

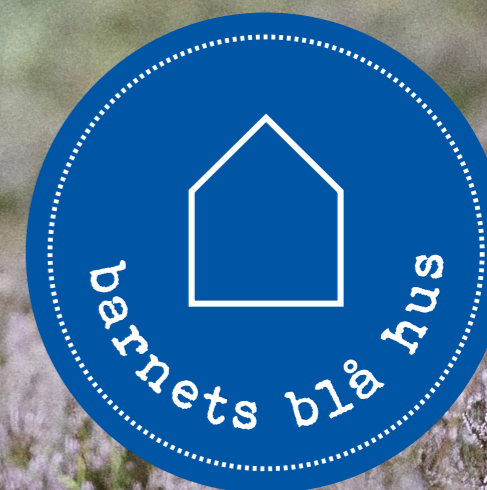
// JEG GÅR ALTID
DERFRA MED HÅB //

BARNETS BLÅ HUS

EVALUERING MARTS 2023



// BARNETS BLÅ HUS
ER VORES TRYGGE STED //



FORORD

SKREVET AF
PSYKOLOG OG PHD
HELLE LINDGAARD

Alkoholproblemer og misbrug påvirker ikke blot den, der har problemet, men også de nære relationer, familien og især børnene. Således ved vi, at børnene risikerer psykiske, sociale og fysiologiske skader som følge af en opvækst med alkoholproblemer eller misbrug i familien. Vi ved også, at skaderne kan vare ved og/eller komme til udtryk helt ind i voksenalderen.

Det kan være som depression, angst og stress, ligesom vi ser en øget forekomst af PTSD. Vi ser også en øget risiko for eget misbrug og afhængighed af forskellig slags og grad, spiseforstyrrelser og smerter af psykosomatisk karakter. Vi ser ustabil følelsesregulering, ringe mentalisering samt lav selvfølelse og selvværd. Dertil kommer uhensigtsmæssige forsvarsstrategier og forringede mestrings- og livsstrategier.

Vi ved således, at alkoholproblemer og misbrug i familien kan have vidtrækkende konsekvenser, også i et livs- og generationsperspektiv. Ikke blot i forhold til børnenes senere udvikling af egne afhængighedsproblematikker, men også, og især, fordi det kan have konsekvenser for de voksne børns evne til at varetage en lang række vigtige livsfunktioner. Ikke mindst i det relationelle felt, hvor vi ser en øget forekomst af ensomhed, højt konfliktniveau, ustabile kærlighedsforhold og udfordringer i egen forældrerolle. Dertil kommer ringe eller manglende uddannelse og ustabil jobfunktion.

Barnets Blå Hus drives af Blå Kors Danmark og er et tilbud til børn og unge fra familier med alkoholproblemer eller misbrug samt deres forældre og er netop et bidrag til at skabe forandring og udvikling for denne særligt udsatte gruppe.

Det er nærværende projekts primære formål at undersøge, hvilken måde dette tilbud bidrager til forandring og udvikling for de deltagende børn og deres forældre.

Projektet ligger under en større dataindsamling, som Rambøll Management varetager, og som er finansieret af en statslig pulje. Nærværende evaluering vil derfor være et supplement og belyse andre områder, herunder børnenes mere specifikke udvikling på udvalgte områder. Derudover vil der være et særligt fokus på også forældrenes udvikling samt på faktorer, der i et psykologisk perspektiv kan formodes at forklare forandring.

Projektet er finansieret af Blå Kors Danmark og er udført og skrevet af ekstern evaluator, psykolog og PhD Helle Lindgaard.

I den forbindelse skal der lyde en stor tak til de mange børn, unge og forældre, der deltog i evalueringsprojektet. For deres tid og engagement. Jeg glædes langt ind i hjertet over de vidunderlige mennesker, der har bidraget med så meget klogskab, leveret så skarpt. Rigtig mange brugte lang tid. Ikke bare på at besvare omfattende spørgeskemaer og deltage i interviews, men også på at skrive indholdsrigt og oplysende besvarelser på de mange åbne spørgsmål. Uden alle disse bidrag havde projektet slet ikke eksisteret. Uden dem havde vi ikke fået ny viden og indsigt i et i øvrigt tabuiseret og stigmatiseret felt, der ofte er skjult for de fleste.

Det er håbet, at den præsenterede viden kan komme de mange børn, unge og deres forældre til gode. Ikke mindst i forhold til at kaste lys på de vanskeligheder og de behov for hjælp og støtte, de måtte have. Men også ved at skabe respekt for, hvor meget både familier såvel som de mange professionelle og frivillige i Barnets Blå Hus faktisk formår at tackle og forandre. Forhåbentlig kan denne viden skabe udvikling i forhold til, at børn fra familier med alkoholproblemer eller misbrug kan tilbydes specialiseret og lettilgængelig hjælp uanset alder, økonomi og geografisk placering. For som det vil fremgå af rapporten, er det aldeles afgørende, at der er specialiserede tilbud til børn og deres familier med alkoholproblemer eller misbrug, helst så tidligt som muligt.

Mange familier er slet ikke klar over, at deres problemer og udfordringer kan relateres til alkoholproblemer/misbrug, eller at de kan få hjælp til det. Ligesom det som følge af skam, tabu og stigmatisering samt loyalitet og angst for konsekvenser, kan være svært at række ud efter hjælp.

Og så bliver udfordringerne ikke nødvendigvis mindre med alderen. Tværtimod er konsekvenserne voksende, fordi børnene som voksne også bliver forældre, og derfor kan påvirke næste generation, ligesom det kan række ud til de nære relationer omkring dem i det hele taget. Som flere af forældrene siger: "Jeg ville ønske, der havde været sådan et tilbud til mig, da jeg var barn. Tænk, hvor jeg så kunne have været i dag". Nu er det der. Lad os bruge det bedst muligt til flest muligt. Fordi det at bryde mønstre er altafgørende. //



”

**DET BEDSTE VED
BARNETS BLÅ HUS ER:**

At man bliver mødt,
som man er, med kærlige,
blide øjne og omfavnet.
At man er helt ok”

INDLEDNING

I nærværende projekt indgår data fra 413 børn og unge (3–15 år) samt deres forældre. Alle har været i et forløb i et Barnets Blå Hus i løbet af årene 2016-2022. De har alle det tilfælles, at én eller begge deres forældre har alkohol- og/eller stofproblemer.



Der har ikke nødvendigvis været et aktuelt alkoholproblem/misbrug, ligesom nogle børn ikke har kontakt til forælderen med alkoholproblemet/misbruget.

Formålet med evalueringsprojektet var at belyse:

Hvilke forandringer familierne, og især børnene, oplever i forbindelse med deres forløb i Barnets Blå Hus. Herunder at afdække, hvor belastede familier og børn er, når de henvender sig, samt gøre antagelser om mulige forandringselementer relateret til deres forløb i Barnets Blå Hus.

Derudover at undersøge familiernes tilfredshed med Barnets Blå Hus og eventuelle ønsker til ændringer eller forslag til udvikling. Endelig var det formålet at udvikle og afprøve et mindre spørgeskema til internt brug, der kan supplere de data, der allerede indsamles af Socialstyrelsen. Dette for også at få et blik på børnenes styrker og kompetencer, frem for et "mangel- og problemorienteret" syn, samt indikationer på forældrenes udvikling. Forældrenes udvikling tænkes at være vigtig, fordi det er forældrene, der "bærer" børnene videre efter Barnets Blå Hus.

Barnets Blå Hus er som udgangspunkt et behandlings- og støttetilbud til børn og unge under 14 år samt deres familier, der har særlige udfordringer, primært direkte eller indirekte på grund af alkohol- eller stofmisbrug i familien (der kan være lokale afvigelser). Der bygges på en systemisk tilgang, hvor hele familien mødes, om end med udgangspunkt i børnenes vanskeligheder. Børnene kan få hjælp til deres udfordringer, primært i gruppeforløb, men med mulighed for supplerende individuelle forløb.

Derudover er der tilbud til forældre, der kan få støtte til de særlige udfordringer, der ofte følger med et liv med alkoholproblemer/misbrug i familien. Specifikt i form af forældre-støttende samtaler enkeltvis og i gruppe. Samtalerne hjælper forældrene til at kunne hjælpe og forstå, hvorfor deres børn er udfordrede, og hvad der sker for børnene i deres behandlingsforløb. Hermed understøttes forældrene i at tage ansvar, og i hvorledes de støtter op om børnene i processen. Desuden kan hele familien deltage i aktiviteter med andre familier, såsom fællesspisning, udflugter og sommerlejr. Tilbuddet findes p.t. i syv byer fordelt på Jylland, Fyn, Sjælland og Bornholm (samt en satellit på Læsø). //

RESUMÉ

Det eneste gode ved, at mor drikker, er, at vi kan komme i Barnets Blå Hus”

Det eneste dårlige ved, at hun holder op, er, at vi ikke kan komme i Barnets Blå Hus”

(Pige på 10 år)

Samlet er børnene, når de kommer i Barnets Blå Hus, meget belastede. Også mere end normen for aldersgruppen og i øvrigt mere end gennemsnittet for børn i lignende tilbud i Danmark.

Op mod to tredjedele af børnene mistrives i alvorlig grad. Det er børn, som kan være bekymrede, triste og grådabile og med psykosomatiske symptomer såsom hoved- og mavepine. Det er børn, der i forskellig grad er utrygge og selvusikre, og som bliver drillet af andre børn. Og det er børn, som kan være rastløse, ukoncentrerede, impulsive og med raserianfald. Samtidig er det næsten hver femte blandt de mindre børn, og mere end hver tredje blandt de større børn, der ved starten af deres forløb er i risiko for depression og stressbelastning.

