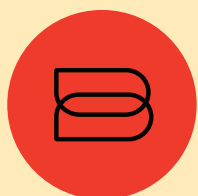


Barn av Rusmisbrukere

«Det hadde vært fint
med en natt uten at
hjertet slår så fort»

– Erfaringer fra koronaåret
2020



01	Innledning	side 3
02	Åpningstider i 2020	side 4
03	Materialet	side 5
04	Brukerne	side 6
05	Samtalene på BaRsnakk	side 8
06	Nettverkets erfaringer	side 12
07	Se fremover!	side 14
08	Avslutning	side 15
09	Litteratur	side 16

Forfattere

Martine Kihle Dalsrud
Madelen Edresen
Stian Johansen

Design

Stian Johansen

01 Innledning

I oktober 2020 publiserte vi «Barn som pårørende under pandemien – Erfaringer fra samtaletilbudet BaRsnakk, etter covid-19-utbruddet i Norge». Rapporten ga et innblikk i hvordan livene til barn, ungdom og unge voksne som lever med foreldre som har rusmiddelproblemer, endret seg i løpet av de to første månedene med koronarestriksjoner.

Smittesituasjonen preget samtalene i denne tidlige perioden. Usikkerhet og redsel rundt selve sykdommen, samt konsekvensene av restriksjonene som ble innført ble fremhevet. Mange var bekymret for hvordan de skulle klare å ta vare på foreldrene sine, noen uttrykket bekymring for mangel på pusterom fra en belastende hjemmesituasjon, mens andre ga uttrykk for en viss lettelse over å slippe skolen, slik at de fikk mer tid til å passe på sine foreldre hjemme.

Inntrykkene var mange og varierte. Etter relativt kort tid avtok imidlertid korona som et sentralt tema i samtalene, og like fort ble enkelte umiddelbare konsekvenser synlige. Temaene rus, vold og incest økte betydelig i tidsrommet 16. mars–15. mai (Mikov & Endresen 2020).

Nå har det gått over et år siden pandemien traff Norge, og vi vil derfor løfte blikket; vi ønsker å se nærmere på hvordan de første 12 månedene med korona har vært for dem vi har snakket med. Altså fra mars 2020 til mars 2021.

Gjennom store deler av denne perioden, har vi deltatt i månedlige møter med Helse- og omsorgsdepartementet, Helsedirektoratet, Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet og Folkehelseinstituttet. I disse møtene har vi orientert om her-og-nå-situasjonen, slik

den har vært ved hvert nye møte. Denne rapporten markerer den første helhetlige gjennomgangen av vårt eget datamateriale, det første «koronaåret».

I det følgende skal vi se nærmere på statistisk materiale fra chatten vår; vi skal gjøre et dypdykk i noen av samtaletemaene som har utmerket seg; og vi har samlet erfaringer fra medlemsnettverket vårt. Vi vil også se på erfaringene fra både chatten og nettverket i lys av studier og annet tallmateriale fra samme periode.

02 Åpningstider i 2020

Vi har under hele pandemien forsøkt å tilpasse tjenesten etter behovet som har vært. Dette har ført til en del endringer utover ordinære åpningstider, og innebærer også opprettelsen av en midlertidig SMS-tjeneste.

Her er en oversikt over åpningstidene fra 16. mars 2020 frem til 31. desember:

Uke 12-14:

Mandag-onsdag kl. 17-20 og torsdag-fredag kl. 12-16

Uke 15 (Påske):

Åpent hver dag fra kl. 12-18

Uke 16-20:

Mandag-onsdag kl. 12-20 og torsdag-fredag kl. 12-16

Uke 21-27:

Mandag-onsdag kl. 17-20

Juli:

Stengt

Uke 32-39:

Mandag-onsdag kl. 17-20

Uke 40-41 (Høstferie):

Mandag-onsdag kl. 14-20

Uke 42-44:

Mandag-onsdag kl. 17-20

Uke 45-51:

Mandag-onsdag kl. 17-20

Uke 52:

Åpent hver dag fra kl. 14-22, julaften fra kl. 12-16

Uke 53:

Mandag-onsdag kl. 14-22, nyttårsaften kl. 12-16

03 Materialet

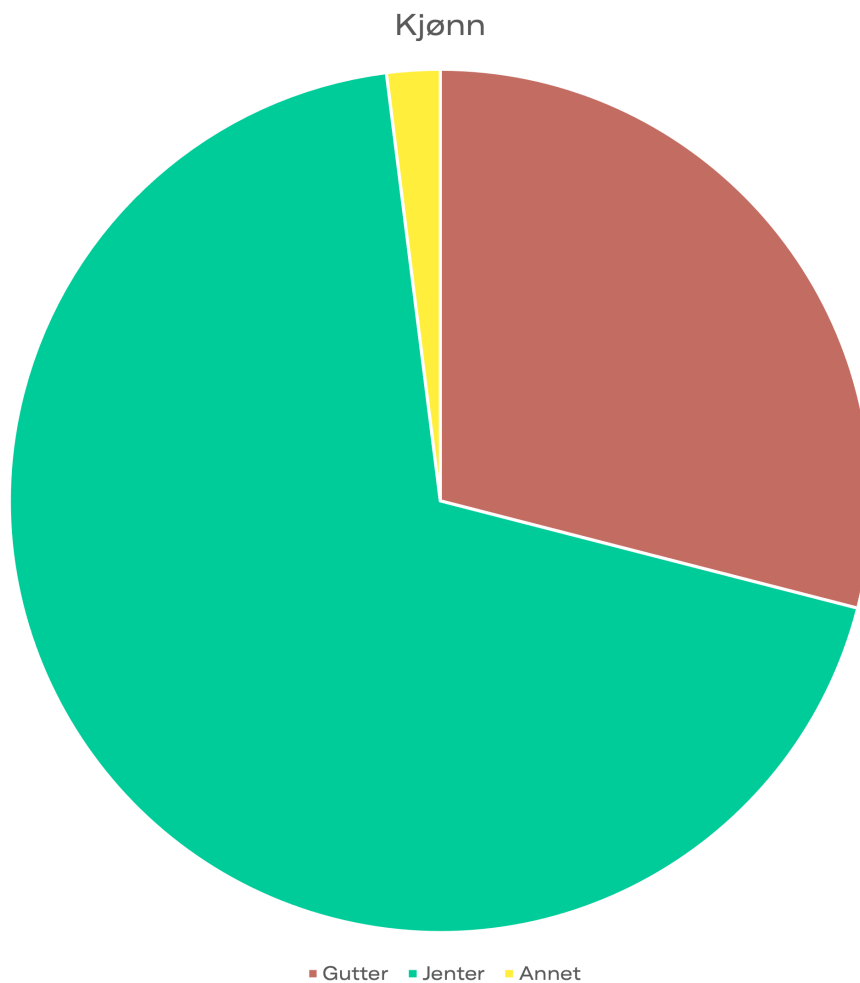
I perioden 12. mars 2020 – 12. mars 2021 mottok vi 2419 samtalehenvendelser på BaRsnakk. Etter hver samtale fyller chat-verten ut en samtalekartlegging basert på informasjon som har kommet frem i samtalen. Denne informasjonen gir oss en pekepinn på hva som rører seg blant brukerne, hvem de er og hva det er de snakker med oss om. Dette er utgangspunktet for vår egen statistikkføring.

Med nærmere 2500 samtaler i perioden denne rapporten beskriver, sitter vi også på svært mange anonymiserte samtalelogger. For å se nærmere på konkrete erfaringer brukerne har gjort seg har vi gjennomgått 120 av disse, plukket fra hver måned i perioden. Utvalgskriteriet var at samtaler varte i mer enn 5 minutter. Det er fra disse samtalerne sitatene som er brukt, er hentet fra. I tillegg er loggene som dannet grunnlaget for vår

første koronarapport inkludert.

Gjennomsnittlig samtaletid i perioden var 44 minutter, hvilket er 10 minutter kortere enn for de første månedene etter at restriksjonene ble innført. Vi anser dette for å være relativt lange samtaler, noe vi er godt vant med fra tidligere.

