



SUNDHEDSSTYRELSEN



Når forældre drikker for meget

Til forældre



***Der er hjælp at få til alle i familien
– fordi det både berører børnene og de voksne***

Alle forældre vil det bedste for deres børn

.....
Mange børn lever med en far eller mor, der drikker for meget. Men der er hjælp at få til alle i familien.

Når forældre drikker for meget, er det svært for dem at give børnene det, de har brug for. Alkoholen kommer imellem børnene og forældrene.

Nogle børn viser, at de har det svært. De er triste, har hovedpine, mavepine, søvnproblemer, mareridt, har svært ved at koncentrere sig og kommer måske let i konflikt med andre.

Andre børn ser velfungerende ud, selvom de har det svært.

NÅR FORÆLDRE DRIKKER

Det ved vi i dag

- Børn føler, at de mister forældrenes opmærksomhed, når forældrene drikker.
- Børn går glip af gode og hyggelige oplevelser med forældrene.
- Børn bliver utrygge ved den forandring, der sker med forældrene, når de drikker.
- Børn tør ikke invitere kammerater med hjem.
- Børn taler ikke om problemet, hverken i eller uden for familien.
- Børn bliver ensomme.
- Børn ved, når deres forældre drikker for meget – også små børn ned til 3-4-års-alderen.
- Børn tror, det er deres skyld, at forældrene drikker.
- Børn overtager ofte forældres forpligtelser – et ansvar, der er alt for stort.
- Børn føler, det er deres ansvar at få forældrene til at holde op med at drikke.
- Børns største ønske er, at forældrene holder op med at drikke.

.....
VI VED OGSÅ

– at hele familien kan få det bedre, når både børn og voksne får hjælp gennem alkoholbehandling.

.....
Det er vigtigt for både børn og forældre, at et for stort forbrug af alkohol er noget, man taler om og arbejder på at ændre.

Sådan kan forældre og børn få hjælp

Det virker:

- at forældre, pædagoger og lærere taler sammen om, hvordan de bedst kan hjælpe børnene
- at pædagoger og lærere giver børnene daglig støtte i daginstitutionen og skolen
- at forældre får hjælp til at ændre forbruget af alkohol
- at forældre og børn får hjælp til at tale om alkoholproblemet, og hvordan de fungerer sammen i familien.

Her kan forældre og børn få hjælp

- På det kommunale alkohol-behandlingssted, det kræver ikke henvisning
- I socialforvaltningen
- Hos egen læge.

Find de børne-familiesagkyndige på www.naarmorogfardrikker.dk

Tilbuddene rundt om i landet kan også findes på www.alkolinjen.dk