



Hvor mange glass
tåler barnet ditt?

Hvor går grensen din?
Diskuter alkoholbruk
rundt barn og unge på
facebook.com/avogtil



AV·OG·TIL 
UTEN ALKOHOL

INNHold

<u>INNLEDNING</u>	<u>2</u>
OM AV-OG-TIL	2
OM RESSURSDOKUMENTET	2
<u>NOEN HOVEDPUNKTER</u>	<u>3</u>
<u>PRIMÆRFOREBYGGING OG TOTALKONSUM</u>	<u>4</u>
TOTALKONSUMTEORIEN	4
PREVENsjONSPARADOKSET	4
<u>SESONGVARIASJONER I NORDMENNS ALKOHOLFORBRUK</u>	<u>5</u>
<u>ALKOHOLENS VIRKNING PÅ KROPPEN</u>	<u>8</u>
<u>ALKOHOLBRUK I SAMVÆR MED BARN OG UNGE</u>	<u>9</u>
<u>BARN TRIVES BEST MED EDRU VOKSNE.....</u>	<u>11</u>
ALKOHOLKONSUM MED BARN.....	12
SITUASJONEN I 2013/2014.....	13
VOKSNE ER VIKTIGE ROLLEMODELLER	14
SOLIDARITET OG KONSEKVENSER.....	17
<u>HVOR MANGE GLASS TÅLER BARNET DITT?</u>	<u>18</u>

INNLEDNING

OM AV-OG-TIL

AV-OG-TIL arbeider for godt alkovett i hverdagen. Bak organisasjonen står politiske partier, offentlige virksomheter, faglige- og frivillige organisasjoner. Ved å sette fokus på situasjoner der alkohol utgjør en særlig risiko eller kan være til ulempe for andre, bidrar AV-OG-TIL til å redusere de uønskede følgene av alkoholbruk i samfunnet og gjøre hverdagen tryggere for alle.

Godt alkovett handler om å tenke seg om før man drikker. Derfor har vi definert syv situasjoner hvor alkohol utgjør en særlig risiko. Disse situasjonene er: **arbeidsliv, båt- og badeliv, graviditet, idrett og friluftsliv, samvær med barn og unge, livskriser, trafikk.**

Se mer på www.avogtil.no

OM RESSURSDOKUMENTET

Dette ressursdokumentet inneholder bakgrunnsmateriale som kan være relevant for pressearbeidet og fungere som en faglig forankring for kampanjen *Hvor mange glass tåler barnet ditt?*

Deler av dokumentet kan bli brukt som utgangspunkt for pressemeldinger, og det er derfor ikke ønskelig at dokumentet distribueres eksternt, til andre enn de som er involvert i kampanjen, så lenge pressearbeidet pågår. Dette er spesielt viktig for statistikk som er nye av året.

NOEN HOVEDPUNKTER

I Stortingsmeldingen "Se meg!" fra 2012 anslås det å være 50 000 til 150 000 barn i Norge som bor sammen med foreldre med et risikofyllt alkoholkonsum. Det vil si om lag 4–5 prosent av barn og unge under 18 år, avhengig av hvilke kriterier man legger til grunn for et risikofyllt alkoholkonsum. Norske studier av rusavhengige i behandling viser at 11–12 prosent lever sammen med barn under 18 år.

Det er mange gode argumenter for at også mennesker som ser på seg selv som "normaldrikkere" bør tenke seg om når det kommer til alkoholbruk rundt barn og unge. Som dette dokumentet viser er dette en kompleks problemstilling. Her er noen hovedpunkter som AV-OG-TIL framhever i sin argumentasjon rundt emnet.

- **Barn trives best med edru voksne**

Barn som ser foreldrene sine ruspåvirket, liker det som regel ikke selv om det skjer sjelden. Det kan være vanskelig for barna å forstå hvorfor vi endrer oss når vi drikker og det kan oppleves som utrygt. Barn trives best med edru voksne og ønsker se foreldre som oppfører seg som de pleier.

- **Barn merker en endring tidligere enn vi voksne tror**

«God stemning» i sosiale sammenhenger betyr ikke alltid det samme for voksne og barn. Barn merker raskere at vi forandrer oss når vi drikker alkohol enn det vi tror. Etter noen glass kan det være vanskelig for oss voksne å bedømme hvordan vi oppfattes av de små. I motsetning til oss voksne kan ikke barna velge å forlate festen når de vil.

- **Barn lærer av foreldrene**

Holdninger til alkohol etableres tidlig i livet, og voksne er viktige rollemodeller for sine barn. Det er en klar sammenheng mellom foreldrenes alkoholbruk og hvor mye barna kommer til å drikke senere i livet. Ungdom vil ofte teste grenser og går gjerne lengre enn sine foreldre når det gjelder rusmidler.

- **Noen barn kan reagere**

Selv om man som forelder kjenner sine egne barns historie vet man ikke alltid hvilke historier andre barn har med seg. Det som er greit for ditt barn kan virke utrygt for unger som har opplevd vanskelig ting i sammenheng med voksnes drikking. Når barn og unge er tilstede kan det derfor være en god ide å tenke seg ekstra godt om i forhold til alkoholbruk.

PRIMÆRFOREBYGGING OG TOTALKONSUM

AV-OG-TIL er opptatt av at vårt arbeid er faglig forankret. Her er forklaring på noen av kjernebegrepene vi legger til grunn for vår forebyggingstankegang.

TOTALKONSUMTEORIEN

Kjernen i AV-OG-TILs tankegang og arbeid er basert på totalkonsumteorien. Ifølge denne er det en mindre del av befolkningen som drikker mesteparten av alkoholen som drikkes i samfunnet. Som en tommelfingerregel sier man at de 10 prosentene av befolkningen som drikker mest, drikker rundt halvparten av all alkoholen. Og den halvparten av befolkningen som drikker minst, står for mindre enn 10 prosent av alt alkoholforbruket. Denne skjeve fordelingen bekreftes av en rekke studier gjennomført i forskjellige land. Videre er det slik at hvis gjennomsnittsförbruket i befolkningen øker, øker også antall personer som drikker svært mye alkohol. Hvis for eksempel gjennomsnittsförbruket i befolkningen dobles, skjer det nesten en firedobling i antallet storforbrukere. Denne fordelingen er relativt stabil og gjentar seg fra samfunn til samfunn, uavhengig av gjennomsnittlig förbruksnivå og drikkekultur. Dette betyr at selv om det er fullt mulig å tenke seg at alle kan drikke «forsvarlig», vil det ikke være slik. Noen vil drikke lite, og andre vil drikke mye, og jo mer det drikkes i samfunnet, desto flere vil drikke mer enn forsvarlig.

