

MANU



Imigassaq pillugu oqaloratigiinnissamut ilitsersuut
Samtalevejledning om alkohol

MANU imigassaq pillugu oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut.

MANU samtalevejledning om alkohol.

Atortussiat suliarineqarput PAARISA-mut 2018-imi God Barndom S/I-mit.

Materialet er udviklet for PAARISA, Grønlands Selvstyre af God Barndom S/I i 2018.

MANU isumaqarpoq Meeraq, Angajoqqaat aamma Nuannaarneq.

MANU står for Barn, Forældre og Glæde.

© God Barndom S/I

Najoqquassianik inerisaasut, allattut aaqqissuisullu | Konceptudvikling, tekst og redaktion:

John Andersen, cand.psych.

Camilla Brandi Anshøj, cand.pæd.

Else Guldager, meeqgerisoq | sundhedsplejerske, ph.d.

Sulinummik aqutsisut | Projektledelse:

Rikke Louise Kuhn, MANU-mi sulinummik aqutsisoq | projektleder for MANU

Lisa Christiansen, Peqqissutsimut Naalakkersuisoqarfimmi peqqissutsikkut

siunnersorti | sundhedsfaglig konsulent i Departementet for Sundhed

Kasper Brix Bærndt, Peqqissutsimut Naalakkersuisoqarfimmi peqqissutsikkut

siunnersorti | sundhedsfaglig konsulent i Departementet for Sundhed

Elna Bro, MANU-mi meeqgerisoq | sundhedsplejerske for MANU

Durita Lyngsø Svartá, Peqqissutsimut Naalakkersuisoqarfimmi sungiusarluni sulisoq | praktikant

i Departementet for Sundhed

Suleqatigiit | Arbejdsgruppe:

Nivé Heilmann, Kalaallit Meerartaanni sulinummik aqutsisoq | projektleder i Foreningen Grønlandske Børn

Tove Kühl, juumooq, Tasiilaq | jordemoder i Tasiilaq

Arnaq Lynge, Kommuneqarfik Sermersuumi perorsaanikkut siunnersorti | pædagogisk konsulent

i Kommuneqarfik Sermersooq

Bente Bryde Mikkelsen, Allorfimmi fuldmægtigi, Pinngitsuuvisinnaajunnaarnermut Ilisimasaqarfik | fuldmægtig
i Allorfik, Videncenter om Afhængighed

Assitaliussat | Illustration: Christian F. Rex, Deluxus Studio

Titartagartaliussat | Grafiske elementer: Maria Motzfeldt, Marivik

Ilusilfersornera | Layout: Eks-Skolens Grafisk Design & Tryk

Nutsernera | Oversættelse: Kunuunguaq Fleischer

Naqinnejarfia | Tryk: Eks-Skolens Grafisk Design & Tryk

MANU pillugu paasissutissat annertunerusut | Yderligere information om MANU:

www.manu.gl

www.peqqik.gl

www.god-barndom.dk

MANU ilinniartitsinerni Namminersorlutik Oqartussani PAARISA-p ataanniittuni atorneqarsinnaavoq. MANU-mik
ilinniartitsisussat najoqquassiamik atuilinnginnerminni pikkorissaqqaassapput. Atortussianik allatut atuineq allakkatigut
akuerineqaqqaarluni aatsaat pisinnaavoq.

MANU må anvendes i undervisningsforløb, der er forankret i PAARISA, Grønlands Selvstyre. Undervisere i MANU skal
have kursus eller oplæring i konceptet, før de må undervise. Al anden brug af materialet eller dele heraf kræver skriftlig
tilladelse.

MANU

Imigassaaq pillugu oqaloratigiinnissamut ilitsersuut
Samtalevejledning om alkohol



Peqqissutsumit PitsaliuinerLLU Aqutsisoqarfik
Styrelsen for Sundhed og Forebyggelse



NAALAKKERSUISUT
GOVERNMENT OF GREENLAND



Imai | Indhold

Siulequt	6	Forord	7
1. Aallaqqasiut.....	8	1. Indledning.....	9
2. Oqaloqatigiinnerup siunertaa.....	10	2. Formålet med samtalen	11
3. Oqaloqatigiinneq sioqqullugu eqqarsaatigisassat.....	12	3. Overvejelser før samtalen	13
Imigassamik illit nammineq misiginikuusatit	12	Dine egne oplevelser med alkohol	13
Sammisassatut pingaarutilittut eqqarsaatigineqarsinnaasut.....	12	Vigtige temaer til overvejelse	13
4. Oqaloqatigiinneq.....	16	4. Samtalen.....	17
Meeqqap peqqissusia ingerlalluarissaaluu qitiupput....	16	Barnets sundhed og trivsel er i fokus.....	17
Atuinerup annertussusaanik imeriaatsimillu paasiniaaneq.....	18	Afklaring af omfang og drakkemønster.....	19
Kajumissutsip paasiniarnera	18	Afklaring af motivation.....	19
Iliuuserineqarsinnaasunik paasiniaaneq	20	Afklaring af handlemuligheder.....	21
Oqaloqatigiinnerup naggasernera.....	22	Afrunding af samtalen.....	23
5. Oqaloqatigiinnerup kingorna	24	5. Efter samtalen	25
Malitseqartitsineq.....	24	Opfølgning.....	25
6. Innersuussineq tapersorsorneqarnissamullu periarfissat	26	6. Henvisning og muligheder for støtte	27
7. Innersuussutit	28	7. Referencer	28

Siulequt

Meeqqat tamarmik inuunerminni aallartilluartariaqarput – tamannalu pitsaanerpaamik pissaaq imigassaq akuunngippat. Taamaamat Naalakkersuisut angajoqqaajuneq patajaallisarniarlugu meeqqallu tamarmik inuunerminni pitsaanerpaanik atugassaqarnissaat qularnaarumallugu sulissuteqarput.

Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut una ilinnut, naartusunik ilaquaannillu sulissisuusumut saaffiginnittuuvvoq. Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut imigassaq naartunerlu pillugit atortussiat ilagaat. Atortussiat takorloorneqarput naartusup meeqqallu angutaata pitsasumik oqaloqatiginissaannut ikorfartutissatut. Siunertaavoq angajoqqaanngortussat imigassamik atiuunnaarnissaannut tapersornissaat, meerartaassaat pillugu.

Atuagaaqqami imigassaq naartunerlu pillugit oqaloqatigiinnermi sammissallugit pingaaruteqartut eqqartorneqarput. Atuagaaqqami aamma angajoqqaanngortussat ajoqutigisaminnik imigassamik atuinerisa unitsinnissaannut imaluunniit katsorsartinnissamut kaammattornissaannut isumassarsiaasinaasut atuarsinnaavatit.

Neriuppugut oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut iluaquaassasoq, angajoqqaanngortussat imminnut meeqqaminnullu tunngatillugu pitsaanerpaamik inuuneqarnissaat anguniarlugu ikiuunniarninni.

Suliannut annertuumut qujanaq.

Inuullaqqusilluta MANU aamma PAARISA

Forord

Alle børn skal have en god start på livet – og det sker bedst uden alkohol.

Denne samtalevejledning henvender sig til dig som fagperson, der arbejder med gravide og deres familie. Samtalevejledningen er en del af materialet om alkohol og graviditet. Materialet er tænkt som en hjælp, så der bliver en god dialog med den gravide kvinde og med barnets far. Formålet er at støtte de kommende forældre i at stoppe med at drikke alkohol – af hensyn til deres kommende barn.

Materialet giver dig viden om emner, der er vigtige at komme ind på under samtalen om alkohol og graviditet. Du finder også ideer til, hvordan du kan motivere de kommende forældre til at stoppe deres forbrug af alkohol og måske til at gå i behandling.

Vi håber, at samtalevejledningen kan være til gavn, så du kan hjælpe de kommende forældre med at skabe et godt liv for familien.

Hilsen MANU og PAARISA

1. Aallaqqaasiut

Innuttaasunik peqqinnerulersinissaq anguniarlugu suli-
nummi Inuuneritta II-mi, 2013-imut 2019-imut innuttaasut
peqqissusaannut atatillugu anguniakkanik periusissanillu
allaaserinniffiusumi, qitiutinneqarput imigassaq aamma
hash, pujortarneq timikkut ingerlassaqrarneq nerisassallu.

Imigassamut tunngatillugu Inuuneritta II-mi anguniar-
negarput naartusut imigassartunnginnissaat, meeqqat
inuusuttullu migassartortalernissaasa pinaveersaartin-
nissaat, aamma meeqqat kikkulluunniit inersimasunik
aalakoortunik misigisaqassangitsut.



Imigassamik ajoqusiisinnaasumik atuineq ajornartorsi-
utinit meeqqanit, inuuusuttunit ilaqtariinnillu nalaanne-
qartartunut aralipassuarnut tunuliaqtaavoq. Naartusut
immikkut ernumanaateqarput, tassami ilaanni annikitsuin-
narmik imigassartortoqartalaruqartluunniit naartoq
ajoquersinnaavoq.

Suliniuteqarnermut ilaqtigut ilaavoq naartusut peqqinnis-
saqarfimmi misissorneqarnerminnut siullermut atatillugu
imigassamik atuinertik pillugu aperineqartarnerat. Imigas-
samik atuineq ajornartorsiutitaqarpat katsorsarneqarnis-
saq aamma Allorifik aqqutigalugu Siusissumik Iliuuseqar-
nermut peqataanissaq neqeroorutigineqassapput.

