

Barns utsatthet i familjer med beroende



Förälder påverkad

Förälder nykter

Gjord av en deltagare i barngruppen 4-6 år

Att skilja mellan kärlek och förmåga

- Beroendet av alkohol, tabletter eller droger **påverkar individens föräldraförmåga negativt**. Tidvis uppmärksammas inte barnets behov av omsorg och stöd.
- Den förälder som är i beroendet **kan inte bedöma** hur barnen eller partnern mår.
- Den anhörige föräldern blir indragen i den beroendes problematik och **kan förneka konsekvenserna** för familjen och även brista i sin roll som förälder då fokus främst är riktat mot den beroende.

I familjer med beroende

- Slutet system- med lite insyn
- Utsatthet- hot-farosystemet
- Hög belastning på hela familjesystemet
- Barnen bär ett orimligt ansvar, där barnen ”behövs”
- Våld i olika former, trauman
- Tillitsbrist till vuxna
- Det onormala blir normalt, svävande gränser
- Båda föräldrarna aktiva
- Utsattheten som anhörig påverkar föräldraförmågan
- Skilsmässa- föräldrarättens påverkan på barnens livssituation

Samtal med barn i familjer med beroende

- Utforskande och bekräftande av känslor
- Var nyfiskt utforskande
- Lita på din magkänsla
- Toppen på ett isberg
- Bekräftelse avlasta barnet, det är inte ditt fel
- Öppna frågor, "två öron och en mun"
- Levande samtal, du kan alltid återkomma
- Vid oro för ett barn, inte ditt ansvar att utreda
- Ta hjälp av dina kollegor
- **Våga stå kvar**



Nya vägar- ett samarbete mellan Socialtjänst, förskola & Vändpunkten

- Kunskap kring missbruk
- Handlingsplan
- Informera om anmälningsplikten
- Barnombud
- Intra barnperspektivet
- Relationen barn-förälder och förälder-pedagog
- Stöd av rektor och kollegor
- Ersta vändpunktens 4-6 år pedagogiska grupper
- Emmas hemlighet- att våga möta, se och agera



Vi finns på sociala medier

- www.erstavandpunkten.se
- Instagram @erstavandpunkten
- Facebook: Ersta Vändpunkten

Vid frågor hör av er till oss:
08-714 62 16 (Telefontid: mån-tors 9.00-12.00)
vandpunkt@erstadiakoni.se

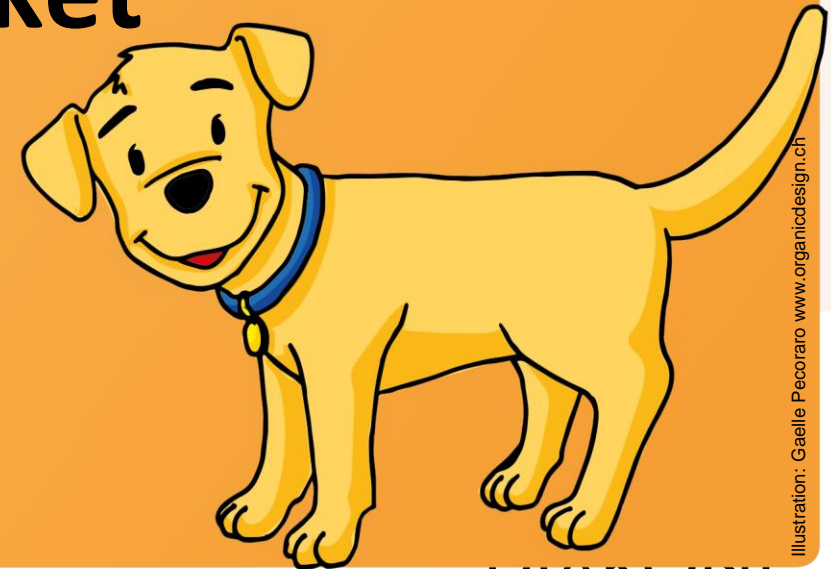
Jeanette.svensson@erstadiakoni.se
Oskar.palmback@erstadiakoni.se



Ludde

**En hjälp att prata med barn om vuxna
som dricker för mycket**

Mona Örjes



Metod och material

- **Utbildning (3 timmar digitalt)**
- Bok, fysisk och som powerpoint
- Handdocka
- Känslokort
- Övningar
- Fler korta berättelser



För vem?