PREVENSJONSPARADOKSET

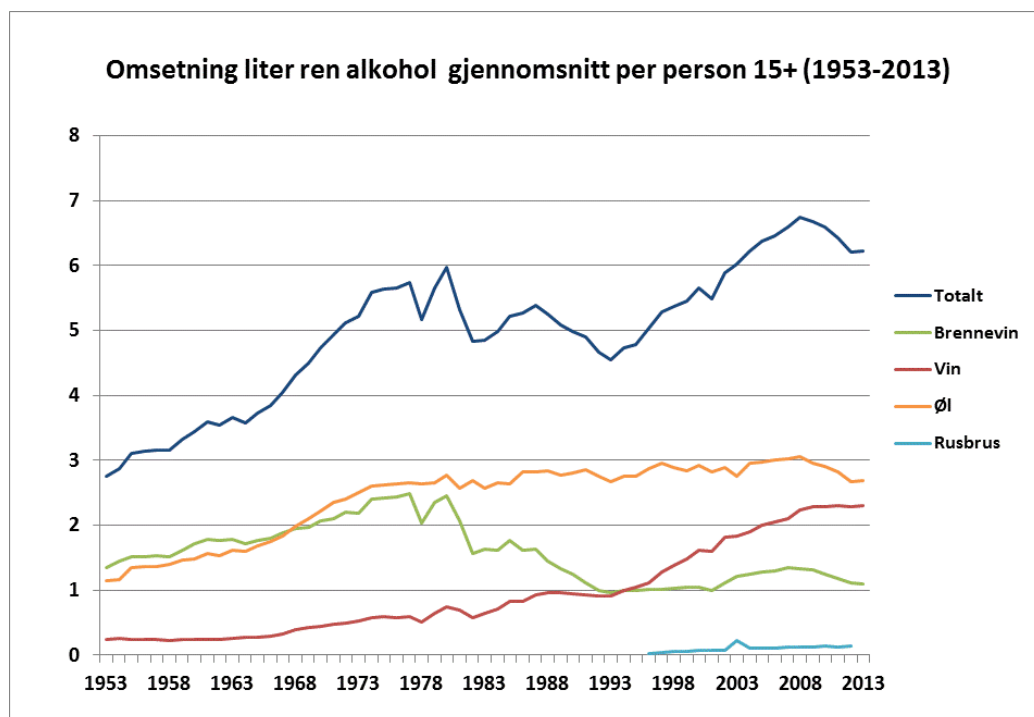
En del av problemene som oppstår på grunn av alkoholbruk, går ut over de som drikker spesielt mye. Dette gjelder særlig kroniske sykdommer man får av å drikke mye alkohol over lang tid, for eksempel skrumplever. Hvor utbredt slike helseproblemer er, avhenger selvfølgelig av hvor mange i samfunnet som jevnlig drikker mye over lang tid. Men en stor del av skadene som oppstår, skjer med de som drikker mer moderat, ikke først og fremst storforbrukerne. Det kommer av at de mer akutte alkoholrelaterte skadene skjer som følge av måten man drikker på. Så lenge det er slik at en stor del av det vi drikker, skjer i forbindelse med fyll, vil omfanget av akutte skader, uro og vold, familieproblemer etc., være en konsekvens av hvor mye vi gjennomsnittlig drikker. Prevensjonsparadokset (eller forebyggingsparadokset) går derfor ut på at siden det er så mange flere forholdsvis moderate konsumenter enn storkonsumenter i befolkningen, og fordi også moderate konsumenter drikker seg beruset og opplever problemer i forbindelse med sitt alkoholforbruk, vil summen av alkoholproblemene for de moderate konsumentene overstige summen av

problemene for storforbrukerne. Derfor er det slik at hvis man skal redusere det totale forbruket, så må man henvende seg til hele den alkoholbrukende befolkningen – ikke bare et mindretall med åpenbare alkoholproblemer.

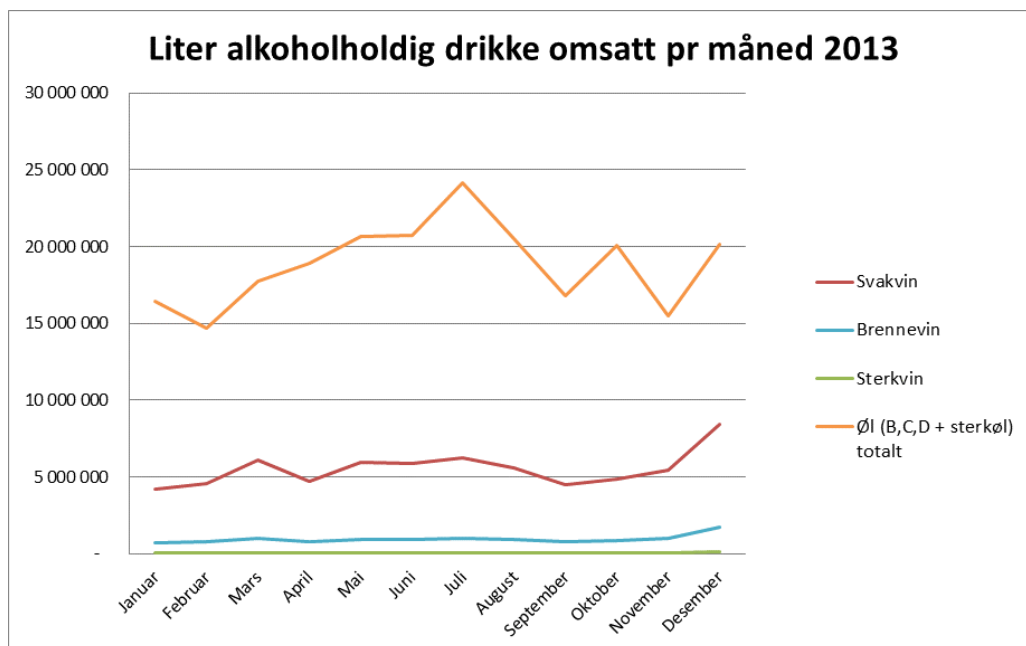
SESONGVARIASJONER I NORDMENNENS ALKOHOLFORBRUK

Alkoholomsetningen i Norge har, sett under ett, hatt en jevn stigning siden andre verdenskrig. Fra 1960-tallet til i dag har vi nesten fordoblet alkoholomsetningen i Norge. De siste tiårs økning kan delvis forklares med bedret økonomi og økt antall serveringssteder, i tillegg til en viss endring i befolkningens alkoholvaner. Alkoholomsetningen har de tre siste par årene gått noe tilbake, men det er tendens til at det nå kan ha stabilisert seg.