Også familierne som sådan er belastede, når de starter i Barnets Blå Hus.

Samtidig ser vi ganske mange og store positive forandringer i familierne i forbindelse med forløbet i Barnets Blå Hus. Det gælder både hos forældre og børn. Overordnet ser vi en halvering af andelen af børn, der har det svært, ligesom børnenes risiko for depression og stressbelastning samlet set halveres. Der er også tre gange flere børn, der er meget tilfredse med livet efter Barnets Blå Hus.

Det er i den forbindelse vigtigt at bemærke, at selvom børnene udvikler sig positivt i løbet af tiden i Barnets Blå Hus, er det stadig hver fjerde, der er belastet udover, hvad der kendetegner et "normalt", gennemsnitligt dansk barn, når forløbet afsluttes.

Derudover ser vi, at forældrene bliver mere kompetente og stærke i deres forældreskab. Det er vigtigt, eftersom det er forældrene, der skal "bære" børnene videre. Således oplever forældrene, at de er blevet bedre til at sætte grænser på en god måde. Der er blevet mindre uro, og konflikter fylder mindre. Desuden oplever forældrene, at humør og overskud er blevet bedre, defineret ved "glæde", "lethed" og at være mindre "ked af det".

Både forældre, børn og unge bliver markant bedre til at mestre problemer. Det vil overordnet sige; at løse dem, bede om hjælp eller sige "pyt" til det, der ikke kan løses. Vi ser det bl.a. komme til udtryk ved, at både børnene og deres forældre bliver i stand til

at række ud efter hjælp; at de ved, at de kan og må, og hvor de kan få hjælp.

Samtidig er Barnets Blå Hus fortsat en vigtig del af forældrenes livs- og problemmestring. Således udtrykker forældrene, at Barnets Blå Hus fortsat er den trygge base, og et sted, de ved, de kan komme tilbage til og bede om hjælp, hvis noget bliver for svært, og at det er meget betydningsfuldt. Især fordi mange af forældrene ikke selv har forældre eller netværk, der kan hjælpe og støtte. Men også fordi udfordringerne og sårbarhederne ofte er en fortsat del af familiernes liv. Forældrene er meget tilfredse med Barnets Blå Hus og vurderer forløbet til at være yderst betydningsfuldt, både for børnenes trivsel og udvikling, og for dem selv som forældre.

Flere af forældrene understreger, at netop sådan et tilbud kunne de selv have brugt i egen opvækst med forældre med alkoholproblemer/misbrug. Det er mønstre, der tydeligvis går i arv, og som nu kan brydes, med hjælp fra forløbet i Barnets Blå Hus. //



HVEM ER DE – VIDEN OM MÅLGRUPPEN

Viden om børn, der vokser i en familie med alkoholproblemer/misbrug, har vi efterhånden en del af. Ifølge denne er der overhovedet ingen tvivl om, at alkoholproblemer og/eller andet misbrug kan have en lang række fysiske, psykiske og sociale konsekvenser for børnene, ikke mindst i et livsperspektiv.

Der er i den forbindelse omfattende dokumentation for, at hele familien bliver negativt påvirket, når far og/eller mor har alkoholproblemer (Lindgaard, 2012a, 2012b). Over tid centrerer familien i stigende grad om alkoholproblemet/misbruget og de afledte problemer, på en måde, hvor det bliver overlevelse fra dag til dag. Begge forældre belastes og vil ofte udmattes i en grad, hvor det kan påvirke deres forældrekompetencer (ibid.).

Familiens påvirkning kan være karakteriseret ved benægtelse, isolation, manglende social støtte og begrænset rum for følelsesmæssige udtryk. Ofte oplever familien en udpræget uforudsigelighed.

Derudover ses manglende eller forstyrret lederskab, uansvarlighed og omsorgssvigt, fysiske, psykiske og/eller seksuelle overgreb samt et generelt højere konfliktniveau. Endvidere kan familiens problemløsningsadfærd blive påvirket således, at familien ikke har overskud og/eller evner til at løse problemer, men i stedet føler hjælpeløshed og afmagt, hvilket yderligere begrænser familiens forandringsmuligheder.

Det har naturligt nok konsekvenser for børnenes trivsel og udviklingsbetingelser. Det gælder ved aktuelle alkoholproblemer/misbrug, men faktisk også selvom alkoholproblemet/misbruget er (midlertidigt) ophørt. Derudover gælder det også på lang sigt ind i børnenes voksenliv og til næste generation (f.eks.: Mellentin et al., 2016; Haverfield & Theiss, 2016; Haverfield et al., 2016; Lindgaard, 2019, 2012a, 2012b, 2005, 2002).

Børnenes psykiske funktionsniveau er generelt forringet, ligesom de har en øget risiko for udvikling af psykopatologi. Tidligere dansk forskning har vist, at børnene er op til seks gange mere belastede end et gennemsnitligt dansk barn, og at mere end hvert tredje barn er i risiko for at udvikle en psykiatrisk DSM-IV diagnose. Hvert femte barn er faktisk i højrisikogrupper (Lindgaard, 2012a). De har ligeledes øget risiko for udvikling af adfærdsmæssige forstyrrelser. Ofte ser vi problemer i det sociale felt udtrykt ved manglende venner, mobning og ensomhed. Derudover ses en øget risiko for udvikling af forringede mestringsstrategier og udpræget brug af forsvarsstrategier. Dertil kommer forstyrret mentaliseringssevne, der kan være såvel over- som underudviklet, forringet følelsesregulering samt ringe selvfølelse og selvværd

(ibid.). Disse vanskeligheder afspejler sig naturligt nok i børnenes hverdagsliv, hvor den helt grundlæggende udvikling kan blive udfordret, herunder også i forhold til deres skolegang og uddannelse.

På længere sigt ind i børnenes voksenliv ses en øget risiko for problemer i alle livsområder; det psykiske, sociale, kognitive og fysiologiske felt (Lindgaard, 2005, 2012a, 2012b, 2019). Blandt disse er angst og depression, PTSD, suicidal adfærd, spiseforstyrrelser, og et generelt lavere selvværd. Vi ser problemer med at mærke, udtrykke og regulere følelser og behov, og i den forbindelse forstyrret grænsesætning. Derudover forstyrrelser i de sociale relationer, især i forhold til par- og familieforhold samt i forhold til egen forældre-rolle. Endvidere ses et generelt lavere akademisk standpunkt blandt de voksne børn, selvom også det modsatte kan være tilfældet, bl.a. udtrykt som en overdreven præstationsorientering. Endelig er der en forøget risiko for udvikling af egne misbrugs- og afhængighedsproblemer, der desuden ofte indtræder tidligere, er tungere og ledsaget af flere fysiske og psykiske problemer (ibid.). Vi ser således, at alkoholproblemer i familien kan have vidtrækkende konsekvenser langt ud i generationer, ikke blot i forhold til udvikling af egne afhængighedsproblemer, men også, og især, fordi det kan have konsekvenser for de voksne børns egen evne til at varetage forældrerollen. Ikke mindst som følge af udfordringer ift. mentalisering, følelsesregulering og selvfølelse (ibid.).

Samtidig er der tale om en meget heterogen gruppe med forskellige symptomer og i forskellig grad. Således vil omtrent halvdelen på et givent tidspunkt ikke udvise alvorlige symptomer på belastning. Det betyder, at der findes en række risiko- og beskyttelsesfaktorer, der kan forklare udviklingen af henholdsvis problemadfærd og modstandsdygtighed. Det bringer netop håb i forhold til, at vi ved at forebygge og behandle i tide, kan forhindre udvikling af problemadfærd for nogle af de børn, der vokser op i familier med alkoholproblemer. For de børn, det ikke lykkes at finde og hjælpe i tide, er det imidlertid overordentlig vigtigt, at vi har tilbud til. Tilbud der ikke er afhængig af alder (mange er unge/voksne, før de af sig selv søger hjælp), økonomi, og hvor man bor. Også fordi tabu, skam og stigmatisering ofte forhindrer børnene og deres voksne i at række ud og bede om/modtage hjælp i tide. //

”

Man ved bare, de er der.
Det betyder alverden.
Det har betydet alt!”

(Far til pige på 10 år)

Ganske mange børn oplever at ”overleve deres historie” med en lang række forsvarsstrategier. På sigt vil mange, ifølge forskningen formodentlig mindst halvdelen, imidlertid opleve at have brug for hjælp, fordi de udmattes over tid, fordi de forsvarsstrategier, de udviklede for at overleve barndommen, ikke fungerer ind i et voksenliv (Lindgaard, 2005, 2012a, 2012b). Det kan opstå på alle stadier i livet, uafhængig af alder, men med vidtrækkende konsekvenser, også for næste generation. Det kan udløses af studie- eller arbejdsrelateret stress, fordi overlevelsestrategier med ”perfektion” og ”præstation” har slidt dem op. Med det resultat, at de ikke gennemfører en uddannelse eller har svært ved at passe deres arbejde. Det kan også være udfordringer i egen forældrerolle, hvor kompetencerne ikke rækker, fordi de ikke har lært det via egen opvækst, er usikre på egen formåen, og/eller hvor de konfronteres med gemte og glemte traumatiske oplevelser fra egen opvækst. Endelig er der mange, der oplever gentagne svigt og nederlag i deres kærlighedsrelationer, som er det, der bliver udløser for behovet for hjælp.

