



Trondheim kommune
Postboks 2300, Sluppen
7004 Trondheim



TRONDHEIM KOMMUNE

Kjære mamma/pappa

Jeg trenger deg som en trygg base og som en trygg havn.

Jeg trenger deg til å støtte min utforskning ved

- ♥ å passe på meg
- ♥ å glede deg over meg
- ♥ å hjelpe meg
- ♥ å ha det fint med meg

**Jeg trenger deg også til å ta imot meg når jeg
kommer til deg ved**

- ♥ å beskytte meg
- ♥ å trøste meg
- ♥ å glede deg over meg
- ♥ å hjelpe meg med å organisere
følelsene mine

**Hilsen barnet ditt
(Circle of Security)**

Vil du vite mer om barn og alkohol gå inn på: www.vfb.no
(voksne for barn) www.borgestadklinikken.no og www.avogtil.no

pii13390 - Layout og print: Grafisk senter, Tk • Mai 2015



Foreldrerollen - alkohol og andre rusmidler

Snakk med oss på helsestasjonen dersom dere har utfordringer knyttet til bruk av alkohol og/eller andre rusmidler i familien.

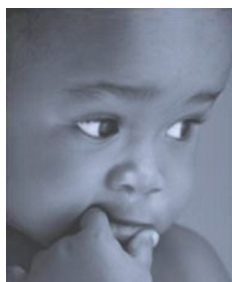
Det å få hjelp tidlig, kan gjøre en stor forskjell for barnet.

Det å be om hjelp når man har utfordringer i foreldrerollen, er også å være en god forelder.

Selv om de voksne ikke opplever at alkoholbruket går utover barnet, kan barnets opplevelse være en annen..

Vi vet at det er mange barn som får utfordringer senere i livet, fordi de har levd med rusmiddelbruk som har vært belastende for dem.

Barn har behov for en hverdag preget av omsorg og forutsigbarhet. Når voksne har utfordringer i sitt eget liv, påvirker dette også deres evne til å gi omsorg til barnet.



Spørsmål til refleksjon

Hva tenker du/dere er annerledes nå når dere har fått barn, når det gjelder bruk av alkohol?

Har dere snakket om hvordan dere vil ha det i forhold til eventuell alkoholbruk i deres familie?

Hva vet du/dere om reaksjoner barn kan få når de voksne bruker alkohol?

Når tenker du/dere at alkohol kan være en belastning for små barn?

Dersom barnevakten hadde møtt opp påvirket av rusmidler, hvordan ville du / dere ha reagert da?

Mange foreldre har minner eller opplevelser fra egen oppvekst som påvirker eget forbruk. Hvordan er det for deg?

(bruk tid til å diskutere dette med partner eventuelt andre)

