

Barn av Rusmisbrukere



Husk på oss
også



– erfaringer med å ha
foreldre i rusbehandling



Forfattere

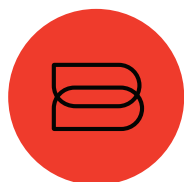
Stian Johansen, Martine Kihle Dalsrud

Takk til

Håkon Lexberg, Hans-Christian Bjerk og Kaia Aaberg, for bidrag i arbeidet med rapporten og presentasjon under konferansen Barnet & Rusen 2022.

Design og oppsett

Stian Johansen



Barn av Rusmisbrukere

Innhold

1. Innledning

2. Bakgrunn, data og bakgrunnsdata

3. Overordnet

Alder i dag

Hvilken forelder var i rusbehandling

Hvordan opplevde du å ha mor eller far i behandling

4. Før behandling

Tanker og bekymringer

Ble du snakket med?

Hvordan opplevde du samtalerne?

5. Underveis i behandling

Informasjon og/eller samtaler

Hvordan opplevde du samtalerne?

Samtaler med mor/far og behandler

Besøk på institusjon

6. Etter behandling

Endringer i relasjon

Tilbud etter avsluttet behandling

Tips til fagpersoner

7. Tillegg: stemmer fra chatten vår

8. Avslutning

9. Bibliografi

1 Innledning

Organisasjonen Barn av Rusmisbrukere er en bruker-, pårørende- og interesseorganisasjon for alle som vokser opp, eller har vokst opp, med foreldre eller andre foresatte som sliter med rusmiddelbruk eller -avhengighet.

Barn av Rusmisbrukere ble stiftet i 2009, av generalsekretær Marius Sjømæling. I 2010 opprettet vi en anonym chattetjeneste, som takket være en stadig voksende gruppe av frivillige, har vokst til et godt etablert samtaletilbud, med en foreløpig topp på ca. 2500 samtaler i året.

En betydelig del av organisasjonens arbeid består av medvirkning og påvirkning, gjennom deltakelse i en rekke ulike brukerråd, utvalg og arbeidsgrupper – både lokalt, regionalt og nasjonalt – og ved å være en aktiv høringsinstans i alle saker som har med vår målgruppe å gjøre.

Siden oppstart i 2009, har vi hatt et medlemsnettverk for personer over 16 år. Medlemskap i organisasjonen er både gratis og uforpliktende. Som medlem får man tilgang til et sosialt fellesskap,

invitasjoner til sosiale samlinger, kurs og skoleringer. Det er fra nettverket vi rekrutterer brukerrepresentanter som, avhengig av egne ønsker, påtar seg forskjellige oppdrag på vegne av organisasjonen. I tillegg er nettverket en høringsinstans for administrasjonen og styret, i ulike saker som angår organisasjonen arbeid. Medlemmene har også stemmerett ved årsmøte, og representerer på den måten en viktig del av demokratiet i Barn av Rusmisbrukere.

I skrivende stund måler nettverket 250 medlemmer.

2 Bakgrunn, data og bakgrunnsdata

Fellesnevneren for våre nettverksmedlemmer er at de har vokst opp med foreldre som har slitt med rusmiddelproblemer. Nettverket utgjør i så måte en god kunnskapskilde for organisasjonen, når vi ønsker å formidle de mange aspektene som utgjør en oppvekst i et hjem preget av rusmiddelbruk og -avhengighet.

27. – 29. september 2022 ble årets Barnet & Rusen-konferanse avholdt. Vi fikk mulighet til å bidra med innhold til konferansen, og ønsket i den forbindelse å kaste lys over hvordan det oppleves fra barnas perspektiv, å ha foreldre i rusbehandling.

For å sikre oss et så utfyllende bilde som mulig, valgte vi å henvende oss til medlemmene våre. Vi utarbeidet en spørreundersøkelse bestående av 18 spørsmål, som til sammen dekker opplevelser i forkant av, underveis i og etter foreldrenes behandling. Vi spurte også om de hadde noen råd til fagpersoner som jobber i rusbehandling, om hvordan de bør forholde seg til pasientenes barn. Undersøkelsen ble sendt til hele nettverket. Vi fikk totalt 35 svar.

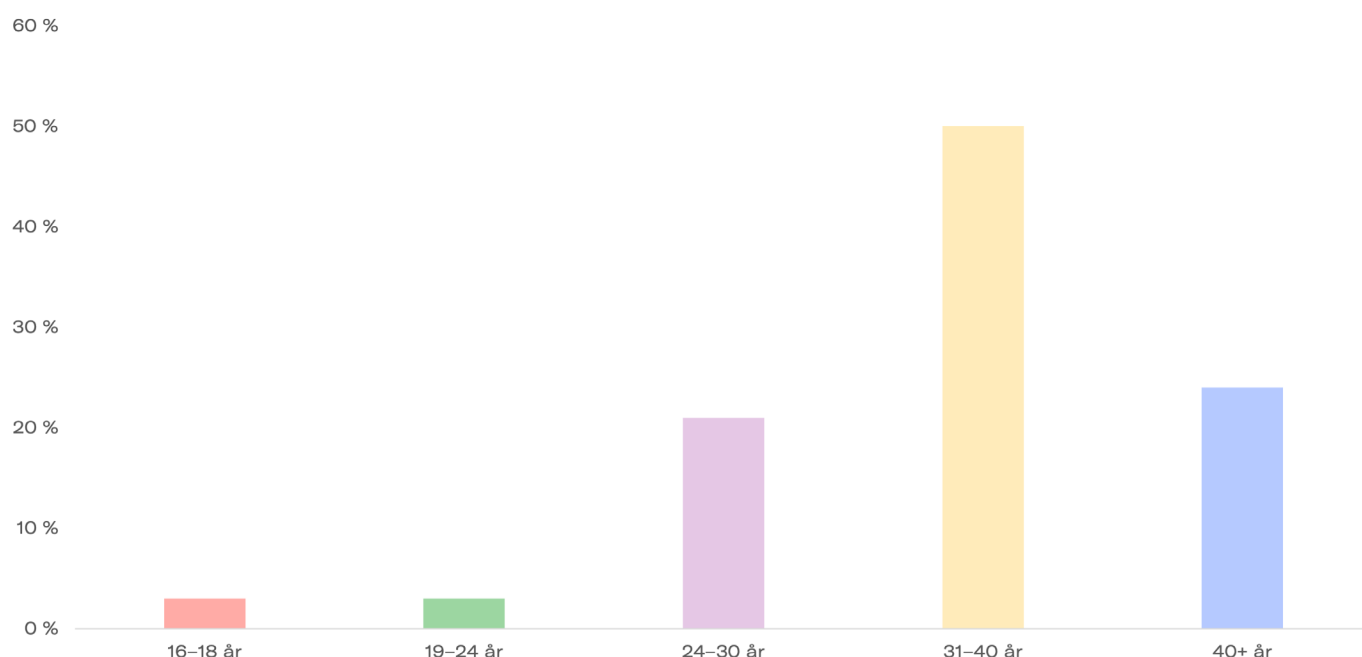
Parallelt gjorde vi også søk i anonymiserte samtalelogger fra chatten. Vi valgte søkeord som “behandling”, “rusbehandling”, “innlagt”, “institusjon” og “rehabilitering/rehab” for å finne samtaler som kunne inneholde informasjon om foreldre som er i rusbehandling i dag. Vi oppsummerer erfaringene fra chatten avslutningsvis i rapporten.

