

Barn i rusfamilier – tidlig intervensjon



Korus Vest
Stavanger

sted/Dato endres i topp-/bunntekst

Presentatør/Virksomhet endres i topp-/bunntekst

Bakteppe

- Menn og kvinner med høyest inntekt drikker mest alkohol.
- Alkohol er det rusmiddelet som representerer det største samfunnsmessige problemet i Norge i dag.
- Alkoholforbruket i voksenbefolkningen har vært økende, og ligger i dag på ca.7 liter ren alkohol pr år per voksen innbygger i Norge. (Rossow, 2007)
- Høyest i gruppen 20-25 år
- over 40% av all alkohol drikkes i jobbsammenheng

Hvor mange berøres eller rammes av nære pårørendes alkoholbruk?



Hva sier rapporten om omfang

- 50- 150.000 (ca 5 – 14%) barn har foreldre som drikker mye eller ruser seg ofte
- Spør en barna får en disse tallene :
- 7,7 % sier at far har alkoholproblemer
- 2,7 % sier at mor har slik problemer
- Ca 9,1 % har minst en forelder med alkoholproblemer

- Forskning viser at ca. halvparten av de som som har en rus misbrukende mor også har en rus misbrukende far.

Rusmiddelmisbruk i et barne- og familieperspektiv



Viktige perspektiver/ holdninger

- Av alle de foreldrene som jeg har møtt som har rusproblem eller andre livsbelastninger å har utsatt barna sine for ganske alvorlige påkjenninger, gjør ikke dette fordi de ikke bryr seg om barna sine.
- De foreldre jeg har møtt ønsker det beste for barna sine
- Skyldfølelse og skam.

- Barnets stemme , barnets behov
- Vi kan ha to perspektiver oppe samtidig.

Avhengighet

- Vi har alle ett forhold til begrepet avhengighet.
- Eksistensiell beskrivelse av avhengighet
- Avhengighet er en sterk kraft – den er sterkere enn viljen sterkere enn menneske
- Ikke en gang barnet klarer å stoppe det.
- Det vanskelige er ikke å slutte å drikke, men å klare å unngå å begynne igjen.

Hva er et rusproblem?

Det eksisterer et rusproblem når

- Bruken av rusmidler virker forstyrrende inn på de oppgaver og funksjoner som skal ivaretas i familien
- De følelsesmessige båndene mellom mennesker belastes og forstyrres av en annens bruk av rusmidler

(Definisjon på et rusproblem – ref Frid Hansen)

**Det er ikke mengden alkohol,
men konsekvensene av inntaket
som belaster barna**

I en familie med rusmiddelproblem er kan barnet oppleve å bli belastet av problemet lenger før den voksne opplever det som et problem.



Barn av rusmisbrukere har en høyere forekomst av ulike vansker

- En oppvekst preget av rusmisbruk gir barn økt risiko for å utvikle psykiske problemer
- Undersøkelser viser at barn av misbrukere har høyere forekomst av:
 - depresjon

- skoleproblemer
- angst / tristhet
- dårlig selvbilde
- atferdsvansker / utagerende atferd
- søvnproblemer / mareritt
- kriminalitet / rusmisbruk

Dette kan også være belastninger som kan være knyttet til andre problemer innenfor familien.

Risiko for andre belastninger

- Sårbare/ utsatte barn
- Vold – seksuelle overgrep
- Overhyppighet av rusmisbruk i familier der barn blir utsatt for seksuelle overgrep
- Klar sammenheng mellom familievold og rusmisbruk

Hva med volden

- Flere norske og internasjonale studier som viser at det er en sammenheng mellom rus og vold
- Både eksponert for vold gjennom partner vold og selv bli direkte utsatt for vold.
- Volden som blir utøvd i beruset tilstand er ofte mer brutal og alvorlig
- Redusering av vurderingsevne og svekket impuls kontroll

Hvordan prøver barn å gi signaler på at de ikke har det bra

- Hun / han vil fortelle om eller vise:
 - magesmerte
 - anspenhet i muskulaturen
 - hodepine / migrene
 - tristhet / mimikkløshet
 - konsentrasjonsproblemer
 - enurese / encoprese

Hvordan prøver barnet å vise at de ikke har det bra

- motorisk uro
- Tretthet
- karakterer og innsats på skolen varierer
- vansker med venner og sosial tilhørighet
- overryter / overdrevet tilpasning
- følelsesmessig labilitet

