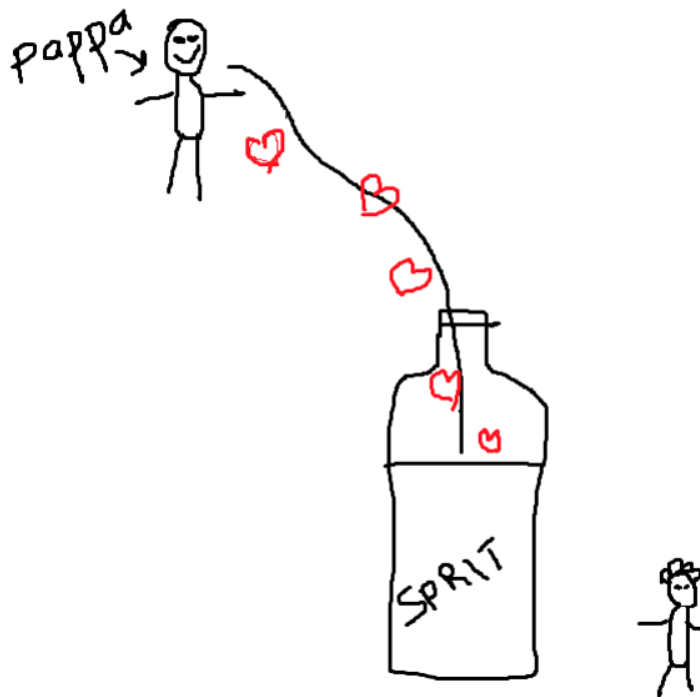


OM BARN TILL MISSBRUKARE





Den här är en handbok till den föreläsning du just tittat på. Jag hoppas att den kan väcka tankar och förståelse för familjer med missbruk, och ge dig tips och råd om hur du som arbetar med barn kan upptäcka och hjälpa barn till missbrukare.

Barn som växer upp i en familj med missbruk berättar vanligen inte spontant om de känslor, upplevelser och händelser som missbruket ger upphov till. De känner skuld och skam för sin mammas eller pappas beteende och ett ansvar för att hjälpa sin förälder att må bra. Barnet kan ha ångest och oro när det går hemifrån av rädsla för vad den missbrukande föräldern ställer till med när han/hon är borta. Ännu större kan rädslan vara över att behöva ställa allt tillrätta när man kommer hem igen. Orsaken till sådana känslor hos barnen är vanligen de personlighetsförändringar som den alkoholiserade föräldern uppvisar, med lynnesförändringar, minnesluckor, omdömesförlust och beteendeförändring som skrämmer barnen och gör dem osäkra. Yngre barn har inte samma förutsättningar att i ord berätta om sina svårigheter, dessutom är i stort sett alla barn extremt lojala mot sina föräldrar och vill inte gärna avslöja för någon hur de har det hemma. Därför är det viktigt att vi vuxna är lyhörda för barnens signaler och vet hur vi ska agera för att hjälpa.

Filmen du sett innehåller inte min egen berättelse om hur det var att ha en pappa som dog i sviterna av ett tungt missbruk. Inte heller visar den hur det var att leva med en man, mina barns pappa, som har ett missbruk. Det är min egen historia som jag väljer att berätta på mina föreläsningar som du är välkommen att komma och lyssna på.

Petra Staaff

Lärare och Aktiv Skolas expert inom området psykisk ohälsa



AKTIV  SKOLA



Hur många är de?

Man brukar säga att det i varje klass går 3-4 elever som har en familj där någon missbrukar alkohol eller droger. Det säger statistiken, som visserligen inte är helt precis, men som ändå berättar något om hur skrämmande vanligt det är. En tanke som nu kanske slår dig, om du är lärare, är: vilka barn skulle det kunna vara i min klass?

År 2008 kom Statens Folkhälsoinstituts studie "Barn i familjer med alkohol- och narkotikaproblem" (2008:28), som baserar sig på data från Nationella folkhälsoenkäten. I denna studie kom forskarna fram till att cirka 20 procent, 385 000 barn, lever med minst en förälder med riskbruk av alkohol. Studien beräknar dessutom att 1,2-1,5 procent, cirka 30 000 barn, lever med minst en narkotikabrukande förälder. Tillsammans blir detta cirka 400 000 barn och unga som växer upp i en familj som har en problematik med alkohol eller narkotika. Med andra ord vart femte barn.

Hur många får hjälp?

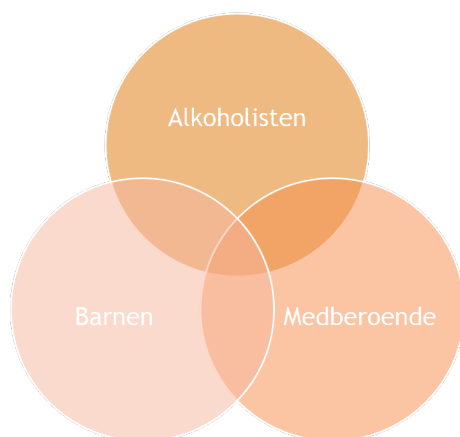
Barn som lever med en vuxen som har ett missbruk eller beroende av alkohol eller andra droger, behöver möjlighet att prata om hur de har det. De behöver på olika sätt uppleva att det inte är farligt att sätta ord på sina känslor eller "avslöja" att mamma eller pappa dricker. Framförallt behöver de få veta att de inte är ensamma. Detta är vuxenvärldens ansvar.