Tall fra Statistisk Sentralbyrå viser at det i 2013 ble omsatt totalt 25,6 millioner liter ren alkohol (antall alkoholliter). Dette fordelte seg på 11,1 millioner liter øl, 9,5 millioner liter vin, 4,5 millioner liter brennevin og 0,6 millioner liter rusbrus (alt omregnet til alkoholliter). Fordelt på befolkningstallet, så drakk gjennomsnittlig hver innbygger over 15 år totalt 6,22 liter ren alkohol. Grafen under viser også gjennomsnittsberegning av ren alkohol per person over 15 år, andel fordelt på henholdsvis brennevin, vin, øl og rusbrus.



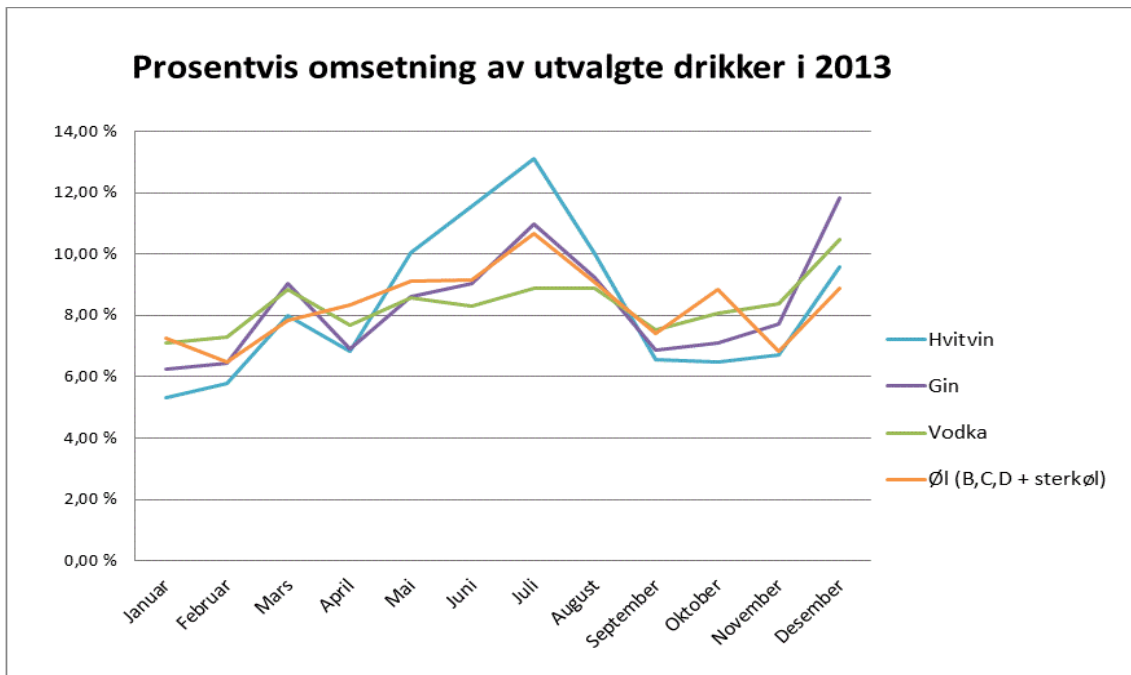
Nordmenns alkoholforbruk er ikke konstant i løpet av et år, og en rekke viktige faktorer bidrar til at folk drikker mer eller mindre. Slike faktorer er tilgjengelighet, pris og fri fra forpliktelser, for eksempel ved ferie. Grafen viser omsetning av alkohol i vareliter, og bygger på tall fra Bryggeriforeningen og Vinmonopolet.



Statistikk publisert på www.bryggeriforeningen.no og www.vinmonopolet.no for 2013. (Alkoholholdig øl inkluderer klasse B, C, D og sterkøl, mens klasse A og vørterøl er utelatt)

Vi ser at øl er i særklasse den mest omsatte drikken med en topp på 24,1 millioner liter solgt i juli måned og et totalt salg ca. 226,5 millioner liter.

Svakvin selges jevnt over hele året (ca. 66,4 millioner liter) med en salgstopp på 8,4 millioner liter i desember. Brennevin og sterkvin har også jevne salgstall, totalt ca. 11,5 millioner liter brennevin og ca. 634 000 liter sterkvin, men med en markant sesongtopp i desember.



Figur 1: Statistikk publisert på www.bryggeriforeningen.no og www.vinmonopolet.no for 2013, gjort om til prosent for å se sesongvariasjon. Et utvalg produkter.

Figur 2 viser hvordan omsetning av et utvalg alkoholholdig drikke fordeler seg prosentvis gjennom året, her i en graf som bedre illustrerer den klare sesongvariasjon som er i løpet av et år. De fleste drikkesorter har markante toppe, ved påske, i sommermånedene og ved juletider. For eksempel selger hvitvin best om sommeren med opp mot 35 prosent av omsetningen i løpet av juni-august.

Grafene fanger ikke opp alt norsk forbruk av alkohol. Sesongvariasjonene ville sannsynligvis ha vært enda tydeligere dersom omsetning gjennom andre kanaler enn vinmonopolet, som tax free-omsetningen og innsmuglede varer hadde vært inkludert i statistikken.