Foreldrefunksjoner

Evne til realistisk oppfatning av barnets behov

Evne til realistiske forventninger til barnets mestring

Evne til å engasjere seg positivt i samspill med barnet



Korus Vest
Stavanger

FORELDREFUNKSJONER

Evne til empati med barnet

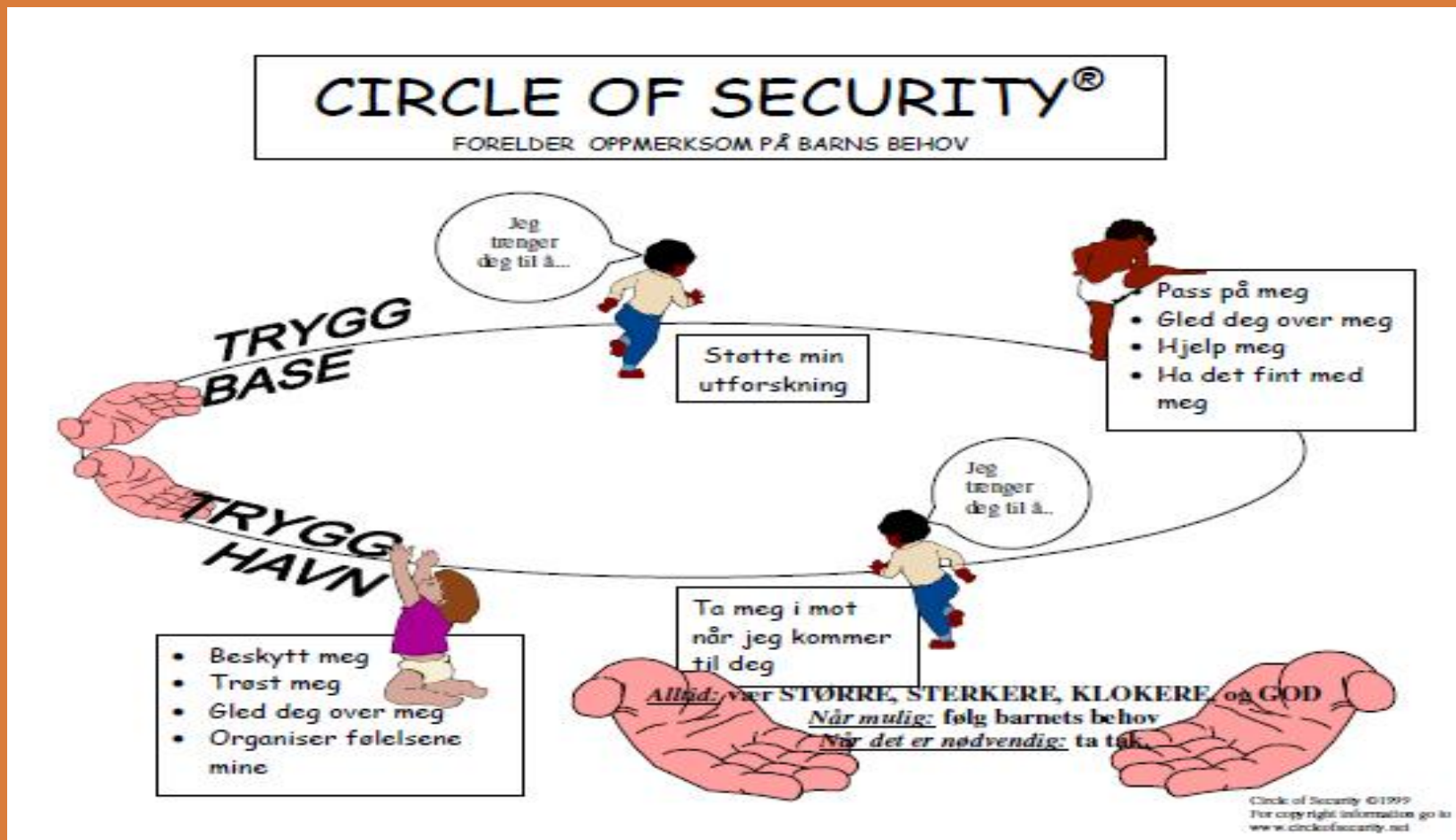
Evne til å prioritere ivaretagelse av barnets mest grunnleggende behov framfor egne

Evne til å bære egen smerte og aggresjon uten å måtte avreagere på barnet

Tilknytning

- Tilbøyelighet til å knytte nære følelsesmessige bånd til bestemte individer som skal gi beskyttelse, trøst og ro.
- Den tilknytning som barnet opplever er med på å danne mentale strukturer som er grunnlaget for barnets personlighetsdannelse og senere samspill med andre.

