

På månens baksida – tonåringen i vuxenvärlden, Spånga församlingsblad 2008

I serien Zitz kämpar tonåringen Jeremy med sina två medelålders föräldrar i en amerikans medelklassmiljö. De begriper inte honom och han kan inte förstå sig på dem. Situationerna blir både laddade och komiska.

I ett avsnitt ser man Jeremy svävande med en rymddräkt och i en bana kring månen. Han är på väg att försvinna runt månens baksida. Radiokontakten bryts med föräldrarna som sitter vid en markstation och mamman utbrister förfärad: ”Där gick han in i radioskugga. Nu får vi ingen kontakt med honom förrän han fyller 20”.

Seriestrippen är en underbart varm metafor för vad tonåren innebär för såväl ungdom som föräldrar. Vi tappar kontakten med varandra och resan blir skakig. Varför är det så?

System ur balans (KR)

De flesta av oss associerar tonårstiden som en jobbig tid då allting ställs på sin kant och balansen rubbas såväl kroppsligt som emotionellt och relationsmässigt. Man känner inte igen sitt barn längre och barnet har i sin tur svårt att känna igen och orientera sig i den gamla vardagen. Det är en tid då man utvecklas på väg mot att bli vuxen och att söka sin identitet, vilket också innebär att den identitet och jagstyrka man redan uppnått blir i någon grad upplöst och uppluckrat. Det ger möjligheter att forma något nytt, men det gör också tonåringen sårbar.

Kroppen förändras i rasande takt. Tonåringen jämför sig med andra och har lätt att tänka att det är något fel sig själv. Därför är det viktigt att finnas till hands och hjälpa den barnet till rätta med den förändrade kroppen: första menstruation, sädesuttömningar på natten, självuppfattning om den egna kroppen, fumlighet och ändrade röstlägen. Ha bara respekt för tonåringens integritet.

Andra relationer vid sidan om föräldrarna blir viktiga. Framst handlar det kompisar men också om andra vuxna. Därför är det viktigt att som förälder ha koll på vilka ens tonåring umgås med. Det är bra om hemmet är öppet och välkomnande för kompisar och vänner, på så sätt är det lättare att följa vad som händer i tonåringens värld. Ta också vara på möjlighet till bra kontakt med andra vuxna: lärare, konfirmandpräst och tränare. Konfirmationen betyder nya vuxenkontakter och en miljö för existentiella funderingar. Den är ett oerhört bra redskap för tonåringen att finna sig själv. Som förälder gäller det att inte fastna i avundsjuka hur andra personer blir viktigare. Samma konflikt uppstod mellan Jesus och hans föräldrar då han strax innan tonåren sökte sig till vuxna vid templet utanför familjen.

En okänd och bortglömd kontinent (KR)

Går man till den vuxna skönlitteraturen så slås man av hur få tonårsskildringar det finns. Det är som om vi har svårt att beskriva och minnas den del av vårt eget liv. För många är det lättare att tala om start och mål: barndom och vuxenliv.

Ändå är det här en tid av livet man inte enbart ska beklaga och gnälla över. Tonårstiden är en intensiv del av livet som bjuder på många spännande erfarenheter. Vi gör att allt intensivt och omåttligt. Man sover till eftermiddag. Själv läste jag alla böcker av Pär Lagerkvist på en månad och kom fram till att livet inte var värt att leva. Men det gick över, som det mesta gör under denna tid.

Mer problematiskt blir det i mötet med alkohol, droger och tobak. Tonåringen måste få pröva sig fram. Men kroppen är ännu inte redo att ta emot de starka gifterna. Oskyddad sex kan också få konsekvenser för resten av livet. Sätt gränser för vad du tillåter. Men blir inte heller panikslagen om gränser bryts. Asocialt beteende i tonårstiden behöver inte alls innebära att det är så här man kommer att vara resten av sitt liv.