ALKOHOLENS VIRKNING PÅ KROPPEN

Uansett om man drikker mye eller lite har alkohol en direkte innvirkning på kroppen. Kvinner tåler mindre alkohol enn menn, og kroppsvolum har også noe å si for hvordan kroppen tåler og bearbeider alkohol. Generelt blir man ofte høyrøstet og mindre konsentrert med alkohol i kroppen. Korttidshukommelsen hemmes og evnen til kritisk refleksjon reduseres. Virkninger kan også omfatte økt impulsivitet og aggressivitet.

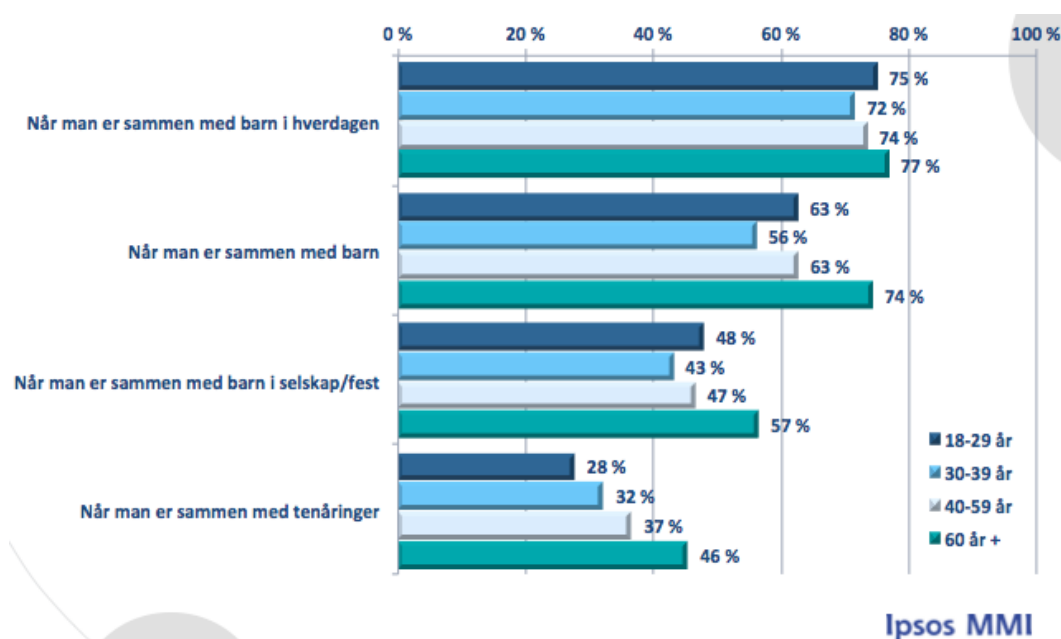
- Ved promille opp mot 0,5 føler man seg ofte lettere påvirket.
- Mellom 0,5 og 1 i promille blir man kritikkløs og risikovillig,
- Over 1 i promille blir balansen dårligere, uklar tale og motorikken svekkes. Man blir trøtt og kan oppleve kvalme.
- Over 1,5 i promille får de fleste problemer med hukommelsen.
- Ved høyere promille nedsettes bevisstheten og pustesenteret i hjernen kan hemmes. Oppkast er vanlig. Promille over 3 kan være dødelig.

Hvor lenge rusen varer, hvilke forventninger en har til rusen og om en er vant til å drikke, vil påvirke reaksjonene. Hvis en rus varer lenger enn noen timer, kan man utvikle toleranse slik at man ikke føler seg så påvirket selv om promillen er høy. I tillegg er det store variasjoner fra person til person. En og samme person kan også oppleve stor variasjon fra gang til gang, avhengig av andre fysiske og psykiske faktorer. Noen blir aggressive, voldelige og selvdestruktive under alkoholpåvirkning.¹

¹ "Virkninger av alkohol" Folkehelseinstituttet: www.fhi.no/

ALKOHOLBRUK I SAMVÆR MED BARN OG UNGE

Det er stor enighet i befolkningen at man bør være varsom med alkohol når man er sammen med barn og unge. Seks av ti voksne mener at man bør la være å drikke alkohol i samvær med barn. Kvinner støtter alkoholfritt samvær i større grad enn menn. De som er mest liberale til alkoholkonsum med barn finner man i stort sett i byer, og blant grupper med høy utdanning og inntekt.



(Tall i prosent basert på Ipsos MMI undersøkelse august-mars 2013/2014. Totalt er det hentet inn 7676 intervju.)

Det er en klar tendens til at folk oppfatter at det er viktig at barn skjermes for alkohol i hverdagen. Oppslutningen om dette er gjennomgående høyere enn for samvær med barn generelt. Det er tilsvarende tydelig at folk tenker annerledes om alkoholkonsum når man er sammen med barn i selskaper og fest.

AV-OG-TIL har de senere årene hatt et sterkt fokus på barnets perspektiv i møte med voksnes alkoholkonsum. Et sentralt element i arbeidet er forholdet mellom voksnes behov for frihet og nytelse og barns behov for trygghet og omsorg. Voksne velger selv om, og eventuelt hvor mye de vil drikke når de er sammen med barn. Barn og unge har i mindre grad mulighet til å velge seg ut av situasjoner der omsorgspersoner drikker.