Allt för få barn till missbrukare får det stöd de behöver. Det beror oftast på att det är svårt att upptäcka dessa barn. Familjehemligheten är stark och så självklar att man inte pratar om det, vare sig inom familjen eller med någon utomstående. Förälderns missbruk är en verklighet som barnen inte förstår går att förändra, eller att det finns hjälp att få.

Missbruksutredningen 2011 gjorde bedömningen att vårderna nådde ungefär 20 procent av alla med missbruk/beroende. Detta försvårar naturligtvis möjligheterna att ge barnen stöd, trots att de skulle behöva det. Men forskningen visar att även i de fall där föräldrarna får behandling eller stöd för sitt drickande är det långt ifrån självklart att barnen får ta del av, eller ens erbjuds, stödinsatser. (Junis rapport 2015.)

För att nå fler är skolan viktig, och här finns det mer att göra kring samverkan. Lärare, fritidspedagoger och andra vuxna i förskola och skola spelar stor roll för att se barnen. Även om du som lärare inte känner att du har all kunskap om exempelvis missbruk, så se barnen!

Till syvende och sist är det att våga se och våga fråga det handlar om.



Alkoholism är en familjesjukdom som drabbar alla familjemedlemmar. Deras situation präglas av skuld och skam, förnekelse och bortförklaringar, skuld-känslor och en stark känsla av hopp-löshet. Det är inte bara alkoholisten som behöver hjälp och stöd, utan hela familjen.



Vem är alkoholist?

Barn till missbrukare, barn till alkohol- och drogberoende, barn som har en förälder eller nära anhörig som dricker för mycket...

För barnets del är troligtvis inte definitionen eller diagnosen det centrala för hur det påverkas av eller upplever sin situation. Barn kan bevittna våld, uppleva svek och känna oro oavsett vilken term som används. Det är inte viktigast att begränsa sig till en viss definition eller diagnos, när vi lyfter barnens rätt till stöd. Men det kan ändå vara bra att känna till för att förstå att

Vem är då alkoholist?

Hur kommer det sig att det blir en familjehemlighet?

Vad är medberoende?

Varför ber inte familjen om hjälp tidigare, innan strukturen trasats sönder?

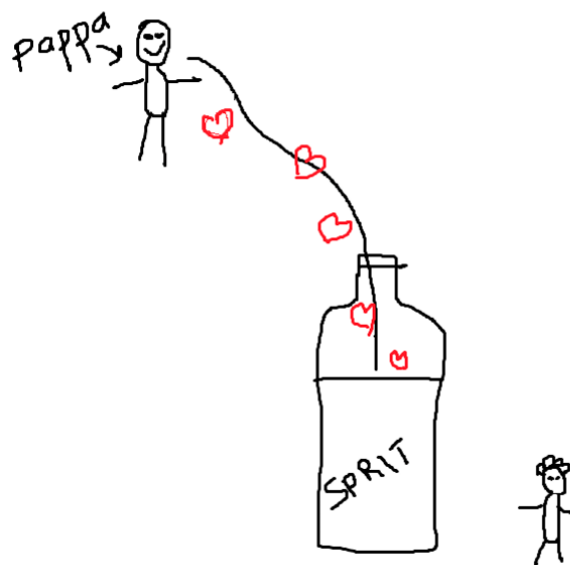
Man brukar skilja mellan riskbruk, missbruk och beroende. *Riskbruk* handlar om den konsumtion som ännu inte har utvecklats till missbruk eller beroende men som riskerar att göra det om den fortsätter. *Konsumtion* innebär en klar risk för att utveckla kroppsliga skador. *Missbruk* är ett skadligt bruk av alkohol. Fysiologiskt beroende har ännu inte uppstått men risken är stor att det utvecklas till det. Risken för att det uppstår fysiska skador och psykiska och sociala problem är klart ökad. Personer i missbrukarens omgivning brukar också påverkas negativt av missbruket. *Beroende* innebär ett fysiologiskt, psykologiskt och socialt beroende, oftast alla tre. Personen kommer troligtvis att lida av abstinens om drogen tas bort.

Med andra ord finns det en problematik även om man "bara" skulle klassa det som ett riskbruk. Ovanstående förklaring är beskrivet för att vi vuxna ska förstå skillnaden mellan riskbruk, missbruk och beroende. Men ur barnperspektiv ser det inte likadant ut. För barn kan upplevelsen av en full förälder vara lika traumatisk oavsett om föräldern är inom riskbrukzonen eller har ett utvecklat beroende.



Diskutera: Hur ser du på alkoholens roll i samhället? Vad tänker och känner du när det gäller människor med beroende? Hur är ditt eget förhållande till alkohol?