'MANU imigassaq pillugu', isiginiarneqassaaq an-
gajoqqaajuneq tapersorsorniarlugu suliniutinut allanut
ataqatigiissillugu.

Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut MANU imigassaq pil-
lugu-mut ilaavoq imigassamik atuineq pillugu oqaloqa-
tigiinnerup qanoq ingerlanneqarsinnaaneranik sulisu-
nut sakkussaqrpoq, naartusumik oqaloqateqarnerup
aallartinnerani paasinarsissappat, naartusoq imigassamik
atuisartoq.

Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut, kaammattuisumik
oqaloqatigiinnermik ilusilersuilernermi teoriit tunngavigi-
neqartut aallaavigalugit. Aammattaaq tunngavigineqarput
teoriit atuinerinnarmik isiginninnigitsut.

Pingartuuvoq oqaloqatigiinnissamut ilitsersuutip ator-
tussiat sinnerinut ilaqtillugu isiginiarneqarnissaa, taakku
tassaapput:

1. Sulisunut paassisutissiissutit.
2. Oqaloqatigiinnissamik ilitsersuut aamma sulisunut
isumassarsiorfissaq angajoqqaanngorlaanik
angajoqqaanngortussanillu imigassamik
atuinerup unitsinnissaanik killilernissaanilluunniit
ikorfartuinerannut atatillugu.
3. Angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu
imigassaq, naartuneq, milutsitsineq
meeraaraateqarnerlu pillugit atuagaaraq
paassisutissiissut.
4. Titartakkanik filimilaq 2 minutsinik sivisussusilik,
angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu
ajoquataasumik imigassamik atuisunut saaffiginnittooq.
5. Titartakkanik filmiliat naatsut 30 sekuntikkaat pingasut,
angajoqqaanngortussanut angajoqqaanngorlaanullu
tamanut saaffiginnittut.

1. Indledning

Folkesundhedsprogrammet Inuuneritta II, som beskriver de politiske målsætninger og strategier for folkesundheden i perioden 2013-2019, har fokus på alkohol og hash, rygning, fysisk aktivitet og kost.

På alkoholområdet er målene for Inuuneritta II, at gravide ikke drikker alkohol, at forebygge, at børn og unge drikker alkohol, og at ingen børn oplever voksne, som er påvirkede af alkohol. For at indfri disse målsætninger er der behov for en helhedsorienteret og koordineret indsats. 'MANU om alkohol' er en del af denne indsats.

Et skadeligt forbrug af alkohol ligger bag en betydelig del af de problemer, som børn, unge og familier konfronteres med. Gravide er en særlig utsat gruppe, fordi der kun skal små mængder alkohol til, før barnet skades.

Indsatsen sker blandt andet ved, at alle gravide i forbindelse med den første undersøgelse hos sundhedsvæsenet bliver spurgt om deres forbrug af alkohol. Hvis der er problemer med alkohol, tilbydes behandling samt deltagelse i Tidlig indsats gennem Allorfik.

'MANU om alkohol' skal ses i sammenhæng med de bestræbelser, der gøres for at understøtte forældreskabet.

Samtalevejledningen er en del af 'MANU om alkohol', hvori der er redskaber til fagpersoner om, hvordan samtalen om alkohol kan foregå, hvis det under den første del af graviditetssamtalen viser sig, at den gravide har et forbrug af alkohol.

Samtalevejledningen er udformet med afsæt i det teoririgrundlag, der ligger bag udformningen af den motiverende samtale. Desuden bygger det på teorier, der har fokus på forbrug, ressourcer og handlemuligheder.

Det er vigtigt, at denne samtalevejledning ses i sammenhæng med de øvrige materialer, som består af:

1. Informationshæfte til fagpersoner.
2. Samtalevejledning og inspiration til fagpersoner der arbejder med at støtte kommende og nye forældre i at stoppe eller begrænse alkoholforbrug.
3. Informationshæfte til kommende og nye forældre om alkohol, graviditet, amning og familieliv.
4. Animationsfilm (på 2 minutter) til kommende og nye forældre, der har et problematisk forbrug af alkohol.
5. Tre spots (animationsfilm på 30 sekunder), målrettet alle kommende og nye forældre.

2. Oqaloqatigiinnerup siunertaa

Siunertaq pingarneq tassaavoq angajoqqajunerup tapersernissaa, tassuunakkut meeqqat timikkut tarnikkullu peqqissuunissaat qularnaarneqaqqullugu – tamannalu ilaatigut pissaaq naartusup aappaatalu naartunerup nalaani imigassamik atuiunnaarnissamut kaammattorneqarneratigut.

Oqaloqatigiinnermi anguniagaapput:

- Naartusup aappariunnagaatalu imigassamik imertarunnaarnissaat.
- Naartusup aappaatalu atuinerup sunniutaanik, annertussusianik inooqatigiinnermullu ataneranik paasinninnissaat.
- Naartusup aappaatalu naartunerup nalaani imigassamik atuinerup kingunerinik paasinninnissaat.
- Naartusup aappaatalu paasitinnissaat naartusup imigassartornerata meeqqamut qanoq ulorianartigneranik imigassamillu atuiunnaarpas meeqqamut iluaqtaasussanik.
- Naartusup paassisagaa atuiunnaarniarnini qanoq iliuuseqarfingiarnerlugu – imaluunniit tamatumunnga taarsiullugu imigassamik atuinini qanoq killilerniarnerlugu.
- Iliuuseqarnissamut periarfissat piviusorpalaartut, aamma arnap aappaata tapersiiniarluni qanoq iliorsinnaaneranut periarfissat misissornissaat.
- Anaana ataatalu katsorsartinnissaminnut kajungilersinneqassasut – tamanna pisariaqarpat.
- Attaveqaataasartuni qanoq tapersersuisoqarsinnaanerata paasiniarnissaa, soorlu ilaquuttani ikinngutinilu.

Oqaloqatigiinnerup ataatsip imaluunniit ikittuinnaat ingerlaneranni anguneqarsinnaasut assigiinngissaqaat. Taa-maammat pingartuuvoq Siusissukkut Iliuuseqarnermut innersuussinissaq, anguniakkat qulaani eqqaaneqartut angunarneranni annertunerusumik neqerooruteqarnissaq pisariaqarpat.

Oqaloqatigiinnissamut ilitsersuutip siunertaraa sulisunik piginnaangorsaallunilu isumassarsitsinissaq. Siunertaa-voq naartusumik ilaquaanillu oqaloqateqarnerup nassa-tarissagaa, anaanaasup ataataasullu imigassamik atuiner-minnik unitsisnissaat. Naartunerup nalaani imigassamik atuinerup naartoq ajoqusersinnaavaa, ilaqtariillu meerar-tallit ingerlanerliulernerannik kinguneqarsinnaalluni.



2. Formålet med samtalen

Det overordnede formål er at støtte forældreskabet, så barnets fysiske og mentale sundhed sikres – det sker blandt andet ved, at den gravide og hendes eventuelle partner motiveres til at stoppe med at drikke alkohol under graviditeten.

Målene for samtalen er, at:

- Den gravide og hendes eventuelle partner stopper med at drikke alkohol.
- Den gravide og hendes eventuelle partner får afklaret forbrugets betydning, omfang og sociale sammenhæng.
- Sikre, at den gravide og hendes eventuelle partner forstår konsekvenserne af at drikke alkohol under graviditeten.

- Den gravide og hendes eventuelle partner oplyses om, hvor farligt det er for barnet, hvis hun drikker alkohol, og fordelene for barnet, hvis hun holder op med at drikke.
- Den gravide finder frem til, hvordan hun vil håndtere at stoppe – alternativt mindske – sit alkoholforbrug.
- Undersøge realistiske handlemuligheder og finde ud af, hvordan den gravides eventuelle partner kan støtte.
- Både mor og far bliver motiveret til at deltage i et behandlingsforløb, hvis det er nødvendigt.
- Afklare, hvilken støtte der kan mobiliseres i netværket, fx hos familie og venner.

Det vil være meget forskelligt, hvad der kan opnås i løbet af en eller nogle få samtaler. Derfor er det vigtigt at henvisе til deltagelse i Tidlig indsats, når der kræves et mere omfattende tilbud for at opnå målene, som er beskrevet ovenfor.

Formålet med samtalevejledningen er at kvalificere og inspirere fagpersonerne. Hensigten er, at samtalen med den gravide og hendes familie kan bidrage til, at både mor og far stopper med at drikke alkohol. Alkoholforbrug under graviditeten kan skade det ufødte barn og senere være medvirkende til, at børnefamilien ikke trives.



3. Oqaloqatigiinneq sioqqullugu eqqarsaatigisassat

Imigassamik illit nammineq misiginikuusatit

Sulisutut naartusumik ilaquaanillu oqaloqateqarnissaq piareersarneqarsinnaavoq eqqarsaatigalugu oqaloqatigiinneq qanoq ingerlanneqassanersoq aamma eqqarsaatigalugu nammineq imigassamik misigisimasat misilitakkallu oqaloqatigiinnerup ingerlannissaanut qanoq sunniuteqarumaarnersut.