04 Brukerne

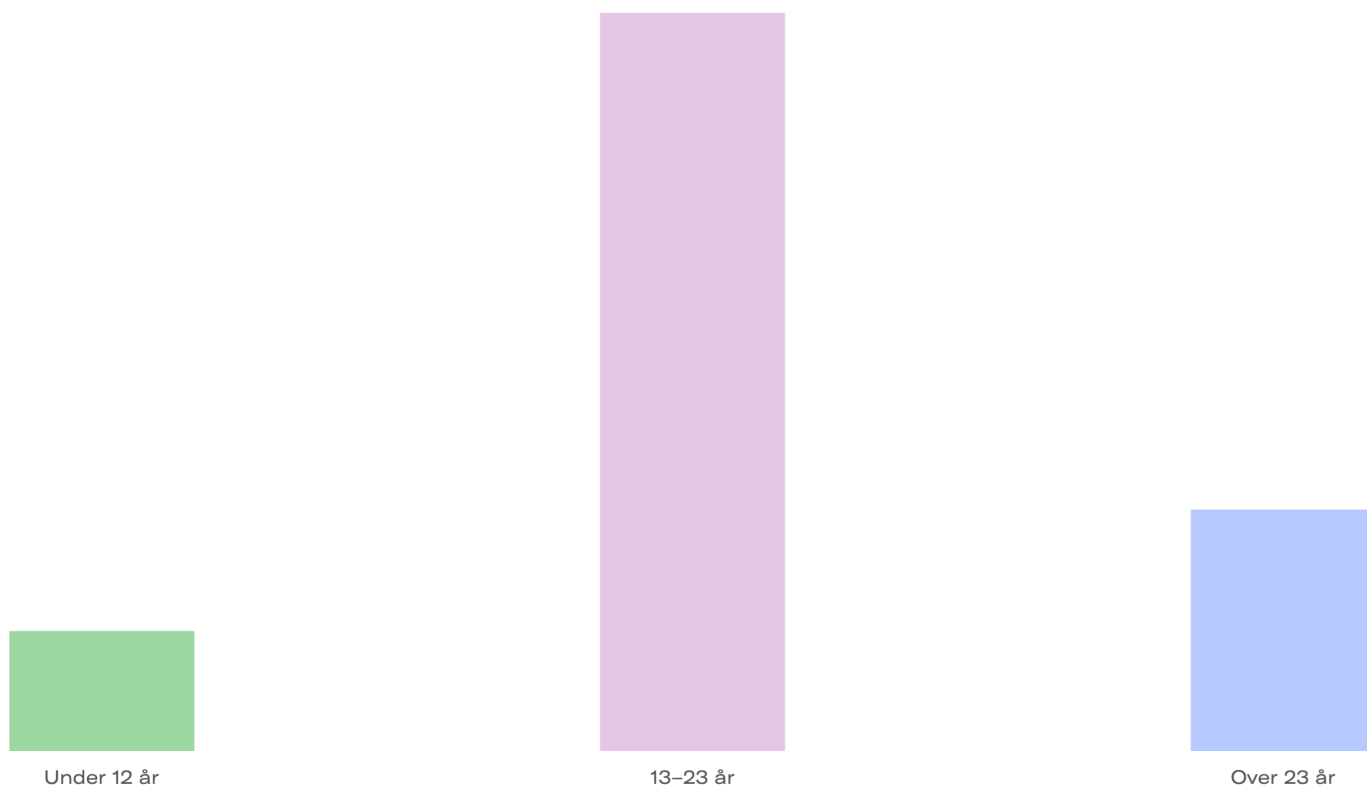


Sammenlignet med de første to månedene etter innføringen av koronarestriksjoner, har kjønnsfordelingen endret seg noe. I første rapport var andelen gutter på 39 % og jenter 59 %. I de 10 påfølgende månedene har altså andelen gutter sunket med 10 %, og andelen jenter økt tilsvarende. Dermed er kjønnsfordelingen lik et normalt år.

tok kontakt. Økningen tok seg spesielt opp i mars-mai 2020, men stoppet brått opp igjen etter dette. Samtidig som antall henvendelser bevegde seg tilbake igjen til normalen, så gjorde kjønnsfordelingen det samme.

Vi vet fra tidligere år at pågangen svinger til dels mye, både i hyppighet og hvem som kontakter oss. Det er imidlertid verdt å nevne at vi over en periode på et par år opplevde jevn økning av andelen gutter som

Alder



Aldersfordelingen i 2020 er lik tidligere år, og den er også lik fordelingen fra de to første månedene med koronarestriksjoner. Hovedmålgruppen på BaRsnakk er ungdom og unge voksne i alderen 13-23 år, og vi ser fra statistikken at det også er denne aldersgruppen vi snakker mest med. Likevel tar vi imot brukere i alle aldre, og hele 20 % er over 23 år, imens 11 % er under 12. Det er med andre ord et bredt spekter av livssituasjoner og -erfaringer vi møter.

Har de snakket med andre?

I de fleste samtaler fremkommer det om personen vi snakker med har fortalt andre om situasjonen sin. I 2019 fortalte litt over halvparten (51 %) at de hadde snakket med noen andre. I 2020, derimot, sank tallet til 43 %; en nedgang på 8 %.

Med styrking av allerede eksisterende samtaletilbud, samt opprettelse av nye, er vår opplevelse at tilgjengeligheten har vært større det siste året, sammenlignet med tidligere år. Likevel ser vi altså at færre av de vi har snakket med, også har snakket med