Barn till missbrukare upplever ofta att de står i skuggan av alkoholen och sin missbrukande förälder. Känslan av maktlöshet och oförmåga att kunna förändra eller hjälpa är stark. Likaså känslan av att bli bortvald, att alkoholen kommer före.



Hopp – Insikt – Känsla

Att växa upp med en missbrukande förälder är svårt, det är otryggt och ovisst. Det gäller att försöka ge dessa barn och ungdomar hopp. Hopp om förändring och hopp om en framtid. Rätten till ett eget liv. Men hopp är lättare att känna om det finns en insikt om att "det är inte ditt fel". För det är just det barnen många gånger tror, att det är deras fel att mamma eller pappa dricker. Skammen gör att de inte vågar berätta, de känner sig ensamma och övergivna av sin omgivning. De behöver få en känsla av att det inte är så, det finns andra som har det som dem och inte minst, det finns folk runt dem som är beredda att hjälpa och stötta.

Vad behövs för att en familj ska må bra?

Barns utveckling är beroende av atmosfären i hemmet, av de mänskliga relationerna och hur de fungerar. Barn behöver kärlek och närhet, men också handledning och behovstillfredsställelse av många olika slag. Genom detta byggs barns trygghetskänsla upp. Av föräldrarna krävs känslighet, tålamod och konsekvens. Att gå in i ett föräldraskap betyder att den vuxna för lång tid framöver sätter sina barns behov framför sina egna, alla dagar i veckan. För att en familj ska fungera och må bra behövs därför kärlek och glädje, öppenhet, trygghet och omsorg. Det måste finnas regler och ansvar, men på en adekvat nivå. Såklart ska barn hjälpa till - men det ska vara utifrån den ålder barnet har. Tillit till varandra och kommunikation är viktigt, likaså att man ägnar tid åt varandra.

Alkoholproblemens effekter på familjen

När en familjemedlem hamnar i ett missbruk förändras mycket. Livskvaliteten kan försämrast för såväl missbrukarens partner som hans eller hennes barn, föräldrar, syskon och andra närstående. Familjens normala organisation och handlingsmönster börjar falla samman och hela atmosfären förändras. Feststämningen som man eventuellt tidigare kände inför helgerna byts mot olust och oro. Det är inte längre roligt eller tryggt hemma på helgerna, och tillslut påverkar det även vardagslivet.

Speciellt barn drabbas hårt av missbrukarens beteende i form av översvallande kärleksfullhet som kan varvas med en känslomässig avtrubbnings. Misshandel, vanvård och normlöshet är inte heller ovanligt förekommande vid ett missbruk. När någon i familjen fastnar i ett missbruk leder det också till en social isolering och ständiga besvikelser för de närstående. Ibland drabbas familjen även av ekonomisk nedgång. Det är vanligt att familjehemligheten, det vill säga missbruket, göms bakom en prydlig fasad där familjemedlemmarna känner stor skam och skuld.

Dessa känslor av skam och skuld bärs också ofta av den som missbrukar. En vanlig uppfattning är att en person som missbrukar är totalt avtrubbad och inte bryr sig. Detta är fel, många gånger vill den som missbrukar vara en god förälder och make/maka och göra det som är rätt men missbruket är för starkt för att kunna förändra situationen. Framförallt i den tidiga fasen av ett missbruk har missbrukaren själv en känsla av skuld, men försöker intala sig att allt är normalt, att han eller hon kan kontrollera sitt missbruk. Ju mer missbrukaren misslyckas i sina försök att sluta dricka, desto mer krymper hans eller hennes självförtroende. Personen blir grandios, aggressiv och skyller ifrån sig. Missbrukaren är fast i sitt eget missbruk och blir förnekande och försvarar sina destruktiva handlingar. Känslorna av skam och skuld spelar en viktig roll i alkoholistfamiljen. Känslan av skam talar om för människan vad som är rätt och fel. Skuld är tätt sammankopplat med skam. En person kan känna skuld över något som man borde ha gjort eller inte borde ha gjort.

Många tror att alkoholproblem tillhör trasiga familjer, familjer som sedan tidigare inte fungerat, men så är inte fallet. Det finns inget som talar för att alkoholproblem skulle ha sin grund i bara så kallade dysfunktionella familjer. Alkoholism drabbar skoningslöst vem som helst, oavsett hur familjen sett ut innan. Däremot uppkommer ofta likartade mönster när familjen försöker handskas med en familjemedlems drickande. Tillvaron blir allt som oftast instabil och oförutsägbart och därmed otryggt.

De inblandade försöker till en början att tala alkoholisten till rätta, de bönar och ber om att han eller hon ska sluta dricka, men ger successivt upp eftersom det är verkningslöst. Inte heller hjälper det att hålla ut alkoholen eller gömma flaskor. Allteftersom alkoholisten faller längre ner i sitt missbruk stiger trycket på familjen. Oron ökar och tillslut hamnar allt fokus på den som dricker.

Familjelivet och vad som händer mellan hemmets fyra väggar ses i det västerländska samhället som en intern angelägenhet. Men detta gäller dock endast så länge som familjen inte avviker från det normala. Då en familj avviker från den så kallade idealfamiljen, betecknas familjemedlemmarna som avvikare och blir då hela samhällets problem. Denna stämpling som avvikare vill även alkoholistfamiljen undvika. Därför isolerar sig familjen för att det avvikande beteendet inte ska bli synligt utåt.