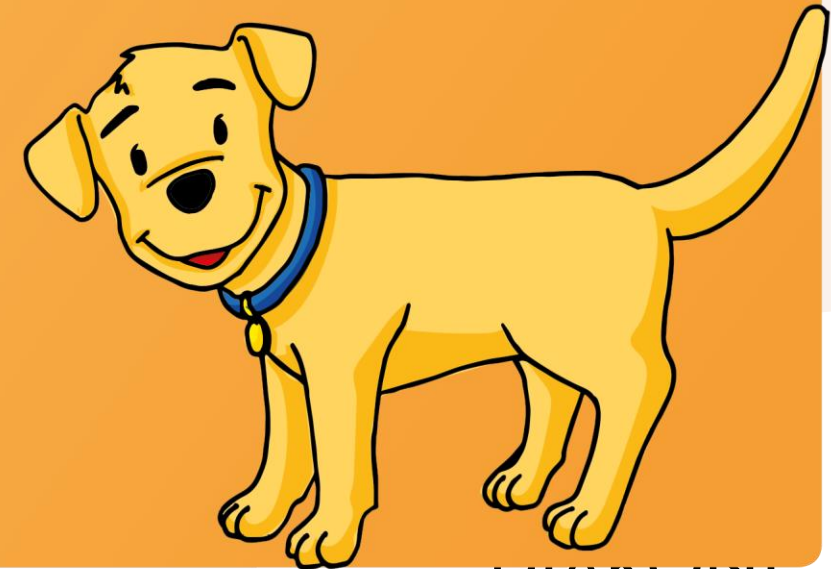
- Barn cirka 5-9 år
- Förskola/skola
- Ideella föreningar
- Socialtjänst



Digital utbildning – för alla!

- **Del 1.**
 - Hur är det att vara barn till en vuxen som dricker för mycket?
 - Hur kan vi upptäcka de barn som är drabbade?
 - Att samtala med barn
 - Tips till specifika verksamheter

- **Del 2.**
 - Ludde-materialet



Tips till specifika verksamheter

- Förskola
- Skola
- Föreningsliv
- Socialtjänst

Men också till alla vuxna som möter barn!