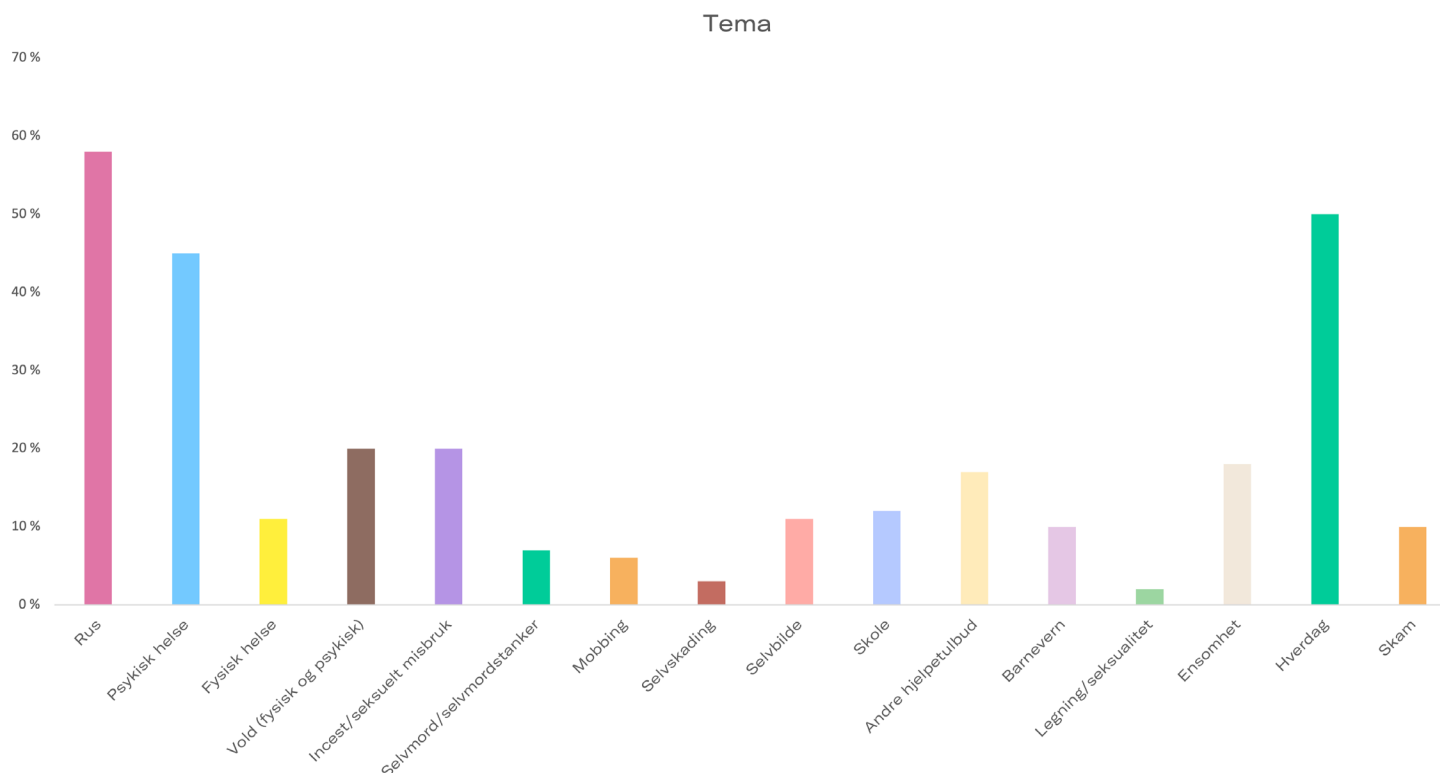
andre.

Paraplyorganisasjonen Actis gjennomførte i 2021 en undersøkelse blant barn og unge, hvor det fremkom at 42 % av de som har hatt behov for å snakke med noen, ikke har oppsøkt personer eller andre for hjelp. Av disse oppgir 36 % manglende informasjon om hvor de skal lete etter hjelp, som årsak (Actis 2021).

Forsøk på forklaringer blir uunngåelig spekulasjon, men vår oppfatning er at det ikke er utenkelig at det gjennom fjoråret var flere som hadde behov for å snakke med noen enn tidligere; videre at det blant disse var mange som ikke hadde kjent på et slikt behov før, og som følgelig ikke har visst hvor de umiddelbart skal lete. Samtidig vet vi fra tidligere at vi i stor grad har vært de første til å bli fortalt om situasjonen våre brukere står i (Kufås, Billehaug, Faugli & Weimand 2017).

At vi i 2020 har vært den første for enda flere, ser vi både på som en tillitserklæring, og som en bekymring. Spesielt hvis årsaken til dels skyldes at flere har fått problemer de trenger å snakke om.

05 Samtalene på BaRsnakk



Under den første nedstengningen hadde vi mange samtaler direkte knyttet til covid-19, og bekymringer brukerne hadde knyttet til viruset og den nye situasjonen. Dette dreide seg blant annet om bekymringer for hvordan hjemmesituasjonen skulle arte seg, og hvordan den nye hverdagen med hjemmeskole og isolasjon ville bli. Vi opplevde likevel at covid-19 som samtaleemne avtok etter hvert som tiden gikk.

Som vi kan se av statistikken, er det temaene rus, hverdag, psykisk helse og vold som har vært dominerende i samtalene vi hadde det første året med pandemi. Dette er temaer vi vanligvis snakker mye om, og de er sånn sett ikke unormale. Likevel opplevde vi noen endringer i den aktuelle perioden, som vi i følgende ønsker å se nærmere på.