Hva skaper trygge barn



Analysen av barns situasjon må omfatte

- A** En forståelse av hvordan
bruken av rusmidler
belaster barna

- B** En forståelse av
hvordan barnet forholder
seg til og bearbeider sine
erfaringer



Hvordan er det for barn å vokse opp i ett hjem med rusproblemer.

- Barn tilpasser seg belastninger ulikt
- Barnets løsningsstrategier / tilpasninger.
- Kunnskap om samspill mønstre som utvikler seg i familier med rusproblematikk

Ulike løsningsstrategier

- Klovn
- Hjelper/
det flinke barnet
- Det tause barnet
- Problembarnet



Hva ser vi hos barnet?

Hvordan er det for barn å vokse opp i en familie med rusproblemer

- Redsel for den forandringen som skjer
- Opplever å miste foreldrenes oppmerksomhet og omsorg ” på liksom ”samhandling
- Begge foreldrene oppleves som utilgjengelig. Den ene full den andre retter sin oppmerksomhet mot den som er full

Hvordan kan det være for barn å vokse opp

- Barnet føler seg forlatt – ingen støtte i en vanskelig situasjon.
- Barnet får ikke hjelp til å regulere følelser.
- Barnet kan ikke stole på å bli møtt på følelser, beskyttet, det bli skeptiske til andre mennesker.

Affektregulering

- Affektregulering ett nytt og viktig begrep innenfor nyere tilknytningsteori
- Det som har mest betydning for ett barn i forhold til hvilke tilknytningsstrategi det tilegner seg er hvordan de får hjelp til å regulere følelser
- Om den voksne er tilgjengelig for barnets følelser, eller om de selv blir emosjonelt oppbrakt.

Opplevelsen av skam og mindreverd

- Kulturelt sett er rusproblem forbundet med skam
- Når mennesker skammer seg, prøver de å skjule det de skammer seg over
- Hindrer innsyn og kunnskap om hvordan det står til.
- Det er spesielt ille for barnet

Opplevelsen av skam og mindreverd

- Barnet tar også ansvar for å beskytte familien sin mot innsyn i problemet ved taushet og isolasjon fra andre mennesker
- Den samme tausheten preger også kommunikasjonen innad i familien.
- Tema rundt misbruket og dens konsekvenser blir også tiet ihjel

Opplevelsen av skam og mindreverd

- Ingen kanaler for å bearbeide vanskelige og traumatiske opplevelser
- Barnet kan oppleve at de må klare seg selv og håndtere en vanskelig livssituasjon på egen hånd.
- Barnet kan oppleve ensomhet i sin egen familie.
- Isolasjon for barnet / familien

Opplevelsen av skam og mindreverd

- Særlig er det tabubelagt dersom det er mor som drikker
- Forsker Åse Sundfær (2004) fant i sin oppfølgingsstudie av barn født av rusmisbrukende mødre at mødrene og barna hjalp hverandre med å holde rusmisbruket hemmelig, passet på at det ikke ble snakket om.

