

Undervisning om "Alkoholproblemer i familien"

Målgruppe: 7.-10.klasse i grundskoler

Samlet omfang: 2 lektioner

Desuden mulighed for, at en gruppe elever vælger emnet som fordybelsesområde.

Rammer:

Emnet alkoholproblemer i familien tages ikke op som særskilt emne, men som en lille del af et større emne. Det kunne være i forbindelse med arbejde med emner som

- alkoholproblemer i samfundet
- unges alkoholvaner
- når livet er svært
- misbrug af alkohol og stoffer

Her er det oplagt, at alkoholproblemer i familien kan være et afgrænset emne, der har en begrænset varighed som fælles emne. Her er det berammet til max. to lektioner.

Følgende rammer er vigtige, når emnet 'alkoholproblemer i familien' tages op:

- Emnet skal ikke lægges op som et emne, som alle *skal* forholde sig til eller diskutere. Eleverne skal derimod kunne undgå at diskutere og forholde sig til emnet, hvis de viser, at de ikke vil.
- Man skal have lov til at gå "hvis man har brug for luft", og det må gerne siges højt af læreren.
- Det er oplagt, at undervisningen tager udgangspunkt i materiale, som eleverne er sammen om at læse eller se, hvor læreren har en tilbagelænet rolle, så læreren kan holde sig ajour med, hvad der sker med eleverne undervejs. Derfor filmmaterialet.

Materialet består af:

1. Introducerende aktivitet

Vidensbaserede spørgsmål, hvor der ikke skal vurderes eller afkræves holdninger fra eleverne. Igangsæt som optakt til filmen.

2. Film om unge, der er vokset op med forældre, der drak.

3. Efterfølgende samtale

En åben snak uden præcise arbejdsspørgsmål.

4. Opfølgende gruppearbejde inkl. liste med litteratur og links

1. Introducerende aktivitet

I skal sammen lave en aktivitet, som handler om viden om unge og alkoholfamilier.

Træk jeres stol ud og stil jer foran den. Jeres underviser læser en række udsagn op. Hvis du er enig i udsagnet, sætter du dig ned på stolen. Hvis du er uenig, bliver du stående. Snak om de spørgsmål, I har undervejs. Efter hvert udsagn rejser alle sig op og er klar til at tage stilling til det næste.

- 1) **5 ud af 100 børn har en forælder, der drikker for meget?**
Nej – det er ca. 10 ud af 100. Omkring hver tiende barn og ung oplever at have en forælder, der har et alkoholproblem.
- 2) **Man kan se på folk, om de har alkoholproblemer**
Ja og nej. Nogle gange kan det være svært at se og fornemme udefra. At have alkoholproblemer er ikke altid det samme som at sidde på bænken og drikke dagen lang. Alkoholafhængighed er ofte et skjult problem, som helt almindelige mennesker kan gemme under overfladen, og som kan forsvinde helt i nogle måneder eller uger for så at dukke op igen. Det er ikke nødvendigvis mængden af alkohol, der bliver indtaget i familien, man belastes af, men de konsekvenser et alkoholmisbrug påfører en familie.
- 3) **Mennesker med alkoholproblemer kan nemt glemme vigtige ting**
Ja. For nogle mennesker med alkoholproblemer fylder alkohol så meget, at de i perioder kommer til at tilsidesætte deres børn og familie.
Børn og unge, som vokser op med forældre, der drikker, fortæller, at det er noget af det sværeste at forstå og komme videre fra.
- 4) **Mange børn og unge i familier med alkoholproblemer tror, at de er den eneste**
Ja. Børn og unge i alkoholfamilier skammer sig tit og føler sig ensomme, selvom de ikke er skyld i forældrenes drikkeri.
- 5) **Alle børn og unge fra familier med alkoholproblemer kan normalt følge deres skolegang uden, at forældrenes problemer påvirker**
Nej. Et ofte overset problem blandt de folkeskoleelever, der ikke kan følge med i undervisningen, er, at de kæmper med bekymringer og problemer, der har med deres forældres alkoholmisbrug at gøre.