Rus

Over halvparten av brukerne på BaRsnakk forteller at én eller begge foreldrene ruser seg. I den aktuelle perioden var rus et konkret samtaleemne i 58 % av samtalene.

Alkohol er det rusmiddelet vi snakket mest om.

«Pappa jobber fullt. Lever normalt. Under korona har han hatt hjemmekontor og da er det lettere å drikke» – Gutt 16–18

Når vi leser samtalene er opplevelsen at rus er et emne som snakkes mer om i denne perioden enn tidligere, noe statistikken også viser (9 % økning fra 2019). Vi har et tydelig inntrykk av at rusen har påvirket manges hverdag og psykiske helse i større grad enn tidligere, særlig i starten av pandemien.

«Moren min har drukket alkohol egentlig så lenge jeg kan huske. Men det er først dette året jeg har tenkt på hvordan det påvirker/har påvirket meg» – Kvinne 24–35

For oss er det urovekkende når brukerne forteller om økt drikking, ettersom det antyder en forverring av en allerede vanskelig situasjon.

Dette underbygger funn gjort i studier av drikkemønstre etter pandemiens inntog, som viser at de som hadde et lavt eller moderat konsum i forkant av pandemien, har drukket noe mindre; de som i utgangspunktet drakk mye, har drukket mer (Rossow et al., 2021).

Det er imidlertid viktig for oss å understreke at ikke alle forteller om foreldre som drikker mye. Mange av samtalene vi har, er med unge som beskriver drikkemønstre som ikke ville blitt regnet som unormalt høye eller risikofylte, men hvor drikkingen likevel er belastende for de rundt.

I en fersk norsk studie fremkommer det at foreldres drikking bør sees i sammenheng med andre faktorer i familien:

Økt risiko for at barn utvikler alkoholbrukslidelser som unge voksne når de vokser opp i familier der begge foreldrene drakk fire til seks enheter alkoholenheter, en til to dager i uka (en enhet kan være et glass vin, eller 0.33l øl), hadde symptomer på milde psykiske plager, og lav utdanning.

Økt risiko for at barn utvikler angst og depresjon når de vokser opp i familier der både mor og far drikker ofte (ca. tre-fem dager per uke), i kombinasjon med at en av foreldrene har symptomer på milde psykiske plager.

Ikke økt risiko for angst og depresjon, eller alkoholbrukslidelser hos barn som vokser opp i familier der foreldre har andre kombinasjoner av moderat drikkemønster, utdanningsnivå og psykisk helse. (Burdzovic Andreas, et al., 2021; Lund, Skurtveit, Handal et al., 2021).

Ettersom koronasituasjonen har påført både enkeltpersoner og familier større psykiske påkjenninger enn tidligere, ser vi med bekymring på fortellingene om økt alkoholkonsum hos foreldrene til de som kontakter oss.

Det første av de to sitatene over, er også illustrerende for noe vi erfarte da fjoråret gikk mot slutten; vi ble kontaktet av enkelte som fortalte at alkohol aldri hadde vært et problem hjemme, men at mange måneder med hjemmekontor og øvrige restriksjoner, hadde ført til økt konsum, også i arbeidstid. Vi så tegn til at en ny gruppe vokste frem. Vi understreker at vi ikke har tall på hvor mange som fortalte om dette, så vi kan ikke si noe om omfanget.

Hverdag og skole

Det er viktig for oss å understreke at vi ikke bare snakker om rus direkte, men om de indirekte og mer perifere konsekvensene av foreldrenes rusmiddelbruk. Mange tar kontakt kun for å få noen å prate med om alt og ingenting. Særlig under pandemien hvor hverdagen til mange har blitt ganske kjedelig og ensformig. Det har vært alt fra musikk og favorittserier på Netflix, til vennskap og skole. Skolehverdag er spesielt et tema som har gått igjen ettersom skolen i flere omganger ble flyttet mellom fysiske og digitale arenaer. Dette ble for mange av de vi snakket med en utfordring, både fordi endringene i seg selv var stressende, men også fordi den fysiske skolen for flere var en kilde til avkobling, forutsigbarhet og trygghet. For noen var det også godt å slippe fysisk oppmøte, for på den måten hadde man bedre kontroll på hva som foregikk hjemme.

«Ja, mamma og pappa drikker en del og jeg har hatt mye hjemmeskole, det er vanskelig med dem i huset» – Jente 16–18

Før pandemien snakket vi med brukere som beskrev lærere som trygge voksenpersoner de kunne snakke med. De ga uttrykk for at slike samtaler var vanskeligere å gjennomføre under pandemien på grunn av hjemmeskole.