Etter å ha gjennomgått materialet, med henblikk på presentasjonen til konferansen, var det åpenbart at vi satt med såpass mye informasjon vi vurderte som interessant, at det fortjente å bli utarbeidet til en rapport.

Vi går først gjennom svarene vi fikk på undersøkelsen vi sendte ut til våre nettverksmedlemmer. Vi åpnet undersøkelsen med å spørre om medlemmenes alder i dag, og hvem av mor og far som har vært i rusbehandling, eventuelt om begge har vært gjennom behandling. Vi spurte også om de husket hvor gamle de var da foreldrene var i behandling.

Alder

Figur 1



Som figur 1 viser, utgjør 31–40 år den største aldersgruppen (50 %) blant respondentene. Aldersgruppene 24–30 og 40+ er de nest og tredje største gruppene, med henholdsvis 20,6 % og 23,5 %.

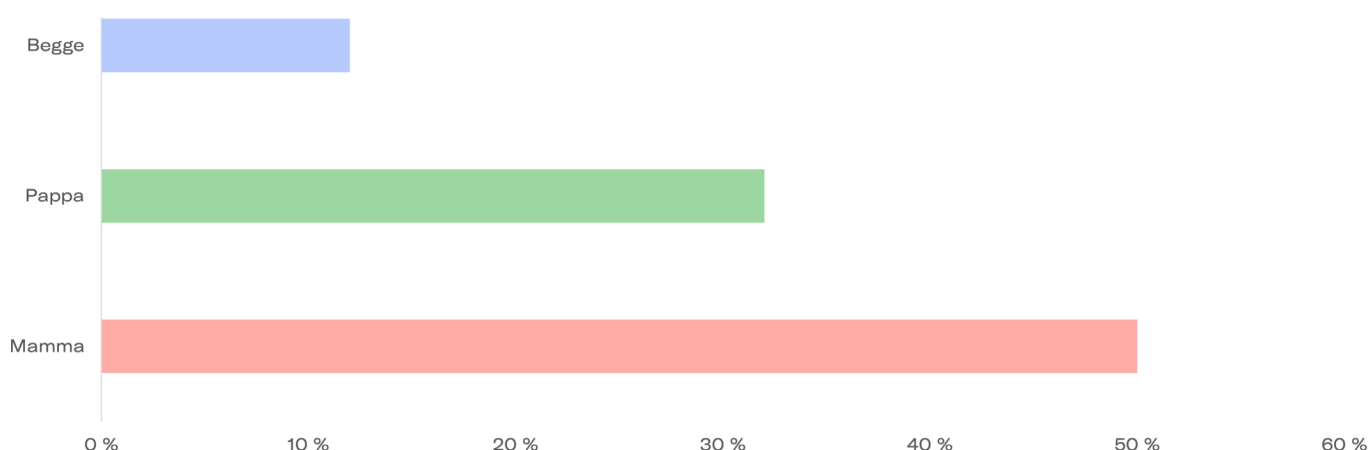
Vi har med andre ord et relativt voksent utvalg, som gjenspeiler den gjennomsnittlige alderen blant våre medlemmer. Som nevnt er 16 år den nedre aldersgrensen for medlemskap, og vi har gjennom flere år sett at nye innmeldinger skjer hyppigst blant de som er 25 år og oppover.

Vi har ikke undersøkt de eventuelle årsakene til at de under 25 ikke virker å være like interessert i et medlemskap, men gitt det vi har erfart og lært gjennom mange års kontakt med målgruppen, og som flere av oss har

opplevd i egne liv, så er det grunn til å anta at det er først etter mange års bearbeidelse og prosessering av oppveksten, at man er klar for å oppsøke et fellesskap som tar utgangspunkt i de vanskelige oppvekstårene. For mange er det også slik at det melder seg nye følelser og tanker i det man trår over i voksenlivet, noe som gir nye behov – for eksempel i form av et sosialt fellesskap.

Hvilken forelder var i rusbehandling?

Figur 2



Figur 2 viser en oversikt over hvilken forelder som har vært i rusbehandling. De fleste av respondentene har hatt mor i rusbehandling (50 %). 32 % oppgir at det var far som var i rusbehandling, mens 12 % har hatt både mor og far i behandling.

Våkne øyne og hoder vil se at det mangler 6 %; disse er utelatt, ettersom de svarte «ingen». Fordi vi i denne undersøkelsen ønsket å innhente erfaringer fra medlemmer som har eller har hatt foreldre i rusbehandling, har vi av åpenbare årsaker ikke inkludert disse.

De som svarte «ingen» har derfor heller ikke kunnet gi svar på de videre spørsmålene i undersøkelsen, og påvirker derfor ingen av de kommende tabellene.

Vi spurte også om hvor gamle medlemmene våre var da foreldrene var i behandling. Her hadde vi ikke forhåndsdefinerte kategorier, ettersom vi antok at mange hadde foreldre som hadde vært gjennom behandling i flere omganger, og at en del av respondentene rett og slett ikke husket. Svarene de ga bekreftet dette.