Assersuutigalugu eqqarsaatigisinhaavat illit inersimasutut imigassartoraangavit qanoq misigisaqtarsimanerlutit meeraaninnilu qanoq misigisaqtarsimanerlutit. Apeqqutit uku eqqarsaatigisinhaavatit:

- Uanga nammineq meeraaninni imigassaq qanoq misiginikuura – aamma meeraaninni misiginikuusakka ullumikkut isummertarninnut qanoq sunniuttarpat?
- Ullumikkut uanga nammineq imigassaq pillugu qanoq isumaqpunga? Qanoq iliorsinnaavunga uanga nammineq isummersuutima oqaloqatigiinneq nuanninngitsumik sunnissanggippassuk?
- Qanoq ilillunga oqaloqatigiinneq sulisorpalaartumik assuarinninngitsumillu ingerlassinnaavara?

Illit nammineq tunuliaqtarisavit eqqarsaatersuutiginis- saat oqaloqatigiinnissamut piareersarnerup ilagivaa.

Sammisassatut pingaarutilittut eqqarsaatigineqarsinnaasut

Imigassamut naleqqiullugu kulturi inuaqtigijiinni uagut peqataaffitsinni assigiinngitsuuvvoq ileqqunit, inuaqtigijiinni inissisimanernit il.il. sunnigaasarluni, tamannalu oqaloqatigiinnermut malunniutissaaq. Pissutsit assi- gingeqaat apeqquataalluni naartusoq ilaanneeriarluni ataasinnguamik najorsisarnersoq, ullormut ikittungnuaniq najorsisarnersoq, akuttungitsumik aalakoorniutigalugu imertarnersoq allatigullu immaqa iminngilluinnartarluni.

»Ataatama kammalaatai ataatsimoortillutik tamatigut aalakoortamikuupput. Inimut iseraangama ataatama kammalaatai ataasiakkaarlugit ornittari- aqartamikuakka, eqittamikuuaanngu ulussakkullu kunirolunga Nuannarinikuungilara, imigassarsunnillillu cigaretsisunnittaramik«

(Inersimasoq, imerajuttuusunit qitornaasoq)

Qanoq annertutigisumik imertoqartarnera apeqquataatin- nagu pissutsit eqqarsaatigisassatit oqaloqatigiinnerullu pilersausrusiorneranut ilaatitassatit arlaqarput.

Oqaloqatigiinneq naartulernermi sapinngisamik siusin- nerpaamik ingerlanneqassaaq, imigassap naartulernerup ulluanit siullermiit kingullermut meeraq ajoqusersinnaam- magu. Meeraq suli inunngungitsoq utaqqisinnaanngilaq.

Tatigeqatigiinneq uummammiorisanillu saqqumiisini- naaneq pitsaasumik oqaloqatigiinnissamut pingaarluin- nartuupput. Ilaanni naartusoq ilaquaatu ilisarisimareer- tassavatit, immaqalu ilisimasqarputit illit pingaartutut isigisannik, kisiannili angajoqqaanngortussat eqqar- torusunngisaannik. Aamma imaassinnaavoq naartusoq aappaalu inuttut ilisarisimalluaritit. Immaqa naartusoq aappaalu pillugit naapeqatigiinnnginnissinni tusatsiagaqr- simavutit. Imaluunnni.... Taama pisuni pingaartuuvoq attattuassallugu oqaloqatigiinnerup siunertarimmagu imi- gassamik imertarnerup unitsinnissaanut kaammattuinissaq. Aamma pisariaqarfiatigut naartusup katsorsartinnissaanut kaammattuillunilu tamatumanganq qularnaarinissaq.

Ilisarisimareerneq pissuserissaarnissamut naleqqiullugu unamminartuuvoq, tamatumani lu piumasaqataavoq illit sulisutut nipangiussisussaatitaanerpit erseqqissarnis- saa. Aamma ilaanni pitsaanerusinnaavoq suleqatit ilaat qinnuigissallugu oqaloqatigiinnermik ingerlatseqqullugu, tamanna ajornanngippat.

Imigassaq pillugu oqaloqatigiinneq sulisutut oqaloqatigin- ninneruovoq. Sulisutut oqaloqateqarnermi, inuttut pissutsit atuinnersinnaavat, »illillutillu«. Illit nammineq inuuninnit misilitkatit oqaloqatigiinnermut akuliutissanngilatit. Aamma oqaloqatigiinneq tassaalinngisaannassaaq inuit imminnut ilisarisimasut akornanni oqaloqatigiinneq. Ilutigisaanik illit sulisutut ilungersutigissavat oqaloqatigiinnerup angajoqqaanngortussat isumassuiffiusutut ataaqqinngiffiusutullu misigisaqrfigisaattut ingerlanneqar- nissaq.



Siunnersuut

'MANU imigassaq naartunerlu, milutsitsineq angajoqqaajunerlu pillugit sulisunut paassisutissiissutit', oqaloqatigiinneq sioqqullugu atuarluaruk.

3. Overvejelser før samtalen

Dine egne oplevelser med alkohol

Den professionelle samtale om alkohol med den gravide kvinde og hendes familie kan forberedes ved, at du overvejer, hvordan du vil gennemføre selve samtalen, og hvordan dine egne oplevelser og erfaringer med alkohol påvirker den måde, du gennemfører samtalen på.

Du kan fx tænke over, hvilke oplevelser du selv har med at drikke alkohol som voksen, og hvilke erindringer du har fra din barndom. Du kan overveje spørgsmålene:

- Hvilke oplevelser har jeg fra min egen barndom om alkohol – og hvad betyder min barndoms oplevelser for min holdning i dag?
- Hvad er min egen holdning til alkohol i dag? Og hvad kan jeg gøre for, at mine egne holdninger ikke påvirker samtalen negativt?
- Hvordan kan jeg gennemføre en samtale på en professionel og ikke fordømmende måde?

Refleksioner over din egen baggrund er en del af forberedelsen til samtalen.

Vigtige temaer til overvejelse

Alkoholkulturen er forskellig i vores samfund og er påvirket af traditioner, samfundslag mv., og det kommer til at afspejle sig i samtalen. Der er stor forskel på, om den gravide drikker en genstand en gang imellem, om hun drikker få genstande hver dag, eller om hun rusdrikker med jævne mellemrum og måske slet ikke rører alkohol i andre perioder.

Uanset hvor meget alkohol, der drikkes, er der en række forhold, som du skal overveje, og som må indgå i planlægningen af samtalen.

Samtalen skal helst finde sted så tidligt som muligt i graviditeten, fordi alkohol kan skade barnet fra første til sidste dag i graviditeten. Det ufødte barn kan ikke vente.

Gensidig tillid og fortrolighed er afgørende for den gode samtale. Nogle gange har du kendskab til den gravide og hendes familie i forvejen, og du har måske en viden, som du finder vigtig, men som de kommende forældre ikke vil tale om. Eller det kan være, at du kender den gravide eller hendes partner privat. Eller at du har hørt rygter om den gravide og partneren inden mødet. Eller ... Her gælder det om at holde fast på, at det er samtaleens formål at motivere til at stoppe med at drikke alkohol. Og at motivere til og sikre, at den gravide kommer i behandling, hvis der er behov for det.

»Min fars venner var stort set altid berusede, når de var sammen. Når jeg så kom ind i lokalet, skulle jeg gå hen til hver eneste af min fars venner, de krammede mig og kyssede mig på kinden. Jeg brød mig ikke om det. De lugtede af øl og cigaretter«

(Voksen, barn af alkoholikere)

Det at have forhåndskendskab til hinanden er en etisk udfordring, som kræver, at du gør dig klart, at du som fagperson har tavshedspligt. Og der kan opstå situationer, hvor det er bedre at bede en kollega om at tage samtalen, hvis det er muligt.

Samtalen om alkohol er en professionel samtale. I en professionel samtale kan du som fagperson bruge din personlighed og være den, du er. Du skal ikke inddrage erfaringer fra dit privatliv i samtalen. Og samtalen må aldrig blive en samtale mellem to privatpersoner. Samtidig skal du som fagperson gøre meget for, at samtalen bliver gennemført i en atmosfære, som de kommende forældre oplever, er præget af omsorg og respekt.



»Meeraallunga eqqaamasarpaa anaanaga ataagalu aalakoooraangata kisimikulasarlunga ersisarlungalu. Taamaammat nammineq aalakoomartulinnik imerniartillunga meeqqaka paarsisussarsiuutuaannarpakka«

(Angajooqqaaq)

Pingaartuuvoq meeqqap isumassornissaata aamma angajoqqaanngortussat meeqqap inooqqaerneranit pitsaanerpaaniq atugassaqartitsinissaasa qitiuttiutuarnissaa. Oqaloqatigiinneq meeqqamut attaveqarneq qitiuttiutuarlugu imaqartinneqarsinnaappat, tamanna arlalitsigut atorluarneqarsinnaasarpooq, ilutigisaanillu imigassamik atuinerup unitsinnissaanut kaammattuutaqataalerluni.