I den forbindelse har vi i stigende grad fået dokumentation for, at alkoholproblemer/misbrug har langt mere vidtrækkende konsekvenser for samfundet end hidtil antaget (Lindgaard, 2012a). Det er således vigtigt, at økonomiske beregninger ikke alene tager udgangspunkt i forælderen med alkoholproblemet/misbruget, men også i høj grad må inddrage de pårørende og deres vanskeligheder på en lang række områder, der rækker udover, de til alkoholproblemet/misbrugets snævert knyttede. Således viser nyere studier, at personer med alkoholproblemer/misbrug pårørende har en brugsrate af sundhedssystemet, der er op til fire gange større end almenbefolkningens. Dertil kommer de mange konsekvenser udover det sundhedsmæssige felt. Også for de pårørende. Ofte vil der være psykiske, privatøkonomiske, arbejds- og familiemæssige konsekvenser for de pårørende, som ligeledes bør inddrages i de overordnede samfundsmæssige økonomiske beregninger, især i forhold til børnene, hvor problemerne og dermed også udgifterne kan være af langvarig karakter og række ind i de næste generationer. //

TEORETISK FORSTÅELESERAMME FOR BØRN OG UNGE VOKSET OP I EN FAMILIE MED ALKOHOLPROBLEMER/MISBRUG

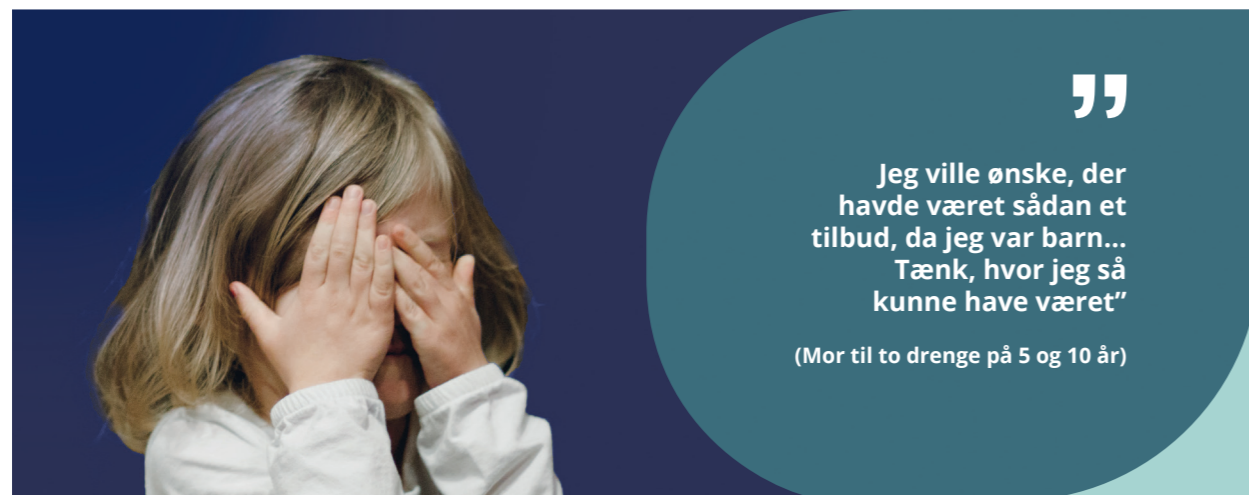
Grundlæggende bygger den teoretiske forståelse af børn og unge vokset op i en familie med alkoholproblemer/misbrug på systemisk teori med alkoholproblemet/misbruget som det styrende element.

Barnet/den unge opfattes som en unik del af en større helhed; familien. I systemteorien anskues familien som et socialt system, der er mere end blot summen af de enkelte familiemedlemmer. Det består også af interaktionen de enkelte familiemedlemmer imellem, hvor familiens medlemmer tænkes at bidrage med hver deres til det samlede system, som familien repræsenterer. Den enkelte adfærd såvel som familiens samlede adfærd bygger på gensidige, cirkulære relationer imellem mennesker og interpersonelle mønstre. Bag denne cirkulære årsagsforståelse ligger antagelser om, at et individs adfærd påvirkes af omgivelserne, samtidig med, at individet påvirker omgivelserne. Når et familiemedlem har alkoholproblemer/misbrug, vil dette problem være det styrende fælles element i det samlede familiesystem. Med udgangspunkt i den cirkulære forståelsesramme bliver alle medlemmer i familien påvirket af det, ligesom de indgår i et samspil med alkoholproblemet/misbruget. Ikke sådan at forstå, at barnet på nogen måde kan gøres ansvarlig for alkoholproblemet/misbruget. Det er altid de eller den voksnes ansvar. Og kun den voksne, der har inviteret alkohol/misbrug ind i familien, kan bryde med problemet og sørge for at få det ud af familien.

Samtidig er det ikke alkoholproblemet/misbruget isoleret set, der antages at være problemet i familien, men det faktum, at alkoholproblemet/misbruget påvirker adfærd og personlighed, ofte hos begge forældre, ligesom det forringer kontakten. Denne person-

lighedsændring hos de ansvarlige voksne gør barnet bange og utrygt. På længere sigt har det imidlertid også helt grundlæggende konsekvenser for barnets udviklingsbetingelser, idet problemet over tid gennemtrænger og forstyrrer væsentlige områder af familiens interaktion og som følge heraf forøger risikoen for udvikling af dysfunktionelle familieinteraktionsmønstre. Barnets betingelser tænkes således at være defineret af graden og karakteren af alkoholproblemet/misbrugets påvirkning af familiens interaktion. Ikke blot med hinanden, men også med det sociale system rundt om familien, herunder bl.a. følelser af skam og skyld. Dertil kommer de mange andre problemer afledt af alkoholproblemer/misbrug i familien. Det kan være af psykisk, social, fysiologisk og/eller økonomisk karakter.

Derudover bygges der på udviklingspsykologiske teorier til en nærmere forståelse af, at barnet påvirkes, som det gør af tilstedeværelsen af alkoholproblemer/misbrug. Dels med udgangspunkt i systemteorien og det dysfunktionelle familiesystem, dels med udgangspunkt i hvorledes alkoholproblemer/misbrug påvirker begge forældre og deres relationelle kompetencer samt forældrefunktion. På baggrund heraf kan der gøres antagelser om, hvorledes barnets udvikling påvirkes på en lang række områder. Det gælder især i forhold til selv- og identitetsudviklingen samt udvikling af uhensigtsmæssige mestrings- og overlevelsestrategier. //



”
Jeg ville ønske, der havde været sådan et tilbud, da jeg var barn...
Tænk, hvor jeg så kunne have været”

(Mor til to drenge på 5 og 10 år)

RESULTATER: DISKUTERENDE SAMMENFATNING

I dette kapitel præsenteres resultaterne fra evalueringen.

BØRNENE/DE UNGE ER MEGET BELASTEDE

Samlet set er børnene og de unge meget belastede, også mere end normen for aldersgruppen og i øvrigt mere end gennemsnittet for børn i lignende tilbud i Danmark.

De mindre børn er meget belastede

Op imod to tredjedele af børnene mistrives på forskellige områder og i forskellig grad. Det er børn, som kan være bekymrede, triste og grådlabile og med psykosomatiske symptomer såsom hoved- og mavepine. Det er børn, der i forskellig grad er utrygge og selvusikre, og som bliver drillet af andre børn. Og det er børn, som kan være rastløse, ukoncentrerede, impulsive og med raserianfald.

Emotionelle problemer

Emotionelle problemer er temmelig udbredt. To tredjedele af børnene er i forskellig grad bekymrede. Mere end to tredjedele af børnene er ofte kede af det og kommer let til at græde, ligesom samme andel er utrygge i nye situationer og i det hele taget usikre på sig selv. Ligeledes er det halvdelen af børnene, der i forskellig grad lider af psykosomatik defineret ved hoved- og/eller mavepine samt kvalme. Halvdelen af børnene er i forskellig grad bange og bliver let skræmte.

Hyperaktivitet og opmærksomhedsforstyrrelser

Stort set alle børnene beskrives som impulsive, defineret ved, at de handler, før de tænker. Tre fjerdedele af børnene er i forskellig grad ukoncentrerede, selvom de fleste er i stand til at gøre ting færdige. To tredjedele er i forskellig grad rastløse og hyperaktive, og nogenlunde samme andel er fysisk urolige.

Adfærdsproblemer

Raserianfald får to tredjedele af børnene i forskellig grad. En tredjedel kan finde på at lyve eller snyde. En mindre andel (lidt mindre end hver tiende) kan finde på at stjæle fra hjemmet, skolen eller andre steder, og stort set samme andel har ikke respekt for voksne og forventes ikke at gøre, hvad der bliver sagt.

Venlig og hjælpsom adfærd

Stort set alle børn udviser i mere eller mindre grad hensynsfuld og betænksom adfærd. For en fjerdedel er det dog kun i delvis grad. Hver syvende kan ikke

finde på af sig selv at hjælpe til.

Til gengæld er det næsten alle børn, der kan finde ud af at hjælpe, når det virkelig gælder, hvis f.eks. nogen slår sig eller er kede af det.

Sociale vanskeligheder

Omtrent hvert fjerde barn slås og/eller mobber andre børn. Hver tredje bliver selv mobbet/drillet af andre børn.

Hver tredje betegnes som "enspændere", der hellere vil lege alene end sammen med andre, ligesom hver tredje kommer bedre ud af det med voksne end med andre børn.

