

Från riskgrupp till friskgrupp

Barn i familjer med
missbruksproblem – studier av
Childrens Program 2015-2017

Karin Fröding, Anita Larsson, Madelene Larsson, Agneta Tinnfält

Örebro universitet 2018

Innehållsförteckning

Sammanfattning	2
Summary	2
Bakgrund.....	3
Syfte	3
Metod	4
Resultat.....	5
Diskussion.....	7
Slutsats	8
Lästips/kontakt.....	8
Referenser	9

Sammanfattning

Childrens Program, som barn och förälder deltagit i under fyra intensiva dagar, har lett till att barnen lärt sig mycket. De har både upplevt och lärt sig att de inte är ensamma, och att alla känslor är ok. Lärdomar om att missbruket inte är deras fel, att de inte kan hjälpa och att de kan prata med andra, uttrycks av barnen även efter sex månader. Programmet har, enligt barnen, varit roligt, jobbigt och lärorikt. Både barn och föräldrar uttrycker starka förhoppningar inför framtiden, och föräldrarna säger sig fått ett starkt incitament för fortsatt nykterhet. Barn så unga som sju år förstår och har vetskap om sina föräldrars missbruk i hög grad, mycket mer än föräldrarna förstått eller trott. De är ledsna och agerar för att slippa höra och se, men också för att få föräldern att inte dricka mer. Resultatet visar tendenser till att barnen tycks ha en något högre resiliens och subjektiv självskattad hälsa efter sex månader. Sammanfattningsvis uppskattas Childrens Program av både barn och föräldrar, och visar preliminärt goda resultat.

Summary

In Childrens Program, where children and parents have participated for four intense days, the children have learnt a lot. They have experienced, and learnt, that they are not alone and that all feelings are ok. After six months the children still understand that they cannot help, that the abuse is not their fault, and that they can talk to other people about the family situation. Childrens Program has been fun, tough and instructive, according to the children. Children and parents have high hopes for the future, including parent's incentive for sobriety. Children as young as seven understand and know much about their parent's abuse of alcohol or drugs, much more than parents understand or think. They are very sad and they act to handle the situation for themselves, but also to prevent their parent from drinking. The result shows that the children tend to have higher resilience and subjective health after six months. In sum, Childrens Program shows good results preliminary, and is highly liked by children and parents.

Bakgrund

En angelägen grupp att ge stöd till är barn till föräldrar med alkohol- eller andra missbruksproblem. En kartläggning visar att antalet barn i Sverige under 18 år som bor med en förälder som har missbruksproblem kan vara mellan 4–5 procent av alla barn (Leifman, Raninen & Sundelin 2014). En annan uppskattning som gjorts visade att vart femte barn har en förälder med missbruksproblem (Statens folkhälsoinstitut, 2008). Dessa barn och ungdomar löper större risk för psykisk ohälsa och att få emotionella, kognitiva, och anpassnings- och beteendeproblem (Brunnberg, Eriksson, & Tinnfält 2007, Park & Schepp 2015). Dessutom löper de större risk än andra att utveckla egna missbruksproblem (Hussong et al. 2008). Dock är det inte så att alla dessa barn drabbas av problematik. En kombination av risk- och skyddsfaktorer leder till olika konsekvenser av föräldrars missbruk (Socialstyrelsen 2009). Resiliens kan utvecklas i högre eller lägre grad (Rutter 2012). Familj och föräldrar är en oerhört viktig skyddsfaktor för barns hälsa och positiva utveckling (Werner & Smith 2001).

Program som stödjer barn till missbrukare erbjuds på olika arenor (Bröning et al. 2012). En insats är stödgrupper för barn (cf. Skerfving 2014). Dock är det ovanligt med stödprogram som både inkluderar barn och föräldrar, alltså med ett familjeperspektiv. Vanligtvis sätts stödinsatser in först när barnen är gamla nog för att själva ha fått problem, exempelvis med att klara skolan eller har upplevelse av oro (Raninen & Leifman 2014). Ett sätt att stödja barn till missbrukare med ett familjeperspektiv, är det preventiva programmet Hazelden Betty Ford Foundation Children's Program som nyligen har anpassats och översatts till svenska förhållanden, kallat Childrens Program. I USA är programmet etablerat och utvärderingar visar på goda resultat (Moe et al., 2007; Moe et al., 2008). Dock krävs studier av den svenska versionen av programmet för att säkerställa programmets anpassning och effekter i den svenska kontexten.

