet og grenser

Å engasjere seg i ungdommens liv. Å snakke mye sammen og gjøre ting sammen. Å si tydelig i fra hvor grensene går. Å beskytte ungdommen og samtidig la de prøve ut og lære av erfaringer. Slik tenker en gruppe foreldre i Skien om sin rolle som rusforebyggere.

AV: HILDE EVENSEN HOLM, KORUS - SØR, BORGESTADKLINIKKEN

VI TREFFER Stine Hesmyr, Hilde Skaadel, Espen Behring, Linda Christensen Knudsen og miljøterapeutene ved Lunde barneskole, Renate Lysøbakk og Lene Melbye, til en samtale om ungdomstid, foreldreskap og rusforebygging. Alle har barn i 8. klasse på ungdomskolen. I fjor, i siste året på barneskolen, var denne foreldregruppen en del av programmet «Kjærlighet og Grenser» i regi av Kompetansesenter rus- region sør. Miljøterapeutene Lene Melbye og Renate Lysøbakk er sertifiserte instruktører i programmet. Dette er et rusforebyggende familieprogram med fokus nettopp på å forebygge ungdoms bruk av tobakk, alkohol og narkotika og det er et mål i programmet å styrke familiene. Hva tenker foreldrene nå ett år etter? Nå er «ungene» blitt ungdommer, hva tenker foreldrene om den ofte urolige ungdomstiden og om sin rolle som foreldre?

Å snakke sammen

- Jeg gruer meg til ungdomstiden setter inn for alvor, sier Linda Christensen Knudsen som er mamma til ei jente. Hun har ei aktiv idrettsjente som nå bruker mest tid på lekser, trening og venner. Men hvordan blir dette utover i ungdomsskoleårene, hvilke venner får hun og hva gjør jenta di når hun første gang tilbyes alkohol på fest? Tankene gir noen bekymringer for mor, medgir Linda, som sier hun forsøker å ha en nær relasjon, følge opp aktiviteter og hun håper at hennes ungdom vet at hun alltid kan ringe hjem og komme hjem om noe er vanskelig.

- Foreldreparet Hilde Skaadel og Espen Behring gir også uttrykk for at de er spente på ungdomstiden som ligger foran. De er begge opptatt av å ha en god kommunikasjon med datteren. – Jeg forsøker å snakke mye med henne om hva hun og vennene gjør og er opptatt av, og ta opp dette med bruk av alkohol eller andre rusmidler. Nå nylig leste vi i avisene om at unger ned i 11 års alder ruser seg på hasj i nabobyen vår. Da ble det veldig nært! Det var naturlig for meg å snakke med datteren vår om dette, hva tenkte hun om det, og at jeg sa noe om hvor skadelig det er, sier Hilde.

Alkohol og narkotiske stoffer

- Er dere først og fremst bekymret for narkotika- bruk eller er det alkohol dere frykter?

- Det er vanskelig at det er så mye ukjente narkotiske stoffer, det gjør oss usikre å høre om flytende GHB, ulike former for hasj og annen narkotika. En kan jo til og med bestille stoffer og få de rett hjem i posten! sier Espen Behring og må forklare til måpende foreldre hvordan syntetisk narkotika kan kjøpes på nettet. At ungdommene kan få sterke stoffer hjem bare ved noen tastetrykk på datamaskinen sjokkerer. Hva er foreldrenes rolle i forhold til dette, spør de seg og er tydelig bekymret for alt det ukjente rundt narkotika og ulike stoffer, og sier de syntes det er skremmende. Foreldrene er like fullt klar over at det er alkohol som brukes mest - av flest.

- Ungdom er jo forskjellig. Noen er mer spen-

ningsssøkende enn andre. Har du en ungdom som er spenningsøkende krever nok det andre type grenser og involvering fra oss voksne enn i andre tilfeller, mener Espen Behring. Han sier at han håper hans datter vil ha nok trygghet i seg til å stå imot et eventuelt press fra andre om å prøve narkotiske stoffer eller tidlig debut med alkohol.

Vennepress

- Jeg håper de vil stå opp for hverandre, sier Linda C. Knutsen og legger til at hun håper ungdommene har omsorg for hverandre. De andre foreldrene er enige i dette og sier de har vært opptatt av å danne gode foreldrenettverk som forhåpentligvis også vil gjøre det lettere som mor å ringe til en annen mor og si ifra om de har sett ungdommen deres i uheldige situasjoner eller om det er andre bekymringer. Kjenner jeg foreldrene er det lettere å ta den telefonen, sier Hilde Skaadel som medgir at det er en utfordring nå når ungene er i ungdomskolen i nye klasser som består av elever fra tre ulike bydeler.