Stort set alle har mindst én god ven, er generelt vellidte af andre børn og er overvejende gode mod mindre børn.

Også målt på WHO-5 (skema for trivsel) er der en meget bekymrende andel af børnene, der har det rigtig skidt. Faktisk er det i alt næsten hver femte, der ved starten af deres forløb er i risiko for depression og stressbelastning.

DE STØRRE BØRN/UNGE ER TILSVARENDE BELASTEDE

Blandt de større børn/unge er der ligeledes en forholdsvis stor andel, der har det svært.

Overvejende gælder det for halvdelen:

Halvdelen føler sig ulykkelig, bekymrer sig og har svært ved at falde i søvn. Hver sjette er næsten hele tiden eller ofte rastløs og nervøs. Halvdelen er det i en eller anden grad.

Halvdelen af de ældre børn oplever, at deres problemer er overvældende. Hver femte kan ikke eller kun sjældent håndtere udfordringer i hverdagen. Paradoksalt nok er hver fjerde samtidig ikke i stand til at bede om hjælp til det svære.

Halvdelen har i en eller anden grad ikke rigtig lyst til at tale med nogen. For hver tiende gælder det næsten hele tiden.

¹ Socialstyrelsens evaluering af "Ansøgningspuljen til behandlingstilbud til børn og unge i familier med alkohol og/eller stofmisbrug"



Der sker store positive forandringer i forbindelse med forløbet i Barnets Blå Hus²

Hver tiende har den seneste uge overvejet at skade sig selv. Og hver fjerde har faktisk ikke rigtig gjort gode ting for sig selv.

Også målt på WHO-5 (skema for trivsel) ser vi, at de ældre børn/unge har det svært. Det gælder overordnet for hver tredje. Således er hver tredje kun glad under halvdelen af tiden. Mere end hver tredje er kun i begrænset omfang rolig og afslappet. Ligeledes kan det knibe med overskuddet for hver tredje, måske fordi over halvdelen kun i begrænset omfang vågner op og føler sig udhvilet. Faktisk vågner hver tiende på intet tidspunkt udhvilet. Selvom det er teenagere, er det meget bekymrende.

Dertil kommer, at mere end hver tredje ikke rigtig har en hverdag, der i tilstrækkelig grad indeholder gode stunder med ting, der har interesse.

Ligeledes er det mere end hver tredje, der, målt på WHO-5, er i risiko for depression og stressbelastning.

BØRNENE ER MEGET MERE BELASTEDE END ET GENNEMSNITLIGT DANSK BARN

Sammenligner vi med danske børn i almindelighed, ser vi, at børnene, der starter i Barnets Blå Hus er stærkt signifikant meget mere belastede på samtlige problemområder. Det gælder det samlede problemniveau, og det gælder på specifikke områder som følelsesmæssige problemer, adfærdsproblemer, koncentrationsbesvær og sociale vanskeligheder, herunder udfordringer ift. venner og mobning. Når børnene starter i Barnets Blå Hus, er det halvdelen af dem, der har problemer på det emotionelle område udover normen. En tredjedel kan betegnes "unormalt belastet".

Problemer på det adfærdsmæssige område ser vi også hos halvdelen. Hver fjerde er "unormalt belastet".

Hyperaktivitet og opmærksomhedsforstyrrelser ser vi hos fire ud af ti børn – igen hver fjerde "unormalt". Sociale vanskeligheder (problemer med venner) udover det normale ser vi hos næsten hvert tredje barn, mens hver femte er i "unormalt"-kategorien. Ser vi på prosocial adfærd (venlig og hjælpsom) gælder det for de fleste børn, men samtidig er der en bekymrende andel på mere end 10%, der afviger fra normen.

Ser vi på det samlede problemniveau afviger halvdelen af børnene i en eller anden grad fra normen. Hvert fjerde barn falder rent i kategorien "unormalt" belastet, mens hvert sjette barn ligger i gråzonen, i den såkaldte "borderline"-kategori.

Endvidere ser vi, at børnene, der kommer i Barnets Blå Hus, er mere belastede på samtlige områder, end de børn, der starter i andre lignende tilbud (SIM-puljen samlet).

Det er ikke overraskende, at børnene er belastede. Fra efterhånden omfattende forskning ved vi, at børn, der har forældre med alkoholproblemer og/eller andet misbrug, er en yderst sårbar population præget af høj grad af belastning, emotionelt, kognitivt og socialt (f.eks.: Mellentin et al., 2016; Haverfield & Theiss, 2016; Haverfield et al., 2016; Lindgaard, 2019, 2012a, 2012b, 2005, 2002).

Tidligere dansk forskning har vist, at børn i familier med alkoholproblemer/misbrug er seks gange mere belastede end et gennemsnitligt dansk barn (Lindgaard, 2012). Dertil kommer, at mere end hvert tredje barn er i risiko for at have/udvikle en psykiatrisk DSM-IV diagnose, og at hvert femte barn er i højrisikogruppen (ibid.).

Til gengæld er det overraskende, at børnene, der kommer i Barnets Blå Hus, er mere belastede end gennemsnittet i lignende tilbud i Danmark. Hvad det handler om, er endnu uklart, men det kunne være interessant at undersøge nærmere.

FAMILIERNE ER BELASTEDE

Også familierne som sådan er belastede, når de starter i Barnets Blå Hus. Således er halvdelen af familierne præget af skænderier og manglende problemløsning.

Det bekræfter også blot eksisterende forskning.

DER SKER STORE POSITIVE FORANDRINGER I FORBINDELSE MED FORLØBET I BARNETS BLÅ HUS

Vi ser ganske mange og store positive forandringer i familierne i forbindelse med forløbet i Barnets Blå Hus. Det gælder både hos forældre og børn. Og det gælder såvel trivsel som adfærd.

² Der inddeles i tre svarkategorier af belastning: "normalt", "borderline", "unormalt"

³ Socialstyrelsens evaluering af "Ansøgningspuljen til behandlingstilbud til børn og unge i familier med alkohol og/eller stofmisbrug"



Det betyder virkelig meget, at de ligesom er der, når det brænder”

ALKOHOLPROBLEMER/ MISBRUG REDUCERES

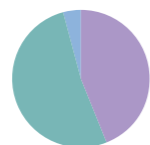
De fleste af familierne kommer i Barnets Blå Hus, fordi de på en eller anden måde er udfordret af alkoholproblemer/misbrug. Vi ved, som nævnt tidligere, at det kan have ganske store konsekvenser for børnene. Derfor er det også vigtigt, at netop disse udfordringer reduceres. Ifølge de kvalitative data ser vi stærke tendenser i retning af netop dette. Det, at alkoholproblemer synes at fylde mindre, kan handle om, at alkoholproblemerne i sig selv er reduceret, men kan også handle om, at kontakten til den med alkoholproblemer er reduceret eller på anden vis er blevet lettere.

DE MINDRE BØRN (3-10 ÅR) FÅR DET MARKANT BEDRE I LØBET AF FORLØBET I BARNETS BLÅ HUS

Efter forløbet i Barnets Blå Hus ser vi, at børnene har fået det markant meget bedre, faktisk det man i forskningens verden kalder ”stærkt signifikant” bedre. Det er virkelig godt! Overordnet ser vi en halvering af andelen af børn, der har det svært.

HVILKEN BETYDNING HAR BARNETS BLÅ HUS HAFT FOR BARNET? (aldersgruppe 3-10 år)

Meget positiv betydning	44%
Positiv betydning	52%
Ikke haft nogen betydning	4%
Negativ betydning	0%
Meget negativ betydning	0%



Før Barnets Blå Hus var to tredjedele af børnene i forskellig grad rastløse, og det samme gælder for fysisk urolige. Efter Barnets Blå Hus er det reduceret til halvdelen, omtrent en halvering af de børn, der er det udpræget.

Ukoncentreret og nem at distrahere

Før Barnets Blå Hus er det hvert tredje barn, der er udpræget ukoncentreret. Det har forandret sig signifikant efter Barnets Blå Hus, hvor det kun er hvert femte.

Raserianfald

Også raserianfald reduceres kraftigt. Før Barnets Blå Hus var det to tredjedele af børnene, der kunne

have raserianfald. Efter Barnets Blå Hus er det halvdelen. Andelen af børn, der har udpræget raserianfald, bliver tre gange mindre.

Kommer ofte i slagsmål/mobber

Før Barnets Blå Hus kendetegner det hver fjerde af børnene. Efter Barnets Blå Hus er den andel, der kommer i slagsmål eller mobber andre børn, halveret.

Samarbejdsvillig – gør hvad der bliver sagt

Langt de fleste børn er samarbejdsvillige. Alligevel sker der en signifikant udvikling. Efter Barnets Blå Hus er der således næsten halvdelen af børnene, der er det udpræget, mod en tredjedel før Barnets Blå Hus.

Hjælpsom

Langt de fleste forældre oplever deres børn som hjælpsomme. Andelen der slet ikke er det, er således halveret efter Barnets Blå Hus.

At lyve eller snyde

Børn der af og til lyver eller ”snyder” kendetegner før Barnets Blå Hus mere end hver tredje. Efter Barnets Blå Hus er det hvert femte barn, stort set ingen, der gør det udpræget.

Bekymret

At bekymre sig er mest af alt en indre følelsestilstand. At kunne se om et barn er bekymret, kræver derfor først og fremmest fokus, men også en vis grad af empati og evne til at mentalisere.