Ataataasoq arnap imigassamik atuinerminik unitsinsinnsamik periarfissaqarnissaanut pingaaruuteqarsinnaasaqaaq. Taamaammallu pingaartuuvoq arnap naartusup aappaatalu atuisarnerat pillugu aperinissat. Aappaasup ajornartorsiutitaqarsinnaasumik imigassamik atuinera naartusumit artorsaataalersinnaavoq. Aamma appariit akornanni timikkut tarnikkullu persuttaasernerit atugaasinnaapput, aningaasassaaleqisoqarsinnaavoq allatulluunniit ilaqtariittut ajornartorsiortoqarluni, oqaloqatigiinnerup ingerlanerani saqqummersunik – meeqqallu inunngornerminiit ingeralluurnissaa qularnaarumallugu iliuuseqarfifisariaqartunik. Ilutigisaanik maluginiartariaqarpooq aappariit tamarmik immikkut atuinerat assigiinngitsorujus-suusinnaammat. Tamanna appariinnermut meeqqallu pisariaqartitani naapertorlugit isumassorneqarnissaanut annertuumik sunniuteqarsinnaavoq.

Ammattaq oqaloqatigiinnissamut piffissarisqa pingaartuuvoq. Suut oqaloqatigiissutigissallugit angumerineqarsinnaanerinut aamma oqaloqatigiinnerup nukinnguneqartutut misigineqannginnissaanut. Oqaloqatigiinnerni arlalinni, ilitsersummi oqaloqatigiinnerup siulliup ataani taaneqartut tamarmik, angumerineqarsinnaassannillat. Taama pisoqartillugu pingaarerutittariaqarpat imigassamik atuinerup unitsinnissaanut periarfissanik siuarsanerpaasoq.

Siunnersuut

Atuagaqqami uani apeqqutit quelequettallu isumassarsiorfittut atukkit, pinngitsoorani maleruagassatut isiginagit.

Piffissaasualuni oqaloqatigiittoqartillugu oqaaqqissaareq-qajaasoqartopoq piviusunngortinnejarsinnaanngitsunillu siunnersueqqajaasoqartarluni. Aamma pingaartuuvoq imigassaq pillugu oqaloqatigiinnermut attuumassutillit takusinnaanissaat, pisariaqarpallu naartusumik oqaloqateqarnermi eqqartugassanit allanit immikkoortinnissaat.

Pingaartuuvoq ilaqtariit naartusortallit ajoquisumik imigassamik atuisut ammaaffigalugit akuersaarlugillunaaperiarnissaat aamma oqaloqatigiinnerup killisiuinertut iluseqarani, peqataasunillt tamanit paasisaqrifiusutut misigineqarnissaat.

Isumalluartarit. Ilisimatusarnerup takutippaa oqaloqatigiinnerit ikittut inunnut amerlasuunut sunniuteqarlu-arsinnaasartut, ilaallu piffissap sivikitsup ingerlanerani imigassamik atuinnaartartut. Allat inuiaqatigiinnit sivisuumik suliniuteqarfifisariaqartarput. Naartuneq tassaavoq inooriaatsip allanngortinnissaanik kaammattuinissamut periarfissatsialak.

Isumassarsiatsalaasinjaavoq oqaloqatigiinnerup ingerlanerani akunnattoorfittit pillugit suleqatinnek oqaloqateqarnissaq. Immaqa Skype atorlugu. Aamma imaassinjaavoq oqaloqatigiinneq pitsaanerpaamik ingerlakkumallugu supervision pisariaqartikkit.



Siunnersuut

Pingaartuuvoq sulisutut eqqissimanissat angajoqqaanngortussanillu oqaloqateqarnermik pingaaruuteqartumik salliutitsiurnissat. Misiliguk oqaloqatigiinnissaq minutsinik 15-20-nik sioqqullugu ilinnut eqqissarnissat, suliatiit allat iperarlugit, inullu imaluunniit inuit oqaloqatigilikkatit kisiisa eqqarsaatigalugit.



Tip

Læs 'MANU information til fagpersoner'
grundigt inden samtalen

Det er vigtigt at holde fokus på omsorgen for barnet og på, at de kommende forældre skal give barnet den bedst mulige start på livet. Hvis det er muligt at give samtalen et indhold, hvor relationen til barnet bliver central, kan det ofte lade sig gøre at bruge dette på en konstruktiv måde, samtidig med at det motiverer til at stoppe med alkohol.

Barnets far kan have stor betydning for morens mulighed for at stoppe med at drikke alkohol. Derfor er det væsentligt, at du spørger både til den gravide kvindes og til partnerens forbrug. Et problematisk forbrug af alkohol fra partnerens side kan være en belastning for den gravide. Der kan også være fysisk eller psykisk vold i parforholdet, pengemangel og andre former for problemer i familien, som viser sig under samtalen – og som der skal tages hånd om for at sikre barnet en god start i livet. Samtidigt skal der være opmærksomhed på, at der kan være stor forskel i de to parters forbrug af alkohol. Det kan have stor indflydelse på parforholdet og muligheden for at give barnet den omsorg, det har behov for.

Tiden, der er til rådighed for samtalen, har også betydning. Både for hvor meget, I kan nå at tale om, og hvor presset, den kan opleves. I den første samtale vil det ofte ikke være muligt at komme igennem alle de punkter, der er nævnt i vejledningen. Så må dit udgangspunkt være at prioritere det, der bedst fremmer muligheden for at stoppe med at drikke alkohol.



Tip

Brug spørgsmål og temaer i dette hæfte
til inspiration og ikke som en opskrift,
der skal følges slavisk.

Ved en tidspresset samtale kan man have tendens til at være mere moraliserende end hvis man har den nødvendige tid og komme med forslag, der ikke kan gennemføres. Det er vigtigt at se sammenhængen med og eventuelt afgrænse samtalen om alkohol fra de øvrige emner, I også skal tale om i graviditetssamtalen.

Det er væsentligt, at du møder den gravide familie med et skadeligt forbrug af alkohol med åbenhed og accept, og at

»Jeg kan huske som barn, at når min mor og far drak. Så var jeg ofte alene og bange. Derfor får jeg altid nogle til at passe mine børn, når jeg drikker«

(En forælder)

samtalen ikke bliver et forhør, men gerne en samtale, der er oplysende for alle parter.

Vær optimist. Forskningen viser, at få samtaler kan have stor virkning for mange – og at nogle holder op med at drikke alkohol efter et kort forløb. Andre kræver en langvarig indsats fra samfundets side. Netop graviditeten er et godt tidspunkt at motivere til ændringer i måden at leve på.

Det kan være en god ide at tale med kollegaer om de dilemmaer, du oplever i samtalen. Eventuelt via Skype. Det kan også være, du føler, at du har behov for supervision for at kunne gennemføre samtalen bedst muligt.



Tip

Det er vigtigt, at du som fagperson er rolig og fokuseret på samtalen med de kommende forældre. Prøv at tage 15-20 minutter, inden du har en samtale, til at få ro på dig selv, læg dine andre opgaver fra dig og fokuser på den eller de personer, du snart skal tale med.

4. Oqaloqatigiinneq

Meeqqap peqqissusia ingerlalluarnissaalu qitiupput

Oqaloqatiginnerup aallartinnerani erseqqissarsinnaavat pineqartoq tassaammat meeqqap inuunerata ingerlalluarnissaata qitiutinnissaa. Imigassamik atuineq eqqartoriarparsi meeraq pillugu. Nalunngilarpummi imigassap meeraq ajoquersinnaaga. Taamatut aallaqqaasiinikkut meeqqap peqqissuunissa, ingerlalluarnissaal pitsasumillu inuuneqarnissaata ataatsimoorussamik soqtigineqartoq ersersinnejassaaq.

Oqaluttuarisinnaavat annertuumik imigassamik atuine-
rup meeraq ajoquersinnaaga. Aamma angajoqqaan-
tutagaqqami imigassaq pillugu immikkoortoq takutissi-
naavat. Tamakuq ajoquerserupput meeqqap inuuner-
mi sinnerani atugarisassai.

Oqaloqatiginnerup immikkoortuani tassani qulequttat apeqquillu saqqummiussinnaasatit:

- Aatsaat oqatigisakka pillugit qanoq eqqarsarpisi? Angajoqqaat tamaasa qanoq eqqarsarnersut apeqquigisinnavaat. Imaassinaavoq assigiinngitsunik eqqarsaateqartut.
- Imigassaq meerartaarnissarsilu pillugit oqaloqatiginneq sioqquillugu qanoq eqqarsaatersueteqarpisi?
- Imigassap ajoqusiisinnanera pillugu sunik ilisimasaqarpisi? Ilisimasaat piviusunik ilasinnaavatit.

»Opersortikkama nuannersimaqaaq,
inersimasulli alakuvlermata nuannerun-
naarpoq. Unuaq naallugu emgupput,
sininngitsoorlungalu.«

(Iniusuttoq 14-nik ukiulik)

Qanoq atuitiginerisa paasinialernerannut ikaarsaariarneq ima oqarnikkut pisinnaavoq:

- Maanna apeqqutigissavara qanoq annertutigisumik imigassartarnersutit. Taava paasiuminarnerulissaq ikiortariaqarfissigut qanoq tapersersinnaaneritsigit.

Atuinerup qanoq annertutiginerata imeriaatsillu qanoq ittuunerata paasiniarnissaannut ikaarsaariarneq pingaartuuoq. Tamanna saqqummiuttariaqarpoq angajoqqaan-
ngortussat namminneq inuunerminni akuleruffiusussaan-
ngitsutut isigisaannut akuleruttoqalerneratut imaluunniit nakkutilliisoqalersutut misigitinngikkaluarlugit.