Ludde

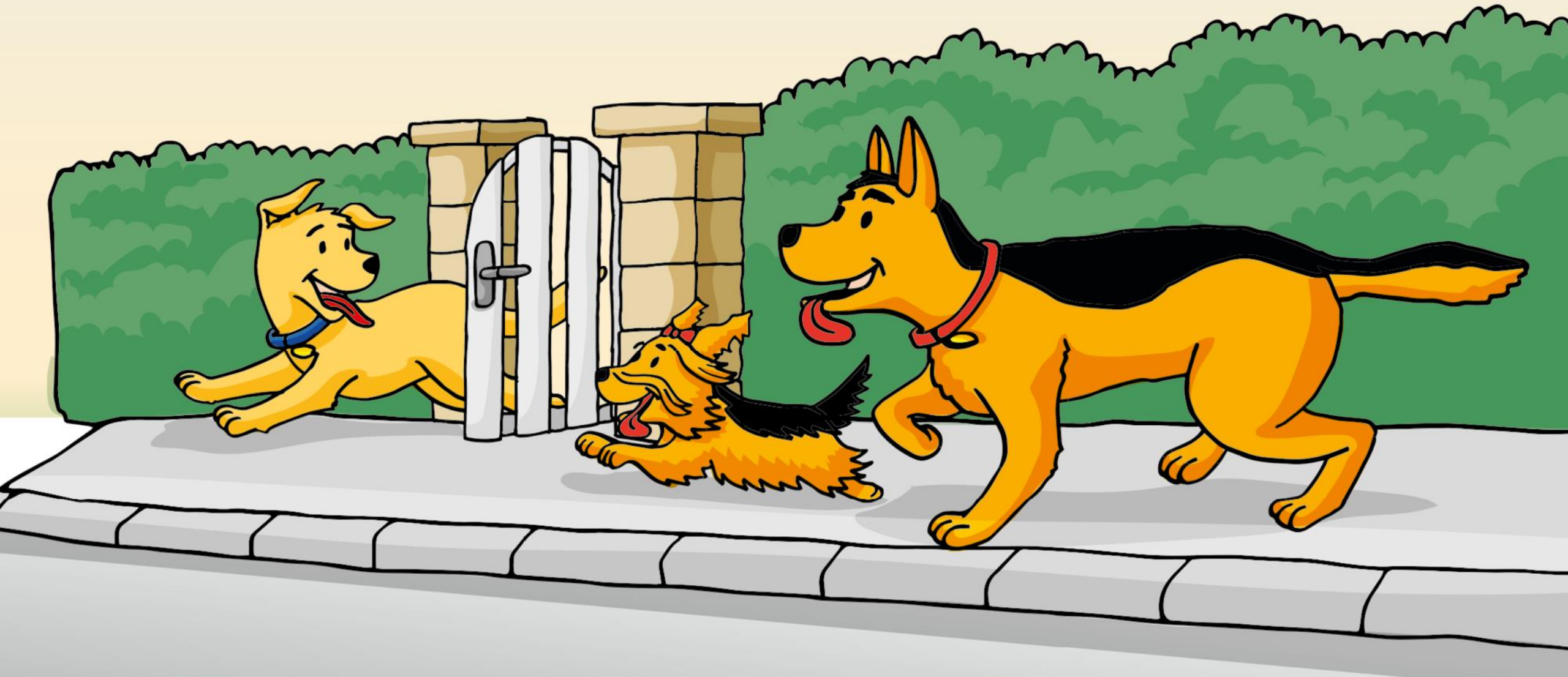


Det var en gång en liten hund som hette Ludde.
Han hade långa öron och små busiga ögon. Ludde
älskade när hans husse Fredrik lekte med honom
och när de gick på promenad i parken.



Han älskade också att gömma sig bakom trädgårds-grinden tills Zorro, grannhunden, eller Mira, hunden som bodde tvärsöver

gatan, kom förbi. När Ludde såg dem, skällde han glatt och de båda andra hundarna skällde tillbaka.



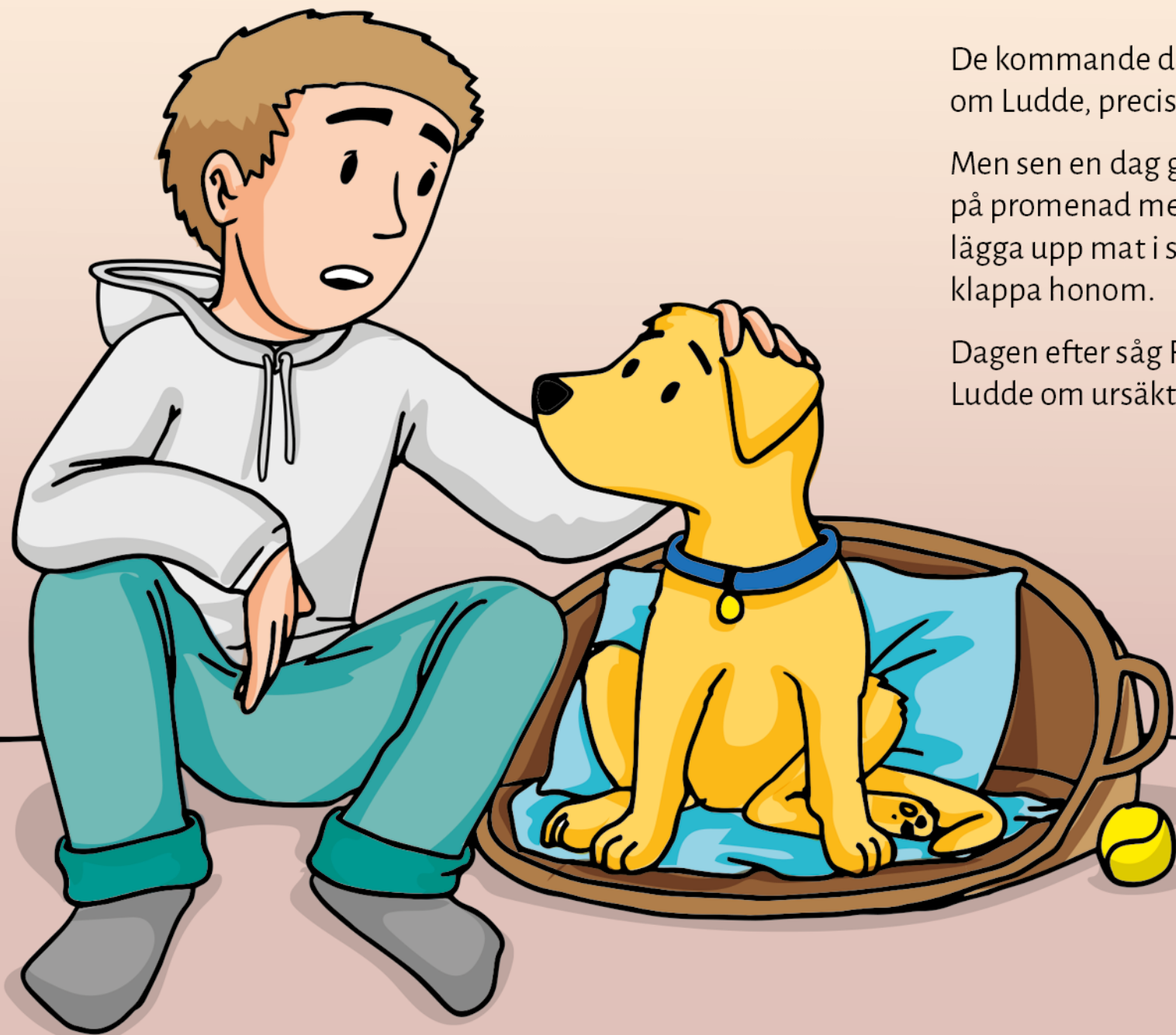
Men Fredrik såg inte ens åt honom. Ludde började yla: "Men hallå, du har glömt vår promenad!". Men Fredrik hörde honom inte.