Syfte

Det övergripande syftet med detta forskningsprojekt är att studera det svenskanpassade preventiva programmet Childrens Program för stöd till barn till missbrukare för att öka barns motståndskraft, resiliens, och förbättra deras psykiska hälsa.

Metod

Childrens Program – interventionen

Childrens Program ges under fyra sammanhängande dagar för barn i åldrarna 7-12 år som har missbrukande föräldrar. Barnens syskon har i vissa fall inkluderats och totalt har 89 barn mellan 6-15 år deltagit i Childrens Program under 2015-2017. Tillsammans med barnet deltar den missbrukande föräldern. Childrens Program har i Sverige genomförts som ett internatprogram där familjerna bor tillsammans, torsdag – söndag. Föräldern måste ha varit nykter i minst 30 dagar. Programmet har genomförts på ett behandlingshem med både öppen vård och internat. Rekrytering har skett där, samt från socialtjänsten. Två projektledare har utbildats i USA och ansvarat för genomförandet av programmet.

Childrens Program utgår från en manual med fyra dagars innehåll. Dag 1: Beroende. Syftet är att barnet genom kunskaper och insikter ska lära sig mer om sin förälders beroendeproblematik och att de inte är ensamma om det, att de varken kan bota eller kontrollera och att missbruket inte är deras fel. Dag 2: Känslor. Barnet får genom olika pedagogiska övningar och lekar lära sig om känslor, att alla känslor är okej och hur man kan hantera sina känslor. Dag 3: Kommunikation, verktyg och trygghet. Föräldern med problematiken deltar tillsammans med barnet. Barnet får inför sin förälder uttrycka det som bearbetats under två dagar på olika sätt. Dag 4: Förståelse och förnyad relation. Barnet och föräldern får visa varandra uppskattning och hitta nya sätt att kommunicera för att både situationen och relationen ska bli bättre. Efter de fyra dagarna har projektledarna följt upp familjerna i Skypesamtal samt genom årliga återträffar.

Forskningsstudien – metod

För att studera Childrens Program har kvalitativa och kvantitativa metoder används. Metoderna kompletterar varandra då egna tankar och upplevelser av programmet undersökts tillsammans med longitudinella effekter av programmet (Teddlie och Tashakkori 2009). Barnen och båda föräldrarna har gett sitt medgivande, både skriftligt och muntligt, att delta i studien. Studien har godkänts av Etikprövningsnämnden i Uppsala (ref: 2015/193).

Totalt har 61 barn och 32 föräldrar ingått i studien. Beroende på barnets ålder har skilda metoder använts. De yngre barnen 7-9 år intervjuades dag 1 kring hur det är att leva i en familj med missbruk. Både de yngre och äldre barnen 10-15 år intervjuades dag 4. De fick samma frågor gällande upplevelse av programmet och vad de lärt sig. Föräldrarna intervjuades dag 1 om relationen till barnet och dag 4 om hur programmet uppfattades. Intervjuerna analyserades med kvalitativ innehållsanalys (Graneheim & Lundman, 2004).

Den kvantitativa datainsamlingen genomfördes som en longitudinell undersökning med en förmätning, innan programstart, och tre eftermätningar. Barn äldre än 10 år besvarade en enkät dag 1, innan programmet startade med frågor baserade på instrumenten CYRM-28 (resiliens), Kidscreen (psykisk hälsa) och EQ-5D-Y (Hälsoekonomi och uppskattad subjektivt hälsotillstånd via hälsobarometern) samt frågor kring sociodemografisk bakgrund. Dag 4, efter programmets avslut besvarade barnen återigen frågorna från instrumentet EQ5D-Y. Uppföljning gjordes efter 1 månad och 6 månader med alla instrument.