Hustruns eller makens roll brukar oftast vara att till varje pris försöka förhindra att missbrukaren dricker. Detta rollspel underlättar egentligen missbrukarens beteende, men ingen av familjemedlemmarna är medvetna om detta. Familjemedlemmarna anpassar sig i stället till situationen så att drickandet verkar normalt.

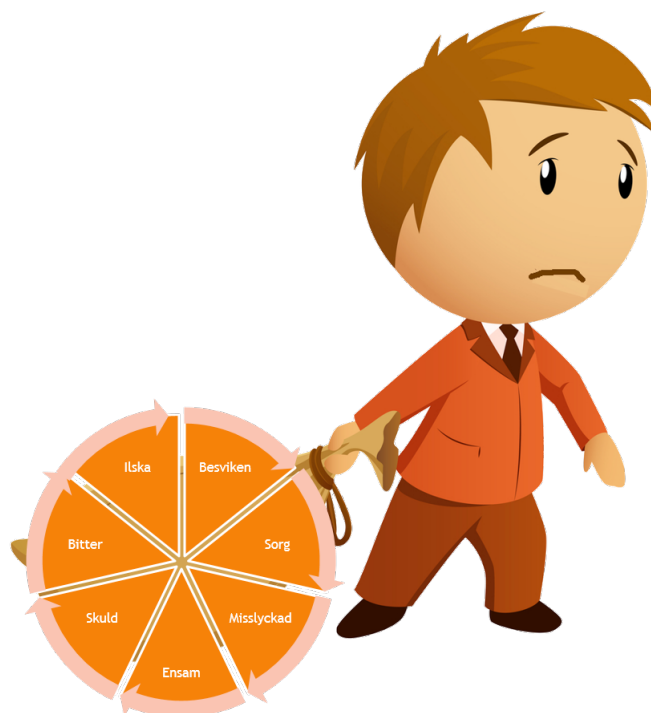
En viss hierarki brukar upprättas i familjen som följd av rollfördelningen. Rollerna fördelas oftast naturligt, men det finns också många fall där man rent formellt inom familjen kommer överens om vem som gör vilka sysslor. Det hör till människans natur att vilja ha en uppgift och i en familj är ansvar inte nödvändigtvis betungande utan bekräftar för en person att hon eller han har ett eget värde och kan utföra något för familjens bästa. Utifrån kan man tycka att familjen agerar fel, att man borde bett om hjälp tidigare eller att hustrun eller maken borde lämna den som missbrukar. Men medberoende är oerhört starkt, det leder ofta till att den anhöriga utvecklar ett beteende och dras ner i missbrukarens destruktivitet. Man sätter missbrukaren i centrum och glömmer bort sig själv.

"En onormal reaktion på en onormal situation är normal."

Känslosäcken

De barn och ungdomar som lever i missbruksmiljöer släpar omkring på en tung säck av känslor som de sällan pratar om. Känslor som skuld och skam, besvikelse, uppgivenhet och ilska är bara några. Ensamheten blir påtaglig och det är inte ovanligt att de har svårt att koncentrera sig på skolarbetet. Att berätta om sin hemlighet, om familjens hemlighet, kan avlasta och lätta. Det är skönt att veta att någon vet. Det inger hopp.

Diskutera: Hur lätt är det att fokusera på skolarbete när hela livet i övrigt är ett kaos? Hur skulle vi kunna underlätta för dessa barn?



Hjälten-Syndabocken-Clownen-Tapetblomman

Pedagogerna är en viktig grupp för alla barn, inte minst för dem som har det trassligt hemma och därför inte alltid orkar ta till sig undervisningen. Det är pedagogerna som träffar barnen oftast. Därför är det de som har den största möjligheten att observera tecken på att något inte är som det ska.

Vilka tecken uppvisar då dessa barn? För att hantera det kaos som uppstår i familjen utvecklar familjemedlemmarna omedvetet roller eller överlevnadsstrategier. Även barnen faller in i rollmönstret och försöker hantera sin känslösäck på olika sätt. En del barn tar på sig hjälterollen och tar hand om andra istället för sig själv och presterar för att bli uppskattade. Hjälten sköter om de vuxna i sin familj, medlar mellan föräldrarna och tar inte sällan över föräldraansvaret. Han städar, diskar, lagar mat och hämtar yngre syskon på förskolan. Hjälten har ofta bra betyg i skolan eller är duktig i idrott. Han vill vara en hjälprede på förskolan och i skolan, och kan ha svårt att leka med kompisarna och söker sig istället till de vuxna eftersom han upplever sig själv som vuxen.

Hjältens motsats är syndabocken. Syndabocken är barnet som ständigt befinner sig i krig med sin omgivning - rebellisk, protesterande. På det sättet omformas den oro, vrede och sorg som gnager i hjärtat till ilska och de blir utåtagerande. Det händer att syndabocken uppfattas som familjens problem och behandlas därefter, utan att man undersöker den familjesituation som är själva orsaken till barnets beteende.