Aamma angajoqqaanut atuagaaraq aallaavigisinnaavat,
angajoqqaat tassannga upperraasillugit imarisaaillu

Imigassaq ataasitugassaq suugami?

Hvad er en genstand?



1
ataasitugassaq
genstand



1
ataasitugassaq
genstand



1
ataasitugassaq
genstand



1
ataasitugassaq
genstand



6
ataasitugassaq
genstand



18
ataasitugassaq
genstand

4. Samtalen

Barnets sundhed og trivsel er i fokus

I starten af samtalen kan du understrege, at det er om-sorgen for barnets liv og trivsel, det handler om. Det er af hensyn til barnet, at I skal tale om det at drikke alkohol. For vi ved, at alkohol kan skade barnet. Med denne indledning anslås en fælle interesse i, at barnet skal blive sundt, velskabt, trives og have et godt liv.

Fortæl at et alkoholforbrug kan skade barnet. Du kan også vise afsnittet om dette i hæftet om alkohol til forældrene. Det er skader, som barnet skal leve med hele sit liv.

Temaer og spørgsmål, du kan komme ind på i denne del af samtalen, er:

- Hvad tænker I om det, jeg lige har sagt? Du kan spørge begge forældre, hvad de tænker. Det er ikke sikkert, de tænker det samme.
- Hvilke overvejelser har I gjort jer inden samtalen om alkohol, og det, at I skal have et barn?
- Hvad ved I om alkohols skadelige virkninger? Du kan supplere deres viden med fakta.

»Min konfirmation var rigtig sjov, indtil de voksne blev fulde. De holdt fest hele natten, og jeg fik ikke sovet«

(Ung 14 år)

Overgangen til afklaring af forbrugets omfang kan fx ske ved, at du siger:

- Må jeg stille dig nogle spørgsmål om, hvor meget alkohol du drikker? Så kan vi lettere finde ud af, hvordan vi støtter jer med at få den hjælp, I har brug for.

Overgangen til en afklaring af forbrugets omfang og drikke mønstret er vigtigt. Den skal ske på en måde, så de kommende forældre ikke oplever det som utidig indblanding i deres privatliv eller som en form for kontrol.

Du kan også tage udgangspunkt i forældrehæftet og lade forældrene bladre lidt i det og tale om, hvad det indeholder. Bagefter kan du spørge dem, hvilke



oqaloqatigalugit. Kingornagut aperisinnaavatit eqqarsaatit suut atuagaqqap pilersinnerai. Angajoqqaanngortussat atuagaaraq atuareersimappassuk kaammattorsinnaavatit atuaramikku qanoq eqqarsaateqalersimanertik oqaluttuarreqqullugu. Imaluunniit titartakanik filmearaliaq takutis-sinnaavat, taannalu oqaloqatigiinnermut aallaavigalugu.

Titartakkap takutippaa qaratsap sunik nuannersutut misigititsisarnera imigassamit sunnigaalluni atuutilersartoq (soorlu stoffi dopamin annertuseriarluni). Majorsismalaaginnarluni akimmisaarutaasartut qasukkartarput uloriagisat aamma isorisat annikinnerulerlutik annilaengagaannilu annilaanganeq annikinnerulissalluni. Aamma makittarissuseq, qisuarisrinnaassuseq ungassisutsinillu naliliisinjaaneq sunnerneqartarput annikillillutik.

Atuinerup annertussusaanik imeraatsimillu paasiniaaneq

Atuinerup annertussusaanik imeraatsimillu paasininnissaq naartusup ilaquaasalu iluaqtigisinjaasaminnik ikiorserneqarnissaannut pingartaaruvoq.

Oqaloqatigiinnerup immikkoortuani tassani quelequttat apeqqutillu naartusumut appaanullu saqqummiussinnaasatit:

- Naartunerit paasinngikkallarakku qanoq annertutigisumik imertarpit?
- Qanoq akuliksigtigisumik imigassartortarpit?
- Nalinginnaasumik ataistornerit qassit imertarpigit?
- Sapaatip-akunneranerut agguaqatigiisillugu qanoq annertutigisumik imertarpit?
- Ataatsikkut tallimanik amerlanernilluunniit qanoq akuliksigtigisumiik imigaqartarpit? Sapaatip-akunneranerut ataasiarlutit? Marloriarlutit imaluunniit tallimariarlutit?
- Imigassamut tunngatillugu peroriartornerit qanoq-ippa?
- Qanoq pisoqaraangat/qanoq eqqarsaraangavit imerusulersarpit?
- Imerlutit aallartikkaangavit unitsinnissaa ajornakusoortillugu misiginikuuiuk?
- Sumi imertarpit? Imerniaartarfimmi, angerlarsimaffinni, ikinngutinni, ilaqtann...?
- Imertarnerit arlaata ernumanartippaa?
- Imertarunnaavissaguit qanoq pisoqassava?

Oqaloqatigiinnermi apeqqutit taakku tikissagukkit, atuineq sulisunut aamma angajoqqaanut atuagaqqani allaaserineqartunut sanilliussinnaavat, tassuunakkullu

meeqqap ajoquusernissaa qanoq ulorianartiginersoq paasisaqrfigalugu.



Siunnersuut

Inuit ilaasa qanoq annertutigisumik imertarnertik ammalluinnartumik oqaluttuarisarpaat. Allat annikinaartarpaat. Taamaammat erseqqissumik aperisarit. Soorlu; sapaatip-akunnera kingulleq qanoq annertutigisumik imigassartorpit. Imaluunniit: Qasseriarlutit »ataasitornerit« 5-6 amerlanerilluunniit imernermi ataatsimi imernikuigit, naartunerit paasinngikkallarakku?

Naartoqqaalernerme annertuumik atuisoqarsimappat naartorlu ulorianartorsiorpat eqqarsaatigisinjaavat naartuersinnissap periarfissaanerata oqallisiginissaa immaqalu aamma eqqaallugu naartunermi sapaatip-akunnerata 12-p kingorna naartuersinnissaq qinnutigineqarsinnaasooq.

Kajumissutsip paasiniarnera

Imigassamik atuinerup annertussusaata ilisimanissaata saniatigut soorunami aamma pingartaaruvoq paassisallugu naartusoq aapparisaalu imigassamik atuiunnaarnissamut qanoq kajumitsiginersut. Tamanna suliniutigiligassat suunissaasa aalajangiunnissaannut pingaaruteqarluinnarsinnaavoq – taamatullu ilaqtariit avataaniit ikiorserneqaratik unitsitsisinjaanerisa nalilerniarnerannut. Taamaammat pingartaaruvoq apersuutigissallugu naartusoq aappaasorlu imertarunnaarnissaminnut qanoq kajumissusegartiginersut.

Oqaloqatigiinnerup immikkoortuani tassani quelequttat apeqqutillu saqqummiussinnaasatit:

- Naartulernikuugavit imigassamik atuisarunnaarnissat pillugu qanoq eqqarsaetersornikuuit?
- Taamatut kissaateqarnerit qanoq sakkortutigiva?
- Aappat illillu imigassamik atuisarunnaarnissaq pillugu qanoq eqqarsaateqarpisi?
- Imigassamik atuiunnaarussi aappannut ilinnullu sutigut iluaqtaassava?
- Imigassamik atuisarunnaarnerpit ilinnut aappaannullu suut ajoqtigisinjaavai?

tanker det sætter i gang. Hvis de kommende forældre har læst hæftet i forvejen, kan du opfordre dem til at fortælle, hvilket indtryk det har gjort. Eller du kan vise animationsfilmen og bruge den som udgangspunkt for samtalen.

Afklaring af omfang og drikkemønster

En afklaring af forbrugets omfang og drikkemønstret er vigtig for, at den gravide og hendes familie kan få den støtte, der kan hjælpe dem bedst.

Temaer og spørgsmål, du kan bruge til både den gravide og hendes partner i denne del af samtalen, er:

- Hvor meget har du drukket, før du opdagede, du er gravid?
- Hvor ofte drikker du alkohol?
- Hvor mange genstande drikker du typisk?
- Hvor meget drikker du gennemsnitligt om ugen?
- Hvor tit drikker du fem genstande eller mere ved samme lejlighed?
- Hvordan var din egen opvækst i forhold til alkohol?
- Hvad er det for nogle situationer/tanker, der giver dig lyst til at drikke?
- Har du oplevet, at du har svært ved at stoppe, når først du er begyndt at drikke?
- Hvor er det, du drikker? På værtshus, hjemme, hos venner, i familien ...
- Er der nogen, der er bekymret over, at du drikker?
- Hvad ville der ske, hvis du holdt helt op med at drikke?

Hvis du kommer ind på disse spørgsmål i samtalen, kan du sammenholde forbruget med beskrivelserne i hæfterne til fagpersonerne og det til forældrene og få en vis forståelse af den risiko, der er, for at barnet lider skade.



Tip

Nogle taler helt åbent om, hvor meget de drikker.

Andre undervurderer det. Stil derfor meget konkrete spørgsmål. Fx hvor meget har du drukket den sidste uge? Eller: Hvor mange gange har du drukket 5-6 genstande eller mere på én gang, før du opdagede, du er gravid?