«Det var flere ganger. Tror jeg både var barn og ungdom»

«5»

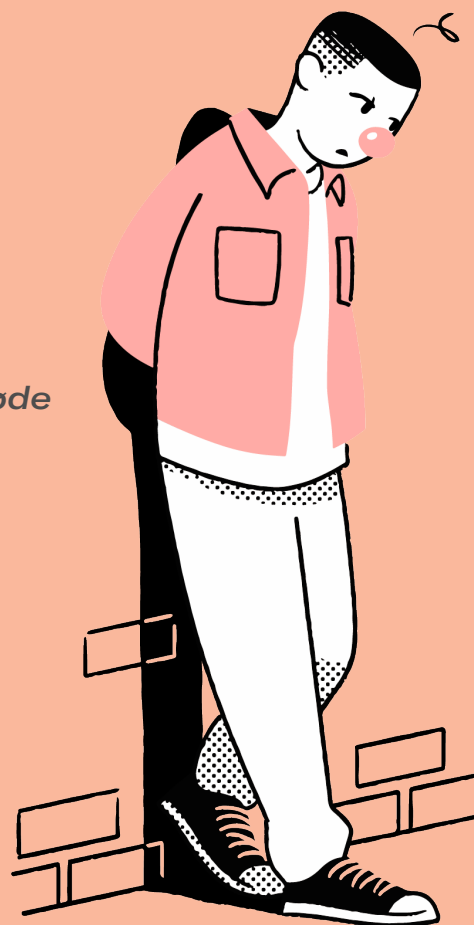
«Av og på fra 19 til 26»

«Inn og ut av behandling hele oppveksten min og frem til hun døde da jeg var 34»

«11, 15, 29, 30, 31»

«26 år»

«13. Min far hadde nærmere 50 innleggelser i somatikken i løpet av 7 år i forkant. De kom begge i LAR da jeg var 20 år»



Dette er noen av svarene vi fikk. Som vist er det et stort spenn i alder, og som ventet er det flere som oppgir at foreldrene var i behandling gjentatte ganger – flere enn hva vi har inkludert i fremstillingen over.

Samlet viser svarene at vi har snakket med gruppe som har vært påvirket av foreldrenes rusavhengighet gjennom store deler av oppveksten – for mange hele oppveksten. De har også hatt foreldre som har vært i kontakt med hjelpeapparatet gjennom mye av den samme tiden.

Dette var i tråd med antakelser vi hadde i forkant, ettersom vi lenge har vært klar over hvor vanlig det er med et langvarig sykdomsbilde. I Multisenterstudien om barn som pårørende (Ruud, et al., 2015) rapporterer foreldre med ruslidelse selv, å ha hatt en gjennomsnittlig sykdomslengde på tolv år.

Noen rapporterer også at sykdommen, altså ruslidelsen, har vært av og på i løpet av disse årene. Foreldrene har i løpet av de tolv årene hatt i snitt to års innleggelse i døgnbehandling (TSB), og tre perioder med behandling i poliklinikk. Med andre ord har det vært lange

perioder uten kontakt med hjelpeapparatet. Dette kan bety at foreldrene i perioder ikke har vært så plaget av sykdommen, men det er også stor sannsynlighet for at det er et resultat av manglende behandling i spesialisthelsetjenesten.

Med andre ord kan vi anta at det kan ha vært en økt belastning for barna i periodene foreldrene ikke har hatt kontakt med hjelpeapparatet (Ruud, et al., 2015). På bakgrunn av dette ser vi på foreldrenes kontakt med behandlingsapparatet som en mulighet for at foreldrene kan få nødvendig behandling og hjelp, men like fullt for at barn som pårørende skal bli sett og få nødvendig hjelp og støtte.

Vi ønsket derfor å få vite mer om eventuell kontakt mellom hjelpeapparatet og de pårørende.

Hvordan opplevde du det å ha en forelder i rusbehandling?

Vi var nysgjerrige på å få vite hvilke tanker medlemmene våre hadde gjort seg rundt hvordan det opplevdes å ha én eller begge foreldre i behandling. Her ønsket vi å få svar med deres egne ord, så svarene ble gitt gjennom åpne tekstfelt.

Vi opplever å ha fått et bredt spekter av opplevelser gjennom undersøkelsen. Flere uttrykker at tiden i behandling ga ro og trygghet, mye fordi de følte at foreldrene var i gode hender, og fikk den hjelpen de trengte. Mange uttrykker også at tiden i rusbehandling ga dem håp om at ting endelig skulle bli bedre. Dette håpet ble for mange raskt borte, fordi foreldrene kort tid etter behandling hadde falt tilbake i gamle mønstre, og begynt å ruse seg igjen.

I motsatt ende er det også flere som kun

skriver at de opplevde det som «vanskelig» og «slitsomt», og én skriver bare «jeg var redd». Manglende kontakt og dialog med hjelpeapparatet fremheves av flere av de som opplevde behandlingstiden som vanskelig; mangel på informasjon og kunnskap ble en belastning i seg selv.

Selv om dette gir inntrykk av en mer eller mindre tydelig dikotomi – behandlingsperioden ble enten oppfattet god eller dårlig – så ønsker vi å understreke at det er flere som uttrykker en spenning, uro, på godt og vondt, som var underliggende. Dette er uavhengig av om det ble oppfattet som en lettelse eller bekymrende av mor eller far ble borte i en periode.

«Det var godt å få litt fri fra alt bråket hjemme»

«Som regel var det betryggende, for da visste jeg hvor de var og at de hadde en plass å sove»

«Skamfullt, samtidig som det var en lettelse at de fikk hjelp, og jeg hadde et håp om at ting ble bedre. Men husker at jeg ikke turte å fortelle det til noen»



«Befriende, men føler også at man er på vent for hva som kommer etter behandling»

«Vanskelig da jeg ikke fikk noe kontakt med behandlingsapparat. Fikk aldri en telefon. Lettelse over å vite at mamma var edru, men usikker på hva som egentlig skjedde i behandling»

4 Før behandling

Tanker og bekymringer i forkant av behandlingen

Vi ønsket å grave litt dypere i tanker og følelser som var til stede i forbindelse med at mor eller far skulle i behandling – både før og under oppholdet.

I arbeidet med å analysere svarene, ble det klart for oss at spørsmålet vi stilte her for det første var veldig overlappende med spørsmål om «hvordan opplevde du å ha mor/far i behandling?», noe enkelte av respondentene ga uttrykk for ved å vise til sitt forrige svar; og for det andre at det var et ledende spørsmål.

I undersøkelsen var det formulert på følgende måte: «Kan du huske noen konkrete tanker eller bekymringene du hadde i forbindelse med

at mor/far skulle i behandling? Enten før eller under oppholdet».

Ved å eksplisitt legge vekt på bekymringer, uten samtidig å etterspørre positive tanker og følelser, ser vi at vi la opp til å få svar som skjente uforholdsmessig mot det negative. Flere av svarene understreker imidlertid positive opplevelser, så vi opplever at resultatene ikke ble så skjevfordelte som de muligens kunne ha vært.