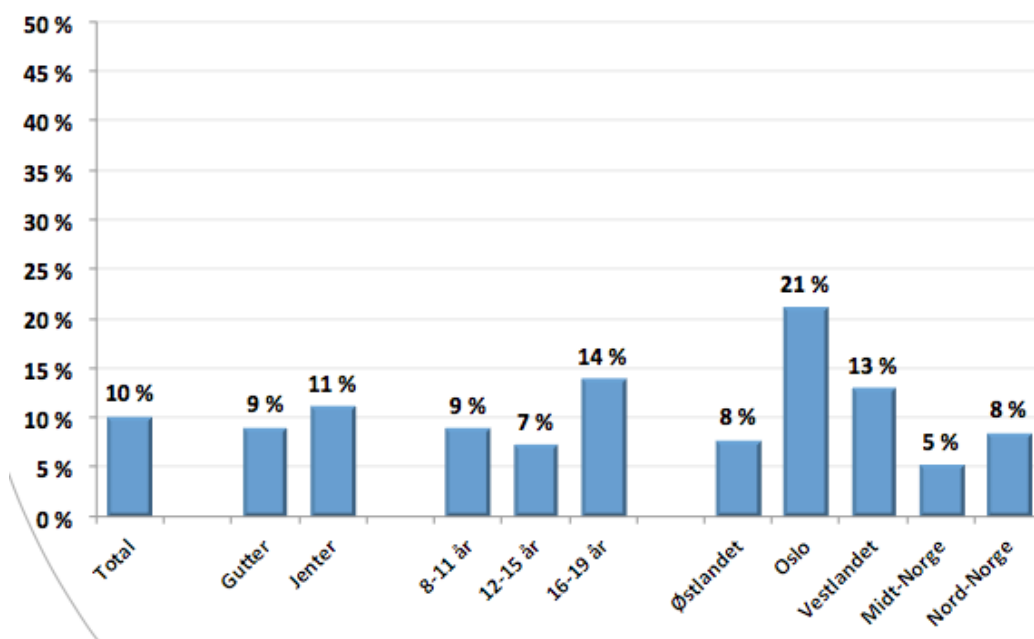
Vårt arbeid har fire hovedbegrunnelser:

- **Trivsel:** Barn som ser foreldrene sine ruspåvirket, liker det som regel ikke selv om det skjer sjelden. Det kan være vanskelig for barna å forstå hvorfor vi endrer oss når vi drikker og det kan oppleves som utrygt. Barn trives best med edru voksne og ønsker se foreldre som oppfører seg som de pleier.
- **Økt konsum med barn:** Fra 1960-tallet til i dag har vi nesten fordoblet alkoholomsetningen i Norge. Det har blitt mer alminnelig med alkohol, også i hverdagen, samtidig som vi har holdt fast på det norske drikkemønsteret med høyt alkoholkonsum med rus, særlig i helgene. Dette påvirker også barnas hverdag, for eksempel ved at det blir vanligere å ha barna med i situasjoner der det drikkes alkohol.
- **Læring:** Holdninger til alkohol etableres tidlig i livet, og voksne er viktige rollemodeller for sine barn. Det er en klar sammenheng mellom foreldrenes alkoholbruk og hvor mye barna kommer til å drikke senere i livet. Ungdom vil ofte teste grenser og går gjerne lengre enn sine foreldre når det gjelder rusmidler. Klare alkoholregler fra foreldrenes side vil være med på å utsette debut og redusere alkoholbruk hos barn og unge.
- **Solidaritet:** Voksnes alkoholbruk kan påvirke barn negativt og mange bærer på vonde minner. Selv om man som forelder kjenner sine egne barns historie vet man ikke alltid hvilke historier andre barn har med seg. I sosiale sammenhenger der barn er tilstede kan det derfor være en god ide å vise solidaritet ved å ikke drikke alkohol.

BARN TRIVES BEST MED EDRO VOKSNE

AV-OG-TIL foretok i 2014 en undersøkelse hvor vi spurte barn og unge selv hva de synes om foreldrenes drikking. Dette gjorde vi fordi vi er svært interesserte i å virkelig forstå barnas perspektiv når det kommer til en tematikk som ofte kan være tabubelagt. I undersøkelsen svarte 76 000 (10 %) av barn og ungdom i alderen 8-19 år at de noen gang har ønsket at foreldrene drakk mindre alkohol.

Andelen var signifikant høyere i aldersgruppen 16-19 år, (14 %) samt blant barn og ungdom i Oslo (21%).



Har du noen gang ønsket at foreldrene dine drakk mindre alkohol?

(Ipsos MMI Barne og ungdomsundersøkelsen 2014, 851 intervju i aldersgruppen 8-19 år)

Som vi skal se i avsnittet om foreldre som rollemodeller så viser forskningen at barn sosialiseres inn i alkoholkulturen av sine foreldre (Windle, 1996)², og lærer alkoholbruk av sine foreldre³ Det kan være vanskelig for barn å bedømme sine egne foreldres alkoholbruk. Barn som blir spurt om å rapportere hvor mye foreldrene drikker, undervurderer forbruket⁴ Et interessant funn er at barn hvis foreldre drakk for å unnsnippe vanskelige følelser reagerte mer negativt på lukten av alkohol enn barn hvis foreldre ikke hadde slike motiver for å drikke, uavhengig av mengden alkohol⁵ I vårt

² Windels, M. (1996) Effects of parental drinking on adolescents. *Alcohol Health and Research World*, 20, 181-184.

³ Zucker, R. A. et al. (2009). Developmental processes and mechanisms. Age 0-10. *Alcohol Research and Health*, 32, 16-29

⁴ Engels, R.C.M.E et al (2007) Correspondence in collateral and self-reports on alcohol consumption: A within-family analysis. *Addictive Behaviors*, 32, s 1016-1030.

⁵ Mennella, J. A. & Forestell, C.A. (2008) Children's hedonic responses to the odors of alcoholic beverages: A window to emotions. *Alcohol*, 42, 249-260.

arbeid understreker AV-OG-TIL at dersom barn selv for velge vil de i stor grad foretrekke at foreldrene er edru og oppfører seg som de pleier.

ALKOHOLKONSUM MED BARN

I 2012 ble det gjennomført en undersøkelse av Ipsos MMI på vegne av AV-OG-TIL som undersøkte folks holdninger og forbruk av alkohol sammen med barn. Undersøkelsen avdekket en rekke interessante perspektiver når det kommer til hvordan vi forholder oss til alkohol sammen med barn. Det viser seg at ganske mange (16%) har oppfattet andre foreldre som beruset i situasjoner hvor barn har vært til stede. Det er imidlertid kun halvparten som oppgir at de selv har blitt beruset. Vi opplever også at andre foreldre har et mer problematisk forhold til alkohol enn det vi har selv. En lav, men jevn andel sier at de har vurdert å ikke la barna overnatte hos besteforeldre på grunn av besteforeldrenes alkoholvaner. 21 prosent av befolkningen (808 000 personer) mener at det ikke er greit å drikke alkohol med barn under 18 år tilstede. Det klare flertallet mener det er greit av og til.⁶

Oppsummerte funn fra undersøkelsen gjennomført av Ipsos MMI oktober-november 2012. Undersøkelsen besto av 1954 intervju av voksne over 18:

- 311 000 (8 %) oppgir at de selv er blitt beruset i situasjoner der det ble drukket alkohol med barn til stede. Nesten dobbelt så mange (601 000, dvs. 16 %) sier at de oppfattet andre foreldre som beruset!
- 6 % sier at de har oppfattet besteforeldre som beruset, mens 12 % sier at de oppfattet andre familiemedlemmer som beruset.
- 528 000 foreldre har opplevd andre foreldres alkoholvaner som problematisk.
486 000 har opplevd besteforeldre eller andre nære familiemedlemmers alkoholvaner som problematisk.
- En lav, men jevn andel oppgir at de på et eller annet tidspunkt har vurdert å ikke la barna overnatte hos andre på grunn av deres alkoholvaner:
- 126 000 har vurdert å ikke la barna overnatte hos venner (pga. alkoholvanene til vennenes foreldre)

⁶ Ipsos MMI på vegne av AV-OG-TIL i tidsperioden 18.oktober – 6. November 2012

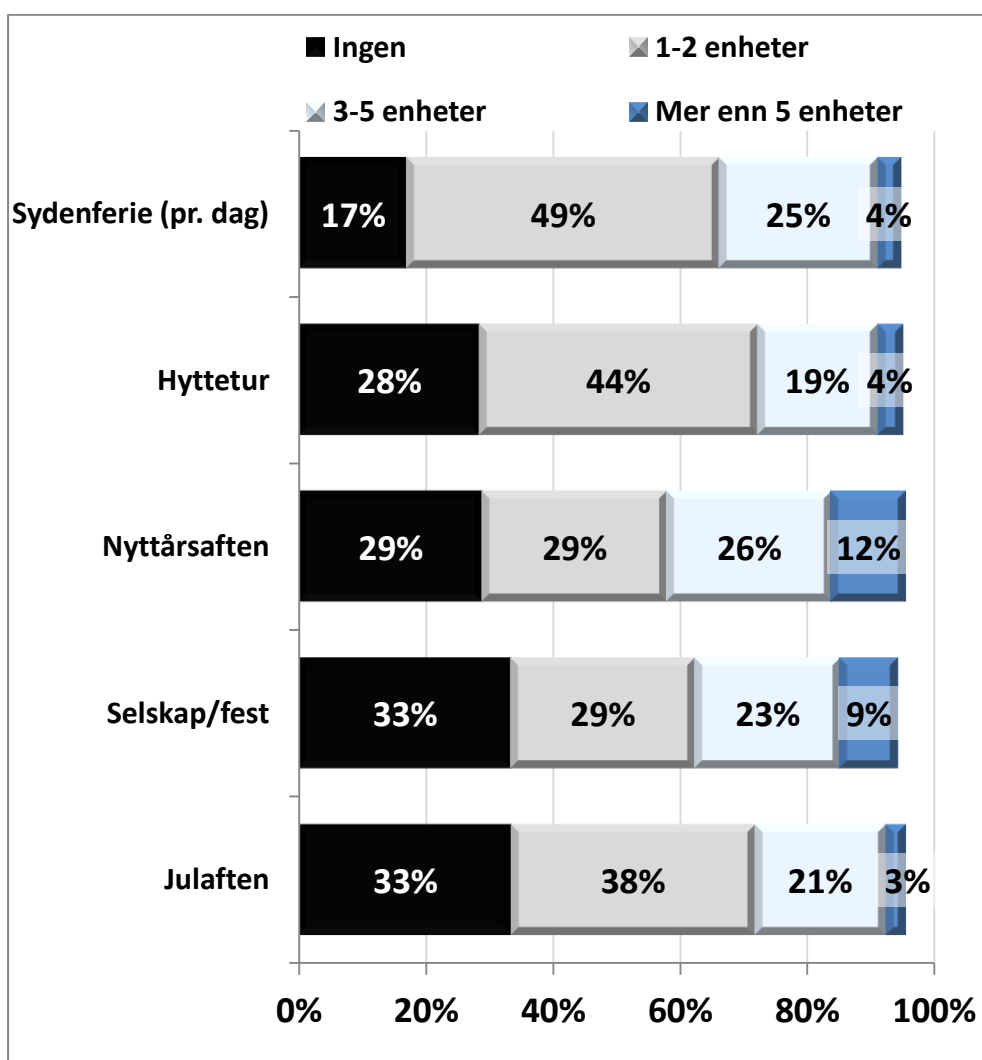
I 2013 undersøkte vi litt nærmere hvilke holdninger voksne hadde til alkohol på sommerferie når de er sammen med barn. Hovedfunnene samsvarte i stor grad med undersøkelsen fra 2012.

819 000 personer (20%) oppfattet andre foreldre som beruset når det ble drukket alkohol med barn og ungdom til stede sist sommerferie. 504 000 (12%) oppfattet annen nær familie som beruset, mens 475 000 (12%) oppgir at de selv ble beruset. Omtrent 1 000 000 (26%) drakk alkohol for å slappe av sist sommerferie de var sammen med barn og unge. 864 000 (22%) drakk alkohol til lunch en eller flere ganger, mens 151 000 (4%) drakk mer alkohol enn planlagt.

Over en halv million (13%) diskuterer alkoholbruk sammen med familie/reisefølge i forkant av sommerferien. Familier med barn under 18 år diskuterer i større grad alkoholbruk enn familier uten barn under 18 år. På Østlandet utenom Oslo er ja-andelen signifikant lavere enn resten av landet, kun 9% diskuterer alkoholbruk før sommerferien.

SITUASJONEN I 2013/2014

Siste undersøkelse fra Ipsos MMI i 2014, viser at så mange som tre av fire mener at man bør la være å drikke alkohol når man er sammen med barn. Likevel drikkes det ofte og mye sammen med barna. Her er en oversikt over når det drikkes mest.



Hvor mye drakk du sist du var i følgende situasjon med barn og unge? (Ipsos MMI Webundersøkelse 2014, 5365 intervju av voksne over 18)

VOKSNE ER VIKTIGE ROLLEMODELLER

Foreldre og lærere er de voksne som representerer kontinuitet i unge menneskers liv, i alderen hvor viktige vaner og uvaner etableres, og de representerer samtidig de voksne som har potensial til å være gode rusforebyggere. Foreldre er også de som har den mest ekte interessen av at det går barna vel⁷.