Ser vi på tallene, ser vi en interessant udvikling. Andelen af børn, der er udpræget bekymrede, falder. Fra hvert fjerde barn før Barnets Blå Hus til hvert femte barn efter. Samtidig bliver andelen, der indimellem bekymrer sig større, mens andelen, der ikke bekymrer sig, bliver mindre. På baggrund af de øvrige data synes det ikke at handle om en øget bekymring hos børnene, men om at forældrene bliver mere opmærksomme og med større indlevelsesevne.

Utryk i nye situationer og usikker på sig selv

Her ser vi, at andelen af børn, der er utrygge og usikre, før mødet med Barnets Blå Hus udgjorde mere end to tredjedele. Efter Barnets Blå Hus er det halvdelen af børnene, der er det. Andelen, der er det i udpræget grad, er halveret.

Bange for mange ting, nem at skræmme

Før Barnets Blå Hus er det halvdelen af børnene, der er bange og nemt skræmmes. Efter Barnets Blå Hus

er det tal faldet til en tredjedel. Andelen, der er det i udpræget grad, er faktisk næsten fire gange mindre.

Psykosomatik

Før Barnets Blå Hus havde halvdelen af børnene forskellige former for psykosomatiske symptomer på mistrivsel. Efter Barnets Blå Hus gælder det kun for hver tredje. Faktisk er andelen, der udpræget lider af det, blevet fire gange mindre.

BARNETS TILFREDSHED I LIVET

(aldersgruppe 3-10 år)

	FØR BBH	EFTER BBH
Fuldstændig/meget tilfreds	11%	34%
Tilfreds	58,5%	56%
I mindre grad tilfreds	29%	9,5%
Fuldstændig utilfreds/meget utilfreds	1,5%	0%

DE MINDRE BØRNS RISIKO FOR DEPRESSION OG STRESS-BELASTNING HALVERES

Billedet gentager sig, når vi ser på børnenes trivsel målt på WHO-5. Overordnet ser vi også her en halvering af mistrivsel hos børnene.

Det gælder også i forhold til børnenes risiko for depression og stressbelastning (ifølge WHO-5). De mindre børn er mere tilfredse med livet efter Barnets Blå Hus

I forhold til børnenes overordnede tilfredshed med livet, ser vi ligeledes en stærk positiv udvikling. Faktisk er tre gange flere børn meget tilfredse med livet efter Barnets Blå Hus, sådan at det efter Barnets Blå Hus er hvert tredje barn, der er meget tilfreds med livet.

De større børn får det bedre

Også de lidt ældre børn/de unge får det bedre. Således ser vi, at andelen af større børn, der er nervøse og/eller rastløse, reduceres signifikant.

4 "Borderline-niveau" er betegnelse for grænseområdet mellem normal-unormal i SDQ-skalaen.

5 Socialstyrelsens evaluering af "Ansøgningspuljen til behandlingstilbud til børn og unge i familier med alkohol og/eller stofmisbrug"

DE STØRRE BØRNS RISIKO FOR DEPRESSION OG STRESS REDUCERES

Ligeledes i forhold til de større børns risiko for depression og stressbelastning (ifølge WHO-5), hvor vi også ser en positiv udvikling, der dog ikke er statistisk signifikant. Hvor det før Barnets Blå Hus var lidt mere end hver tredje af de større børn, der var i risiko, er det efter Barnets Blå Hus reduceret til lidt mere end hver fjerde.

De større børn bliver mere tilfredse med livet

De større børns tilfredshed med livet øges ligeledes i forbindelse med forløbet i Barnets Blå Hus. Her ser vi nemlig, at det før forløbet i Barnets Blå Hus var lidt mere end hver tiende, der var meget tilfreds med livet, hvor det efter Barnets Blå Hus er fordoblet til hvert fjerde barn.

BARNETS TILFREDSHED I LIVET

(aldersgruppe 11-15 år)

	FØR BBH	EFTER BBH
Fuldstændig/meget tilfreds	13%	24,5%
Tilfreds	55%	55,5%
I mindre grad tilfreds	30%	16%
Fuldstændig utilfreds/meget utilfreds	2%	4%

ANDELEN AF BØRN UDENFOR NORMEN HALVERES

Ser vi på udvikling i forhold til normen for børn i Danmark, ser vi, at emotionel belastning udover normen nu er reduceret til at gælde for hver tredje, og kun for hver fjerde/femte i unormal grad.

Adfærdsproblemer udenfor normen er reduceret til at gælde for hver fjerde, halvt så mange i den unormale kategori.

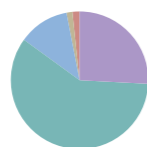
Hyperaktivitet udenfor normalområdet er også her reduceret til hver fjerde, ligesom andelen i kategorien "unormal" er halveret. Andelen med sociale vanskeligheder udenfor normen er som sådan uændret, dog reduceres graden af alvor fra "unormal" til "borderline"-niveau.



Ser vi på det samlede problemniveau, er det ligeledes statistisk stærkt signifikant reduceret. Hvor det før var halvdelen af børnene, der lå udenfor normen, er den andel nu halveret til at gælde for hvert fjerde barn.

HVILKEN BETYDNING HAR BARNETS BLÅ HUS HAFT FOR BARNET? (aldersgruppe 11-15 år)

Meget positiv betydning	26%
Positiv betydning	59%
Ikke haft nogen betydning	12%
Negativ betydning	1,5%
Meget negativ betydning	1,5%



BØRNENE ER EFTER BARNETS BLÅ HUS STADIG MERE BELASTEDE END NORMEN

Det er i den forbindelse vigtigt at bemærke, at børnene, selvom de udvikler sig positivt og stærkt signifikant i løbet af tiden i Barnets Blå Hus, faktisk stadig er belastede udover, hvad der kendetegner et "normalt", gennemsnitligt dansk barn, når forløbet afsluttes. Det gælder i øvrigt også for børnene i SIM-puljen. Tendensen er ikke overraskende. Viden på feltet viser, at mindst halvdelen af børn, der vokser op i familier med alkoholproblemer/misbrug, også har udfordringer som unge og voksne (Lindgaard, 2005, 2012b, 2019).

Det kan handle om, at nogle udfordringer beror på skader hos børnene så alvorlige, at de ikke kan repareres. At andre udfordringer, til trods for at børnene lærer at mestre problemer, har en karakter, der stadig belaster børnene over evne. Og endelig kan det handle om (ift. vidensfeltet), at nogle børn ikke har fået hjælp som børn, og som derfor har trukket det med sig ind i i voksenlivet.

FORÆLDRENE BLIVER STÆRKERE I DERES FORÆLDRESKAB

Derudover ser vi, at forældrene bliver mere kompetente og stærke i deres forældreskab. Det er vigtigt, eftersom det er forældrene, der skal "bære" børnene videre.

At forældreskabet kan være udfordrende, kan handle om, at problemer og psykisk belastning har fyldt så meget, at de har haft svært ved at finde overskud til forældreskabet. Det kan også handle om, at nogle af forældrene selv er vokset op med forældre, der ikke formåede at se deres børn, og derfor ikke har lært det.

Det, vi ser, er, at forældrene bliver bedre i stand til at mærke egne følelser. Det vil sige at tolke på følelsesmæssige signaler fra kroppen og, at undgå "forvrængning" af følelser, hvor f.eks. ked-af-det-hed kan blive til vrede, og vrede kan blive til apati, samt

bedre til at kontrollere følelser adækvat, rumme følelser og omsætte følelser til den rette handling.

Det betyder også, at forældrene kan blive bedre til at udtrykke følelser passende, mærke og sætte nødvendige og rimelige grænser, både i forhold til børnene, men også i forhold til en evt. partner eller andre betydningsfulde relationer.

FORÆLDRENE EVNE TIL AT MÆRKE/UDTRYKKE FØLELSER OG BEHOV PASSENDE

	Før BBH	Efter BBH
I meget høj grad/høj grad	18%	68%
Nogle gange	68,5%	23%
Stort set ikke	13,5%	9%

Færdigheder, der er fuldstændig afgørende for et menneskes trivsel og funktion, ikke mindst som forælder. Både fordi forældrene er rollemodeller for deres børn, men også fordi børn kan blive utrygge ved voksnes uforudsigelige eller undertrykte følelsesudtryk. I den forbindelse ses også evnen til at mentalisere; det at kunne læse og forstå egne og andres følelser, tanker og hensigter, som en absolut forudsætning for at kunne indgå i meningsfulde, givende relationer med andre mennesker, i det hele taget, men især i relation til egen forældrefunktion. Det ser vi udtrykt ved, at forældrene oplever en bedre relation og kontakt til deres barn, blandt andet via en øget opmærksomhed på barnet, defineret ved at blive bedre til lytte, se og forstå barnet.

I lyset af ovenstående ser vi ikke overraskende, at forældrene oplever, at der er blevet mindre uro, og at konflikter i det hele taget fylder mindre. Det gælder konflikter mellem forældre og børn, børnenes konflikter med andre og forældrenes konflikter med andre. Desuden oplever forældrene, at humør og overskud er blevet bedre. Det er defineret ved "glæde", "lethed" og at være mindre "ked af det". Det gælder både for forældrene og for børnene.

Forældre og børn bliver bedre til at mestre problemer og udfordringer

At man har kompetencer til at mestre problemer, er en meget vigtig evne, især i familier med udfordringer og sårbarheder.

Derfor er det også positivt, at børnene i deres forløb i Barnets Blå Hus især udvikler sig på deres mestringskompetencer. At både de og deres forældre lærer at tackle de udfordringer, som de fleste fortsat udsættes for og rummer, som følge af de antageligt varige indre sårbarheder og eksterne udfordringer.

