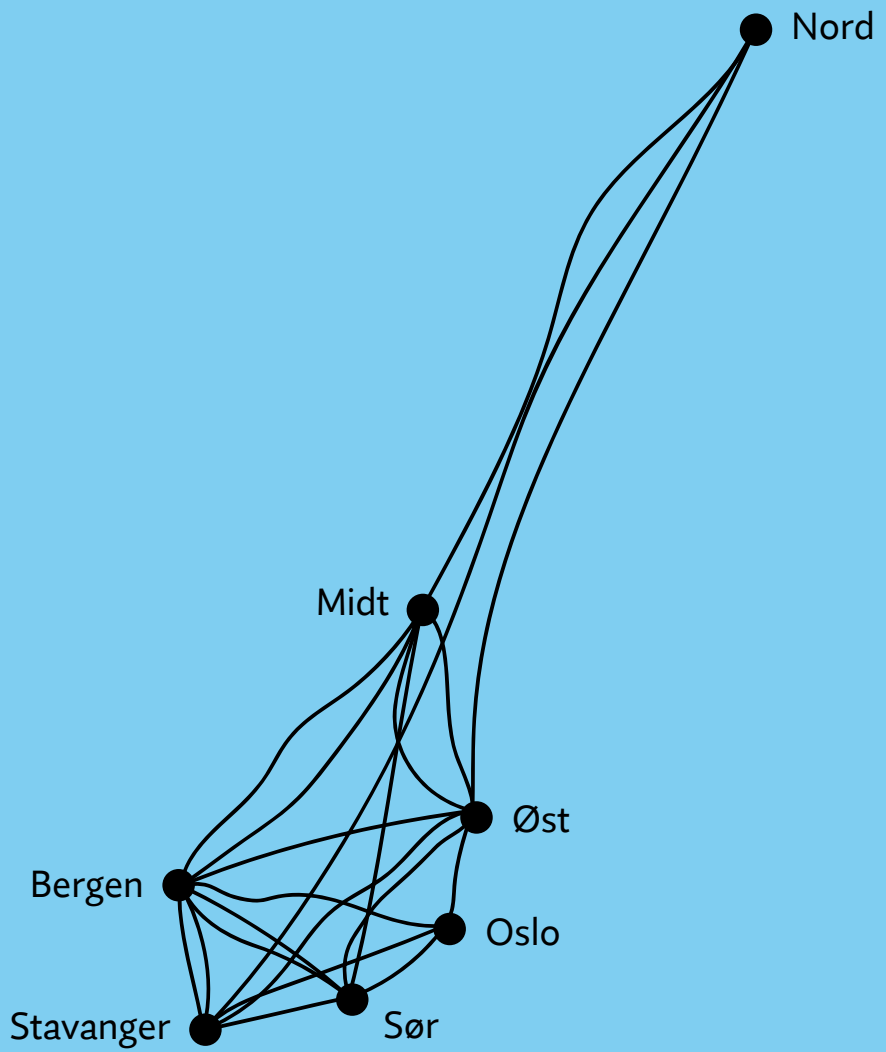
KORUS

Barn som pårørende til foreldre med rus- og/eller psykisk lidelse



Tove Steen, rådgiver KORUS midt

KORUS



Et nettverk av kompetansesentre

Åpen

KORUS

Kompetanse innen forebygging, tidlig innsats, skadereduksjon, oppfølging og behandling

Bistand til regionalt og lokalt folkehelsearbeid

Verktøy og oppdatert kunnskap på rusfeltet

Kurs, konferanser og foredrag skreddersydd for din arbeidsplass

Kontakt med dyktige fagpersoner og nettverk



KORUS

Lærings- og mestringssenteret (LMS)

- Et regionalt tilbud til pårørende v/KORUS Midt, Klinikk rus- og avhengighetsmedisin, St.Olavs Hospital (5 ansatte i Trondheim / Ålesund)
- Gratis tilbud, krever ingen henvisning – kort ventetid
- Tilbyr veiledning til de som kjenner seg berørt av andres rusmiddelbruk – fokus på familie og generasjonsperspektivet
- Skaper arena hvor pårørende og fagfolk kan møtes for å utveksle erfaringer (ROM, kurs- og temakvelder)
- Tilbyr undervisning, opplæring og veiledning til fagpersoner (i vår region)

ST. OLAVS HOSPITAL
UNIVERSITETSSYKEHUSET I TRONDHEIM

Åpen

Hvilke tjenester er representert her i dag?

- Rus- og psykisk helsetjeneste?
- Helsesykepleier (0-5)?
- Helsesykepleier (skole)?
- Hjemmetjenesten?
- Barnevern?
- Nav?
- Barnehage? Skole?
- Ergo-fysio?
- Lege?
- PPT?
- Flyktningetjeneste?
- Kommunepsykolog?
- Ledelse?
- Andre?

Åpen

Agenda

- Barn som pårørende
  - Hvem er de?
  - Lovverk og føringer
  - Opplevelser og konsekvenser
  - Å fange dem opp og hjelpe
- Barrierer
- Samtalen med foreldre
- Samtalen med barna
- Familieperspektivet
- Tverrfaglig samhandling

Åpen

Barn som pårørende - hvem er de?