Clownen förvandlar allvar till skämt och kan på det sättet hålla sig ifrån det som gör ont på insidan. Clownen gör också att en familj präglad av oro, bråk och ångest får uppleva små stunder av befriande skratt och lättnad. Han vill att alla ska må bra och vara vänner och medlar därför ofta mellan familjemedlemmar och kompisar. Bland kamraterna är clownen ofta populär, lite tokig, en som man gärna skrattar med eller åt. I det långa loppet blir clownen på det sättet ofta en människa som hamnar lite utanför sitt sammanhang.

Den fjärde rollfiguren använder ensamheten som sitt skydd. Tapetblomman smälter samman med omgivningen, då slipper hon att vara med, ställas till svars eller utsättas för outhärdliga bråk hemma. Hon hänger bara med på allt, det är som om hon inte finns.



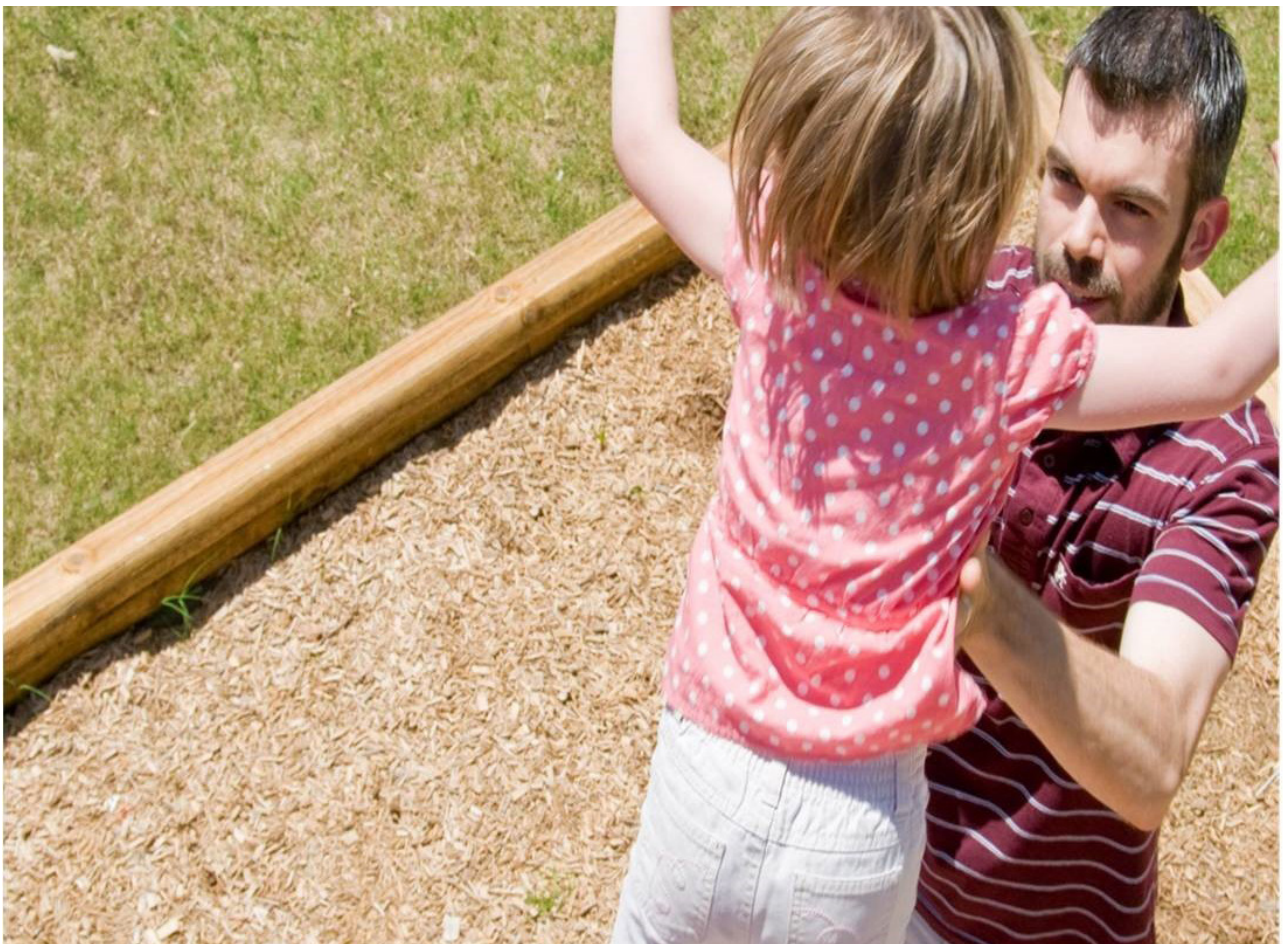
Rollerna är inte symtom, utan snarare ett sätt att agera. Det kan vara svårt att se dem om inte vetskapen om att de existerar finns. Yttre symtom på att något inte står rätt till är trötthet, magvärk, huvudvärk och oro. Vidare är nedstämdhet och koncentrationssvårigheter vanligt.