Då hoppade Ludde upp i knät på sin husse. Och Fredrik gjorde något som

han aldrig tidigare hade gjort: Han knuffade bort Ludde.

Ludde sänkte huvudet och kröp i hop i sin korg. Han var mycket ledsen och hungrig.





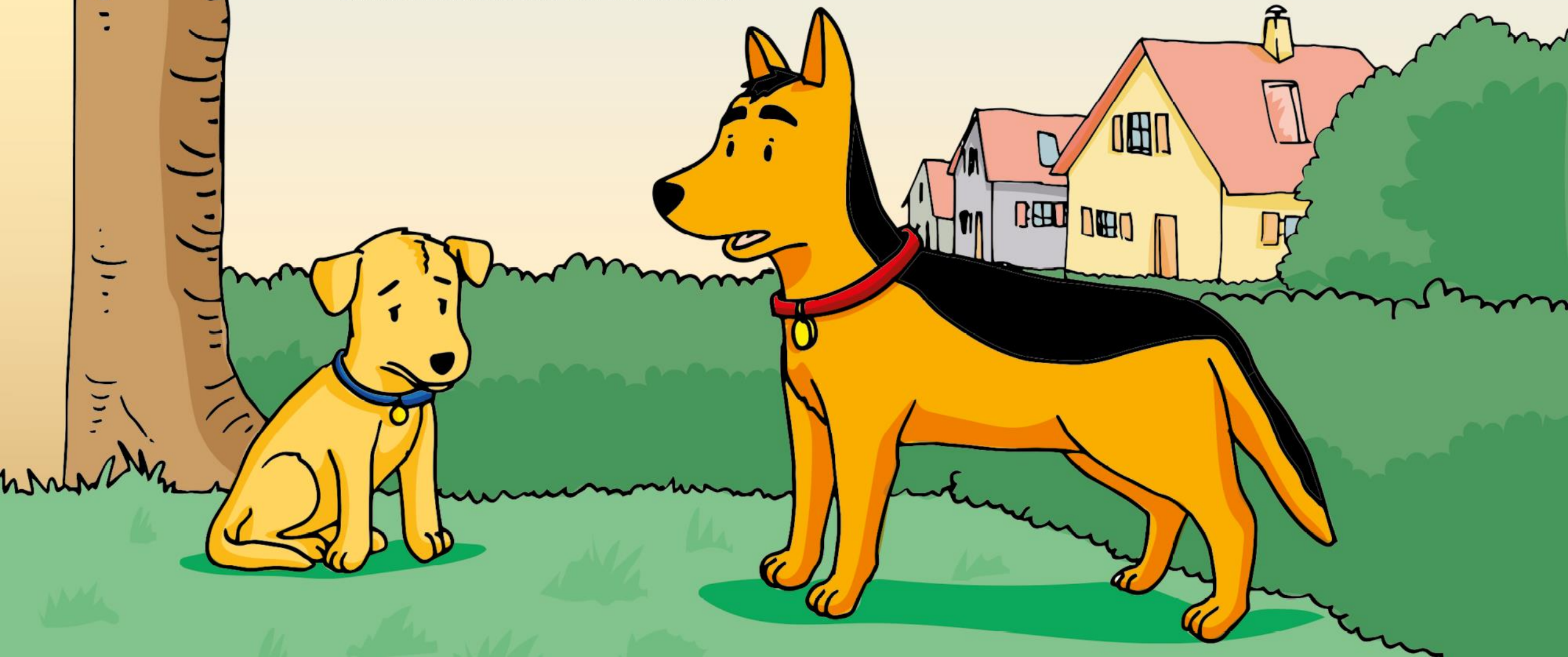
De kommande dagarna tog Fredrik väl hand om Ludde, precis som han lovat.