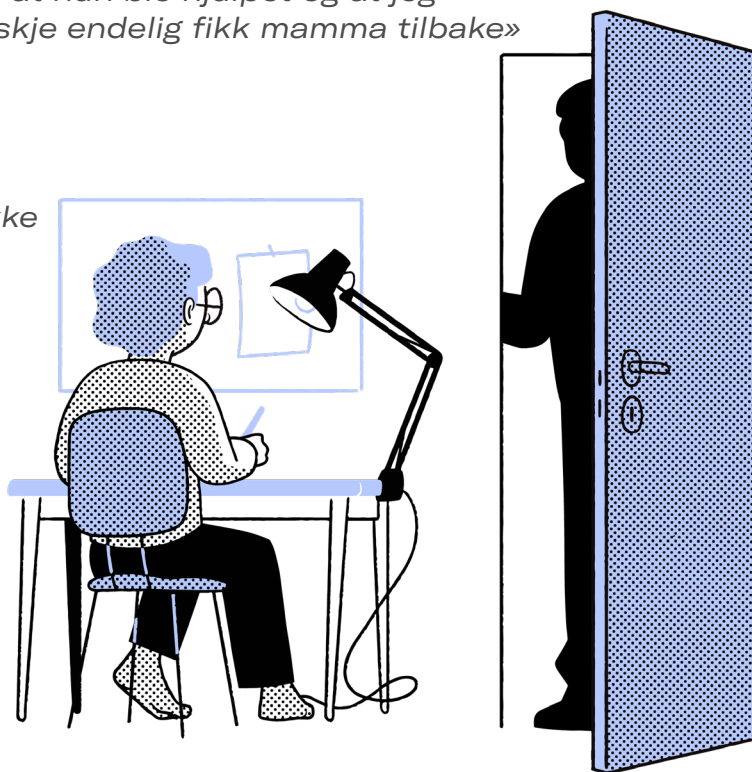
**«Var veldig stolt av at han
søkte hjelp»**

*«Stort sett følte jeg lettelse og glede
over at hun ble hjulpet og at jeg
kanskje endelig fikk mamma tilbake»*

*«Jeg var nok mest bekymret for at det ikke
skulle bli noe bedre»*

**«Bekymret fordi jeg
fikk lite informasjon på
forhånd»**

*«Det er så lenge siden. Jeg
husker bare at det var en så god
opplevelse å besøke henne. Har
fortsatt fine bilder av meg og
broren min fra den turen»*



Overlappingen med forrige spørsmål er tydelig, men vi mener likevel disse svarene samlet gir et godt og bredt inntrykk av de følelsesmessige påkjenningene flere av våre medlemmer har måttet håndtere.

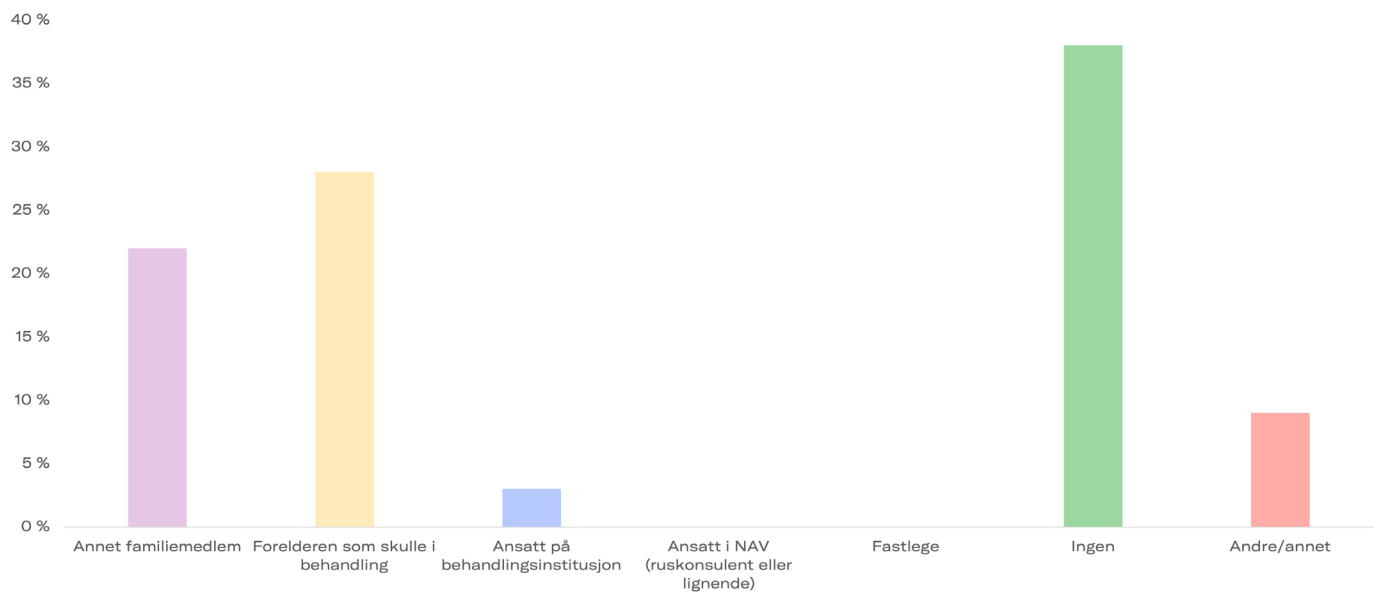
Felles for svært mange av svarene er at tankene går til nettopp foreldrene, og deres liv og helse. Dette opplever vi ikke som overraskende, tvert imot. Men det er et påfallende mindretall av tanker om sin egen situasjon.

På mange måter uttrykker disse og de forrige svarene en kjærlighet til foreldrene, og et reelt ønske om at de skal få det bedre, slik vi ser

det. Det er også i tråd med hva vi har erfart og blitt fortalt i møter med medlemmer og andre gjennom drøye 10 år.

Ble du snakket med i forkant av behandlingen?

Figur 3



Figur 3 viser svarene på spørsmål om samtaler i forkant av foreldres rusbehandling. Her hadde vi laget alternativer vi antok var de mest naturlige, dersom noen hadde fått en samtale.

I underkant av 30 % oppgir å ha snakket med forelderen som skulle i behandling, før behandlingen begynte, og 3 % har snakket med en ansatt på behandlingsinstitusjonen. De snaut 10 % som har krysset av «annet», som her kun er 3 stykker, har svart «Husker dessverre ikke disse detaljene lenger», «Det var bare at pappa skulle få noen å snakke med. Min mor sa det», og «Lite, ingen pårørendeinfo eller kontakt i det hele tatt».

Den mest nedslående søylen her er utvilsomt den som viser at 37,5 % ikke snakket med noen i det hele tatt. Det er verdt å understreke at vi her kun har spurt om de husker å ha

snakket med noen, ikke om de husker å ha blitt tilbudt samtaler. Uten å anta for mye, så er det nærliggende å tro at pårørendesamtaler i disse tilfellene, ikke ble tilbudt eller nevnt som en mulighet. Dette understrekes av antallet som forteller at nettopp mangel på informasjon og kontakt med hjelpeapparatet var en belastning.

Våre funn tegner et bilde av en pårørendegruppe som emosjonelt går inn i behandling sammen med foreldrene, uten å bli godt nok forberedt på hva som venter dem.