Överge inte tonåringen (KR)

Det man får tillbaka som vuxen förälder är en ung människa med många spännande tankar. Det är gott att se den egna personligheten ta nya tag och komma fram till egna värderingar. Tonårstiden är en del av livet att njuta av. Tankarna är kreativa och integriteten värd respekt. Det skiftande humöret och aggressiva avvisandet av gamla föreställningar leder ofta till att vi vuxna drar oss undan med en känsla av sårad stolthet och osäkerhet. Kanske tycker man också att barnet nu är så stort att man själv kan börja tänka på sin egen fritid och de vuxna behov som fått stå tillbaka så länge. Men då har man lite för bråttom. Lämna inte tonåringen ännu! Var vaken på kvällarna när de kommer hem sent. Res inte bort flera dagar utan barnen. Finns i hemmet och ta strid om regler och tankar.

Ibland överger vi föräldrar våra tonåringar genom att släppa på vår egen självrespekt. Vi måste finna oss i att bli kritiserade, men kan gott bita tillbaka och kräva respekt också för våra värderingar och personlig integritet. Glöm inte bort att tonåringen ständigt sneglar på vuxenvärlden och söker efter mönster att identifiera sig med. En tonårstjej får inte behandla sin mamma som hon vore en nolla. Det mår ingen av de berörda bra av.

Skammen är tonårens gigant bland känslor (KR)

Eftersom man söker sin identitet under tonårstiden är man då också extremt känslig för att vara utanför, inte duga eller vara fin nog. Detta är en tid man jämför sig med andra, vilket det kommersiella samhället ständigt söker dra nytta av. Undvik att ironisera och raljera över din tonåring. Tala respektfullt om henne och honom inför andra. Utsätt dem inte heller för offentligheter de inte känner sig bekväma med. En tonåring är inte en galjonsfigur på familjens skepp som man ska förvänta sig vara föglig och underdånig. Tala om för dem att de duger och fortfarande är älskade (men gör det i rätt sammanhang!). Ge dem gärna också lite av din beundran.

Det är lätt att lägga sig till med ett ”snart-kommer-de-på-att-jag-är-en-bluff-känsla” som tonåring, vilken också kan bli bestående, när det gäller kroppsuppfattning, prestationer och relationer. Som förälder känner man sig ibland maktlös inför dessa negativa känslor. Det bästa vi kan göra är att vara närvarande, älskande och att ännu några år vänta med vårt eget förverkligande.

Det finns en fördom som utgår ifrån att tonåringen ska vara vilsen, deprimerad och nedstämd. Det stämmer inte alls. Är din tonåring nedstämd ledsen så beror det på något. Bry dig om det. Och kräv också av vården att de ska bry sig. Ibland blir jag skrämmd hur vårdcentraler viftar bort, inte minst, tonårspojkars nedstämdhet. Man förvägrar dem både terapi och medicin när de som bäst skulle behöva.

”Dagens ungdom....” (KR)

Det är lätt att moralisera över tonåringen och tonårstiden. Alla meningar som börjar med ”Dagens ungdom...” innehåller ofta negativa utsagor som handlar om bortskämdhet och oförsämdhet.

Det var inte bättre förr. Det har alltid varit så här. Men vi vuxna har en skrämmande tendens att glömma bort tonårstiden. Det är väl därför vi är så rädd för den också. Tvärtom tycker jag att vi fått tonåringar som är mer mogna och frimodiga än tidigare. Svenska lärare har nog mer problem med stökiga klasser, men de har också tillgång till en generation som har lätt för att knyta an och dela med sig av egna tankar.

Ibland skapar vi problem genom att dra alla 14, 15, och 16-åringar över en kam. Detta är den tid under utvecklingen som de individuella skillnaderna är som störst. En femtonåring kan både vara tre år äldre eller yngre än sin biologiska mognad. Gnäll inte över tonåringen som vore de en grupp! Se honom eller henne som en egen individ på en kraftfull resa, du själv en gång gjorde men tyvärr glömt bort alldeles för mycket av.

Jakob Carlander

Bra information för både föräldrar och tonåring kan man få på Vårdguiden, som publiceras på nätet av Stockholms läns landsting: www.vardguiden.se, där finns också viktiga länkar att kunna använda sig av.