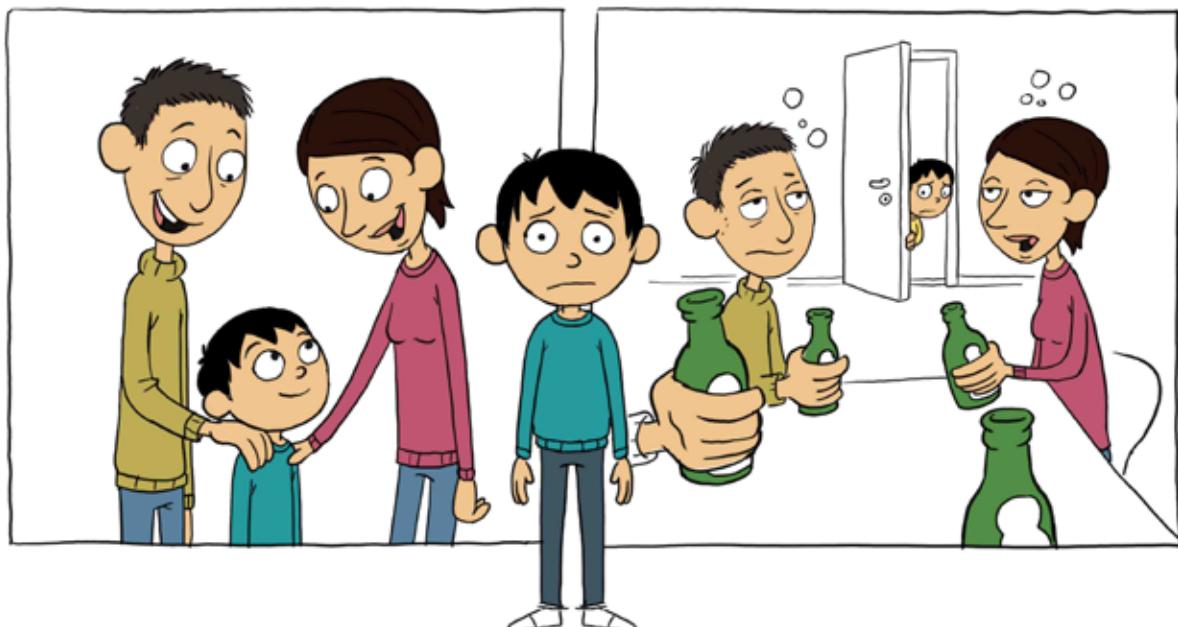
Hvis der har været et stort forbrug i starten af graviditeten, og barnet er i alvorlig risiko, kan du overveje at drøfte muligheden for en abort og eventuelt ansøge abortsamrådet om bevilling af abort efter 12. uge

Afklaring af motivation

Ud over at kende alkoholforbrugets omfang er det selvfølgelig vigtigt at vide noget om, hvor motiveret den gravide og hendes partner er for at holde op med at drikke alkohol. Det kan være afgørende for, hvilken indsats der skal sættes ind – og for en vurdering af, om familien selv kan stoppe uden hjælp udefra. Derfor er det vigtigt at spørge ind til, hvor motiveret den gravide og hendes partner er for at holde op med at drikke alkohol.

Temaer, du kan komme ind på i denne del af samtalen, er:

- Hvilke tanker har du gjort dig om at stoppe med at drikke alkohol, nu hvor du er gravid?
- Hvor stærkt et ønske er det?
- Hvad tænker du og din partner om at holde op med at drikke alkohol?



Ilaat imigassamik atuisarunnaarsinnaapput ajornartorsiuttaqanngitsumik, allalli ajornakusoortissallugu. Assersutigalugu imaassinggaavoq aanaa/aataakkunniit imigassamik atuisunit najugaqtigisaminnillu naqsimaneqartut. Imluunniit imaassinggaavoq ikinngutit imigassamik atuiusuusut ilagisarnerat nuannerluinnartartoq, taakkualu avataaniilernissap ernummatiginera kajumissutsimut sunniuteqartoq.

Arnaq naartusoq atuiunnaarnissaminut annertuumik kajumissuseqarsinnaavoq, taamaakkaluartori atuiunnaarnissani ajornakusoortissinnaallugu atugarisani pissutigalugit. Tamanna paasiniarsinnaavat oqaloqatigiinnerup ingerlanerani alapernaallutit paasiniarlugu imigassamik atuiunnaarnissaq pillugu qanoq misigisimallutillu eqqarsarnersut. Paasiniaruk atuiinnaassagunik qanoq pisoqarnissaa avatangiiserisamillu qisuarinissaat pillugit qanoq takorluuinersut?

- Ilaquaqrarlillu ikinnguteqarpit imigassamik atuininnik unitsitseqqusinngitsunik? Tamanna ilinnut qanoq misiginarpa?
- Misigisimavit ilaquitavit ikinngutivillu piumanngikkaluartutit imertittaraatsit?
- Imigassamik atuiunnaassaguit arlaannut peqataaqquasaajunnaassavit, soorlu nuannattunut?

Pingaartuuvoq paasiniassallugu naartusoq aappaalu tamarmik assigiinnik misigarnersut isummersornersullu. Annertuumik assigiinngissuteqarsinnaapput. Tamanna aamma aggaqtigisiillugu angutit arnanit annertune-roqisumik imertarnerisa ilisimaneqarneranut sanilliunneqassaaq.

Aamma naartusoq aappaalu eqqaassisinnaavatit imigassamik atuiunnaarneq tassaasinnaammatt meerartaassaminut tunissutigisinnaasaat annerpaaq.

Iliuuserineqarsinnaasunik paasiniaaneq

Naartusoq imigassamik atuisarpalit iliuseqarnissamut periarfissat arlaqarput. Arnaq naartusoq peqatigalugu periarfissat oqallisigineqassapput, sapinngisarlu naapertorlugu isumaqtigisutigineqassallutik.

Angajoqqaat atuagaanni nuna qaqqalik oqaloqatigiinnermut aallaavissatut atorsinnaavat. Tassani imigassamik atuiunnaarneq qaqqasiornermut assersunneqarpooq. Aqqutaani uniffissaqartarpooq kajumissutsimik attassiinnarnissamut iluaqtaasus-

sanik eqqortumillu alloriaqqinnissamut isumassarsiorfiussananik. Qasunarluliu artornarpooq, kisianni aqquaani misigisassaqartarpooq.

Nuna qaqqalik atorneqarsinnaavoq iluatsitsissagaanni ulluinnarni ileqqut suut allangortittariaqarnerat pillugu oqaloqatigiinnermut.

Erseqqissarneqassaaq oqaloqatigiinnerup siunertarinngim-magu katsorsaanissaq, siunertaraluguli imigassamik atuiunnaarnissamut kajumissuseqalernissaq aamma pisari-aqarpat naartusup katsorsartinnermut peqataanissaata qularnaarnissaa. Aamma siunertaavoq siullermeeluni oqaloqatigiinnerup kinguninnguagulli angajoqqaanngortussat iliuuseqarnialernissaat!

Taamaamat:

- Angajoqqaanngortussat kissaataat aamma periarfissaat piviusorpalaartut/pissuseqarfingineqarsinnaasut aallaavigalugit piviusorpalaartunik pilersaarusioritsi/anguniagassalioritsi.
- Angajoqqaanngortussat anguniakkat piviusunngortissappatigit qanoq pisoqartariaqarnera misissorsiuk.



- Hvilke fordele er der for dig og din partner ved at stoppe med at drikke alkohol?
- Hvilke ulemper vil der være for dig og din partner, når du/I stopper med at bruge alkohol?

Nogle vil kunne holde op med at drikke uden problemer, andre vil have svært ved det. De kan fx være under pres fra bedsteforældre, der drikker, og som de deler hus eller lejlighed med. Eller det kan være, at det er muntert samvær med venner, der drikker, og frygten for at være udenfor, der har betydning for motivationen.

Den gravide kvinde kan godt være meget motiveret, men alligevel have svært ved at stoppe fordi der er omstændigheder, der gør det vanskeligt. Det kan du undersøge ved, at du i samtalen nysgerrigt spørger om, hvad de tænker og føler om det at stoppe med at drikke alkohol. Undersøg, hvad de tænker, der vil ske, hvis de stopper, og hvordan omgivelserne vil reagere:

- Har du familie og venner, der helst ser, at du ikke stopper. Hvad gør det ved dig?
- Føler du, at der er familie og venner, der presser dig til at drikke, selv om du ikke har lyst?
- Bliver du udelukket fra noget, fx festligt samvær, når du holder op med at drikke alkohol?

Det er vigtigt at undersøge, om den gravide og partneren har samme oplevelser og holdninger. Der kan være store forskelle. Det skal også ses i lyset af, at vi ved, at mænd drikker betydeligt mere end kvinder i gennemsnit.

Du kan minde den gravide og hendes partner om, at det at stoppe med at drikke alkohol er den største gave, de kan give deres barn.

Afklaring af handlemuligheder

Hvis den gravide drikker, er der flere handlemuligheder. Mulighederne skal drøftes og så vidt muligt aftales sammen med den gravide.

Du kan bruge fjeldlandskabet i forældrehæftet til at tale ud fra. Her sammenlignes det at holde op med at drikke alkohol med at bestige et fjeld. Der er små stoppunkter undervejs, som skal holde motivationen ved lige og sørge for, at personen får ideer til det næste skridt i den rigtige retning. Det er anstrengende og hårdt, men der kommer positive oplevelser og små sejre undervejs.