Hvordan opplevde du samtalene?

«Vanskelig. Jeg skjønnte det ikke helt og følte jeg ikke kunne stille så mange spørsmål til moren min»

«Ville ikke kalt det en samtale, mer som informasjon om at pappa skulle bort en stund pga drikkingen hans»

«Ubehagelige. Kun fokus på moren min og å få henne edru. Det blir presentert for mye håp»

«Husker ikke så veldig mye, men husker at jeg fikk melding av mamma da hun hadde vært hos fastlegen og «innrømt» at hun hadde et rusproblem, det var da hun innrømte det for meg også, selv om jeg hadde visst det i mange år. Jeg ble veldig lettet over at hun endelig sa det selv, og hun skrev også at hun skulle i behandling, så det var fantastisk!»

«Gode samtaler. Har en veldig god og ærlig familie som har normalisert for meg at rusavhengighet er en sykdom, og at foreldrene skal bort fordi avhengigheten har blitt så ille at de må på et sted for å prøve å bli bedre. De har alltid svart veldig ærlig på alle spørsmål jeg har, og trøstet og vist forståelse da jeg ble eldre og kunne reagere med sinne fordi foreldrene hadde latt det bli så ille igjen»

De som svarte at de hadde hatt samtaler i forkant av behandling, ble også spurt om hvordan de opplevde disse samtalene.

fremstår som viktige faktorer for å redusere usikkerhet, uro og stress.

Tendensen fra de tidligere spørsmålene fortsetter her, i den forstand at tilbakemeldingene svinger mellom positivt og negativt.

Noe som på dette tidspunktet også fremstår som et mønster, er at de som opplever å ha hatt positive samtaler i forkant av foreldrenes rusbehandling, hører til gruppen som har hatt samtaler med forelderen som har stått på terskelen til behandling, og eventuelle andre i familien. Nærhet og trygghet innad i familien

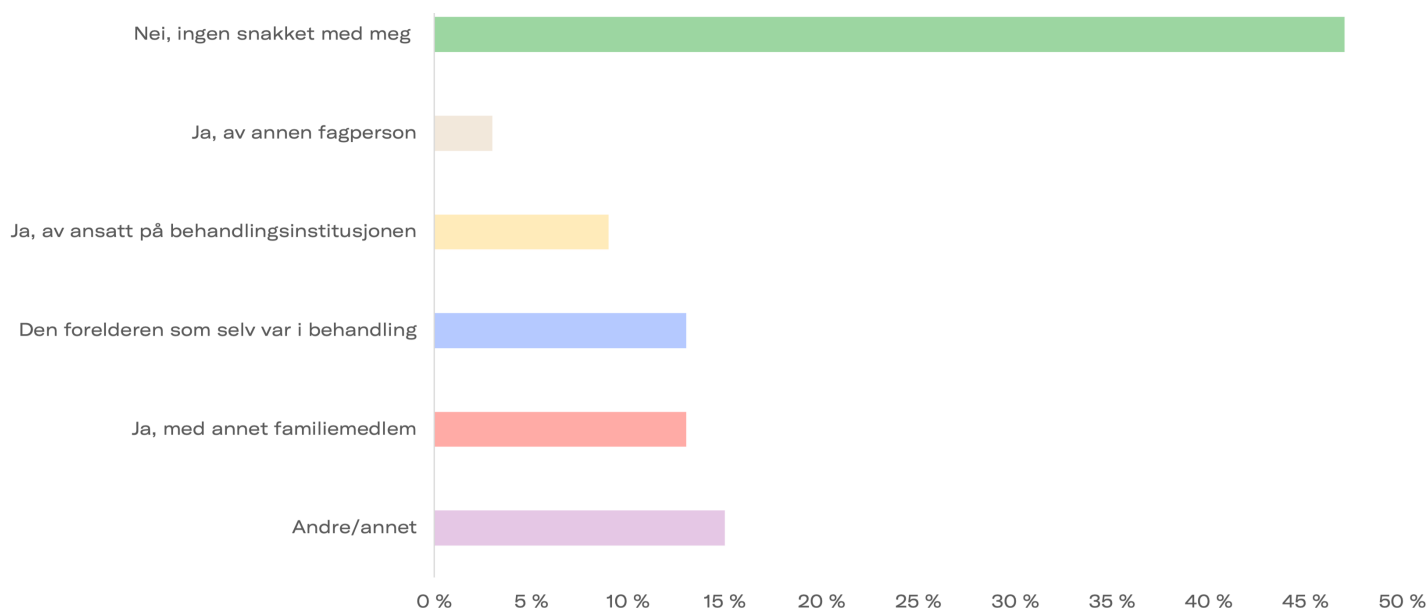
5 Underveis i behandling

Informasjon og samtaler

Det er altså få av de som har besvart undersøkelsen som snakket med noen i forkant av foreldrenes rusbehandling, som kunne gi informasjon om det som ventet. Vi spurte også om de hadde fått informasjon og samtaler mens mor eller far var i behandling. Her spurte vi også om de hadde fått tilbud om dette. Figur 4 tegner et litt mer oppløftende bilde.



Figur 4



Som figuren viser, utgjør de som ikke ble snakket med fremdeles den største gruppen, med 47 %. Gruppen som har snakket med en ansatt på behandlingsinstitusjonen har økt til 10 %, 3 % forteller at de har snakket med «annen fagperson», og «annet familiemedlem» og «forelderen som selv var i behandling» utgjør begge 12,5 %.

Det virker med andre ord som om kontakten med behandlingsapparatet ble noe bedre underveis, eller i det minste at tilgangen på informasjon ble bedret. Det er tenkelig at det i den innledende fasen av behandlingen var viktigst å få ordnet alt det praktiske rundt pasienten, sett med behandlingsinstitusjonenes øyne, og at det etter en periode ble mer tid til pårørende – og at det var mer informasjon å gi utover i behandlingen, sammenlignet med rett før.

Selv om barn som pårørendes behov for informasjon blir omtalt i helsepersonelloven (Helsepersonelloven, 1999, § 10a) og i Helsedirektoratets pårørendeveileder (Helsedirektoratet, 2019), er det mye som

avhenger av at foreldrene samtykker til at mye av informasjonen gis. Det er derfor også mulig å tenke seg at det innledningsvis har vært en viss motvilje hos enkelte av foreldrene til å dele informasjon tidlig i løpet, hvilket har hindret helsepersonell i å ha gode samtaler med barna.

I en studie om samtaler med barn som pårørende (Wangensteen et al., 2019) kom det frem at barneansvarlige i Tverrfaglig spesialisert rusbehandling (TSB) opplever det som krevende å motivere pasientene til å samtykke til at behandlerne kunne invitere barna til samtaler og til å etablere samarbeid med barnas omsorgspersoner og samarbeidspartnere.

