

Alkohol, og særlig vin, har blitt en større del av det sosiale samværet med venner og familie, og det drikkes stadig oftere med barn til stede. Forbruket er doblet på ti år både blant voksne og hos ungdom.

*Bevisste foreldre – en god start* er et forebyggingsprogram utviklet av Blå Kors. Vi ønsker foreldre som er bevisste på sammenhengene mellom egen bruk /egne holdninger og barnas forhold til alkohol, for å begrense de skadevirkningene vi vet er en følge av et økende alkoholforbruk.

Denne brosjyren er nummer to i en serie av fire brosjyrer rettet mot foreldrene fra før barnet blir født og ut barneskolen.

## **BEVISSTE FORELDRE - EN GOD START**



### **Blå Kors Norge**

Besøksadresse: Storgaten 38, Oslo

Postadresse: Postboks 4793 Sofienberg, 0506 Oslo

Telefon: 22 03 27 40 Fax: 22 03 27 41

[www.blakors.no](http://www.blakors.no)

Org. nr. 971 233 419

*KLP forsikring og Blå Kors Norge har et gjensidig samarbeid om et tryggere oppvekstmiljø for barn og unge.*

**BARN I FØRSKOLEALDER**  
**INFORMASJON TIL DEG MED**

# **ENDRET OPPFØRSEL PGAALKOHOL SKAPER UTRYGGHET HOSBARN.**

**VISSTE  
DU DET?**

[www.bevissteforeldre.no](http://www.bevissteforeldre.no)

# SMÅ BARN REAGERER STERKERE ENN DE FLESTE TROR

**Voksne blir annerledes** når det drikkes alkohol: Blidere enn vanlig, sintere enn vanlig, snakker mer enn vanlig, er tausere enn vanlig, forandrer stemmen eller har rart blikk. Barna reagerer fort på endret oppførsel hos mor og far, de tror det er noe galt og blir lett redde og utrygge. Voksne tror at terskelen for at barna skal merke noe er langt høyere enn den faktisk er.

**I førskolealderen** er barna som mest sensitive overfor sine foreldre. Et godt råd er å spørre seg selv hvordan barna reagerer på ens egen oppførsel.

**Barns adferd senere i ungdomstiden** er i stor grad resultat av læring og påvirkning helt fra de første leveårene.

Dersom du vil vite mer om temaet, se [www.bevissteforeldre.no](http://www.bevissteforeldre.no)

«Barn spør ikke hvor mye du drikker. De spør heller ikke hva du drikker. De opplever hvordan du blir.»

*Fagsjef og psykologspesialist  
Frid Hansen, Borgstadklinikken*

«Det handler om alt fra at det trygge blir utrygt og det koselige blir ekkel, til virkelig store problemer.»

*Spesialkonsulent Inger Amalie Lyster, Bli Kors Norge*

«Barn reagerer negativt på voksnenes alkoholbruk lenge før man kan karakterisere drikkingen som fyll.

Godt dokumentert forskning viser at barna trives best med edru voksne.»

*Daglig leder Trine Stensen Lund, Akokutt*



Foto: Studio Appell

SMÅ BARN HAR VELUTVIKLEDE ANTENNER.