Tyvärr är det inte enkelt att upptäcka dessa barn och ungdomar. Familjehemligheten är svår att avslöja och det kan vara svårt för omgivningen att se signalerna. Men möjligheten att upptäcka är lättare om kunskapen finns om hur missbruksfamiljer fungerar, vilka roller som kan uppstå och vilka övriga tecken man kan titta efter. Det viktigaste är att försöka ta reda på orsaken, lägga pussel och nysta i vad som gör att ett barn eller en ungdom agerar som hon gör.

Att fundera över: hur kan ni på er arbetsplats göra för att lättare upptäcka dessa barn?

Tips:

- Var uppmärksam på om elevers frånvaro följer ett visst mönster, till exempel frånvaro efter helger.
- Var uppmärksam på om det endast är - och alltid är - den ena föräldern som har skolkontakten, till exempel utvecklingssamtalen.
- Prata med elevhälsan tidigt om du misstänker eventuellt missbruk i hemmet.
- Om du som lärare vet att det förekommer missbruk, prata enskilt med eleven i fråga. Berätta att du vet om missbruket och att eleven kan prata med dig om han eller hon önskar.



Riskfaktorer och skyddsfaktorer

Att växa upp med en förälder med missbruk ger barn sämre förutsättningar i livet, de omges av riskfaktorer som ökar risken för negativ utveckling, direkt eller indirekt. Riskfaktorer är det som händer och sker i familjen, den konstant höga stressen, oron och misstänksamheten. Detta kan leda till sämre skolresultat, psykisk ohälsa, ökad risk för kriminalitet, samt en ökad risk för att själv utveckla missbruk. Men om det finns skyddsfaktorer så minskar risken för att utveckla problem, trots att det finns riskfaktorer. Skyddsfaktorer är ofta människor i den nära omgivningen: lärare, idrottsledare, mor- och farföräldrar. Det kan också vara skolan i sin helhet, där det finns ansvarsfulla vuxna, tydliga rutiner och en omsorg för barnet. Att bli sedd och lyssnad på är en viktig skyddsfaktor, likaså känslan av att inte vara ensam. Självklart ska målet alltid vara att barnets hemsituation ska bli bättre, men man får inte glömma att även ett lyssnande öra, en klapp på axeln, ett "hur mår du" kan vara till mer hjälp än man tror.



Anmälan till socialtjänsten

Det finns situationer då föräldrar inte förstår eller förmår ta sitt ansvar för sina barn fullt ut. Då träder samhällets ansvar in för att skydda barn och unga som riskerar en ogynnsam utveckling. Det kan handla om barn som far illa för att de lever i en familj med risker, till exempel i form av missbruk, misshandel eller allvarliga psykiska störningar.

Den som arbetar i en myndighet som berör barn och unga ska genast anmäla om han eller hon misstänker att ett barn far illa. Samma skyldighet gäller också den som arbetar inom privat verksamhet som berör barn och unga samt personal inom vård och omsorg.

Misstankarna om att barn riskerar fara illa behöver inte vara bekräftade och anmälaren behöver inte spekulera i orsakerna till eventuella tecken på att barn far illa eller i skuldfrågan. Ändå är det sådant som kan vara svårt att låta bli att väga in när man funderar på att göra en anmälan.

Att man inte anmäler kan bero på att man saknar tydliga belägg för sin oro och är osäker på när situationen ska anses tillräckligt allvarlig för motivera en anmälan. Det kan vara svårt att göra en anmälan om ett barn som man bara har en vag oro för, utan att peka på något konkret. Men även vid starkare misstankar väljer många att "vänta och se" och hoppas på tydligare bevis. Naturligtvis vill ingen göra en förhastad eller obefogad anmälan med allt vad det innebär av påfrestningar för barnet, familjen och den som anmäler. Å andra sidan kan det inte accepteras att barn har det svårt utan att få den hjälp de behöver. I sina överväganden bör man också väga in vad konsekvenserna kan bli om man inte anmäler. Barn utvecklas snabbt. Att "vänta och se" och låta tiden gå innan stödinsatser sätts in innebär kanske att barnet hamnar ohjälpligt efter i sin utveckling eller att situationen blir allvarligare.

Det är bra att tänka på att man inte anmäler familjen som sådan, utan att man anmäler iakttagelser som kan innebära att ett barn behöver hjälp. Anmälaren uttrycker sin oro för hur ett barn har det, talar om vad hon eller han känner till eller anar om barnets situation och svårigheter, men uttalar sig inte om orsakerna till detta, eller i någon skuldfråga.

Innan man anmäler vill man oftast vara tämligen säker på att det leder till något bra för barnet och familjen. Man kan aldrig få några garantier för att en anmälan gör att livet blir lättare för det barn som man oroar sig för. Men det är viktigt att komma ihåg att det finns barn som känner sig övergivna av hela vuxenvärlden för att ingen verkar vilja se deras svårigheter eller komma dem till undsättning i en svår situation.