Foreldre i den samme undersøkelsen uttrykte at de i liten grad ønsket å invitere barn inn til samtale med behandleren. Motstanden handlet blant annet om frykt for at barnevernet skulle involveres, usikkerhet for om behandleren var i stand til å ivareta barnet godt nok og skam knyttet til å ikke ha strukket til i foreldrerollen (Wangensteen et al., 2019). Vi får jevnlig henvendelser fra helsepersonell i rusbehandling, som ønsker å diskutere denne utfordringen, og ønsker innspill til hvordan de kan motivere foreldre til å involvere barna.

At flere av respondentene i vår undersøkelse forteller at de har hatt samtaler med helsepersonell utover i behandlingsperioden,

kan være en indikasjon på at pasientene har blitt gjort kjent med viktigheten av at barna får informasjon. Vi understreker at dette er våre refleksjoner rundt resultatene. Vi påstår ingenting, i hvert fall ikke utover det vi har svar på, men ønsker å drøfte ulike forklaringer.

Hvordan opplevde du samtalene?

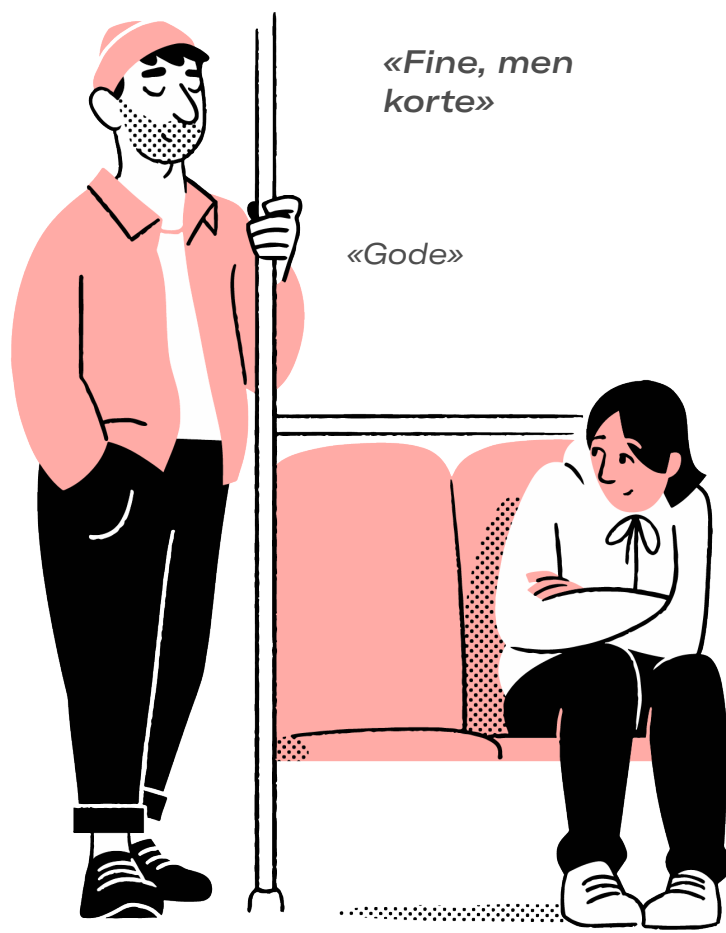
«Informative, tøffe og omsorgsfulle»

«Veldig fine. Ga meg trygghet og informasjonen jeg trengte»

«Betryggende»

«Slitsomme. Handla kun om hvor fælt hennes liv var og at derfor var hun rusavhengig»

«Som en undervisning. Hadde også samtale i grupper med andre pårørende, men her stod bare de som turte å prate frem, og jeg tenkte alltid at det er verre for dem enn for meg»



«Fine, men korte»

«Gode»

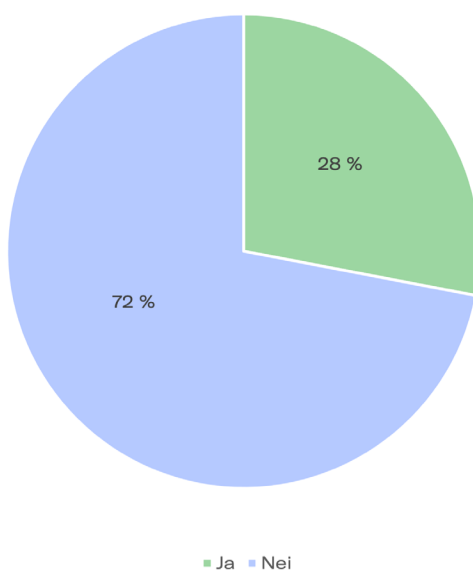
Samtaler med fagperson

Under en tredjedel oppgir å ha blitt tilbudt samtaler med forelderen som var i rusbehandling, sammen med en fagperson.

Vi spurte også de som hadde hatt slike

samtaler, om hvordan de opplevde disse. Vi spurte også de som svarte nei, om de skulle ønske at de fikk tilbud om samtaler. Svarene leser du på neste side.

Figur 5



«Var kun når han var der, ikke etter. Behovet var størst etter. Satt i ring og ble konfrontert av rusmisbrukeren med andre sittende rundt»

«Trygt og godt»

«Fælt. Var bare mamma som snakket om hvor fælt hun hadde det. Vi barna ble ikke spurt om noe særlig»

«Det skjedde én gang, da jeg selv var blitt voksen. Det opplevdes som at far var i fokus»

«Jeg fikk kroppslige reaksjoner underveis i behandlingsuken. Kramper, kuldekramper, redsel når det oppstod»

Hvis nei, skulle du ønske at dere fikk tilbud om samtale?

«Absolutt. Kunne få en større forståelse av hvordan behandling foregikk. Som barn trodde jeg at behandling skulle gjøre dem friske, noe det ikke gjorde. Og jeg forstod ikke hvorfor de stadig skulle i behandling når dette ikke hjalp»

«Ja absolutt. Det ville vært mye tryggere når jeg var liten og trengte mamma»

«Ja, jeg som pårørende hadde et stort behov for å bli sett. Følte meg mye alene»

Ja, har opplevd at ingen har anerkjent at jeg har vært en del av livet med rus som mine foreldre har levd»

«Skulle veldig gjerne hatt samtale. Ved oppstart i LAR burde det vært et pårørendekurs!»

Besøkte du foreldrene dine på institusjonen?

