

Du är inte ensam!

Många barn lever i familjer där en vuxen dricker eller tar droger – fler än fyra elever i en skolklass om 30 barn lever under sådana förhållanden.

När en förälder eller någon annan vuxen dricker eller tar droger påverkas barnen och hela familjen. Många barn känner skuld och oro för sin förälder och över det som händer i familjen. I många familjer pratar inte barn och vuxna om det som pågår. Barn har ofta frågor och behöver prata om det som händer i familjen.

Barn har rätt att få information, råd och stöd när en förälder eller annan vuxen i barnets närhet dricker eller tar droger. Forskning har visat att om alla i familjen får hjälp samtidigt så blir det bättre för alla.

Jag & min familj vänder sig till hela familjen!

Så här går det till

I programmet deltar Du tillsammans med dina föräldrar och syskon. Ni träffas 8 gånger under ledning av två kunniga gruppledare. Här får Du information och kunskap om missbruk, hur det påverkar Dig och Din familj. Med hjälp av olika övningar tränar Ni på att samtala om problemet i familjen så att Ni får det bättre i familjen.

Målet är:

- Att det ska kännas bra när Ni är tillsammans i Er familj.
- Att Du avlastas från oro, skuld, skam och ansvar.
- Att Din förälders motivation till nykter- och drogfrihet stärks.
- Att de vuxna i Din familj får kunskap om Dina rättigheter och förståelse för vad Du behöver för att må bra.

I *Jag & min familj* utgår vi från att alla familjer är okej. Ingen familj är felfri. Föräldrar vill sina barn väl och att de ska ha en bra uppväxt. Det finns alltid hopp om att göra saker och ting bättre!





Till dig som är under 18

Intresserad och har frågor?

Kontakta: _____

Telefon: _____

E-post _____



Ett program för hela familjen när en vuxen dricker eller tar droger.

