

Grib ind - 5 gode råd!

Det kræver kun én voksen at ændre et barns liv.

Grib ind, selv om det kan føles grænseoverskridende.

Du kan blive den voksne, som skaber ændringen i et barns liv.

1. Del din bekymring

Fornemmer du, at der bliver drukket for meget i en børnefamilie, så stol på din fornemmelse.

Tal med lærere, pædagoger eller andre tæt på barnet, og hør, om de deler din bekymring.

Og om de eventuelt allerede er i dialog med familien. Mange børn er gode til at skjule deres problemer, så måske er det din opringning til skolen, der får lærerne til at reagere.

Goddag. Jeg ringer, fordi jeg er bekymret for et barn, der går på jeres skole.

2. Tal med barnet

Uanset om fagpersoner allerede arbejder på at hjælpe familien, så kan barnet have brug for at tale med andre om situationen derhjemme. Tag hul på snakken, og vis, at du bekymrer dig om barnet. Brug enkle ord, og stil ikke for mange spørgsmål. Forsøg ikke at komme med løsninger, men fortæl i stedet, hvad du ser og tænker, så I får hul på snakken.

Jeg kan se, at du er bekymret for din far, er det rigtigt?

3. Giv frirum

At tale med dig kan være et frirum, hvor barnet kan lukke frustrationer, sorg og vrede ud.

Skab en tryk atmosfære med få forventninger, hvor barnet kan være sig selv.

Giv konkrete råd til at takle situationen.

Lad os snakke sammen om, hvad du kan gøre, hvis mor er fuld, når du kommer hjem.

4. Styrk barnet

Giv barnet styrke ved at vise anerkendelse. Forklar, at der er andre børn i samme situation, men at du ved, at det ikke er en rar situation. Fortæl, at svære tanker og følelser er helt naturlige.

Snak også om, hvad barnet kan gøre for at føle sig mere tryk derhjemme.

Hvad er det bedste, du kan gøre for dig selv, når far har drukket?

5. Tal med forældrene

Forældre med alkoholproblemer elsker deres børn ligesom andre, så tag den vigtige snak uden at fordømme.

Fortæl, at du er bekymret for dem og deres familie og gerne vil hjælpe dem med at få hjælp.

Jeg kan se, at I har det svært for tiden, og jeg er bekymret for jer. Har I brug for at tale med nogen, så I kan få hjælp? Jeg vil gerne hjælpe med at finde den rigtige hjælp til jer.