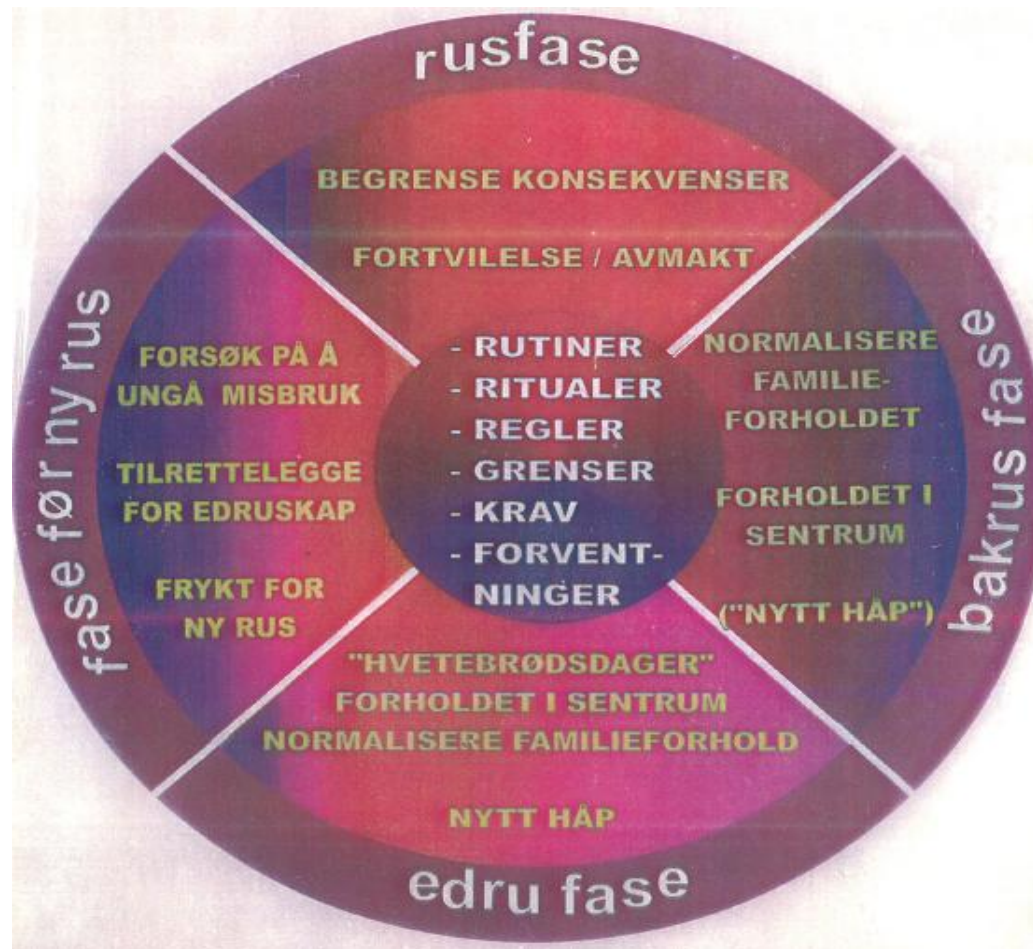
Opplevelsen av skam og mindreverd

- Skammer seg over foreldrene
- Skammer seg over å skamme seg for foreldrene
- Føler seg annerledes fordi de bærer på en tabubelagt familie hemmelighet
- Unngår nære relasjoner – intimitet trussel
- Får lite bekreftelse på seg selv av andre.

Opplevelse av skyld

- Barnet lager årsaksforklaringer der hun gir seg selv skyld og ansvar for problemene
- barnet kan føle seg ansvarlig for å løse problemene i familien.
- Familier med rusproblemer preges av endeløse konflikter uten løsninger.
- Trusler om vold, skilsmisse, selvmord

Det rusrelaterte familiesamspillet



Rusfasen

- Forelderen vil være opptatt av å ruse seg
- Konflikten mellom foreldrene er ofte høyt – enten i form av konflikt (vold) eller taushet
- Familien er i krise, belastning stor, stemningen ubehagelig
- Preget av ustabilitet

Rusfasen:

- Prøver å finne løsninger for å redusere mengde og lengde på drikkeperioden for å redusere konsekvensene.
- Prøver ut ulike løsningsstrategier
- Går i perioder.
- Kravene , oppgavene og forventningene til barna endrer seg i takt med disse ulike løsningsforsøkene – føler ansvar

Bakrusfasen

- Fase med mer eller mindre abstinenssymptom
- Føler seg syk, sliten og overfølsom
- Irritabel, tåle lite , har mer enn nok med seg selv
- Barnet må igjen omstille seg til å gjøre denne så skånsom som mulig for den som drikker

Bakrusfasen

- Komme tilbake til det "normale" familielivet igjen
- Barnet må kanskje sette sine egne behov til side.
- Samhandlingen i familien kan være preget av at den som ruser seg sliter med dårlig samvittighet og skyldfølelse
- Løfter om å slutte å drikke, opptatt av å følge opp barna.

Bakrusfasen

- Barnet vet ved erfaring at dette er kortvarig og ikke kommer til å skje – sviktet
- Barna klarer ofte ikke å si dette – å later som om de tror på disse løgnene.
- Igjen setter barna sine egne følelser og behov til side for å skåne sine foreldre.
- Hva skjer med barnet følelse av egenverdi
- Læring i forhold til rett og galt, betydning av å snakke sant

Edru fase

- Opplevelsen av at familien er tilbake til det ”normale” igjen.
- Den første fase kan være god i parforholdet
- En lever på de løfter om å slutte å drikke som om de var virkelige.
- Kjærlighetsforholdet kan blomstre i denne fasen.
- Noen opplever at de har blitt mer nøkterne – tror ikke på endring – mer stabilt

Edru fasen

- For barnet oppleves denne fasen annerledes
- De er redde for hvor lenge den vil vare
- Utrygg følelse fordi en vet at det ikke vil vare
- Utrygghet i forhold til hvor lenge denne fasen vil vare.
- Opptatt av signaler på når en går mot rusfasen igjen

Fasen før ny rus

- Barnet merker når en ny rusperiode kommer
- Andre sier at den kan komme som lyn fra klar himmel
- De voksnes oppmerksomhet retter seg mot misbruket mer og mer
- Mens barnet gruer seg og blir mer og mer engstelig for det som skal komme

Fase før ny rus

- Noen barn opplever en ustabilitet igjen, en spent og trykket atmosfære
- Igjen skjer det endringer i familie som barnet må tilpasse seg.