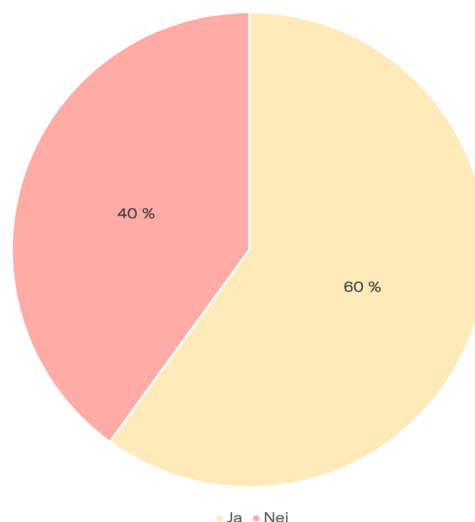
Figur 6

Figur 6 viser at 60 % besøkte forelderen som var i behandling, på behandlingsinstitusjonen. 40 % var ikke på besøk underveis i behandlingen.

På spørsmål om hvordan det opplevdes å være på besøk, uttrykte enkelte at det var positivt å se foreldrene sine friske. En del understreket også at besøk på behandlingsinstitusjonen representerte en mulighet til å kunne ha gode opplevelser med forelderen.

«Det var utrolig fint – jeg og broren min besøkte mamma på den gården i Trøndelag hvor det var. Vi fikk være med og stelle dyrene, og det var så fint for mamma var i toppform. Det var dyr på gården, pluss at vi var med på flere utflukter i nærområdet»

Andre, derimot, ga uttrykk for både vonde følelser og ambivalens. Dette kunne være knyttet til bekymringer for tiden etter



behandling, og at de ved å komme tett på behandlingen, fikk en ny påminnelse om hvor mye som utgjorde foranledningen til behandlingen.

«Ja. Fint, han så friskere ut, til og med glad. Men enda mer redd for tiden etterpå»

«Ja en gang, synes det var vondt, for det lå så mye uoppgjort bak»

6 Etter behandling

Til nå har vi vært gjennom spørsmål som har tatt for seg tiden før foreldrene skulle inn i behandling, og den tiden foreldrene tilbrakte på behandlingsinstitusjon. Som nevnt ønsket vi med undersøkelsen vi sendte til medlemmene, å få et innblikk i hele forløpet: før, under og etter behandling.

I det følgende presenterer vi svarene vi fikk

på følgende to spørsmål: «Endret relasjonen til mor/far seg etter behandling?» og «Fikk dere noen tilbud etter at behandlingen var avsluttet?».

«Den ble bedre under behandling»

«Ja»

«Den ble bare sterkere! Jeg har i hovedsak bodd med mamma til tross for rusproblemet, så jeg har opplevd svært mye. Jeg opplevde å bli mye skuffet, så når hun endelig tok valget om å bli rusfri og det gikk bra, så fikk vi et enda nærmere forhold, og vi snakket om alt, både fortid, nåtid og fremtid!»

«Ble kjent og tryggere»

«Ble litt bedre, da jeg var glad for at mor endelig innså alvoret. Trodde jeg»

«Ikke egentlig, bortsett fra at i tiden etter behandling har relasjonen forbedret seg, da det har vært lettere å «bli kjent» med foreldrene mine»

«Delvis. Hun ville ikke snakke så mye om det. Men hun var edru en stund etter og da var det fint hjemme»

«Jeg ble etter hvert mer oppgitt fordi jeg så at behandlingen aldri virket på faren min. Jo lengre han var i behandling, desto lengre klarte han å være rusfri. Han klarte dog aldri å slutte, uansett hvor mye han var i behandling»

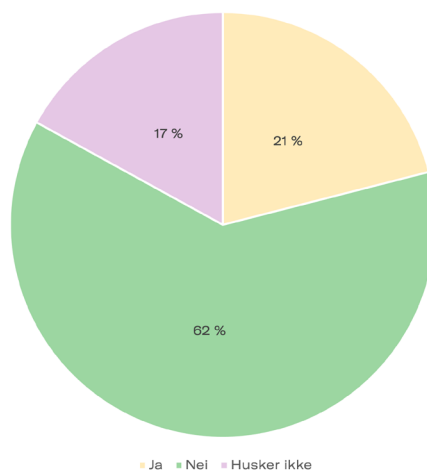
«Det ble bare mer rom for hennes offerrolle første gang og senere ganger holdt hun det hemmelig, og vi hadde ikke jevnlig kontakt»

Dette er eksempler på svar fra de som opplevde en bedring i relasjonen. Det ene svaret begynner avkreftende, men beskriver likevel en bedring i tiden etter behandling. Totalt svarer 5 stykker entydig nei på spørsmålet, hvorav den ene oppgir at relasjonen ble verre. Det er med andre ord flere som forteller at

relasjonen til forelderen forbedret seg etter behandlingsoppholdet, enn det er folk som oppgir det motsatte. I sum opplever vi mye av den samme ambivalensen vi har sett frem til nå, uten at vi kan si noe om de – sannsynligvis mange – årsakene til hvorfor det har blitt bedre for noen, men ikke for andre.

Fikk dere noen tilbud etter at behandlingen var avsluttet?

Figur 7



Hva har barn som har foreldre i rusbehandling behov for?

I undersøkelsen spurte vi om hva barn som har foreldre i rusbehandling har behov for. Overordnet ga de uttrykk for at de har behov for åpenhet og ærlighet. Dette var gjennomgående i alle svar. Utover det ga de uttrykk for at de hadde stort behov for informasjon. De ønsket særlig informasjon om rusproblemer og ruslidelse, og om behandlingsstedet og foreldrenes behandling.

“Vi har behov for informasjon om ruslidelse som sykdom og hva behandling går ut på. Vi trenger informasjon om at det ikke er en mirakelkur, og så blir alt bra, men at dette er en sykdom som krever gjentatte behandlinger over tid. Og at det ikke er noe barnet kan gjøre fra eller til som gir utslag om behandlingen er vellykket eller ikke”.

Videre er respondentene i undersøkelsen opptatt av at de har behov for familiesamtaler. Flere uttrykte at de hadde ønsket seg familiesamtaler. I tillegg til behov for å snakke om foreldrenes situasjon, ønsket flere at samtalene kunne ha fokus på dem som barn, og hvordan situasjonen påvirket dem og deres følelsesliv.

“Kunnskap om hva rus er og hvordan det påvirker deg og den som har rusproblemer. Hvordan du og den som ruser seg skal fortsette sin relasjon og sette grenser. Få hjelp til å faktisk snakke sammen om tabutemaet.

I tillegg uttrykte en stor andel behov for og ønske om individuelle tilbud til dem som barn. Her trekkes samtaler med fagperson frem, samt tilbud om likepersonssamtaler.