«Tror kanskje jeg kan snakke med han jeg har i gym og matte. Er ganske trygg på han. Når skolen begynner igjen. Eller. Kan jo sende mail og, men han får jo ikke gjort så mye før skolen starter kanskje uansett»
– Gutt 13–15

«Jeg har det egentlig ikke bra, men nå skal skolen tilbake på gult tiltaksnivå så da får jeg se venner igjen» – Jente 16–18

Flere forteller at det har vært godt å slippe fysisk skole, fordi en del av mobbingen de tidligere opplevde har avtatt. Vi hadde betydelig færre samtaler som handlet om mobbing de periodene hvor hjemmeskole var mest utbredt. En del slapp imidlertid ikke unna mobbing, den flyttet seg bare over til digitale flater.

«Ikke så ille nå, som vi har vært en del hjemme, men kommentarer digitalt har jeg ikke sluppet unna» – Jente 16–18

Psykisk helse

Fordi mange av de som kontakter oss står i vanskelige livssituasjoner, er det naturlig at psykisk helse er et hyppig forekommende samtaleemne.

For mange er det svært vanskelig å åpne seg – å faktisk sette ord på de føler og opplever. I flere samtaler kommer det tydelig frem at mange barn og unge opplever det som utrygt å åpne seg for andre grunnet frykten for eventuelle konsekvenser det kan få dersom foreldrene får vite om det. Frykten kan naturligvis skape et hemmelighold som igjen kan bidra til at mange føler seg ensomme.

Følelsen av ensomhet vet vi er utbredt i målgruppen vår. I et vanlig år er det et tema i ca. 20 % av samtالene. I fjor var det tema i 19 %. Dette er ikke veldig overraskende, og det er en relativt liten endring. Mange oppfatter at de er den eneste som har det på akkurat den måten, antar at det betyr at muligheten for hjelp er liten, og vegrer seg derfor for å snakke med noen om det (Kufås, Billehaug, Faugli & Weimand 2017).

Folkehelseinstituttet publiserte i år en hurtigoversikt over covid-19s konsekvenser på barn og unges liv og helse. I rapporten antydes det at unge voksnes stressnivå og sinne økte, mens emosjonelle plager gikk ned. Vesentlig å bemerke seg for vår målgruppe, er følgende:

«Den største risikoen for emosjonelle plager under covid-19 var tidligere emosjonelle plager. Når det gjaldt stressfaktorer under pandemien, var særlig endringer i livsstil og økonomi og følelse av håpløshet sterkt korrelert med emosjonelle plager» (Nøkleby, Berg, Muller & Ames 2021).

Dette bidrar til å forsterke vår bekymring for hvordan de langsiktige konsekvensene av pandemien, påvirker den fysiske og psykiske helsen til de vi har snakket med.



Vold, overgrep og incest

20 % av samtalene vi hadde det første pandemiåret handlet om vold (fysisk og psykisk). Sammenlignet med 2019 har vi ikke hatt en prosentvis økning i samtaler om temaet, men flere av de vi snakket med opplevde å bli utsatt for vold oftere enn tidligere.

Et samtaletema vi derimot så en tydelig økning av, var barn og unge som opplevde at deres foresatte eller andre familiemedlem forgrep seg seksuelt på dem. I 2020 hadde vi 81 samtaler som handlet om incest. Til sammenligning hadde vi 39 samtaler som omhandlet det samme i 2019.

Vi har ingen gode forklaringer på den brå økningen, men vi registrerer at det samsvarer med tall fra Politidirektoratet, som viste en økning på 3,2 % i antall seksuelle overgrep mot barn under 16 år, i tidsrommet uke 11–45. Politiet publiserte også i mars i år tall som viste at det i 2020 var en økning på 15 % i antall anmeldelser som involverer overgrepsmateriale med barn (Dagsavisen 2020 og politiet.no 2021).

Den nevnte kunnskapsgjennomgangen av Folkehelseinstituttet viser en markant nedgang i innrapporterte tilfeller av mishandling av barn under pandemien, noe som står i kontrast til tidligere kunnskap som har vist at krisetider gjerne fører til en økning av dette (Nøkleby, Berg, Muller & Ames 2021).

«Mest redd. Også føler jeg meg ganske liten om det gir mening? Jeg har liksom ingen makt, og jeg føler meg så stuck når det er sånn» – Gutt 13–15

«Han blir ofte ganske sint og sånn. Noen ganger klikker han uten at det er noen grunn. Liksom kaster glass i veggene eller sånne ting. Roper og kjefter og smeller med dører osv. Da er det ganske dårlig stemning ass» – Gutt 13–15



06 Nettverkets erfaringer

Flesteparten av medlemmene i vår organisasjon er over 18 år. Det er mennesker som har vokst opp i familier med rusutfordringer, men som nå har blitt voksne. Mange av dem har foreldre som fremdeles ruser seg. Vi ønsket også å se på hvordan pandemien har påvirket denne gruppen. Vi sendte derfor ut en anonym spørreundersøkelse til våre medlemmer, hvor vi spurte dem om deres erfaringer fra året som har gått.

