

Att relatera till en tonåring

Det är stor skillnad på hur vi förhåller oss till våra barn beroende på hur gamla de är. Vissa principer är naturligtvis allmängiltiga.

Ettåringen behöver kanske fortfarande den emotionella, nära anknytningen, "attachment", till sin vårdnadsgivare, bl a som en modell för framtida relationer. Tonåringen behöver andra saker, men i botten finns anknytningen kvar.

Din femtonåriga dotter kommer till dig och säger: "Jag behöver prata med dig om en sak". Kors i taket, du är en förälder som lyckats på något vis. För tonåringen kommer inte till sin förälder om hon inte känner att denne är en person hon kan och vill gå till. Och det beror på hur du har bemött henne under de första 15 åren. Att du har relaterat på ett sätt som gör att hon känner att du är en person värd att prata med. Och det gäller att ta tillvara tillfället - klippkortens tid är förbi, nu gäller individuell biljett och personlig invitation. Det gäller alltså att genom åren behandla sitt barn så att hon känner att du är en person som hon nu kan och vill vända sig till med sina problem. Förslagsvis möter du henne som en riktigt nära och högt värderad vän och pratar därefter. Visar att du är glad att hon vill komma till just dig. Talar inte om för henne vad hon "borde" tycka, känna och göra. Allt man "borde" göra men inte kan eller vill göra medför bara att man känner sig "fel", och då är man fel. "Du borde..." = "du är fel" för ett normalt barn.

Du kan inte längre uppfostra henne, däremot kan du vara sparringpartner och fyrhorn. Ge råd? Kanske någon enstaka gång, med stor försiktighet, men vanligen inte. Hjälp henne istället med den inre dialogen. Tänk högt: "Det var ett knepigt problem, tycker jag. Jag är glad att jag inte måste fatta detta beslut. Men jag kan gärna tala om hur jag själv tänker om det". Beskriv sedan din inre dialog, ärligt och ned både de för- och nackdelar du kan se med de olika alternativen. Därefter kan du möjligen kosta på dig att säga att du antagligen skulle göra så eller så, men var noga med att det är bara vad du själv skulle göra. Därmed lägger du ut det du har att säga "på bordet", för henne att syna och överväga om hon vill ta med sig, nu eller senare. Därefter ber du henne berätta hur hon själv ser på frågan, och uppmuntrar hennes inre dialog. Om du ber henne berätta först finns risk att hon låser sig vid sin uppfattning och inte kan ta till sig din, av risk för att tappa ansiktet. Härigenom har du behandlat henne likvärdigt, med värdighet och med respekt för hennes integritet, uppmuntrat hennes personliga ansvarstagande genom att be henne själv komma med förslag och själv varit genuin och autentisk. Allt detta ökar chansen för att hon ska vilja komma tillbaka till dig nästa gång hon tycker att hon behöver det.

Om er relation nu är sådan att hon inte kommer till dig och vill prata? Kanske har ni inte lyckats odla en sådan relation där det är möjligt. Vad göra? Prova med uppriktighet. Säg att du är ledsen för att ni inte har den relation du skulle önska, och ta ansvar för det. "Jag förstår nu att jag kunde ha gjort en del saker bättre och varit en bättre pappa för dig, och det är jag ledsen för. Men jag skulle vilja ändra det, och jag skulle vilja att du och jag har en bättre relation. Vad vill du? Jag skulle gärna höra från dig hur jag kan vara en bättre pappa till dig, om du kan tänka dig att berätta för mig."