Men sen en dag glömde Fredrik igen att gå på promenad med Ludde. Han glömde att lägga upp mat i skålen. Och han glömde att klappa honom.

Dagen efter såg Fredrik ledsen ut. Han bad Ludde om ursäkt.

”Hur är det med dig, Ludde? Jag ser ju att det är något som inte är som det ska. Du ser väldigt ledsen ut, du går inte längre på promenad, och din husse ser man inte heller till.”

Ludde visste inte vad han skulle svara.



Zorro sa: "Vet du, Mira berättade för mig att hon också har varit med om samma sak. Hennes matte glömde ibland att ta hand om henne, och Mira förstod inte varför. I hennes hus låg det en massa tomma flaskor som luktade konstigt. En dag förklarade Miras matte att hon hade blivit sjuk av alkohol. Hon gick till en doktor som hjälpte henne att må bättre.

"Sjuk av alkohol? Vad är alkohol?" frågade Ludde.

"Å, det kan säkert Mira förklara bättre för dig än vad jag kan. Men som jag förstått det så är det något som människor dricker."



”Det kan göra människor mer avslappnade. Men när man dricker för mycket alkohol, då kan man bli väldigt sjuk”, sa Zorro.

Nu förstod Ludde, varför det ibland fanns så många flaskor som luktade konstigt hemma hos honom. Och varför Fredriks humör kunde växla så snabbt, från ett ögonblick till ett annat. Fredrik drack nog riktigt mycket alkohol, tänkte Ludde.



Han hade förstått att han inte var en elak hund. Och att det inte var hans fel att hans husse var sjuk.