Barns forhold til misbrukerens syklus

- Barnet vil oppleve rusmisbruk selv om beruselsen ikke er tilstede
- Hele familien samspill følger en syklus som styres av misbruket.
- Dette samspillet preges av:
 - ustabilitet og uforutsigbarhet
 - omskiftninger i forhold til regler, grenser

Barns forhold til misbrukerens syklus

- Rutiner følger misbrukerens syklus
- Krav, oppgaver og forventninger til barnet forandres i takt med misbrukerens syklus
- Barnet vil prøve å tilpasse seg de forventninger det tror stilles i de ulike stadiene i syklusen

Det utrygge / ambivalente tilknytningsmønsteret

- Dette oppstår ofte i samspill der forelderen / foreldrene er tilgjengelig å ivaretar barnets behov, men i andre perioder ikke tilgjengelig for barnet.
- Barnet utrygt, være på i håp om å få omsorg
- Maksimere sine følelser, kraftige følelsesutbrudd

Det utrygge / ambivalente tilknytningsmønsteret

- De tar lett til tårene
- Kan provosere den voksne med sine handlinger og kan virke uregjerlige og krevende
- Barnets strategi blir å bryte seg inn i forelderens åndsfraværende tilstand.
- Ukonsentrerte , lett distraherete.

Det utrygge/ unnvikende tilknytningsmønsteret

- Foreldre som er avisende eller ikke står emosjonelt til disposisjon til sine barn
- Har for mye med sine egne problemer
- Barnet deaktiverer tilknytningssystemet sitt for å tåle avvisning
- De unnlater å vise følelser, søke ikke trøst
- Ha liten tilgang til egne eller andre sine følelser.
- Voksne lite sensitiv for barnets følelser

Det utrygge/ unnvikende tiknytningsmønsteret

- Barna virker selvstendige
- Emosjonelt uavhengige og samarbeidsvillige spesielt når de er sammen med omsorgsperson – tilpasser seg hvordan de opplever omsorgsperson ønsker det.

Desorganisert tilknytningsmønster

- Kjernen i den desorganiserte tilknytning er frykt
- Denne frykte dukker opp hos barnet pga omsorgsperson sin atferd.
- Barnet er i en uløselig situasjon – omsorgspersonen min gjør meg redd og stresset, men det er samtidig henne jeg søker trøst og beskyttelse hos.

Når barnet tar voksen ansvar

- Når foreldrene ikke tar ansvar for foreldrefunksjoner – vil barnet begynne å ta dette ansvaret
- Barnet vil føle ett stort ansvar for å ta vare på foreldrene når det ser at de har det vanskelig

Når barnet tar voksen ansvar

- I overansvarlighet kan det ligge ett lavt selvbilde – en må gjøre seg fortjent å bli elsket av andre
- Når grensene mellom foreldre og barn rollen utviskes – er faren større for at de involveres i de voksnes konflikter / problemer
- Lojalitetskonflikt – føler at de svikter den andre.

Beskyttelsesfaktorer

- Ingen heterogen gruppe
- Men hva vet vi beskytter barnet mot en negativ utvikling (Storm Haugland 2008)
- Hva er det som kan beskytte barn som lever i en risiko situasjon for å utvikle store emosjonelle og sosiale vansker.

Beskyttende faktorer

- På hvilken måte beskytter foreldrene barna fra å bli utsatt for situasjoner hvor misbruk forekommer?
- På hvilken måte sørges det for at de daglige rutiner, regler og ritualer ikke blir forstyrret?
- Hvordan ivaretas barnet på det å få nødvendig informasjon og følelsesmessig støtte.
- Mengden av konflikt i familien

I have a dream

- Nina hadde en drøm, den drømmen formidlet hun på denne måten.

Dere må våkne opp, våkne opp å se og snakke om det. Min drøm er at samfunnet våkner opp. At det blir åpenhet rundt problemet med alkohol og rus i familier. Åpenhet vil redde mange små mennesker som i dag er opplært til å tie for enhver pris.