Både forældre, børn og unge bliver signifikant bedre til at mestre problemer. Det vil overordnet sige; at løse dem, bede om hjælp eller sige "pyt" til det, der ikke kan løses. Vi ser det komme til udtryk ved, at



”

Før følte jeg, jeg stod alene. Det var uoverskueligt. En kamp, jeg stod med alene”

(Far til pige på 10 år)

både børnene og deres forældre bliver i stand til at række ud efter hjælp; at de ved, at de kan og må, og hvor de kan få hjælp.

FORÆLDRENE MESTRINGSKOMPETENCE

	Før BBH	Efter BBH
I meget høj grad/høj grad	27,5%	68%
Nogle gange	59%	32%
Stort set ikke	13,5%	0%

Blandt de større børn ser vi det specifikt på følgende områder:

Kan håndtere når noget går galt

At kunne mestre, når noget går galt, forandres også signifikant. Det ser vi på, at andelen af større børn, der kan det næsten hele tiden, fordobles, mens andelen, der ikke kan det, bliver tre gange mindre.

I stand til at spørge om hjælp

At være i stand til at spørge om hjælp er en vigtig mestringsstrategi. Den besidder endnu flere af de større børn efter et forløb i Barnets Blå Hus. Andelen, der ofte spørger om hjælp, er nu hver tredje, hvor det ved start var hver fjerde. Ligeledes var det før Barnets Blå Hus hver tiende blandt de større børn, der slet ikke kunne, mens den andel nu er reduceret fire gange.

I mindre grad oplever problemer, der virker overvældende

Problemer, der virker overvældende, kan give følelser af magtesløshed og manglende problemløsning. Før Barnets Blå Hus var det hver femte af de større børn, der ofte oplevede det. Efter Barnets Blå Hus er den andel halveret til kun at være hver tiende.

BARNETS BLÅ HUS ER FORTSAT EN VIGTIG DEL AF FORÆLDRENE LIVS- OG PROBLEMMESTRING

Nogle forældre giver udtryk for, at Barnets Blå Hus fortsat er den trygge base, og et sted, de ved, de kan komme tilbage til og bede om hjælp, hvis noget bliver for svært, og at det er meget betydningsfuldt.

Især fordi mange af forældrene ikke selv har forældre eller netværk, der kan hjælpe og støtte. Men også fordi udfordringerne og sårbarhederne ofte er en fortsat del af familiernes liv. Forældrene er meget tilfredse med Barnets Blå Hus og vurderer forløbet til at være yderst betydningsfuldt, både for børnenes trivsel og udvikling og for sig selv som forældre.

Flere af forældrene understreger, at netop sådan et tilbud kunne de selv have brugt i egen opvækst med forældre med alkoholproblemer/misbrug. Det er mønstre, der tydeligvis går i arv, og som nu kan brydes, som følge af forløbet i Barnets Blå Hus. //

FORANDRINGSSKABENDE ELEMENTER

Det følgende er bud på mulige forandringskabende faktorer udledt af data, interviews og observationer, samt på baggrund af psykologisk teori og eksisterende viden fra feltet.

De særlige rammer

Overordnet er der de særlige rammer for familier med alkoholproblemer/misbrug. Ingen andre tilbud i Danmark kan det samme på ét og samme sted. Der er tale om "huse", der rummer børn, såvel som forældre, fra alle sociale lag og med vidt forskellige problematikker, såvel stoffer som alkohol, med eller uden psykiske vanskeligheder, den med alkoholproblemer/misbrug (om end ikke i påvirket tilstand) såvel som de pårørende m.v. Der er i princippet adgang for alle, ligesom man kan komme direkte fra "gaden" og uden henvisning.

Der bygges på en systemisk forståelse af familiens udfordringer. Det betyder, at uanset hvem, der kommer ind ad døren, hvem der har "symptomer" på mistrivsel, og hvem der har alkoholproblemer/misbrug, så er hele familien en del af den samlede forståelse. Det betyder i princippet, at alle i familien kan træde ind ad døren og få hjælp med lige stor berettigelse (om end det er med barnets trivsel for øje og ikke indbefatter alkohol-/misbrugsbehandling). Der behøver ikke være et aktivt alkoholproblem/misbrug, ligesom barnet ikke behøver have aktuel kontakt med den forælder med alkoholproblemet/misbruget.

Familierne er ikke tvunget ind i behandlingen, men kommer uafhængigt af kommunen, og fordi de gerne vil. Der er både behandling og rådgivning, samt en række sociale aktiviteter som f.eks. fællesspisning. De sociale aktiviteter bærer præg af en høj grad af frivillighed, hvor familierne lærer at forpligte sig på fællesskabet, deres børn og sig selv. Ikke fordi nogen kræver det, men fordi de oplever at være savnet og manglet. Det betyder også, at man ikke "mister sin plads", hvis man i en periode ikke har brug for/overskud til at komme i huset. For familier, hvor der er vedvarende, svingende eller tilbagevendende vanskeligheder, og hvor overskuddet til at søge hjælp varierer tilsvarende, er det vigtigt, at tilbuddene til familierne/børnene kan følge familiernes behov og overskud, samt at tilbuddet opleves som en stabil faktor over tid, ikke mindst i forhold til opbygning af en tryk base (se nedenfor).

En mulig adgang til børnene og deres familier

Barnets Blå Hus synes også at kunne noget særligt i forhold til at få adgang til familier med alkoholproblemer/misbrug og deres børn. Formodentlig dels tidligere adgang, dels familier man ellers ikke ville have set og dels via en særlig kvalitet i kontakten med

familierne ift. at kunne få adgang til familierne på en anden måde.

Problemet ift. børn i familier med alkoholproblemer/misbrug er netop at få øje på og adgang til børnene og deres familier. At børnene i vid udstrækning ikke opdages. De negligeres eller symptombehandles andre steder i systemet. Ved at byde familierne og børnene ind i Barnets Blå Hus med respekt, åbenhed og tryghed kan man formode, at man får mulighed for i højere grad at kunne få øje på børnene og deres familier og kunne handle – tidligere, mere målrettet og årsagsbestemt – hvorved børnenes problemudvikling på sigt, må antages, i hvert fald til en vis grad, at kunne forebygges. Her gør det tilsyneladende en forskel, at Barnets Blå Hus er et selvstændigt tilbud, uafhængigt af kommunen, ligesom der er et tydeligt fokus på familiens samlede behov og trivsel på egne præmisser, mere end blot et fokus på alkoholproblemer/misbrug.

At blive set og føle sig betydningsfuld

Familier med alkoholproblemer/misbrug er ikke vant til at blive set og få hjælp. I Danmark er det som udgangspunkt kun den med alkoholproblemet/misbruget, der lovmæssigt er berettiget til hjælp. Det betyder, at familien ofte overses eller ikke får tilstrækkelig hjælp.

Samtidig er mange af familierne vant til, at den med alkoholproblemet/misbruget mangler erkendelse af konsekvenser for partner og børn. Det kan samlet set have den konsekvens, at partner og børn bliver i tvivl om deres oplevelser og i tvivl om deres berettigelse til hjælp og støtte.

Oftentimes har familierne været udfordret i mange år, uden at få den rette hjælp, når de kommer i Barnets Blå Hus. Mange med dertilhørende svære belastninger til følge, som vi netop også ser det i nærværende materiale.

Blandt andet derfor kan det være så afgørende, når de i Barnets Blå Hus oplever at føle sig betydningsfulde. At de har lov til at få hjælp, og at nogle faktisk vil hjælpe dem. Især gør det indtryk på flere af forældrene og de unge, at der er "frivillige" i husene, der vil hjælpe familierne "uden at få penge for det", som de siger. Men også at de helt generelt føler sig set og forstået, husket og altid velkomne.

En anden vigtig faktor er den multifaktorielle og helhedsorienterede tilgang. Dette afspejles både i den systemiske tilgang til familien som en samlet helhed samt i den brede vifte af tilbud, der tilbydes på forskellige tider af dag/aften og med forskelligt indhold og formål. Ligeledes er der en bred skare af professionelle kvaliteter samt frivillige, der alle bidrager med hver deres kvaliteter af såvel faglig som personlig karakter.

Tværfagligt og tværsektorielt samarbejde

En afgørende, unik faktor i den sammenhæng er det tværfaglige og tværsektorielle samarbejde mellem Barnets Blå Hus og de mange andre nødvendige indsatser til familier med alkohol- og misbrugsproblematikker. Dels henviser samarbejdspartnere til Barnets Blå Hus, dels henviser Barnets Blå Hus til relevante samarbejdspartnere. Og dels er der det direkte samarbejde mellem kommunale indsatser, familien og Barnets Blå Hus, der kan se ud på forskellige vis. Det ofte ringe samarbejde mellem især misbrugs- og familieområdet, men også andre relevante samarbejdspartnere, er netop et anerkendt problem (f.eks. Marsh et al., 2011; Oliveros & Kaufman, 2011).

Det betyder, at familier med alkoholproblemer/misbrug ofte falder mellem to stole. Personen med alkoholproblemet/misbruget kan få hjælp til sit problem i rusmiddelrådgivningen, mens den øvrige familie kan få hjælp til familiens problemer i f.eks. kommunens familieafdeling, i PPR, hos lægen eller hos den privatpraktiserende psykolog. Ikke blot har man skilt familien ad, men også familiens problematik. Det giver risiko for en fragmenteret indsats, hvor man i værste fald kan man komme til at arbejde symptomorienteret frem for årsagsorienteret.

