



TIL DEG MED BARN I 5.-7. KLASSE

Alkohol, særlig øl og vin, har blitt en større del av det sosiale samværet med venner og familie. For mange er alkohol en kilde til nytelse og glede. Samtidig forårsaker alkoholbruk betydelige folkehelseproblemer i samfunnet.

Av og til nytes alkohol med barn til stede. Hvert femte barn/unge mellom 8 og 19 år har opplevd det ubehagelig når en eller flere av deres foreldre/foresatte har drukket alkohol (Blå Kors/ IPSOS 2019). Samme andel synes at deres foreldre generelt skulle drukket mindre alkohol.

Blå Kors ønsker å få foreldre og foresatte til å reflektere omkring eget og andres alkoholbruk og hvordan det kan påvirke barn. Hensikten er å begrense mulige skadevirkninger knyttet til alkohol.

Det er utviklet seks brosjyrer om tematikken «Barn, foreldre og alkohol.» Innholdet omhandler tiden fra graviditeten til barnet går på ungdomskolen.

Les mer på blakors.no/bevisteforeldre



Blå Kors Norge
Storgata 38, 0182 Oslo
22 03 27 40
www.blakors.no



Hva lurer barn på?

Om barn, foreldre og alkohol

BARN ER NYSGJERRIGE PÅ DET MESTE, OG NOEN VIL GJERNE UNDERSØKE ELLER SMAKE PÅ ALT.

Kanskje har barnet ditt allerede spurt:
«Hva drikker du? Er dette alkohol? Kan
jeg få smake? Jeg har lært på skolen at
alkohol er farlig. Hvorfor drikker du?».

I denne alderen kan barn tenke logisk om
abstrakte situasjoner, de utvikler evne til
kritisk tenkning og forstår at ting kan være
annerledes og sannheter kan betviles.

Med tanke på barnets forhold til alkohol
senere i ungdomsalderen, er det viktig å
ta godt imot barnas spørsmål og gi ærlige
svar.

Vær ærlig med barna dine og forklar
hvordan du og din nærmeste familie/
venner forholder dere til alkohol og
hvordan det påvirker dere.

Barn tåler alkohol dårligere enn voksne.
Å la barn smake alkohol har ingen hensikt.
Alkoholloven sier tydelig at det ikke bare
er forbudt å skjenke eller selge alkohol til
mindreårige, men også å utlevere alkohol
til mindreårige.

Du bør også være bevisst på barnas opp-
levelse når du eller andre voksne drikker.
Barn bør slippe å være på vakt og bli
utrygge fordi voksne rundt dem drikker for
mye alkohol. La fritiden være avslappen-
de og hyggelig også for barnet, la barnet
være i fokus.

GI BARNNA INNTRYKK AV AT DET ER OK Å SPØRRE OG Å SNAKKE MED DEG OM ALKOHOL.

Dersom du vil vite mer om temaet,
se **blakors.no/bevissteforeldre**

SPØRSMÅL TIL REFLEKSJON:

- Hvilke tanker har du gjort deg når
det gjelder bruk av alkohol rundt
barn?
- Har du eller andre du kjenner noen
ganger fått smake på alkohol når de
var barn? Hva tenker du om det?
- Hva kunne du ønske å endre eller
påvirke med tanke på alkohol i det
miljøet du og barnet ditt lever/er
i akkurat nå?
- Hvilke tanker får du når du leser
følgende sitat:

”Jeg gleder meg ikke til helg,
for jeg gruer meg til du skal drikke”

Bruker av Blå Kors Kompasset
- et terapistilbud til unge fra hjem
med alkohol-/rusproblemer