Resultat

Barn förstår

I intervjuerna med barnen visade det sig att barnen haft vetskap och förstått mer om föräldrarnas missbruk än vad föräldrarna själva insett. Barnen har berättat om sin ledsenhet och hur de själva agerat i olika situationer, för att slippa höra och se men också för att få föräldern att inte dricka mera. Föräldrarna berättar i intervjuerna att de varken sett eller förstått att barnet i så hög grad vetat om dennes missbruk och inte heller de negativa konsekvenser detta har medfört för barnen. Resultatet visar att barn i tidig ålder, åtminstone från sju års ålder, har stor insikt i föräldrars missbruk.

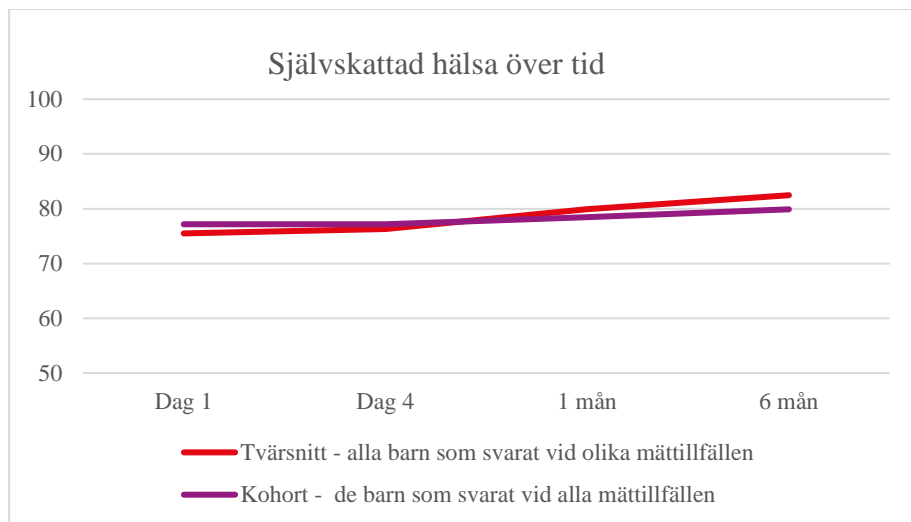
Barnens nya kunskap och perspektiv

Barnen uttrycker att de har lärt sig mycket genom deltagande i programmet. De har lärt sig att alkohol- och drogmissbruk är en sjukdom och att missbruket kan gå i arv mellan generationer. Dessutom har de lärt sig att; det är inte mitt fel, jag kan inte hjälpa, jag är inte ensam och jag kan prata med andra. De har erfarenhet och lärt sig under programmet att alla känslor är okej att uttrycka och känna. Efter en och sex månader uttrycker barnen att denna kunskap kvarstår samt att de vågat prata mer hemma med sin förälder. De upplever att de har blivit hjälpa av Childrens Program. Sammanfattningsvis finns en tendens till att kunskapen barnen lärt sig används och finns kvar hos dem sex månader efter programmets genomförande.

Barns resiliens och hälsa

Longitudinella data tyder på att resiliens/motståndskraften hos barnen ökar efter sex månader, trots att den tycks minska en månad efter programmets genomförande. Det tyder på att resiliens ökar över tid. Dock är mätningen inte signifikant varför det är svårt att med säkerhet uttala sig om sambandet.

Självskattad hälsa enligt skala 0-100, där 0 är sämsta och 100 bästa hälsa, visar en positiv medelvärdesförändring över tid. Barnen rapporterar ett högre medelvärde efter sex månader i jämförelse med mättillfälle ett (figur 1). Den positiva förändringen ses oavsett om analysen inkluderar alla barn som svarat vid olika mättillfällen (Tvärsnitt) eller de 19 barn som svarat vid alla mättillfällen (Kohort).



Figur 1. Självskattad hälsa över tid.