Internasjonal forskning viser at foreldrenes holdninger og regler i stor grad påvirker tenåringsbarnas drikkevaner.⁸

Ideen om å «lære» ungdom å drikke gjennom å servere dem alkohol hjemme før de har fylt 18 år eller la dem få med seg alkohol på «fest», kan kanskje virke plausibel, men i praksis ser dette ut til å virke mot sin hensikt – selv om det praktiseres med de beste intensjoner. Både drikking hjemme og drikking utenfor hjemmet var forbundet med problemer med senere alkoholbruk i en longitudinell studie utført av Van der Vorst, Engels og Burk (2010), og om ungdommene drakk sammen med sine foreldre, fikk veiledning i hvordan de skulle drikke, eller drakk sammen med sine bestevenner, gjorde ingen forskjell. Artikkelforfatterne konkluderte med at hvis foreldre ønsker å redusere faren for at deres barn blir storforbrukere av alkohol senere, er det viktigere å utsette debutalderen enn å «veilede dem» i hvordan de skal drikke.⁹

Det viser seg også at det har stor betydning hvorvidt foreldrene klarer å formidle holdninger om alkoholvaner¹⁰. Særlig sterk er sammenhengen mellom foreldres holdning til sine barns alkoholvaner og bruken av alkohol blant ungdom.¹¹ En rekke forhold ved familien har innvirkning på ungdommers alkoholbruk. Hvem ungdom bor sammen med har betydning for de unges alkoholbruk. Ungdom som bor sammen med begge foreldre drikker sjeldnere enn de som bor sammen med en av foreldrene.¹² For voksne er det sterk sammenheng mellom egen høy utdanning og eget høyt alkoholkonsum¹³, og det viser seg også at foreldres utdanning har innvirkning på deres barns alkoholbruk. Jo høyere utdanning mor har, jo høyere andel av ungdommene har drukket alkohol¹⁴.

⁷ Foreldrerollen i rusforebyggende arbeid (Bergensklinikkene 2004)

http://www.bergenclinics.no/bk_archive/Klyve%20Forebygging.pdf

⁸ [Tidsskrift for Norsk Psykologforening, Vol 49, nummer 10, 2012, side 946-949](#)

⁹ Van der Vorst, H., Engels, R. C. M. E. & Burk, W. J. (2010). Do parents and best friends influence the normative increase in adolescents' alcohol use at home and outside the home? *Journal of Studies on Alcohol & Drugs*, 71, 105–114.

¹⁰ F. eks Pedersen, Willy, "Bittersøtt", 1998 / Hawkins J. D., Graham J. W., Maguin E. et al. Exploring the Effects of Age of Alcohol Use Initiation and Psychosocial Risk Factors on Subsequent Alcohol Misuse. *Journal of Studies on Alcohol* 1997; 58: 280-90.

¹¹ Storsvoll, E.E. & Pape, H. (2007) Ungdom, foreldre og rus. I: Wichstrøm, L. & Kvaalem, I.L.(red) Ung i Norge: Psykososiale utfordringer, s. 161-172, Oslo, Cappelen Akademisk forlag

¹² Amundsen E.J. (2005) Alkohol- og tobakksbruk blant ungdom: Hva betyr innvandrerbakgrunn? SIRUS, skriftserien nr. 5/2005.

¹³ Strand, B.H. og Steiro, A. (2003) Alkoholbruk, inntekt og utdanning i Norge 1993-2000. *Tidsskrift for Den Norske Lægeforening*; 123(20): 2849-53.

¹⁴ Amundsen E.J. (2005) Alkohol- og tobakksbruk blant ungdom: Hva betyr innvandrerbakgrunn? SIRUS, skriftserien nr. 5/2005.

Ihlebak og Amundsen¹⁵ har gjort en studie som viser en klar sammenheng mellom foreldres alkoholvaner og hvorvidt ungdommer rapporterte å ha drukket alkohol siste år eller ikke. Blant de ungdommene som oppga at en eller begge foreldre drakk alkohol, hadde 63 % drukket alkohol selv. Blant de ungdommene som oppgav at foreldrene aldri drakk alkohol, hadde bare 28 % drukket alkohol selv. Studien gjaldt ungdom med ulik etnisk bakgrunn (vestlig/ikke-vestlig/muslimsk), og det var signifikant sammenheng mellom at ungdom drakk alkohol og at foreldrene gjorde det (mor drakk/far drakk/begge drakk) i alle de tre etniske grupperingene¹⁶.

Foreldrenes holdning til ungdommens alkoholbruk kan også påvirke det faktiske forbruket til ungdommene. Ihlebæk og Amundsen fant at de fleste ungdommene, uansett bakgrunn, hadde inntrykk av at foreldrene deres ikke ville at de skulle drikke alkohol. Blant ikke-vestlige og muslimske foreldre var det vanligere å snakke med barna sine om hvor farlig det var å drikke alkohol, enn blant vestlige foreldre. I alle tre gruppene var det stort sett klare sammenhenger mellom liberale foreldreholdninger og en høyere andel av ungdom som rapporterte å ha drukket alkohol siste år. I alle grupper var det også slik at foreldre hadde større og større aksept for at ungdommen drakk alkohol av og til uten å bli full, men muslimsk ungdom opplevde lavest aksept fra foreldrene. Det var et gjennomgående trekk i alle tre grupper at foreldrene i mindre grad syntes å godta at jenter drakk alkohol enn at gutter gjorde det¹⁷.

Foreldrenes interesse for hva barna driver på med i fritiden har også en sammenheng med ungdommens alkoholbruk.¹⁸ Også Ihlebæk og Amundsen fant sammenheng mellom forholdet til foreldrenes involvering/engasjement og ungdommens alkoholbruk i alle grupper. Jo høyere involvering fra foreldrenes side eller jo lavere konfliktgrad det var mellom ungdom og foreldre, jo færre ungdom var det som hadde drukket alkohol, uavhengig av kjønn og alder¹⁹.