2. Film med unge, der er vokset op med forældre, som drak.

Se en eller flere film om de unge, som er vokset op med forældre, der drak. Filmene varer mellem 7 og 9 min. hver. Herefter anvendes de spørgsmål og udsagn, som optræder i filmen som udgangspunkt for at tale om filmene.

- Hver tiende barn har en forælder, der drikker for meget - de fleste tror, de er den eneste
- Hvornår opdagede jeg, at mine forældre drak for meget?
- Livet med forældre, som drak for meget – hvordan har det påvirket mig?
- Mig i skolen
- Hvornår gik det op for mig, at jeg havde brug for hjælp?
- Mig i dag

3. Efterfølgende samtale

Samtalen skal have karakter af en åben snak uden præcise arbejdsspørgsmål. Den skal ikke afkræve, at eleverne forholder sig til filmen eller emnet, men i stedet spørge nysgerrigt ind: Er der nogen, som har nogle tanker, følelser eller indtryk ved at se den her film? Brug gerne ovenstående spørgsmål, hvis det er svært at få samtalen i gang.

Formålet er, at eleverne skal høres, og de skal have mulighed for at dele deres tanker. Nogle elever stiller måske mange spørgsmål til det, de har oplevet. Her kan man svare ud fra sin bedste overbevisning som menneske og som lærer.

4. Opfølgende gruppearbejde (litteraturliste og links længere nede)

Før I går i gang med arbejdet omkring emnet 'alkohol i familien', er der et par kommentarer til arbejdet med emnet:

- Tænk på, at I muligvis er forskellige steder i jeres liv ift. emnet – hav respekt for hinanden. Tillad hinanden at være åbne eller at være lukkede omkring jeres eget liv – alt efter, hvad I har brug for. Respektér med andre ord hinandens grænser.
- Tal sammen undervejs omkring de ting I læser og den nye viden I opsøger. Hvilke tanker sætter det i gang? Hvorfor?
- I må gerne til slut dele jeres viden med de andre i klassen, f.eks. i form af en præsentation, et skuespil, eller en anden aktivitet. Men I skal ikke kræve af de andre, at de skal forholde sig til jeres emne. Nogle i klassen kan være meget berørte af emnet, og det skal I tage hensyn til.

1. Hvad er tabu?

Start jeres arbejde med at være nysgerrige på ordet *tabu*.

Hvad betyder ordet tabu?

Giv jeres egen forklaring eller slå det op i ordbogen.

Giv et eksempel på et tabu.

Hvad står bogstaverne i TUBA for?

Gæt først og få bagefter hjælp på forsiden. Her kan I finde forklaringen.

Hvorfor, tror I, at TUBA bruger sætningen "Fra TABU til TUBA"? (Ud over at det rimer)

Hvad er budskabet fra de, som er vokset op med forældre, der drikker?

Gå ind på tuba.dk. Klik øverst på fanen 'Vil du være med'.

Hvilket budskab har Alex fået tatoveret på sin overkrop?

Hvad betyder det?

Hvorfor har han den tatovering, tror I?

2a. Arbejdsopgaver

Vi har ofte vores egne idéer om, hvornår man er 'rigtig alkoholiker, og hvornår man drikker 'for meget'. Mange tænker på et bestemt menneske, de har mødt eller set, som tydeligvis drak alt for meget. Familier med alkoholproblemer er faktisk meget forskellige. Alkohol påvirker mennesker og familier meget forskelligt. Fulde mennesker opfører sig forskelligt.

Mange familier med alkoholproblemer isolerer sig for at holde på hemmeligheden. Som ung i en familie med alkoholproblemer, kan det være svært at lægge forældrenes druk bag sig, fordi oplevelserne og minderne hænger fast og påvirker én. Selv det at flytte hjemmefra og skabe sit eget liv er sværere for unge fra familier med alkoholproblemer end andre unge.