Samtale om fjeldlandskabet kan bruges til at tale om, hvilke vaner i dagligdagen der skal ændres, for at det kan lykkes.

Det skal understreges, at formålet med samtalen ikke er behandling, men motivation til at stoppe og til at sikre, at den gravide og eventuelle partner deltager i et behandlingsforløb, hvis det er relevant. Og at de kommende forældre allerede efter den første samtale begynder at handle!

»Qanoq illunga aalakuussaassagama kammalaatikka tamarmik aalakoortarpata?«

(Angajooqqaq)

»Hvordan skal jeg overhovedet kunne stoppe med at drikke, når alle mine venner drikker?«

(En forælder)

Derfor:

- Lav realistiske planer/mål med afsæt i de kommende forældres ønsker og realistiske/håndtérbare muligheder.
- Undersøg, hvad der skal til, for at de kommende forældre kan realisere målene.
- Aftal, hvad der er det første realistiske skridt. Hvad er det andet, når det første lykkes?
- Undersøg, hvad der kan være en hindring – og hvordan den bedst kan undgås eller overvindes.
- Undersøg, hvad nye er, du skal gøre, og hvad du skal lade være med at gøre for at stoppe med at drikke alkohol.
- Undersøg, hvem der kan hjælpe og støtte – og hvordan de bedst kan hjælpe.
- Opstil realistiske forventninger til det, som de gerne vil ændre.
- Hvad kan de kommende forældre gøre, så de ikke bliver ensomme og uden meningsfulde fællesskaber? Hvad kan udfylde det tomrum, nogle kan opleve, efter at de er holdt om med at drikke alkohol.

Handlemulighederne kan sammenfattes i fire punkter:

For det første kan den gravide beslutte at stoppe med at drikke alkohol. Det vil især ske, hvis den gravide er meget motiveret, og/eller forbruget ikke er særlig stort. Undersøg, hvad der skal til, for at hun kan tage det første skridt, og hvem der eventuelt kan hjælpe fra hendes familie og netværk.

For det andet kan den gravide ønske at stoppe, men have svært ved det. Det kræver, at der aftales tæt opfølgning og støtte af de professionelle og den gravides netværk, hvis det er muligt. Desuden kan der tilbydes behandling hos Allorfik.

For det tredje kan den gravide have drukket alkohol i starten af graviditeten, men være holdt op. I den situation

- Isumaqtigissutigisiuk piviusorpalaartumik alloriarnissaq siulleq sunaassanersoq. Siulleq iluatsippat suna tullinnguutissava?
- Aporfiusinnaasut misissukkit – aporfiusoq qanoq pitsaanerpaamik pinngitsoorneqarsinnaava qaangerneqarluniluunniit.
- Imerunnaarniarlirutit iliuuserisassatit nutaat - aamma suut iliuuserissannginnerlugit - misissukkit.
- Misissorsiuq kikkut ikorsiillutillu tapersiisinnasutut oqaloqatigisavut misigisarneraat – qanorlu taaku pitsaanerpaamik ikorsiisinnaandersut.
- Allangorteruterusutaannut naleqqiullugu ilimagisanik piviusorpalaartunik allattuigitsi.
- Angajoqqaanngortussat kiserliulerumanatik isumaqartilluakkaminnilu ataatsimoorfeerukkumanatik qanoq iliorsinaappat? Imerunnaarnermi amigaateqartutut misigisarneq - inuit ilaasa aqquaartagaat - sumik taarsinnaavaat.

Iliuuseqarnissamut periarfissat sisamanngorlugit inissiterneqarsinnaapput:

Siullermik naartusoq aalajangersinnaavoq imigassamik atuiunnaarniarluni. Tamanna annermik pisarpoq naartusoq annertuumik kajumissuseqarpat aamma/imaluunniit atuineq annertungnippat. Paasiniaruk alloriaqqaarnissaanut suut pisariaqarnersut, ilaquaatasalut attaveqaataasaluunniit akornannit kikkut ikuuussinnaandersut.

Aappaattut naartusoq imigassamik atuiunnaarniarluni kissaateqarsinnaavoq, tamannali ajornakusoortillugu.

Tamatumani pisariaqarpoq qanimut malitseqartitsinissap isumaqtigissutiginissaa aamma sulisunit naartusullu qanigisaanit ajornartinnagu tapersiisoqarnissaa. Aammat-taaq Allorfimmi katsorsartinnissaq neqeroorutigineqarsinnaavoq.

Pingajuattut naartusoq naartuleqqaarnermi nalaani imigassartorsimasinnaavoq, atuininiili taamatissimallugu.

Taama pisoqartillugu nalilerneqassaaq naartusoq ima imersimatiginoq naartuata ajoquusersimanissaa annertuumik ilimagineqartariaqarluni. Tamatumani naartuersin-nissaq eqqarsaatigineqartariaqarpoq.

Sisamaattut naartusup kissaatigisinnavaa imigassamik atuinini unitsinniarnagu. Taama pisoqartillugu isumaginninnermi oqartussaasut nalunaarfigineqassapput. Tamatumani illit sulisutut isumaginninnermi oqartussanut

sakkortusisamik nalunaartussaatiaavutit. Naartusoq ilisimatinneqassaaq nalunaaruteqarniarninnik tamatumalu qanoq kinguneqarsinnaaneranik.

Oqaloqatigiinnerup naggasernera

Oqaloqatigiinneq naggaserneqarsinnaavoq oqaloqatigiinnerup ingerlanerani saqqummersut pingaarnersiorlugit eqikkarlugit suullu isumaqtigissutaandersut saqqumiullugit. Ataani immikkoortut eqikkaanermi atorukkit sammisassat pingaernerit tamakkissavatit.

- Aallaqqaasiullugu erseqqissaruk oqaloqatigiinnermi pingaarnerpaaq tassaammat meeqqap isumassornissaa.
- Imigassamik atuinerup annertussusia.
- Ilaqutariinni inuit ataasiakkaat imigassamik atuiunnaarnissamut kajumissusiat.
- Attaveqarfigisartakkat unitsitsiniarnermi ikorsiisinnaasut imaluunniit akornutaasinnaasut.
- Kia suna qaqqulu isumagissaneraa isumatigissutigisiuk.
 - » Iliuusissat ilaqutariit namminneq piviusunngortissinnaasaat.
 - » Iliuusissat sulisunit isumagineqartussat.
- Oqaloqatigiinnerup malitseqartinnissaa.
 - » Qaqugu, sumi qanorlu oqaloqatigiinneq malitseqartinneqassava?
 - » Kina aggersaasuussava, qaqugu aamma sumut?

Eeqqaamajuk peqataasunut tamanut torersumik inuu-Iluaqqusinissat!

skal det vurderes, om den gravide har drukket så meget alkohol, at barnet med stor sandsynlighed har taget skade. Her skal der overvejes en abort.

For det fjerde kan den gravide ønske ikke at stoppe med at drikke alkohol. Så skal der ske en underretning til de sociale myndigheder. Her har du som fagperson en skærpel underretningspligt til de sociale myndigheder. Den gravide skal have at vide, at du vil lave en underretning, og hvad konsekvenserne kan være.

Afrunding af samtalen

Samtalen kan afrundes ved at opsummere det vigtigste, der er kommet frem under samtalen, og hvad der er aftalt. Hvis du bruger følgende punkter som udgangspunkt for en opsummering, er du sikker på, at du kommer omkring de vigtigste temaer.

- Start med at understrege, at det er omsorgen for barnet, der er det vigtige i samtalen.
- Alkoholforbrugets omfang.
- Motivationen for at stoppe hos de enkelte familiemedlemmer.
- Netværket, som kan støtte eller hæmme et stop.
- Aftaler for, hvem der gør hvad og hvornår.
 - » Handlinger familien selv gennemfører.
 - » Handlinger den professionelle står for.
- Opfølgning af samtalen.
 - » Hvornår, hvor og hvordan skal der følges op på samtalen?
 - » Hvem indkalder, hvornår og hvor?

Og husk at sige ordentligt farvel til alle, som deltog i samtalen!



5. Oqaloqatigiinnerup kingorna

Malitseqartitsineq

Oqaloqatigiinnerup siullup kingorna arlallit qanumit malitseqartitsisoqarnissaa pisariaqartittarpaat. Taamaammat sulisup oqaloqatigiinnermik siullermik ingerlat sisup tamatigut qularnaartassavaa malitseqartitsisoqarnissaa – imigassamik atuisoqartarpal. Isumassarsiatsialaavoq malitseqartitsilluni oqaloqatigiinnerup aallaqqasernissaa imigassamik atuinaveersaarnerup qanoq ingerlanera pillugu naatsumik killiffissiuinermik.

Nuannersut iluatsittut ersersikkit nuannaarutigalugillu – taava imigassamik atuiunnaarniarnerminni qanoq illori-aqqissinnaanerat pilersaarusiorsiuq. Kingullermik naapeqtigiinnissinni isumaqatigiissutigisassi qanoq ingerlasimarerat paasiniaruk. Pisariaqarpal nangaanak Allorfimmutfinnerusussigit. Naartusup katsorsartinnera ingerlaannaq aallartittariaqarpoq, meeraq ajoquseqnunagu.