Det är bra om den som avser att göra en anmälan kan informera föräldrarna om att man kommer att ta kontakt med socialtjänsten på grund av sin oro för barnet och att en sådan kontakt kan göras gemensamt. Detta är dock inte alltid möjligt eller lämpligt. Tanken på det samtalet kan ibland kännas som det största hindret. Men det har visat sig att öppenhet ofta kan bidra till att positiva förändringar blir möjligt. När något som en familj har försökt att dölja kommer fram i ljuset kan föräldrarna reagera med ilska och aggressioner, kanske till och med genom att hota den som anmält. Sådana risker försvårar naturligtvis en anmälan, samtidigt som de särskilt tydligt visar barnets utsatthet och att det kan vara i behov av hjälp och skydd.

Vid tvekan eller osäkerhet kan det vara en god hjälp att diskutera situationen med någon, till exempel kollegor, din chef och elevhälsan. Den som överväger att göra en anmälan kan också konsultera socialtjänsten innan en anmälan görs, utan att röja barnets identitet.

Diskutera: Finns det en handlingsplan på din arbetsplats? Hur ser den ut, och är den välkänd för alla? Hålls handlingsplanen "vid liv" eller är den ett bortglömt dokument?

Jobbiga samtal

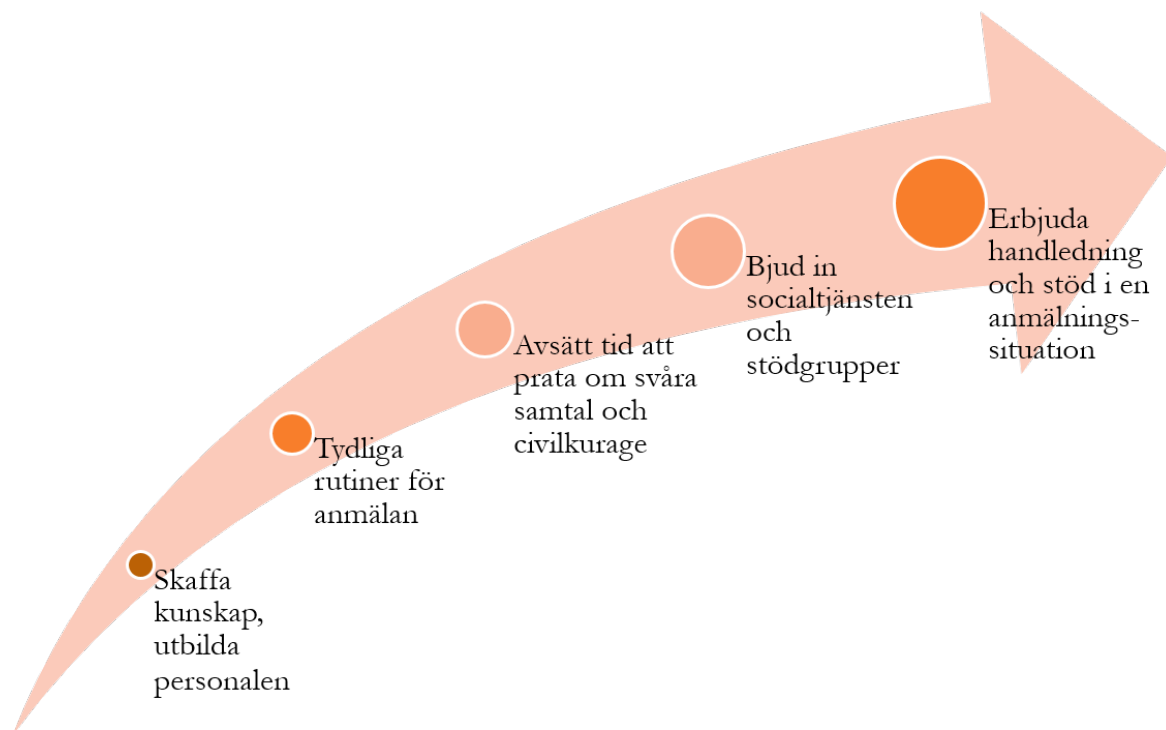
Att prata med föräldrarna är något som skolans personal ofta tycker känns jobbigt. Man vill ha föräldrarna med sig och inte mot sig. Man vill inte fördöma. Det är viktigt att tänka på att det inte handlar om att läxa upp föräldrarna utan att prata om barnets situation, att barnet mår dåligt och behöver stöd.

*Diskutera: Hur gör ni på er arbetsplats för att klara av jobbiga och svåra samtal?
Vad fungerar bra och vad skulle kunna bli bättre?*

Vad säger man?

Tips:

- Som lärare är du nära eleverna och har daglig kontakt. Våga gå på magkänslan när du känner oro, prata med dina kollegor och elevhälsan eller socialtjänsten.
- Våga fråga eleverna om hur de har det hemma. Fråga om de får sova, om det är mycket bråk eller tjafs hemma.
- Lyssna på eleven. Även om eleven inte säger hur det är så förstår han eller hon att du anar något.