Desuden har man ofte flere "hjælpeagenter" i spil, der ikke nødvendigvis arbejder på samme "spor" og i samme retning, eller for den sags skyld "taler samme sprog". Et andet problem, i denne sammenhæng, er det forskellige og ofte modsatrettede fokus på henholdsvis "den voksnes behov" og "barnets tarv", herunder forældrenes reelle angst for at "miste" sit barn og deraf følgende modstand mod systemet.

I den forbindelse skal også nævnes det ganske alvorlige problem, at sårbare børn "overses" af systemet, enten fordi barnet ikke ses i misbrugssystemet eller fordi barnets symptomer i børne-familiesystemet ikke (i tilstrækkelig grad eller overhovedet) relateres til en forælders alkoholproblem/misbrug. Der skal i den forbindelse nævnes den helt afgørende betydning, at forældrene inddrages aktivt i behandlingen og hjælpes til at kunne "bære" barnet videre efter Barnets Blå Hus. Både alene og sammen med andre forældre i en lignende situation.

Dertil kommer integration og samarbejde i forhold til det multifaktorielle felt, hvor misbrug ofte optræder sammen med mange andre udfordringer, f.eks. psykiske problemer, økonomiske vanskeligheder, arbejdsløshed, vold, tidligere traumer etc., der alle kan have betydning for familiens samlede trivsel og udvikling.

Relationer: Social støtte og anerkendelse, "tryk base" og netværk

En anden vigtig faktor ved Barnets Blå Hus er muligheden for relationsarbejde i trygge rammer og opbygningen af en "tryk base". Her handler det især om, at Barnets Blå Hus bliver en forudsætning for alt andet relationsarbejde. At Barnets Blå Hus bliver den trygge base for familien, i form af trygge rammer og stabilitet, hvor familien føler sig anerkendt og mødt, får hjælp til forandring og udvikling samt mulighed for et "frirum" og "pusterum".

Familiens indre struktur styrkes, så det bliver den trygge base for forældrene såvel som børnene, og grundlaget for hele familiens trivsel og udvikling. At familien bliver en familie. Dernæst handler det om, at familierne får mulighed for netværk med andre voksne og børn i samme eller lignende situation. Netværk, som i øvrigt kan række ud over den tid, hvor familien kommer i Barnets Blå Hus og bidrage til familiernes selvstændighed over tid, idet familierne også lærer at bruge hinanden uafhængigt af Barnets Blå Hus. Mange af familierne føler sig forkerte, nogle endda skamfulde. Udover at være pinefuldt at leve på den måde, er det også hæmmende for deres væren i verden. De kan have trukket sig fra sociale sammenhænge, opleve mindreværd og ensomhed, samt, ikke sjældent, angst og depressionslignende tilstande. I mødet med respektfulde andre og ligesindede opnås anerkendelse og selvværd, opgør med tabu, skam, ensomhed og følelser af forkerthed samt måske vigtigst af alt, tryghed. Det gælder for både børn og voksne samt pårørende og de voksne med alkoholproblemer/misbrug.

I Barnets Blå Hus møder de ligesindede, andre voksne og børn, der har de samme betingelser som dem selv, og som tumler med de samme udfordringer. I mødet med ligesindede oplever familierne at kunne genkende og spejle sig i nogen med samme baggrund og udfordringer. Det reducerer følelser af forkerthed og mindreværd. Og det giver erfaringer med sociale sammenhænge, der føles rare at være i.

Mange af familierne har ikke egne funktionelle og sunde familiemæssige netværk, så det at komme i Barnets Blå Hus giver mulighed for netop det at føle sig som en del af en slags "familie".

Samtidig får flere af familierne nye relationer, som de kan tage med sig videre, også efter Barnets Blå Hus. Det giver tryghed, at man ikke er alene, men også inspiration til handlemuligheder og nye strategier fra familier i situationer lig ens egen.

I børnegrupperne får børnene mulighed for at møde børn i samme situation. De lærer, at det de oplever, tænker og føler ikke er unormalt, og at de ikke er alene. De får venner, og de lærer af hinanden.

Fra forskning og klinisk erfaring ved vi, at social støtte og tryghed er en forudsætning for, at forandringsprocesser og udvikling kan finde sted. Det er et helt grundlæggende neuropsykologisk vilkår.

Det betyder, at social støtte og tryghed har afgørende betydning for familiens og ikke mindst børnenes trivsel og udvikling, ligesom det har betydning for den drikkepart og dennes behandling og/eller adfærd ændring (f.eks. Dobkin et al., 2002; McAlpine et al., 2001). Vi ved således, at der er tale om en ligefrem proportionel sammenhæng, hvor tryghed, ro og social støtte hænger sammen med positiv udvikling, mens konflikt, stress og fravær af social støtte hænger sammen med negativ udvikling. Social støtte kan her forstås som intern social støtte i familien de enkelte familiemedlemmer imellem, professionel støtte, såvel som støtte fra netværk i bredere forstand.

Vi ved også, at den bedste hjælp, vi kan give børnene, er, at vi i tide hjælper børnenes forældre til at blive gode forældre, og at familien kan blive en tryk base. Derfor giver det god mening, når forældrene fremhæver netop dette. At de føler sig trygge i Barnets Blå Hus, at de faktisk ser det som deres "familie", "en tryk base", et sted hvor der altid er hjerterum og nogen, der vil dem.

Handlemuligheder, redskaber og strategier

Men at føle sig tryk handler om mere end bare et trykt sted med trykke voksne.

Det handler også om hjælp til at tackle de belastninger, der udfordrer og tynger familier med alkoholproblemer/misbrug, og som gør, at netop de forældre og børn har brug for noget ekstra. Ikke mindst fordi mange af forældrene ikke selv har forældre og netværk, der kan hjælpe.

Et gennemgående tema blandt familierne i Barnets Blå Hus, voksne såvel som børn, er udvikling af nye strategier. I mødet med såvel de professionelle, de frivillige og de øvrige familier/børn lærer de at se nye eller eksisterende handlemuligheder, samt at få nye redskaber og strategier til håndtering af egen livssituation.

Det handler om evnen til at tackle modstand og stress, at kunne kommunikere konstruktivt og regulere følelser, ikke mindst i parforhold, som forældre og som barn. Der arbejdes med familie- og forældrefunktion, herunder mentalisering, og at forældrene formår at være lyttende og støttende samt parforholdets kvalitet. Og det gælder sociale færdigheder, der har betydning for evnen til at indgå i sunde relationer med andre mennesker, samt at bede om og modtage hjælp. Dertil kommer tilbud om aktiviteter med andre familier, som rammer for social træning, bl.a. i form af fællesspisning, familieudflugter og ferielejre.

I børnegrupperne får børnene viden og redskaber fra de professionelle, de frivillige og de andre børn. De får

træning i sociale færdigheder og problemløsningsstrategier, ligesom de får omsorg og et frirum.

Endelig er der i Barnets Blå Hus også mulighed for at få viden og hjælp til konkrete opgaver. Vi ved, at netop viden om et givet problemfelt kan skabe forståelse, erkendelse og forandring. Konkret hjælp kan bestå i hjælp til at navigere i et kommunalt system, der for nogen, især sårbare familier, kan være uoverskueligt. Eller det kan være, at en fra Barnets Blå Hus går med til møder med børnehaver eller skole for at hjælpe med at skabe forståelse for et barns særlige vanskeligheder. Det kan også være underretninger til kommunen, eller det kan være samtaler med den anden forælder, f.eks. en forælder/ekspartner med alkoholproblemer/misbrug.

At de dermed får lettet nogle af de byrder, de bærer på deres skuldre, og ofte har gjort længe med dertilhørende følelser af magtesløshed, håbløshed og udmattelse.

Det kan også være at dele og få bearbejdet svære konkrete hændelser og mere eller mindre varige betingelser i livet, f.eks. ift. det, at den anden forælder har alkoholproblemer/misbrug.

Derudover får de, som nævnt ovenfor, hjælp til at lære at tackle udfordringer fremadrettet, at få mestringsstrategier til problemer i særdeleshed, men også til livet i almindelighed.

Det gælder for både børn og voksne.

Alle faktorer, der i omfattende resiliensforskning er fundet afgørende for positiv udvikling, ikke mindst blandt familier med alkohol- og/eller psykiske problemer (Karmen et al., 2011; Orford et al., 2009a; Barrow et al., 2007; Haine et al., 2006; Luthar, 2006; Cuijpers, 2005).

Hjælp over tid

Mange af forældrene nævner betydningen af, at Barnets Blå Hus er et sted, de kan søge tilbage til, hvis behovet opstår igen. Og det gør det for nogen. Det kan være hjælp til en konkret problemstilling, eller det kan være bare lige at blive "boostet", måske at få et kram, en kop kaffe og lidt tid.

For nogen er det bare det at vide, at de kan få hjælp, hvis de skulle få brug for det. At de ikke er alene. At nogen har villet dem, har kunnet hjælpe dem og vil gøre det igen.

Den usynlige hånd i ryggen, trygheden i at vide, at den findes, kan være det, der gør, at forældrene kan stå stærkt i et ofte fortsat udfordrende liv. //

DET BEDSTE VED BARNETS BLÅ HUS ER:

At møde andre i samme situation. Spejling og deling. Man er ikke alene, og man bliver mødt med forståelse.”