Hvordan har livet vært det siste året?

Flere forteller at livet det siste året har vært krevende. De beskriver at en hverdag med mer isolasjon enn vanlig, og fravær av sosiale arenaer som blant annet fritidsaktiviteter. Uforutsigbarheten i situasjonen har ført med seg mye usikkerhet og uro.

«Sårbarheter man bærer på kommer lettere til overflaten»

Andre igjen beskriver at livet har vært «ok» eller «helt greit». Her trekkes jobb å gå til og et stabilt nettverk frem som faktorer som har bidratt positivt i en eller krevende situasjon. Enkelte har også reflekter over hvordan et år med korona og nedstenging kunne ha artet seg for dem, dersom de fremdeles bodde hjemme.

«Er takknemlig for at jeg slapp å oppleve dette som barn. Hadde dette året vært når jeg var barn/enda bodde hjemme hadde det nok vært et forferdelig år. Jeg får vondt i magen av å tenke på alle de som er unge og enda bort med familien i året som har vært»

Har livet som pårørende til foreldre med rusproblemer endret seg det siste året?

Vi spurte om hvordan medlemmene våre har opplevd å være pårørende det siste året. Svarene vi fikk var varierte, og de trekker frem både positive og negative endringer. Noen opplever at foreldre som allerede strevde med rus eller psykiske vansker har fått det vanskeligere denne perioden.



«Jeg opplever at de som står meg nær som har hatt psykiske utfordringer før corona, har blitt påvirket av situasjonen som har ført til større vansker enn de i utgangpunktet slet med. Det har i sin tur hatt innvirkning på meg da jeg som pårørende naturligvis vil hjelpe til og ta ansvar, men går mye med bekymring».

I tillegg til økende psykiske utfordringer nevner flere at de opplever et økt alkoholkonsum hos sine foreldre.

«Opplever mer bekymring i det daglige fordi pappa drikker mer, og har lengre/tyngre perioder enn vanlig, og er deprimert. Pandemien har preget han veldig noe som går ut over meg i form av bråk, krangel, det å være megler, hobbypsykolog, samt bekymret datter».

«Jeg vet at Mamma drikker mer nå fordi hun er permittert»

«Mindre kontakt med mor/stefar enn før. De er redde for å få korona, og jeg føler at de bruker det som en unnskyldning for å treffes mindre og drikke enda mer»

Flere beskriver at koronarestriksjonene på et vis har virket positivt inn. De beskriver at de på grunn av korona har hatt en unnskyldning for å ikke komme så ofte på besøk til foreldrene. Dette har gjort at de har sluppet unna dårlig samvittighet. På den annen side er det også beskrivelser av et økt ønske fra foreldre om tilgjengelighet i det daglige, grunnet mindre besøk.

Tilgang på tjenester innen helse og sosial

De fleste som har svart på undersøkelsen forteller at de har hatt tilgang til tjenester innenfor helse- og sosialsektoren. En forteller at psykiatri innenfor spesialisthelsetjenesten har vært delvis utilgjengelig. Noen forteller også om at tjenester de normalt har benyttet seg av, har gått over til digitale løsninger.

Flere forteller derimot om at tjenester og hjelpetilbud som foreldre mottar har vært stengt eller utilgjengelig i denne perioden.

«Jeg ser at offentlige tjenester for mine nærmeste har vært dårlige, falt bort eller utsatt»

«Mer krevende å være barn av forelder som plutselig ikke får benyttet tilbud både han og den andre forelderen er helt avhengige av under de stengte periodene. Både med tanke på vanskeligheter med å aktivere den som har problemet, men også med tanke på at det blir økt konflikt da de to blir fanget i hjemmet med bare hverandre».



07 Se fremover!

Gjennom hele året har vi deltatt i en rekke ulike møter og debatter for å diskutere hva barn og unge trenger her og nå. Vi mener det er på høy tid å rette blikket fremover. Vi vet at de langsiktige konsekvensene nedstengingene har hatt, fremdeles er et stykke unna.

Basert på erfaringene vi gjorde oss i 2020, ønsker vi derfor å vektlegge følgende punkter for tiden som kommer:

- Skolehelsetjenesten må defineres som samfunnskritisk oppgave, og dermed sikre bemanning i krisesituasjoner.
- Lavterskel fritidstilbud må holdes åpent.
- Kommunehelsetjenesten må være dimensjonert for sin barne- og ungdomsbefolkning.
- BUP må opprustes.
- Lavterskeltilbud i regi av frivillige organisasjoner må defineres som samfunnskritiske.
- Avlastningstilbud og samvær må opprettholdes/gjennomføres (også inne på institusjon/avdeling).