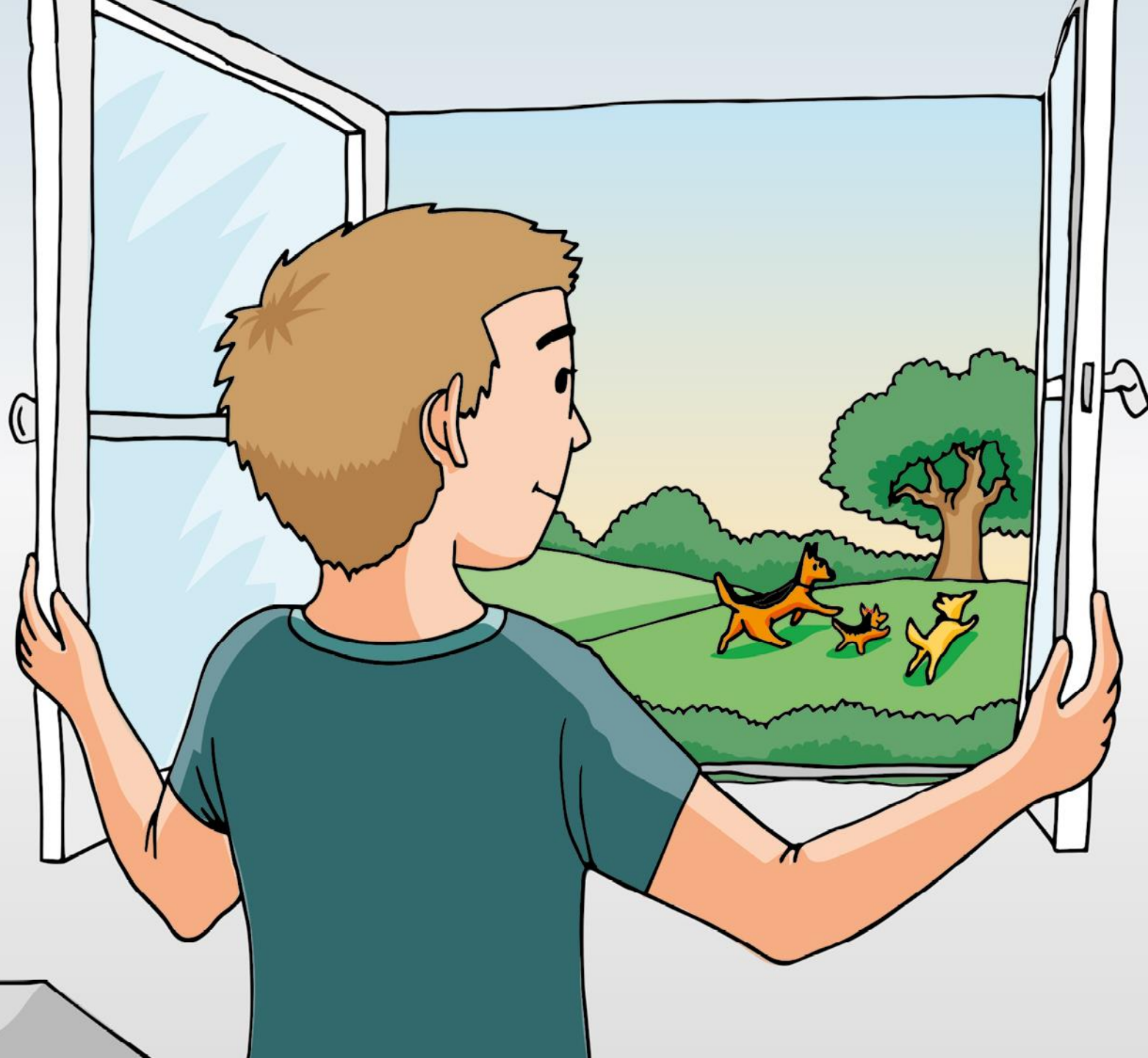
Han förstod nu äntligen vad det var som hände hemma hos honom. Kanske skulle Fredrik också gå till doktorn någon gång och få hjälp.

Ludde skällde, högt och glatt. Han kände sig inte ensam längre.

Han hade vänner som han kunde leka med och gå till parken med. Och om han någon gång blev ledsen igen, då kunde han hoppa över häcken och vips så var han med dem.



Fredrik tittade ut genom fönstret och såg hur Ludde tumlade runt i parken. Han undrade vad Zorro kunde ha sagt till hans Ludde som gjort honom på så gott humör.



Sagt om Ludde

*Ludde passar
jättebra att använda
tillsammans med
jour- och
familjehem!*

*Lättförståeligt för
barnen. Bra
handlednings-material
för oss vuxna!*

*Tack vare kunskapen i
Luddeutbildningen insåg
jag att två barn i min
klass hade den här
problematiken. Nu får de
familjerna hjälp.*

