

KRUS

Forum for kvalitetssikring og utvikling av rusforebyggende arbeid i kommunene.



ÅLESUND
KOMMUNE

Grafisk produksjon: Hustrykkeier/Ålesund kommune Illustrasjonsfoto: Scanpix



Småbarnsforeldre og rusmiddel

Du er den første og viktigste læreren for barnet ditt



90% av voksne i Norge bruker og/eller misbruker rusmiddel, hovedsaklig alkohol.

Det viktigste forebyggende arbeidet vi voksne kan gjøre er kanskje å legge om vår egen bruk av rusmiddel?

Når foreldre drikker alkohol eller bruker andre rusmidler, opplever barnet at foreldrene endrer væremåte lenge før den voksne kjenner seg ruset. Endringer skaper utrygghet hos barnet.

“Barn spør ikke hvor mye du drikker.
De spør heller ikke hva du drikker.
De opplever hvordan du blir”.

Tenk over dette:

- ➡ Hva tenker dere er annerledes når det gjelder deres forhold til bruk av rusmiddel etter at dere har fått barn?
- ➡ Hva slags forhold til rusmiddel ønsker dere å ha som foreldre med omsorg for barn?
- ➡ Er dere villige til ikke å bruke rusmiddel på dager da slike tradisjonelt/ofte blir brukt, når dere har ansvar for barn?
- ➡ Er det i enkelte sosiale sammenhenger problematisk ikke å nyte rusmiddel?
- ➡ Ville dere ha overlatt barnet deres til en barnevakt som er ruset?
- ➡ Hvem kan kjøre bil dersom noe uforutsatt skjer, f.eks sykt barn?

NB! Med "Rusmiddel" menes her både alkohol og narkotiske stoff.