08 Avslutning

Ser vi kun på statistikken vår, fremstår 2020 som et relativt normalt år. De store linjene er for det meste uforandret, og de ulike prosentvise endringene er innenfor det vi ser av svingninger fra år til år, også i en normal og pandemifri situasjon. Det mest fremtredende unntaket er antall samtaler om incest, som har hatt en stor og brå økning.

Det blir imidlertid feil å omtale året som her er beskrevet, som et «normalt år». Av åpenbare grunner har alles liv blitt endret, til dels betydelig, hvilket også gjenspeiles i de 2432 samtalene vi har gjennomført i perioden mars 2020–2021.

Når vi går nærmere inn på de ulike samtalene, ser vi tydeligere endringer enn hva statistikken alene fanger opp. Endrede drikkemønstre, økt uro og mer vold, vitner om en slags kvalitativ endring, mer enn en kvantitativ vekst; intensiteten i det brukerne våre har opplevd har tiltatt.

Økt alkoholkonsum og mer vold kjennetegner den virkeligheten tusener av barn har beskrevet for oss. Lange perioder med hjemmekontor, og stadig mindre klare skiller mellom arbeidstid og fritid, blir fremhevet som en vesentlig bidragende faktor til det økte alkoholkonsumet.

Endringene vi har sett betyr at noe som i utgangspunktet var ille, har blitt verre. For mange av de vi snakker med har hele oppveksten vært en pandemi, og den kommer til å fortsette å være det når det for resten av oss er mulig å leve som normalt igjen. Vårt blikk er derfor rettet mot tiden etter at restriksjonene er hevet og vi kan leve mer eller mindre som før. De som nå har vært gjennom den kanskje tøffeste perioden i sine liv, vil ha behov for

Sagt på en annen måte: det er ikke normalen våre brukere vil tilbake til når pandemien er over.



09 Litteratur

Actis – Rusfeltets samarbeidsorgan (2021): Spørreundersøkelse og nettartikkel, «Mange unge får ikke hjelp». Hentet fra: <https://www.actis.no/nyhet/unge-far-ikke-hjelp>

Burdzovic Andreas et al. (2021): Parental risk constellations and future alcohol use disorder (AUD) in offspring: A combined HUNT survey and health registries study. Hentet fra: <https://doi.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fadb0000681>

Dagsavisen (2020): «Overgrep mot barn har økt under koronapandemien». Hentet fra: <https://www.dagsavisen.no/nyheter/innenriks/2020/11/30/overgrep-mot-barn-har-okt-under-koronapandemien/>
Sist endret 30.11.2020.

Kufås E, Billehaug I, Faugli A, Weimand B (2017): Når lyset knapt slipper inn: En studie av chat-samtaler med abrn og ungdom som har foreldre med rusmiddelproblemer. Oslo: Org. Barn av Rusmisbrukere. Hentet fra: https://www.barnavrus.no/uploads/images/191108-BAR_rapport_sider_2019.pdf

Lund IO, Skurtveit S, Handal M (2021): Association of Constellations of Parental Risk with Children's Subsequent Anxiety and Depression. Findings From a HUNT Survey and Health Registry Study. Hentet fra: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2720084>

Mikov P, Endresen M (2020): Barn som pårørende under pandemien: Erfaringer fra samtaletilbudet BaRsnakk, etter covid-19-utbruddet i Norge. Hentet fra: https://www.barnavrus.no/uploads/images/Covid19_rapport_BaR_endelig.pdf

Nøkleby H, Berg RC, Muller AE, Ames HMR (2021): Konsekvenser av covid-19 på barn og unges liv og helse: en hurtigoversikt. 2021. Oslo: Folkehelseinstituttet. Hentet fra: <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2021/konsekvenser-av-covid-19-pa-barn-og-unges-liv-og-helse-rapport-2021.pdf>

Politiet.no (2021): Politi og forskere står sammen i kampen mot deling av seksuelle overgrep mot barn på internett. Hentet fra: https://www.politiet.no/aktuelt-tall-og-fakta/aktuelt/nyheter/2021/03/29/ny-side/?_t_id=7RmNUBixK3Oro1hTSa-J40w%3d%3d&_t_uuid=w7WOXXrLTIm-Q3AlusSlzIA&_t_q=overgrep+mot+barn+kورونا&_t_tags=language%3ano%2csiteid%3ab78013b9-3a34-4dad-8a4f-cc70168f7f39%2candquerymatch&_t_hit.id=Politiet_Web_Models_Pages_NewsPage/_8bf-9b8ee-f93f-43f8-b6c9-6ce692ab69f3_nb&_t_hit.pos=5
Sist endret: 29.03.21

Barn av Rusmisbrukere



Barn av Rusmisbrukere
Kongens gate 2
0153 Oslo
post@barnavrus.no
www.barnavrus.no
[@barnavurs](https://www.instagram.com/barnavurs)