*Barnen älskar
Ludde! Han hjälper
dem att berätta om
något känns
jobbigt.*

Vuxna som vet

- en kunskapsportal om barn i missbruksmiljö

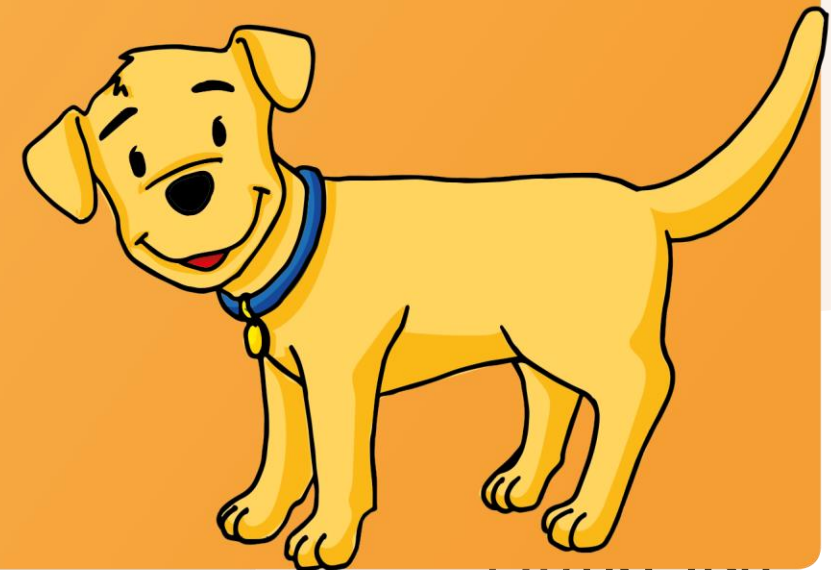
Vänder sig till dig som möter barn i din ideella eller professionella roll (förskola, skola och socialtjänst)

junis.se/vuxnasomvet



Tack för idag! Kontakta
oss gärna.

www.junis.se/ludde
ludde@junis.se
mona@junis.se



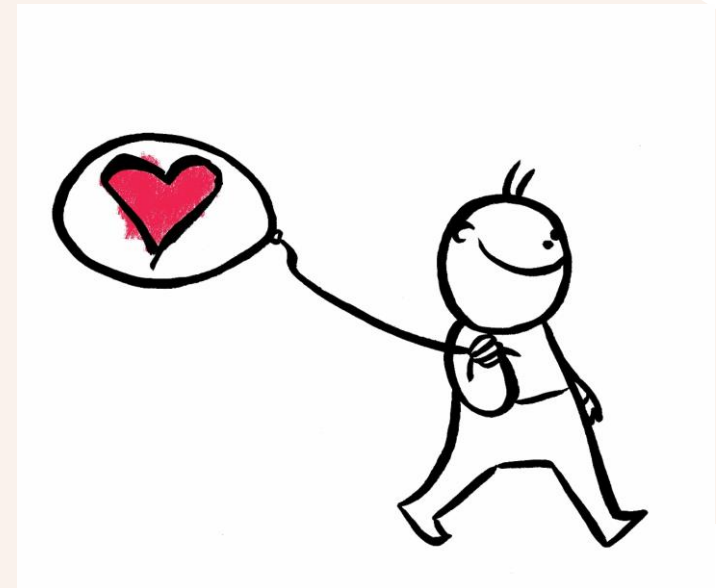
Ersta Vändpunkten - så påverkas barnen av att växa upp i en familj med beroende



Ersta Vändpunkten

En mottagning för anhöriga till beroende

- Gruppverksamhet (manualbaserade psykoedukativa program)
- Krisstöd, stödsamtal, psykoterapi
- Familjesamtal – Beardslee familjeintervention
- Utbildning - rådgivning
- Sommarläger
- Föreläsningar
- Handledning
- Upplysning/opinion



Ersta Värdpunktens program

- Barn 4 – 6 år
- Barn 7 – 9 år
- Barn 10 – 12 år
- Tonår 13 – 15 år
- Tonår 16 – 19 år
- Unga Vuxna 20 – 25 år
- Vuxna
- Föräldraprogram



Beroendesjukdomen

- En relationssjukdom- En sjukdom som hindrar vår förmåga att hantera och förstå sina egna och andras känslor
- En självförvärvad sjukdom som drabbar hjärnan och andra organ
- Livsstilsrelaterad
- Om behandlingen inte hjälper är det en dödlig sjukdom

I familjer med beroende

- Slutet system- med lite insyn
- Utsatthet- hot-farosystemet
- Hög belastning på hela familjesystemet
- Barnen bär ett orimligt ansvar, där barnen "behövs"
- Våld i olika former, trauman
- Tillitsbrist till vuxna
- Det onormala blir normalt, svävande gränser
- Båda föräldrarna aktiva
- Utsattheten som anhörig påverkar föräldraförmågan
- Skilsmässa- föräldrarättens påverkan på barnens livssituation



Rädsla som anhörig

- Rädslan att bli utsatt för olika former av våld.
 - Rädslan för att föräldern eller någon familjemedlem ska råka illa ut.
 - Rädslan att bli övergiven och lämnad.
 - Rädslan att uttrycka sina tankar och känslor.
 - Rädslan för fysiska ting som associeras med traumatiska upplevelser.
-
- 77 % av de barn som växer upp med en eller båda föräldrar med ett kemiskt beroende har varit utsatt för någon form av barnmisshandel (Nationell studie från Allmänna barnhuset "Våld mot barn" 2016).

