



# RUS

## Mål for økta:

- Barna får kjennskap til kva rus er, og at rus kan påverke vaksne sin veremåte og evne til å ivareta barn. Barna skal få forstå at dei aldri har skuld eller ansvar for at vaksne ruser seg, og at det er lurt å fortelje om det til andre vaksne når dei kjenner seg utrygge.

## Sjå på bildet og snakk saman om det de ser:

- Kva ser vi på dette bildet? Kvifor søv den vaksne? Kva er alle flaskene? Kvifor er kjøleskapet tomt for mat? Korleis trur du ungane har det når det er slik heime?

## Snakk generelt med barna om kva rus er:

- Vaksne brukar nokon gongar drikke med alkohol i, som for eksempel vin og øl. Nokon kan bruke tablettar eller narkotika også, for å forandre korleis dei kjenner seg i kroppen. Det heiter rus. Når vaksne har rus i kroppen kan dei bli rolege og sløve, eller dei kan bli tøysete og rare, og nokre blir også bråkete og sinte. Oftast blir vaksne berre litt rusa når dei er saman med barn, men barn merkar det ofte godt likevel, fordi dei vaksne forandrar seg. Dei blir annleis i stemma, blikket, kroppen og måten å vere på. Det er lov og vanleg for vaksne å drikke litt vin og øl. Men mange barn likar ikkje så godt at dei gjer det.

## Fortel barna korleis det kan vere når foreldre strevar med rus:

Alle barn har rett til å bo i ein familie der vaksne passar på barn. Der barna får klede og mat, og har det trygt og godt. Dessverre er det ikkje alltid sånn i alle familiar. Nokre foreldre har det så vondt inni seg at dei brukar veldig mykje rus. Desse foreldra legg ikkje alltid merke til at det går ut over familien og barna sine. Dei meiner ikkje å vere slemme, men det dei gjer er ikkje bra.

Når foreldre ruser seg så masse som pappaen på bildet, kan barn oppleve at det ikkje er mat i huset når dei er svoltne. Eller at dei ikkje har klede til å ha på seg i barnehagen. For mange av pengane til familien blir brukt til rus, og det blir lite igjen til det barna treng.

Barn som har det sånn har det ikkje bra. Dei prøver så godt dei kan å gjere dei vaksne sin jobb; dei ryddar, prøver å finne mat å ete, kanskje passer dei søskena sine, og gjer sitt beste for å ta vare på familien sin. Men dette er ikkje barna sin jobb. Barn skal ikkje ha det ansvaret, vaksne skal ta vare på barn, barn skal ikkje ta vare på vaksne.

Nokre av desse barna trur også at det er deira eigen skyld at foreldra er slik. At dei har gjort noko galt, eller at dersom dei berre klarar å gjere alt rett så vil foreldra bli betre. Slik er det ikkje. Det er aldri barn sin skuld.

Det beste barn som bur med foreldre som ruser seg kan gjere for å få det betre, er å fortelje korleis det er heime til andre vaksne, for eksempel til oss vaksne i barnehagen. Det er heldigvis mange som kan hjelpe familien når det er slik. Nokre barn har fått vite at dei må halde det hemmeleg, men det er feil. Det er best også for foreldre å få hjelp, for å ha det sånn heime er ikkje bra for nokon.

Heldigvis er det ikkje så mange barn som har det sånn. Mange foreldre kan drikke litt alkohol av og til, og klarer likevel å ta vare på barna sine. Så barn treng ikkje bli redd om dei ser alkoholflesker heime. Men barn trenger å vere trygge og å få mat og sånn. Så derfor er det viktig at barn veit at dei har lov å be andre vaksne om hjelp dersom det ikkje er trygt og godt heime!