Mannen hennes, Espen, sier det er en balansegang mellom å sette grenser og være tydelige som foreldre og samtidig gi rom for at barnet/ungdommene må få prøve ut ting og få litt «slakk». Vi kan jo ikke overbeskytte, før eller seinere kommer disse jentene i den situasjonen at de er sammen med venner, de er kanskje med eldre gutter som er gamle nok til å kjøpe alkohol, og så står ølflaskene eller rusbrusen der rett foran dem på bordet. Spørsmålet er hva velger hun da? Har vi klart å gi henne troen på at hun kan våge å ta egne valg, og tar hun gode valg? Vi må romme det hun velger, og vi må romme at ungdommene kan trå feil. Hun skal uansett kunne snakke med oss og vi skal være der og hente henne hjem om det er nødvendig, sier han.

Idrett og fritidssysler

Behring er opptatt av å være realistisk i forhold til hva ungdommene vil møte på og minner de andre om hvordan de selv hadde det som ungdommer, og når de selv drakk sin første øl. Selv var han rundt 15 og var på fotballcup da det skjedde. Vi må ikke være naive, sier han.

- Det er positivt og bra med aktive ungdommer som driver med idrett, er foreldrene enige

” – *Det er positivt og bra med aktive ungdommer som driver med idrett*

om, og oppfatningen er at dette også kan beskytte mot rusbruk. Ungdommene deres er så opptatt med trening og kamper i tillegg til skolearbeid at det blir lite tid til «å henge». Dette med gode foreldrenettverk, at foreldrene kjenner hverandre og snakker sammen er en del av både skole – og idrettsmiljøet, sier foreldrene. De tror det er bra også når barna blir ungdommer at foreldrene har en del kontakt med hverandre og at ungdommene vet at foreldrene tar en telefon til hverandre om det er uenighet om utetider el.l. Jeg ringer gjerne og dobbeltsjekker, sier Stine Hesmyr og sier hun legger vekt på å være tydelig på innetider og regler om bruk av pc.

Kommunikasjonen med ungdommene er alle foreldrene vi har samlet denne kvelden opptatte av, og de snakker seg imellom om hva som er det rette tidspunktet å ta opp rusbruk, kjæreste-forhold, og sex for eksempel. De er jo bare barn enda, når de er 13, sies det.

Renate, som har en gutt på 15, sier hennes erfaring er at det kan være lurt å ta opp ting tidlig. Det er lettere å få en dialog jo yngre de er, mener hun, og legger til at kanskje er det da lettere mer naturlig å ta spørsmålet opp på nytt etter en tid.

De voksnes alkoholvaner

- *Hva med egne alkoholvaner, er vanene påvirket av at dere har ungdommer?*

- Jeg er blitt mer bevisst dette etter at vi var del av Kjærlighet og Grenser i fjor, sier Hilde Skaadel. Hun sier hun ikke vil drikke så mye at hun blir beruset foran barna, det skal de slippe å se. Videre er det en tankevekker medgir de voksne, at en ved vår tids fokus på vin og kos muligens





Gode foreldrenettverk er viktig og nyttig, mener en engasjert foreldregjeng i Skien: Linda C Knutsen, Stine Hesmyr, Hilde Skaadel, Espen Behring, Renate Lysøbakk og Lene Melbye.

formidler til barna at dette er en viktig del av livet. Stine Hesmyr, som har delt omsorg for sin sønn, sier hun ikke drikker alkohol når han er hos henne, det føles ikke rett å sitte alene som voksen å drikke alkohol med barn i huset, sier hun. Mens Linda Knutsen forteller at hun har valgt å ikke drikke alkohol i det hele tatt.

18-års grensen

- *Ungdommene er 13-14 nå, når er det greit at ungdommene deres drikker alkohol?*

- Det er 18 års grensen som gjelder, er foreldrene enige om. Men igjen blir det fokus på ikke å være for godtroende og naive, og at det nok er realistisk at de fleste ungdommene smaker alkohol før den tid. Er det ok at det drikkes alkohol hjemme om ungdommene har venner på besøk, spør vi. Igjen vises det til 18 års regel og det summeres rundt bordet rundt dette med grenser. Kanskje er det en ide å være tydelig på hvilke regler som gjelder hjemme hos den enkelte familie, sies det og andre trekker fram betydningen av å være til stede og følge med, orke å være voksne! Bry seg og blande seg. Sette grenser samtidig som det må gis rom til å prøve ut og feile. Og det blir

latter rundt bordet da Renate på sin trønderdialekt slår fast at til tross for utfordringer og noen bekymringer er det «skamartig» å være tenåringsforeldre! ☒

Kjærlighet og Grenser

FAKTA

- » Er et systematisert, kunnskapsbasert, internasjonalt program som forebygger alkohol-, narkotika- og tobakksbruk blant tenåringer.
 - » Er rettet mot ungdommer og foreldrene deres
 - » Anbefales gjennomført i 7. eller 8.klasse
 - » Drives i tett samarbeid med skolen
 - » Bidrar i forhold til samarbeid hjem/skole
 - » Bygger gode foreldrenettverk
 - » Styrker ungdommens sosiale kompetanse
- Les mer på: www.borgestadklinikken.no

KONTAKTPERSON:

Eli Marie Wiig, KoRus –Sør: telefon: 99 16 56 68