Att skilja mellan kärlek och förmåga

- Beroendet av alkohol, tabletter eller droger **påverkar individens föräldraförmåga negativt**. Tidvis uppmärksammas inte barnets behov av omsorg och stöd.
- Den förälder som är i beroendet **kan inte bedöma** hur barnen eller partnern mår.
- Den anhörige föräldern blir indragen i den beroendes problematik och **kan förneka konsekvenserna** för familjen och även brista i sin roll som förälder då fokus främst är riktat mot den beroende.

Vad behöver barnen?

- Forskning påvisar att genom att öppna upp familjesystemet och tala öppet om problemen i familjen, så ökar familjens förmåga att stå emot och återhämta sig från olika påfrestningar.
- Att inte göra det är en **riskfaktor** för barns fortsatta utveckling och psykiska mående i vuxen ålder. **Bekräfta barnens upplevelse med empati och medkänsla.**
- **Psykoedukation** kring förälderns sjukdom och beteenden.
- **Stötta föräldrar** att möta sina barn på ett adekvat sätt.

Vändpunktens förhållningsätt

- Vi tror på barnen
- Pratar om alkohol/droger utan dramatik
- Vi är i relation till barnet istället för med den vuxna
- Inte fråga så mycket, barnet har sin egen process
- Skapa en tillitsfull relation och få barnet att känna sig tryggt (tydliga ramar)
- Barnen kommer hit på sina villkor
- Ser symptom som lösning/strategi att ha behövt handskas med svåra komplexa känslor
- Problemet finns i familjen



Stödgrupp- en framgång

- En **preventiv insats** med en strävan efter att skapa **trygghet, gemenskap** och framförallt **ett hopp**. En viktig faktor till förändring är **kommunikation**, att öppna upp och göra det **talbart**.
- Inte bara barnet behöver hjälp, **lika viktigt är hur den anhöriga föräldern hanterar situationen** då det har en positiv eller negativ inverkan på barnet.
- Ett beroende påverkar hela familjesystemet och när en förälder och ett barn deltar i varsitt program så bidrar det till konsekvenser för **hela** familjesystemet.

Vändpunktens program

- Förmedla kunskap och förståelse för sin situation.
- Förmedla att jag inte är ensam.
- Reducera skam och skuldkänslor.
- Hjälpa till att fokusera på sig själv och sina egna behov.
- Personliga rättigheter
- Att öka deltagarnas självkänsla. (Det är inte mitt fel, jag kan inte bota)
- Stödja positiva relationer till signifikanta andra (skyddsfaktorer)
- Erbjuder struktur och regler i en annars så kaotisk miljö
- Kunna göra egna medvetna val

Vi finns på sociala medier

- www.erstavandpunkten.se
- Instagram @erstavandpunkten
- Facebook: Ersta Vändpunkten

Vid frågor hör av er till oss:
08-714 62 16 (Telefontid: mån-tors 9.00-12.00)
vandpunkt@erstadiakoni.se

Jeanette.svensson@erstadiakoni.se
Oskar.palmback@erstadiakoni.se



Självmedkänsla och självkänsla

- Självkänsla uppstår i relationen.
- Rätten att känna trygghet bli hörd, respekterad, delaktig, uppmuntrad och rättvist behandlad.
- Älskad, villkorlös kärlek.
- Beröm för den de är.
- Hjälpa barnen att lyckas med saker.
- Jag är viktig, värdefull och jag duger som jag är.
- Tre delar
 1. upplevelse av kompetens- känna jag är en duglig människa.
 2. Upplevelse av autonomin, jag styr mig själv och mina handlingar har sitt ursprung i mig.
 3. Känslan av att höra till, vara en del av en gemenskap.