Pilertortumik iliuuseqarnerup kajumissuseq annertusartarpa. Piffissaq sivisuallaaq qaangiussimappat, nalingin-naavoq kajumissutsip annikilliartortarnera, angajoqqaangortussallu imigassamik atuinertik ingerlatiinnassavaat.

Pisariaqarfiatigut qularnaartaruk oqaloqatigiinnerup tamatigut malitseqartinnissaa.

Naapeqtigiinnissap isumaqatigiissutiginissaa ajornarpal ilaanni periarfissaasarpal malitseqartitsinerup Skype aqqutigalugu ingerlannissaa imaluunniit SMS-ikkut, Face-time-kkut. Messengerikkut assigisaatigulluunniit attaveqtigiinnissaq. Taamaaliornikkut angajoqqaangortussat nuuttartut imaluunniit sulisuniit ungassisumia najugaqartut attavginissaat ajornartanngilaq.



5. Efter samtal'en

Opfølgning

Mange har brug for en tæt opfølgning efter den første samtale. Derfor skal den fagperson, der har den første samtale, altid aftale en opfølgning, hvis der drikkes alkohol. Det er en god ide at starte den opfølgende samtale med en kort status af, hvordan det er gået siden sidst.

Fremhæv og glæd jer over det positive, der er lykkedes – og lav derefter en plan for, hvordan de kan komme videre med at stoppe forbruget af alkohol. Undersøg, hvordan det er gået med det, I aftalte ved seneste møde. Tøv ikke med at henvise til behandling i Allorfik, hvis det er nødvendigt. For den gravide bør starte behandling hurtigst muligt af hensyn til, at barnet ikke påføres skader.

Hurtig handling styrker motivationen. Går der for lang tid, er det almindeligt, at motivationen daler, og de kommende forældre fortsætter med at drikke alkohol.

Vær sikker på, at der altid sker en opfølgning på samtalen.

Er det ikke muligt at aftale et møde, vil det nogle gange være muligt, at opfølgningen foregår via Skype eller ved, at man kommunikerer gennem SMS, Face time, Messenger eller lignende. På den måde er det muligt at have kontakt med kommende forældre, hvis de flytter eller bor langt væk fra fagpersonerne.



6. Innersuussineq tapersorsorneqarnissamullu periarfissat

Ajornartorsiutaasumik imigassamik atuigaanni akeqanngitsumik katsorsartittoqarsinnaavoq.

Kommunimi suliamik suliaqartumut nunaqarfimmiluunniit kommunip allaffianut saaffiginnilluni ikorsertittoqarsinnaavoq.

Aamma Allorfiup katsorsaaviinut toqqaannartumik saaffiginnittooqarsinnaavoq katsorsartinnissamillu ikioqqulluni. Katsorsaaviiut sumiiffi attaveqaataallu www.allorfik.gl -imi takuneqarsinnaapput.

Ammattaaq Allorfiup aangajaarniutit pillugit telefonianut sianertoqarsinnaavoq sms-ertoqarluniluunniit: 525343.

Innuttaasoq katsorsarneqassatillugu suliamik suliaqartup:

- Innersuussinermi immersugassaq www.allorfik.gl-ikkut immersussavaa taannalu elektroniskimik nittartakkamut nassiullugu.
- Kommunip, katsorsasut immaqalu peqqinnissaqarfiup katsorsanermi suleqatigiissinnaanerat akueralugu atsiornissaq piumassavaa.
- Innuttaasoq suleqatigalugu malitseqartitsinissamut pilersaarut suliarissavaa. Taanna tassaavoq innuttaasup katsorsartereernermeri kingorna qanoq ikiorneqarnissaanut pilersaarut, inuunermut aanngajaarniutinik atuiffiunngitsumut ikaarsaarnissaq oqinneroqqullugu.

Katsorsartinnissamut periarfissaq

Qaqortumi, Nuummi, Sisimiuni imaluunniit Aasianni najugaqaraanni najukkami Allorfimmi katsorsartinneq ajornanngilaq. Aamma 2018-imi Ilulissani Allorfeqalissaq.

Allorfeqanngitsumi najugaqaraanni Nuummi katsorsartinneq ajornanngilaq, imaluunniit nammineq najugaqarfimmi angalallutik katsorsaasartunit katsorsartittoqarsinnaavoq.

Allorfik inunnut ataasiakkaanut naleqquuttunik neqeroorutinik innersuussissaq.

Sumiluunniit katsorsartikkaluaraanni innuttaasumut akeqassanngilaq.

6. Henvisning og muligheder for støtte

Hvis man har et problematisk forbrug af alkohol, kan man få gratis behandling.

Man kan få hjælp ved at henvende sig til sin sagsbehandler ved kommunen eller bygdekontoret.

Man kan også henvende sig direkte i Allorfiks behandlingscentre og bede om hjælp til at komme i behandling. Adresser og kontaktoplysninger på centrene kan findes på www.allorfik.gl.

Derudover kan man ringe eller sende en SMS til Allorfiks rusmiddeltelefon: 525343.

Når en borgers skal i behandling, skal sagsbehandleren:

- Udfylde et visitationsskema på www.allorfik.gl, som sendes elektronisk via hjemmesiden.
- Bede om en underskrift på en samtykkeerklæring om, at kommunen, behandlerne og evt. sundhedsvæsenet må arbejde sammen om behandlingen.
- Lave en efterforløbsplan i samarbejde med borgeren. Det er en plan for, hvilken hjælp borgeren kan få efter endt behandling, så overgangen til et liv uden rusmidler bliver lettere.

Mulighed for behandling

Hvis man bor i Qaqortoq, Nuuk, Sisimiut eller Aasiaat kan man få behandling i et lokalt Allorfik behandlingscenter. I 2018 vil der også åbne et Allorfik behandlingscenter i Ilulissat.

Hvis man bor i en by uden et Allorfik behandlingscenter, kan man få behandling i Nuuk eller ved rejsehold til ens hjemby. Allorfik visiterer til et tilbud, der er egnet for den enkelte.

Lige meget hvor behandlingen foregår, er den gratis for borgeren.

Innersuussutit | Referencer

Antonovsky A. (1979) *Health, Stress and Coping. New Perspectives on Mental and Physical Well-Being.*
San Francisco: Jossey Bass.

Antonovsky A. (1991) *Hälsans Mysterium.*
Natur og Kultur.

Bacher D. m.fl. (2014) *Samtaler med Unge om Rusmidler.*
Center for Unge og Misbrug, U-turn, Socialforvaltningen Københavns Kommune.

Becker U. Tolstrup J S. (2016) *Alkohol, brug , konsekvenser og behandling.*
Munksgaard.

Innuneritta II. Naalakkersuisuts strategier og målsætninger for folkesundheden 2013-2019

Jensen T. og Johnsen T. (2000) *Sundhedsfremme i teori og praksis. En lære-, debat- og brugsbog på grundlag af teori og praksisbeskrivelser.* Ringkøbing Amt.

Rubak S. (2005) *Den motiverende samtale.*
Institute of Public Health, Department of General Practice, University of Aarhus.

Der findes yderligere reference i informationshæftet for fagpersoner om alkohol og graviditet.



Allattukkät | Noter

‘MANU imigassaq pillugu oqaloqatigiinnissamut ilitsersuut’ -mi atuarsinnaavat sulisutut qanoq iliorlutit angajoqqaanngortussat angajoqqaanngorlaallu imigassaq ilaqtariinngornerlu pillugit oqaloqatigisinnaanerluit.

Oqaloqatigiinnissamut ilitsersummi qitiutinneqarpoq, qanoq iliorlutit angajoqqaat imigassamik ajoquaasumik atuinerminnik unitsitsiniarnerannik kaammattorsinnaaneritit. Oqaloqatigiinnermut ilitsersummi immikkoortut assiginngitsut sammisassasi tulle-riiarneqarput. Aamma eqqartorneqarput oqaloqatigiinneq sioqqullugu qanoq iliorsinnaandersutit oqaloqatiginnerlu qanoq malitseqartissinnaanerit.

Oqaloqatigiinnissamik ilitsersuutip oqariartuitigaa, angajoqqaanngortussanik angajoqqaanngorlaanillu imigassamik ajoquaasumik atuisunik tapersiiniarnermi pisariaqartoq oqaloqatigiinneq, misiginneqatainnaaneq isumassuinerlu. Angajoqqaat imigassamik atuinertik unitsissinnaappassuk, meeqqamat ilaqtariinnullu tamarmiusunut pingaaruteqassaqaq.

I ‘MANU samtalevejledning om alkohol’ kan du læse om, hvordan du som fagperson kan tale med kommende og nye forældre om alkohol og familiedannelsse.

Samtalevejledningen har fokus på, hvordan du kan motivere forældre til at stoppe et skadeligt forbrug af alkohol. I samtalevejledningen beskrives de forskellige faser, I gennemgår. Hvad du kan gøre før samtalen, hvordan du kan gennemføre selve samtalen, og hvordan du følger op på den.

Samtalevejledningens budskab er, at det kræver dialog, indføling og omsorg at støtte kommende og nye forældre, som har et skadeligt alkoholforbrug. Hvis det lykkes forældrene at stoppe deres alkoholforbrug, har det stor betydning for barnet og hele familien.