Upplevelse av programmet – roligt och seriöst

Barnens upplevelse av programmet är positiv. Barnen beskriver att de fått lära sig saker i olika moment i programmet. Det är en blandning av former så som högläsning, information, lekar, skriva och rita. I samband med detta har barnen fått uttrycka sig och dela sina upplevelser med de andra barnen, projektledarna och i vissa specifika delar även föräldrar. Barnen beskriver hur roligt och lärorikt de tyckte det var att gå Childrens Program och att de genom alla de uttryckssätt som använts fått möjlighet att vara kreativa. De uttrycker att det var en bra blandning av det roliga och seriösa. Barnens uppfattning är att Childrens Program har hjälpt dem och de rekommenderar programmet till andra barn i liknande situation. Föräldrarna har också upplevt programmet som lärorikt och bra för barnen, men också för relationen mellan barnet och dem själva.

Förhoppningar inför framtiden

Barnen uttrycker ett hopp inför framtiden, att då var då och nu är nu och i nuet börjar den nya framtiden. De vill umgås och hitta på saker tillsammans i familjen i framtiden. Barnen uttrycker att de genom programmet och dessa fyra dagar kommit närmare sin familj och framförallt sin förälder som missbrukat. Detta stärks också av föräldrarnas berättelser, det finns förhoppningar om att det nu kommer att vara lättare att hålla sig ifrån missbruk, och att relationen till barnet kommer att utvecklas framöver och bli bättre och bättre. De hoppas nu på att barnen kommer att må bra, våga prata mer, och inte vara så tyngda av förälderns missbruk.

Resultatet i denna rapport är en första analys av det insamlade datamaterialet. För fördjupade analyser hänvisas till kommande rapport, samt vetenskapliga artiklar.

Diskussion

Det övergripande syftet med detta forskningsprojekt var att studera Childrens Program för stöd till barn till missbrukare. I de grupper som följts, har forskarna mött barn och föräldrar som varit mycket nöjda med de fyra dagar de tillbringat i sin grupp.

Ett resultat är att barn så unga som 7-9 år har förstått och sett mycket av föräldrarnas missbruk. Föräldrarna har inte sett eller förstått att barnet i så hög grad vetat om föräldrarnas missbruk och de konsekvenser som detta har för barnet. Barnen beskriver hur de försöker mildra konsekvenserna av föräldrarnas missbruk genom att försöka kontrollera situationen hemma. Trots att föräldrarna har en viss kännedom om medberoende, och också beskriver en viss oro i intervjun som gjordes programmets första dag, så anser föräldrarna att det är bra att barnen tar ansvar, bryr sig om mamma/pappa och på annat sätt tar ett stort ansvar för familjen. Flera barn visade tecken på föräldrafiering (parentification) (Haugland, 2012; Hedges, 2012). Det innebär att barnen tagit ett ansvar för sig själv, sina föräldrar och sin familj, som vanligtvis bör tas av föräldrarna. Föräldrafieringen visade sig genom att barnen gömde föräldrarnas pengar eller bilnycklar för att hindra dem från att köpa alkohol. Det finns en risk för att en känsla av skam utvecklas och finns kvar när barnen blir vuxna i högre utsträckning hos de barn som tar en föräldraroll som barn (Wells och Jones, 2000). Det finns också tecken på att de barn som inte tar på sig en föräldraroll kan utveckla en högre resiliens (Godsall et al. 2004). Barn behöver speciellt stöd för att inte utveckla skam- och skuld känslor på grund av föräldrarnas missbruk.

I studien av Childrens Program har barn mellan 7 och 15 år deltagit. Programmet är utvecklat för barn 7-12 år, men programmet tycks fungera även för de barn (syskon) som gick programmet som var äldre än 12 år. I intervjuerna som genomfördes med alla barnen sista dagen på programmet, uttryckte alla att programmet varit roligt och seriöst fast lite jobbigt, att de lärt sig viktiga saker och att de skulle rekommendera programmet till andra barn med föräldrar med missbruksproblem. De äldre barnen svarade på liknande sätt i enkäter efter 6 månader. Barnen har stora förhoppningar om att allt nu ska bli bättre, att föräldrarna ska kunna avstå från sitt missbruk, att de ska göra mer saker tillsammans och att de ska vara gladare. Även föräldrarna har stora förhoppningar om att livet nu ska bli bättre. Inte minst för att de själva genom programmet har fått ett extra stöd att kunna sluta med sitt missbruk. Det är högt ställda förväntningar som föräldrar och barn har på sig själva, på varandra och på framtiden. Det finns en risk att både barn och föräldrar kan bli besvikna. Dels kanske inte föräldern lyckas hålla sig nykter, dels för att reaktioner på tidigare upplevelser inte suddas ut efter ett program på fyra dagar. Childrens Program tycks ha gett kunskaper till barnen som de kommer att ha nytta av; att de inte är ensamma, att de inte kan göra något och att det inte är deras fel, vilket kan bygga självkänsla och självtillit. Detta kan vara en viktig skyddsfaktor för att utveckla resiliens (Masten & Powell 2003). Det kommer att krävas ett stort arbete av föräldrarna och även av barnen efter programmet. Childrens Program har inneburit en god start för familjen, men arbetet behöver fortsätta, och barn och föräldrar behöver fortsatt stöd efter programmet.