Læs de otte punkter nedenfor, som I får udleveret i kopi af jeres underviser. I skal lægge mærke til hvilke af punkterne I allerede havde tænkt over og hvilke, der er nye og måske overrasker jer. Punkterne beskriver forhold, som kan gøre sig gældende, men ikke altid gør sig gældende i familier med alkoholproblemer.

Skriv ud for hver punkt et + eller et - .
+ Hvor det er noget I vidste i forvejen
- Hvor det er noget nyt for jer

Livet i en familie med alkoholproblemer:

1. Hverdagens rutiner kan gå i koks – det er ikke sikkert, hvem der køber ind, henter lillebror fra skole eller hvornår kommer mor hjem, og om hun er fuld, når hun kommer hjem.
2. Rollerne kan byttes om – efterhånden som misbruget tager til overtager børnene ofte ansvaret for de arbejdsopgaver, som forældrene normalt ville løse. Det kan gælde opdragelse af andre søskende, indkøb, rengøring, overblik over økonomi eller det at søge lægehjælp.
3. Ritualerne kan smuldre – jul og fødselsdage kan blive kaotiske eller glemt.
4. Familielivet er enten i en fase, hvor familien prøver at begrænse skaderne af den drikkes misbrug. Ellers i en fase, hvor den afventer og prøver at forhindre, at den næste drikkeperiode starter. Der er konstant usikkerhed.
5. Familiemedlemmerne kan blive mindre opmærksomme på hinanden, da alle i familien er optaget af at håndtere alkoholproblemet. Familien med alkoholproblemer isolerer sig ofte og er tit forsigtige med, hvad de siger til andre for ikke at afsløre problemet.
6. Kommunikation til mennesker uden for familien kan bryde ned. Familien med alkoholproblemer isolerer sig ofte og er tit forsigtige med, hvad de siger til andre for ikke at afsløre problemet.
7. Børn og unge i familier med alkoholproblemer skammer sig ofte og vil ikke invitere venner med hjem. De synes deres forældres opførsel er pinlig.
8. I familier med alkoholproblemer er der typisk flere skænderier end i familier uden alkoholproblemer.

Snak bagefter om jeres svar og den nye viden i gruppen.

2b. Spørgsmål og svar

Begynd selv i et skivedokument eller på papir jeres egen fælles liste med spørgsmål omkring emnet, som I godt kunne tænke jer at undersøge.

Vigtigt er, at I formulerer jeres punkter på listen som spørgsmål, som I bagefter kan undersøge. Udvælg 3-5 spørgsmål at undersøge i den tid, I har til rådighed til gruppearbejdet. Læs og søg sammen eller fordel eventuelt søgningen og læsningen imellem jer.

Herunder kan I finde inspiration, viden og information til jeres arbejde. Gå eventuelt også i gang med læsning og søgning før listen er færdig for at finde ud af, hvad I gerne vil spørge om og vil vide:

Litteraturliste til inspiration og fordybelsesarbejde:

"TABU - Ud af alkoholfamiliens tavshed" af Alex Kastrup Nielsen
Bogen beskriver vilkårene for unge i familier med alkoholproblemer, der søger hjælp i TUBA og hvordan de kommer videre med deres liv.



"Håndbog til unge og voksne fra familier med alkoholproblemer" af Thomas Mackrill
Thomas Mackrill, der arbejder i TUBA, har skrevet en "Håndbog til unge og voksne fra familier med alkoholproblemer". Man kan bladere i bogen via følgende link og se, hvad bogen omhandler.
<http://dotpaper.dotminded.com/1/data/magazine/968207/>



"Glasbørnene" af Else Marie Pedersen



En bog om to drenge, der bor alene med deres mor. De har det svært fordi moren drikker, selv om hun hele tiden lover at holde op.