SAMMENFATNING

Samlet set synes Barnets Blå Hus at udfylde en vigtig plads i forhold til arbejdet med familier med alkoholproblemer/misbrug, ikke mindst i forhold til en tidlig og forebyggende indsats for børnene. Organisatorisk gælder det muligheden for en tidligere adgang til familierne samt en helheds- og tværfaglig, koordinerende indsats. Derudover er det en "tryk base" i form af tilbud om trykke relationer med de professionelle, de frivillige samt de øvrige familier og børn, som bliver afsat for udvikling og fortsat trivsel hos familier med alkoholproblemer/misbrug.

KONKLUSION OG ANBEFALINGER

Der tegner sig et billede, som tydeligt bekræfter vores viden fra forskning og klinisk praksis om børn fra familier med alkoholproblemer/misbrug; vi ser nemlig, at børnene, der kommer i Barnets Blå Hus, er en meget belastet gruppe af børn.

Dog er det overraskende, at så mange af børnene har det så skidt, som de tilsyneladende har det. Samlet ser vi en heterogen gruppe af børn, hvor op imod to tredjedele på forskellige områder og i forskelligt omfang mistrives. Således er det to tredjedele af børnene, der er bekymrede, halvdelen af børnene er kede af det og grådlabile, ligesom halvdelen lider af forskellige psykosomatiske symptomer på mistrivsel, såsom hoved- og mavepine og/eller kvalme.

Ligeledes er det halvdelen, der er utrygge og usikre på sig selv. Dertil kommer, at hovedparten af børnene er impulsive, mens det er halvdelen, der er ukoncentrerede, rastløse og hyperaktive. Derudover ses adfærdsproblemer hos halvdelen af børnene samt sociale problemer i forhold til jævnaldrende, hvor det er hver fjerde, der bliver mobbet, og hver tiende, der selv mobber, ligesom mindst hver tredje ofte er alene og hellere vil være sammen med voksne end med jævnaldrende.

I forhold til normen for aldersgruppen afviger børnene i nærværende studie signifikant. Således har omtrent halvdelen af børnene problemer udover det normale, ligesom også belastningsgraden som følge heraf rækker udover det normale. Det bekræfter, hvad vi også ser fra andre danske studier og fra international forskning; at børn, der vokser op med forældre med alkoholproblemer/misbrug, er signifikant mere belastede end gennemsnittet af børn.

Samtidig er det positivt, at børnene og deres forældre udvikler sig så positivt i forbindelse med forløbet i Barnets Blå Hus. På baggrund af de samlede data ser vi nemlig følgende resultater, og dertilhørende aktive elementer for forandring, hos børnene og deres forældre:

BØRNEENS SYMPTOMER PÅ BELASTNING REDUCERES

- / De deler det svære, bliver mødt og hjulpet til at rumme det svære, hos behandlere og frivillige voksne, hos andre børn/unge i samme situation, og hos deres forældre
- / De får viden om "feltet". Det bliver almengjort, så børnene ikke føler sig forkerte, udenfor og mindreværdige
- / De møder fællesskaber med ligesindede, både børn og voksne

BØRNEENS MESTRINGSSTRATEGIER FORBEDRES

- / De får indsigt og strategier til at løse de udfordringer, der kan løses og flytte sig fra det, der ikke kan løses
- / De lærer at sætte grænser og sige fra; at man godt må og hvordan
- / De lærer at bede om hjælp; at man godt må, hvordan og hvor

FORÆLDRENE STÅR STÆRKERE I DERES FORÆLDRESKAB

- / De får hjælp til egne udfordringer, så overskuddet til børnene øges
- / De bliver mødt og respekteret i deres udfordringer og deres kvaliteter, og de lærer, at de er værdifulde
- / De får viden og redskaber til at forstå deres situation generelt og deres børn specifikt
- / De lærer problem- og livsstrategier
- / De lærer at bede om hjælp; at de godt må, hvordan og hvor
- / De lærer at sætte grænser og sige fra; at man godt må og hvordan
- / De får fællesskaber og netværk med ligesindede, med tryk og almenfølelse, så de ikke føler sig så alene eller forkerte

DET SÆRLIGE VED BARNETS BLÅ HUS ER:

- / At det føles som et "hjem", en tryk base, med mennesker, som familierne kan regne med og stole på
- / At der er høj grad af støtte til både "praktiske" opgaver og de mere "følelsesmæssige" opgaver
- / At der er tilbud til både forældre og børn, hver for sig og sammen
- / At der er hjælp til at lære at rumme det svære (som er et livsvilkår) og læring om strategier til at tackle det, der kan ændres
- / At der er fællesskab og netværk, også udenfor det terapeutiske rum (f.eks. "fællesspisning", udflugter, sommerlejr)
- / At der også er en vis form for "mesterlære" og "miljøterapi", både via behandlere og frivillige, men også via de andre familier



”

Før var jeg "pleasende" for at få ro. Nu siger jeg "nej" og står fast. Min søn var også "pleasende". Nu har han også lært, at han må sige fra og sige nej"

(Mor til dreng på 11 år)

”



/ Samtidig er det tydeligvis også vigtigt, at Barnets Blå Hus fortsat har en dør åben for de familier, der er afsluttet (udskrevet). Flere forældre beskriver, at blot det at vide, at de kan komme igen, er afgørende for dem. Ligesom nogle forældre drager nytte af lige at kunne få "en hånd i ryggen", når noget brænder på.

Barnets Blå Hus synes at være et særligt og vigtigt tilbud til familier med alkoholproblemer/misbrug. "Særligt", fordi det rummer elementer, der ikke findes i andre tilbud. "Vigtigt", fordi det gør en helt afgørende forskel for familierne.

Det er især "den trygge base", der er særlig i forhold til andre tilbud. At familierne i den grad finder tryghed i relationen med de ansatte i Barnets Blå Hus, med de frivillige og med de andre familier. Det at der er "hænder at holde i", når livet udfordrer. Hænder, de kan regne med, også i akutte situationer, der ikke slipper, og selvom de gør, kan de finde dem igen.

Og "hænder" der hjælper dem videre. Ikke mindst i de komplekse udfordringer, som mange af familierne står med. Og som kan kræve meget forskellige kompetencer og koordinering af de ansatte i Barnets Blå Hus. I alt lige fra komplicerede samværssager til gældssaner.

Det handler om netværk med andre familier i samme situation. Om tryghed i det nære og det ikke at føle sig anderledes og forkeret. Om at kunne dele med, spejle sig i og udvikle sig med andre som ligner og forstår. Og så handler det om de fysiske rammer, der også signalerer "hjemlighed" og "tryghed". Det at husene er indrettede "hjemligt", men også byder på trygge og "familieorienterede aktiviteter" som fællesspisning, udflugter og sommerlejr.

Derudover handler det om, at familierne får hjælp til at udvikle mestringsstrategier. At de bliver løftet ud af deres ofte udprægede følelser af "håbløshed" og "magtesløshed" og får konkrete strategier til at løse eller flytte sig fra udfordringer i livet. Og at det gælder både forældre og børn.

Vi ser, hvordan forældrene kommer til at stå stærkere i deres forældreskab. Både fordi de får hjælp til de

konkrete udfordringer, der belaster dem, men også fordi de får tillid til, at de kan, og strategier til hvordan. Det er især vigtigt, fordi det er forældrene, der skal "bære" børnene videre, udenfor og også efter Barnets Blå Hus.

Og vi ser, hvordan børnene får det bedre og udvikler strategier til problemløsning, og håndtering af deres vilkår.

Det er vigtigt, fordi vi ved fra eksisterende forskning, at udfordringerne i familiernes liv ofte varer ved i en eller anden form, i forskellig grad, på forskellige tidspunkter i livet. Derfor er mestringsstrategier så vigtige. Ikke mindst for børnene, der skal og kan bruge dem fremadrettet i livet.

Særligt vigtigt er det i forhold til alkoholproblemer/misbrug. Vi ved nemlig, at hvert tredje barn, senere i livet, selv risikerer at få problemer med alkohol eller andre former for misbrug. Og at det bl.a. handler om manglende mestringsstrategier til at tackle livet, når det er svært. Men også i det hele taget, fordi det er vigtigt at få brudt mønstre fra opvæksten, så de bliver i stand til at vælge anderledes i livet. Ikke mindst, når de en dag selv skal være forældre. For som mange af forældrene siger: "Tænk, hvis Barnets Blå Hus havde fandtes da jeg var barn, hvor jeg så kunne have været i dag". Det er bl.a. det, børnene lærer i Barnets Blå Hus, ligesom de får tillid til at kunne og "rollemodeller" for hvordan. Samtidig er det vigtigt, at Barnets Blå Hus eksisterer over tid. Især fordi mange af forældrene ikke selv har forældre eller netværk, der kan hjælpe og støtte. Men også fordi udfordringerne og sårbarhederne ofte er en fortsat del af familiernes liv. Dertil kommer, at netop disse familier og børn er så vant til ikke at få hjælp, at blive svigtet og derfor ikke at turde bede om hjælp. At hjælpen fortsat findes, der hvor de har opbygget tillid og tryghed, er derfor særligt vigtigt.

Derudover er det vigtigt, at der også fortsat er hjælp til børnene på længere sigt. Ikke kun i Barnets Blå Hus. Dels fordi de er så belastede, som de er. Men også fordi deres udfordringer ikke nødvendigvis går over. Det ved vi bl.a. fra eksisterende forskning og fra de mange unge og voksne, der søger hjælp i bl.a. TUBA (Blå Kors' tilbud til unge fra familier med alkoholproblemer/misbrug). //

7 /



”

Det føles sådan familieagtigt. Den familie, man ikke fik derhjemme”

(Barn 14 år)