Barns och ungas psykiska hälsa har försämrats under 2000-talet (Socialstyrelsen, 2017), vilket kan ha flera orsaker. Föräldrars missbruk kan påverka barnens psykiska hälsa. Dock kan resiliens utvecklas, dvs. att barnen trots problem i familjen, kan få en god psykisk hälsa och ett gott liv (Rutter, 2012). I studiens longitudinella undersökning tycks barnen visa en något ökad resiliens efter sex månader. I den tidiga mätningen, en månad efter programmet, tycks barnen däremot ha minskat sin resiliens. Det är små variationer och relativt få barn som besvarat enkäterna, men det finns ändå en anledning att fundera över resultatet. Barnen kan efter en månad börjat fundera över olika saker i sitt liv och ser hur de påverkats negativt av föräldrarnas missbruk. Efter sex månader kan kunskaperna från Childrens Program gjort att

barnen t.ex. har börjat prata mer med kamrater och vuxna om sina hemförhållanden, vilket kan ha lett till en positiv trend i barnens liv. Hemförhållandena kan ha blivit bättre, och barnen kan också ha slutat ta ansvar för sina föräldrar. Detta är ännu dock bara funderingar och spekulationer. Mätningen av den subjektiva hälsan efter sex månader, visar att barnen tycks må något bättre. Barn 7-15 år tycks ha nytta och glädje av att genomgå Childrens Program som riktar sig till både barnet och föräldern, vilket bör erbjudas familjer med missbruksproblem.

Childrens Program finns nu att tillgå i Sverige, med licensierade ledare som kan utbilda fler ledare. Socialtjänster och behandlingshem får möjlighet att stödja familjer med missbruksproblem med programmet, som tycks ge goda möjligheter till ett gott utfall för barn och föräldrar. Det är ett intensivt program om fyra dagar som kan ge en god start för ett tillfrisknande i familjer med missbruksproblem. Det kan också användas som komplement till exv. stödgrupper för barn, som erbjuds i flera kommuner. Dessa ger endast stöd till barnen, och inte till hela familjen, vilket görs i Childrens Program.

Fortsatt forskning bör bedrivas, kvalitativt, kvantitativt och longitudinellt, för att säkerställa programmets kvalitet och effekter ytterligare.

Slutsats

Childrens Program tycks kunna stödja familjer med missbruksproblem. Programmet ger stöd framförallt till barnen, men även till föräldrarna. Barnen har fått viktiga lärdomar och tycks öka sin resiliens efter sex månader. Föräldrarna säger sig fått stöd för fortsatt nykterhet. Samarbete med socialtjänst och behandlingshem behövs, liksom fortsatt forskning.

Lästips/kontakt

Resultatet i denna rapport är en första analys av det insamlade datamaterialet. För fördjupade analyser hänvisas till kommande rapport, samt vetenskapliga artiklar.

Kontaktperson karin.froding@oru.se.