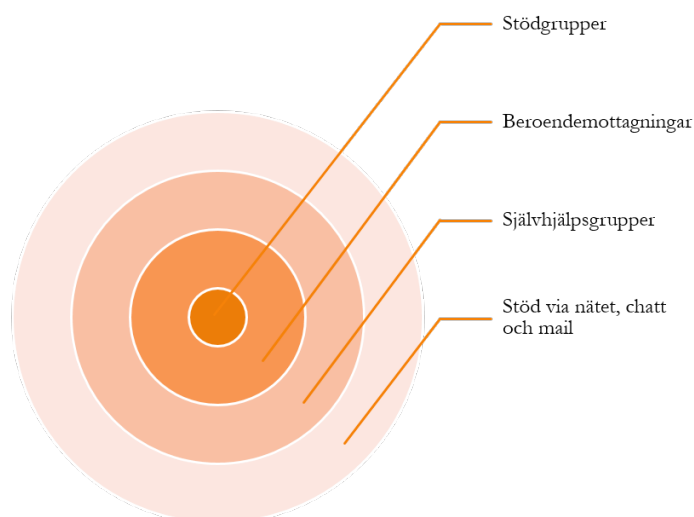
Informera barnen

I skolsköterskornas hälsosamtal ingår frågan om eleven har någon i sin närhet som dricker. Frågan är rättfram och ibland förlösande för att våga börja prata om hur det är där hemma. Men det ligger i allas ansvar att våga fråga, våga lyssna och våga agera. Man kan också ta upp frågorna om missbruk generellt i klassen. Till exempel läsa högt ur böcker eller se en film som tar upp den här sortens problem och sedan prata tillsammans om det. Informera alla barn om vilken hjälp som finns att få, vart man kan vända sig om man känner att man behöver stöd. Det är viktigt att våga prata om alkohol, missbruk, beroende och droger. Vad har de för konsekvenser, hur kan ett missbruk se ut, vilka handlar det om? När någon säger alkoholist eller missbrukare tänker vi ofta på en smutsig och trasig man eller kvinna på en parkbänk. Den föreställningen är det viktigt att vi slår hål på. En person som är beroende av alkohol eller droger kan se ut som vem som helst.

Alla känner vi till någon som dricker för mycket. Berätta om dem för eleverna. Framhåll att de också är vanliga människor med vanliga jobb och vanliga liv. Det är skönt för de barn i klassen som har föräldrar med missbruksproblem att få höra det. Det är också skönt att deras kamrater förstår att deras pappa eller mamma inte är "dåliga människor". Barn i familjer med missbruk behöver få veta att det inte är barnets fel att mamma eller pappa missbrukar alkohol eller droger. För barnen är det också viktigt att få veta att den missbrukande föräldern kan bli en nykter alkoholist.

I de flesta kommuner finns det numera samtalsgrupper för barn och ungdomar i familjer med missbruksproblem. Berätta om dem, var de finns, vad som händer där och om vilken hjälp man kan få. Berätta också om vilket stöd man kan få i skolan, vilka hemsidor som tar upp dessa problem och vilka andra man kan vända sig till, BRIS, till exempel. Som vuxen bör du ha kunskap om vilken hjälp det finns att få för barn och vuxna i din kommun eller kommundel för att slussa dem vidare vid behov.

*Diskutera: Hur ofta pratar ni med eleverna om familjer som har problem?
Vet dina elever vilken hjälp som finns att få om de skulle behöva det? Vet du vad stödgruppen på din kommun heter?*





Vad kan din arbetsplats göra?

- Utbilda personalen. Utan fördjupade kunskaper om det här området blir möjligheten att hjälpa begränsad. Man behöver kunskaper om bland annat alkoholens och drogernas inverkan på familjesystemet, barns och ungas känslor och signaler, deras strategier för överlevnad och riskfaktorernas påverkan på deras utveckling och lärande.
- Tydliga rutiner. Se till att det finns tydliga rutiner för hur man bemöter och arbetar med barn till missbrukare och hur man gör en anmälan. Det räcker inte att bara prata med en kollega eller arbetslaget. Gå vidare till elevhälsan och gör eventuellt en orosanmälan till socialtjänsten. Det viktigaste är att det inte stannar vid en misstanke om att barnet eller ungdomen har det svårt hemma. Agera!
- Avsätt tid för att prata om svåra samtal och civilturage. Att vara förberedd på svåra samtal är en fördel när situationen väl uppstår. Fundera över ditt mod. Vågar du tänka att det kan vara alkohol/droger i en familj som kan vara orsaken till att en elev agerar som den gör?
- Bjud in socialtjänsten och stödgrupper. Be dem berätta hur de arbetar, det gör att man får en helhetssyn kring barn i missbruksmiljöer och underlättar samverkan.
- Se till att det finns stöd för personalen på arbetsplatsen. Man kan behöva handledning och avlastning i en anmälningssituation för att orka med och känna mod.

Våga börja prata

Hur man än gör så finns det ett mörkertal barn som har en missbrukande förälder. Man måste våga gå på sin magkänsla och ha fingertoppskänsla för att upptäcka. Det bästa är fråga om och om igen. Har barnet gömt en hemlighet i flera år kan det ta tid att öppna sig. Kravet på att hålla tyst om vad som försiggår i familjen är starkt. Barnet har dessutom av egen erfarenhet lärt sig att inte lita på någon. Men våga fråga. Så småningom kanske barnet vågar berätta.

AKTIV  SKOLA