Mange foreldre er usikre på hvordan de skal forholde seg til barn og unge når det gjelder alkohol, og dette gjelder spesielt hvis de selv har et positivt forhold til alkohol. Dette fører til at man ikke tar opp temaet med sine barn fordi man er redd for å bli stemplet som dobbeltmoralist. At foreldre er usikre på hvordan de håndterer temaet alkohol merkes av barn og ungdom, og det at temaet forbigås kan bidra til å øke spenningen og interessen for alkohol mer enn hva som er gunstig. Derfor er det viktig å fokusere på foreldrenes holdninger til rusmiddelbruk og til deres egen bruk av rusmidler i forebyggingsarbeid.²⁰ Forskningen viser at strenge foreldre regler har en

¹⁵ Storvoll, E.E. og Krange, O. (2003) Osoulungdom og rusmiddelbruk – Utbredelse og muligheter for forebygging. NOVA rapport 26/03.

¹⁶ Majoritet og minoritet – alkoholbruk blant ungdom utenfor storbyen. Ihlebæk og Amundsen, SIRUS rapport nr 3/2007

¹⁷ Majoritet og minoritet – alkoholbruk blant ungdom utenfor storbyen. Ihlebæk og Amundsen, SIRUS rapport nr 3/2007

¹⁸ Øia, T. (2003) Innvandreringdom kultur, identitet og marginalisering. NOVA rapport 20/03

¹⁹ Majoritet og minoritet – alkoholbruk blant ungdom utenfor storbyen. Ihlebæk og Amundsen, SIRUS rapport nr 3/2007

²⁰ "Rusmiddelforebyggende arbeid i skolen" RF-2000/092. Ellen Ramvi og Jorunn Skaftun

effekt og vil utsette debutalder og redusere drikking blant de under 18.²¹Foreldre er svært viktige aktører i rusforebyggende arbeid.

²¹ ["Hvorfor drikker de yngre mindre alkohol? Helsefremming og forebygging I et lokalsamfunnsperspektiv" Erik Iversen, Tidsskrift for Norsk Psykologforening, Vol 50, nummer 5, 2013, side 433-442](#)

SOLIDARITET OG KONSEKVENSER

Foreldres alkoholbruk kan få negative konsekvenser for barn på en rekke områder.²²

I Stortingsmeldingen "Se meg!" fra 2012²³ anslås det å være 50 000 til 150 000 barn i Norge som bor sammen med foreldre med et risikofyllt alkoholkonsum. Det vil si om lag 4–5 prosent av barn og unge under 18 år, avhengig av hvilke kriterier man legger til grunn for et risikofyllt alkoholkonsum. Norske studier av rusavhengige i behandling viser at 11–12 prosent lever sammen med barn under 18 år.

Det er beregnet at 450 000 barn i Norge har én eller to foreldre med psykiske lidelser eller som misbruker alkohol. Av disse har om lag 135 000 foreldre med alvorlige lidelser. Alvorlighetsgraden har betydning for risikoen for negative konsekvenser hos barna. Rundt 70 000 barn (7 prosent) har foreldre med såpass alvorlige alkoholproblemer at det sannsynligvis går ut over daglig fungering. Ca. 30 000 barn (3 prosent) rammes av foreldres alkoholproblemer i alvorlig grad.

Psykososiale problemer som følge av å bli utsatt for vold, dårlig mental helse og dårlige foreldrerelasjoner, er noen vanlige konsekvenser. Ungdom som så foreldrene beruset flere ganger i uka, hadde 3 – 5 ganger høyere risiko for å få slike problemer sammenlignet med annen ungdom. Likevel er det et flertall som ikke rapporterer denne typen problemer, selv blant dem som ofte opplever at foreldrene er beruset.

Mange barn har vonde minner fra situasjoner der foreldre og andre voksenpersoner har drukket alkohol. Selv om man som foreldre kjenner sine egne barns historie og kan ta hensyn til deres reaksjoner, er det vanskeligere å vite hvilke historier andre barn bærer med seg. I sosiale sammenhenger der barn er tilstede kan det derfor en god ide å vise solidaritet ved å ikke drikke alkohol.

22

<http://www.sirus.no/Konsekvenser+av+foreldres+rusmiddelmisbruk+for+barn+og+unge.d25-SMRbS4r.ips>

23 <http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/dok/regpubl/stmeld/2011-2012/meld-st-30-20112012.html?id=686014>

HVOR MANGE GLASS TÅLER BARNET DITT?

Kampanjen *Hvor mange glass tåler barnet ditt?* skal bidra til å gjøre hverdagen tryggere for barn og unge og skape refleksjon rundt bruk av alkohol i barns nærvær.

Bak kampanjen står: Actis – rusfeltets samarbeidsorgan, Barn av rusmisbrukere – BAR, barnogunge.no – et nettsted for barn og unge av rusmisbrukere, Blå Kors, Den Norske Kirke – Kirkerådet, Landslaget for rusfri oppvekst, Unicef, Røde kors, Familieklubbene i Norge, IOGT, Junior- og barneorganisasjonen JUBA, Norges KFUK-KFUM, DNT, Norsk Barnelegeforening, Norsk Sykepleierforbund, Utdanningsforbundet og AV-OG-TIL.

Kampanjen løper gjennom hele året med særlig fokus mellom påske og sommerferien, og i forbindelse med advent og julefeiring. Kampanjens elementer er trykt materiell i form av brosjyre, quiz, plakater, post-it lapper og puslespill som benyttes til informasjon og aktiviteter av kampanjens samarbeidspartnere. Annonser til trykk og web vil være synlig i lokal- og riksdekkende presse, og på web. Gjennom hele kampanjeperioden vil vi jobbe for å sette temaet på dagsorden i pressen og gjennom sosiale medier, og i dialog med publikum på arrangementer og rundt omkring i landet.

Kampanjen er utviklet i samarbeid med en faglig referansegruppe bestående av psykologer, rusforskere og eksperter innen kommunikasjon og opinionsdannelse, og bygger på forskning og annen dokumentasjon som er sammenfattet i dette ressursdokumentet.

www.avogtil.no/hvormange

AV·OG·TIL*
UTEN ALKOHOL

AV-OG-TIL er en organisasjon som jobber for å fremme godt alkovett.
Godt alkovett handler om at det av og til ikke passer med alkohol.
Vil du vite mer om barn og alkohol, gå inn på www.avogtil.no



www.avogtil.no