Referenser

- Brunnberg, E., Eriksson, C., & Tinnfält, A. (2007). *Att ha minst en förälder som missbrukar alkohol. Om psykisk ohälsa och utvärderade interventioner*. Stockholm: Socialstyrelsen.
- Bröning, S.; Kumpfer, K.; Kruse, K.; Sack, PM.; Schaunig-Busch, I.; Ruths, S.; Moesgen, D.; Pflug, E.; Klein, M. & Thomasius, R. (2012). Selective prevention programs for children from substance-affected families: a comprehensive systematic review. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy* 7(23). DOI: 10.1186/1747-597X-7-23
- Godsall, RE., Jurkovic, GJ., Emshoff, J., Anderson, L., & Stanwyck, D. (2004). Why some kids do well in bad situations: relation of parental alcohol misuse and parentification to children's self-concept. *Substance Use & Misuse*, 39 (5), 789-809. Doi: 10-1081/JA-120034016.
- Graneheim, UH., & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24, 105-112.
- Haugland, Bente Storm Mowatt (2012). Familiefungering og psykososiale problemer hos barn av alkoholmisbrukende foreldre, i Dyregrov, Kari, Ytterhus, Borgunn & Haugland, Bente Storm Mowatt (red.) (2012). *Barn som pårørende*. Abstrakt förlag, Oslo.
- Hedges, K. (2012). A family affair: contextual accounts from addicted youth growing up in substance using families. *Journal of Youth studies*, 15 (3), 257-272.
- Hussong, AM., Bauer, D., Huang, W., Chassin, L., Sher, KJ., & Zucker, RA. (2008). Characterizing the life stressors of children of alcoholic parents. *Journal of Family Psychology*, Vol 22(6), 819-832.
- Leifman, H, Raninen, J. & Sundelin, (2014). *Föräldrar i missbruks- och beroendevård och deras barn*. Stockholm; Centralförbundet för alkohol- och narkotikaforskning. Rapport nr. 141.
- Masten & Powell (2003). Stress, coping, and development in children. I: Garmezy, Norman (Ed); Rutter, Michael (Ed). *Stress, coping, and development in children*. Ctr for Advanced Study in the Behavioral Sciences, Inc Stanford CA US Baltimore, MD, US: Johns Hopkins University Press.
- Moe, J., Johnson, J.L., & Wade, W. (2007). Resilience in children of substance users: In their own words. *Substance Use & Misuse*, 42: 381-398.
- Moe, J., Johnson, J.L., & Wade, W. (2008). Evaluation of the Betty Ford Children's Program. *Journal of Social Work Practice in Addictions*, 8 (4): 464-489.
- Park, S. & Schepp KG. (2015). A systematic review of research on children of alcoholics: Their inherent resilience and vulnerability. *Journal of Family Studies*, 24: 1222-1231. DOI 10.1007/s10826-014-9930-
- Raninen, J. & Leifman, H. (2014). *Barn till föräldrar i missbruks- och Beroendevård – en kartläggning av hur de mår och vilka som får stöd*. Rapport 143. Centralförbundet för alkohol och narkotikaupplysning.
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 335-344. Doi:10.1017/S0954579412000028.
- Skerfving, A.; Johansson, F. & Elgán, TH. (2014). Evaluation of support group interventions for children in troubled families: study protocol for a quasi-experimental control group study. *BMC Public Health*, 14(76), DOI: 10.1186/1471-2458-14-76

Socialstyrelsen (2009). *Barn och unga i familjer med missbruk. Vägledning för socialtjänsten och andra aktörer*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Socialstyrelsen (2017). *Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna*. Till och med 2016. Hämtad 2018-02-121 www.socialstyrelsen.se.

Statens folkhälsoinstitut (2011). *Kartläggning av psykisk hälsa bland barn och unga. Resultat från den nationella totalundersökningen i årskurs 6 och 9 hösten 2009*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut, R2011:09.

Teddlie, C., & Tashakkori, A. (2009). *Foundations of Mixed Methods Research. Integrating Quantitative and Qualitative Approaches in the Social and Behavioral Sciences*. Los Angeles: SAGE.

Wells, M. & Jones, R. (2000). Childhood parentification and shame-proneness: A preliminary study. *American Journal of Family Therapy*, 28, 9-27.

Werner, E. E., Smith, R. S. (2001). *Journeys from childhood to midlife: Risk, resilience, and recovery*. Ithaca, NY: Cornell University Press.