Tips til fagpersoner

Etter å ha spurt om både generelle og spesifikke erfaringer knyttet til temaet, ønsket vi avslutningsvis å høre med medlemmene våre om de hadde noen tips til fagpersoner som jobber i rusbehandling, og som har kontakt med pasienter og deres barn. Vi lar derfor medlemmene få siste ord her.

«Barnet har ekstrem lojalitet til mor eller far i et rusbelastet hjem. Det er kjempeviktig å være varsom på denne lojaliteten»

«Kanskje greit å ikke gi barna for store håp om at alt blir helt bra etter behandling, men heller la dem (barna og forelderen) nyte den tiden de er i behandling og har det bra. Det er en verdifull tid i seg selv»

«Åpenhet. Ikke tenk svar-hvitt. Det kan være mye bra og fint i familien og med foreldrene på tross av rusen»

«Forsøke å få barnet til å se at de ikke har ansvar for foreldrene, ikke føle skam, la barna også komme i fokus selv om forelder er pasienten»

«Gi kunnskap om hva rus er og hvordan det påvirker deg og den som har rusproblemer»

«Vær ærlig. Oppdater og forklar gjennom prosessen»

«Inkluder barn. La barna få snakke uten foreldre til stede, slik at de har mulighet til å være helt ærlige om hvordan de har det»

«Ikke bruk ungene som motivasjon. De må få bestemme det selv. Ha fokus på ungen selv man snakker med hen»



«Husk på oss også <3»

7 Tillegg:

stemmer fra chatten vår

Som beskrevet består nettverksmedlemmene våre av mennesker over 16 år, og det store flertall av de som besvarte undersøkelsen vi nettopp har gått gjennom, er over 24 år. Selv om de har vært gjennom flere runder med foreldre i rusbehandling, også i ung voksen alder, så har de gjennom undersøkelsen reflektert over hendelser bakover i tid.

Gjennom chatten vår, derimot, snakker vi med mennesker som hovedsakelig er i aldersgruppen 12–25, og som står midt i vanskelige oppvekster her og nå. Vi lagrer anonymiserte samtalelogger, og har derfor tilgang på et rikt datamateriale.

Vi gjorde søk på utvalgte ord som vi vurderte som aktuelle for å finne samtaler om rusbehandling. Ordene vi søkte på var:

Her presenterer vi et utvalg sitater vi synes bidrar til å utfylle bildet.

«Vi er her hele tiden nå (hos pappa), siden moren vår er innlagt. Hun ruser seg og sliter ganske mye psykisk og sånt. Jeg synes det er litt dumt at alle sier bare at jeg ikke skulle trengt å passe på henne og sånt, men det er jo ikke sant for det var ingen andre som gjorde det»

Gutt 16–18 år

«Det blir alltid masse kaos når noen liksom skal hjelpe. Det eneste som skjer er at mamma må inn på rusbehandling, som ikke funker

fordi hun starter igjen med en gang etterpå. Og at jeg må snakke med masse folk som ikke skjønner en dritt (...) Barnevernet, alt ble bare verre etter at de liksom skulle hjelpe. Mamma begynte å ruse seg mye oftere. Og de gjorde sånn at jeg måtte si opp jobben min, så vi fikk mye mindre penger»

Gutt 16–18 år

«Ja, han har vært mange runder på forskjellige behandlingsopplegg osv. Han starter alltid igjen da, så er ikke egentlig så overraskende at det skjer fortsatt... ikke så kult bare. Tror ikke han egentlig har lyst til å stoppe. Sånn innerst inne liksom, tror jeg han liker det. Det er egentlig ingen som vet det. Det er ikke hemmelig liksom, så noen vet jo om det, me er ikke egentlig noe noen snakker om»

Jente 19–23 år

«Det har alltid vært siden pappa døde... og det føles slemt å si, men jeg likte den tiden før når hun hele tiden ble lagt inn på rusakutten eller sykehuset. Jeg slapp å passe på henne noen dager»

Jente 16–18 år

8 Avslutning

Etter å ha gått gjennom resultatene fra både undersøkelsen og samtaleloggene, sitter vi igjen med et inntrykk av en gruppe som i stor grad har oppholdt seg i behandlingens periferi. Lite informasjon, få samtaler og begrenset kontakt og nærver synes å utgjøre de grove trekkene.

Går vi litt mer i dybden, ser vi flere sjatteringer. En del forteller at de har hatt samtaler som har vært gode, som har bidratt til forståelse og nærhet, som i sin tur har gitt ro i en ellers urolig oppvekst. Andre har opplevd samtaler som en belastning i seg selv, som en forsterker av det vanskelige utgangspunktet bestående av manglende informasjon og forståelse for egen situasjon.

Summen av inntrykkene blir dermed relativt nyanserte. Det å ha foreldre i rusbehandling, slik det har kommet til uttrykk gjennom våre

medlemmer, og de unge menneskene vi daglig er i kontakt med, kan oppleves svært ulikt.

Hva som gjør at det oppleves på den ene eller andre måten, påvirkes av hvem man kan ha en god dialog med, både før, under og etter forløpet; om man får sine egne behov ivaretatt underveis, uavhengig av personen som er i behandling; i tillegg til det som sannsynligvis er en lang rekke personlige og individuelle faktorer, som denne undersøkelsen ikke har kartlagt.

Bibliografi

Helsedirektoratet. (2019, januar 28). Veileder om pårørende i helse- og omsorgstjenesten [nettdokument]. Hentet oktober 2022 fra <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/parorendeveileder#referere>

Helsepersonelloven (1999). Lov om helsepersonell m.v (LOV-1999-07-02-64). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-64>

Ruud, T., Birkeland, B., Faugli, A., Hagen, K. A., Hellman, A., Kallander, E. K., Kufås, E., Løvås, M., Peck, G. C., Skogerbø, Å., Skogøy, B. E., Stavnes, K., Thorsen, E., Weimand, B. M. (2015). Barn som pårørende: resultater fra en multisenterstudie. Lørenskog: Akershus universitetssykehus HF, i samarbeid med Nordlandssykehuset HF, Helse Stavanger HF Stavanger universitetssykehus, Rogaland A-senter, Sørlandet sykehus HF, Vestre Viken HF, Regionsenter for barn og unges psykiske helse Helseregion Øst og Sør, Barn.

Wangensteen, T., Jansen, S. D., & Halså, A. (2019). Foreldreskap og rus – den tause skammen: Barn som har foreldre i rusbehandling blir i liten grad invitert til barne- og familiesamtaler. Tidsskrift for psykisk helsearbeid(16 (1)), ss. 5-15.

Barn av Rusmisbrukere



Barn av Rusmisbrukere
Gullhaugveien 1, 0484 Oslo
www.barnavrus.no
[@barnavrus](https://www.instagram.com/barnavrus)