"Håbet levet altid" Af Susanne Broeng



Bogen handler om en ung kvinde, hvis mor har drukket for meget, da kvinden var barn.

Dokumentarfilmen "Til far" af Mathias Broe.

Film på 12:28 min., som Mathias Broe har lavet med og om sin far, der er alkoholmisbruger og sit forhold til ham. Find filmen på youtube ved at søge på Til far eller klik her: [Til far](#)

"Få mere at vide" fra Sundhedsstyrelsen

http://www.sst.dk/publ/Publ2006/CFE/Uge40/Faa_mere_at_vide_06.pdf

Kort artikel, der giver en masse generel baggrundsviden om alkohol, og problemer som alkohol, kan medføre.

Sundhedsstyrelsen har en god hjemmeside, hvor man kan hente information om alkohol. Her:

<http://www.sst.dk/Sundhed%20og%20forebyggelse/Alkohol.aspx>

Og om alkoholproblemer i familien. Her:

<http://www.sst.dk/Sundhed%20og%20forebyggelse/Alkohol/Boernefam%20m%20alkoholprobl.aspx>

Sundhedsstyrelsen har lavet en række faktaark om emnet alkohol og familien. Disse kan downloades her:

http://www.sst.dk/~media/Sundhed%20og%20forebyggelse/Alkohol/DR%20kampagne/alkohol_drcamp_fakta_26feb09.ashx

På TUBAs hjemmeside www.tuba.dk finder man en masse information til unge fra familier med alkoholproblemer. Her kan unge også skrive sammen, eller få svar fra en brevkasse. Der er også en chatrådgivning. (TUBA er Terapi for unge, der er børn af alkoholmisbrugere)

Hjemmesiden <http://www.hope.dk/ung/> er fyldt med nyttige informationer til unge fra familier med alkoholproblemer. Her kan du også finde frem til bøger om området under fanebladet bibliotek.

3. Genreopgave

Indledning:

I denne øvelse skal I starte med at arbejde i gruppen. I skal øve jer i at kommunikere præcist og lave slogans. Bagefter skal I arbejde individuelt og skrive en opgave inden for en bestemt genre.

TUBA bruger slagordet:

'Ingen skal vokse op med fulde forældre - og gør man skal man kunne få hjælp!'

Det fortæller direkte, at TUBA synes, der skal ændres på de vilkår, som er for børn og unge i familier med alkoholproblemer.

Rådet for Sikker Trafik har et slagord i forhold til deres kampagne mod spirituskørsel. De vil sige at man ikke køre bil, når man har drukket alkohol. Deres slagord er:

"Rigtige venner kan sige alt til hinanden. Også at de ikke skal køre hjem"

I gruppen skal I sammen finde på forslag til andre slogans om alkohol. Det kan være budskaber, der på en anden måde fortæller det samme som sloganet ovenfor eller andre budskaber, som I har mødt i jeres arbejde med emnet. I gruppen skal I finde på mindst tre slogans.

Se evt. også linket fra Rådet for Sikker Trafik: <http://www.sikkertrafik.dk/alkophone.aspx>

Skrivning:

Nu skal I arbejde individuelt. I skal udvælge ét af jeres slogans og bruge det som udgangspunkt for en selvstændig skriveopgave.

I kan vælge/aftale med jeres lærer inden for hvilken af følgende genrer, I skriver jeres tekst:

- nyhedsartikel
- essay
- novelle
- digt
- erindring

Hjælp og vejledning

Links og adresser:

Ønsker du at vide mere om børn og unge i alkoholfamilier, har du selv brug for hjælp, eller har du brug for at hjælpe nogen med at søge støtte og viden kan du benytte dig af følgende links og adresser:

tuba.dk

hope.dk

barnetsblaaus.dk

www.naestehjaelp.dk

http://www.dr.dk/DR2/Naar_mor_og_far_drikker/Index.htm - dokumentar fra DR2, 2010 af instruktør Katja Hemming Hansen