Barn og unge (0-18 år) er pårørende når foreldre eller søsken opplever helseproblemer eller dør.

- psykisk sykdom
- avhengighet
- alvorlig somatisk sykdom eller skade
- funksjonsnedsettelser
- dødsfall

Foreldre og søsken tolkes vidt!



Hvor mange barn berøres?

- 23 % bor med en forelder med moderate til alvorlige psykiske problemer
- 6,5 % bor med en forelder som er alkoholavhengig i moderat-alvorlig grad, og påvirker deres foreldrefungering (Torvik, Rognmo et.al. 2011)
- 18 % av norske ungdommer 16-25 år rapporterer selv å ha en omsorgsrolle i familien (Helsedirektoratet, 2023)



Åpen

Vårt største rusproblem er alkohol

BAR sin undersøkelse 2022:

Andelen barn som har kjent høytiden belastende p.g.a. foreldrenes rusbruk:

- 38% påske
- 55% nyttårsaften
- 46% julaften

Blant *alle* barn er andelen 25% på julaften!



Kilde: BAR

Hva er skadelig rusmiddelbruk?

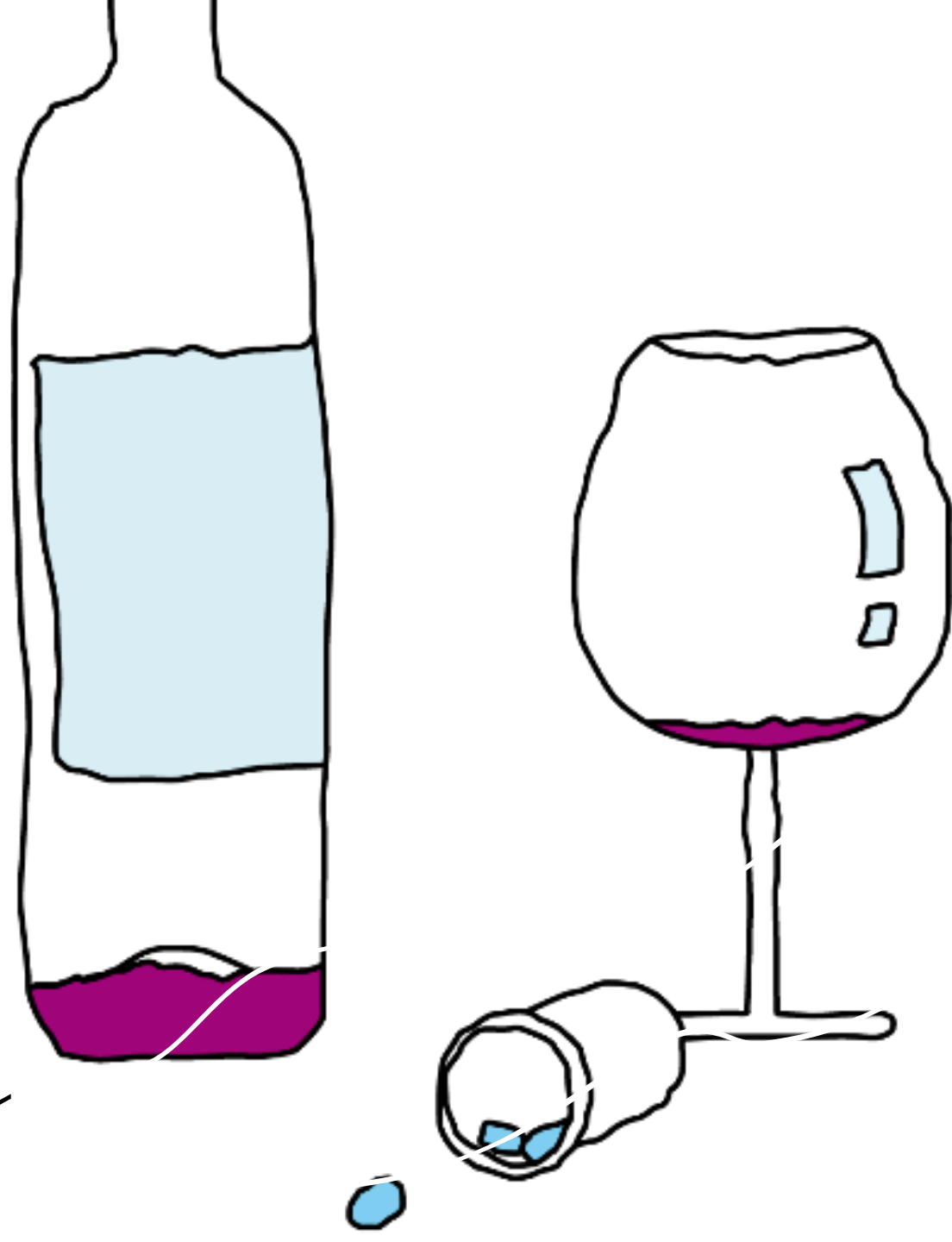
«Det eksisterer et rusproblem

- Når bruken av rusmidler virker forstyrrende inn på de oppgaver og funksjoner som skal ivaretas i familien og

- Når de følelsesmessige båndene mellom mennesker belastes og forstyrres av en annens bruk av rusmidler».

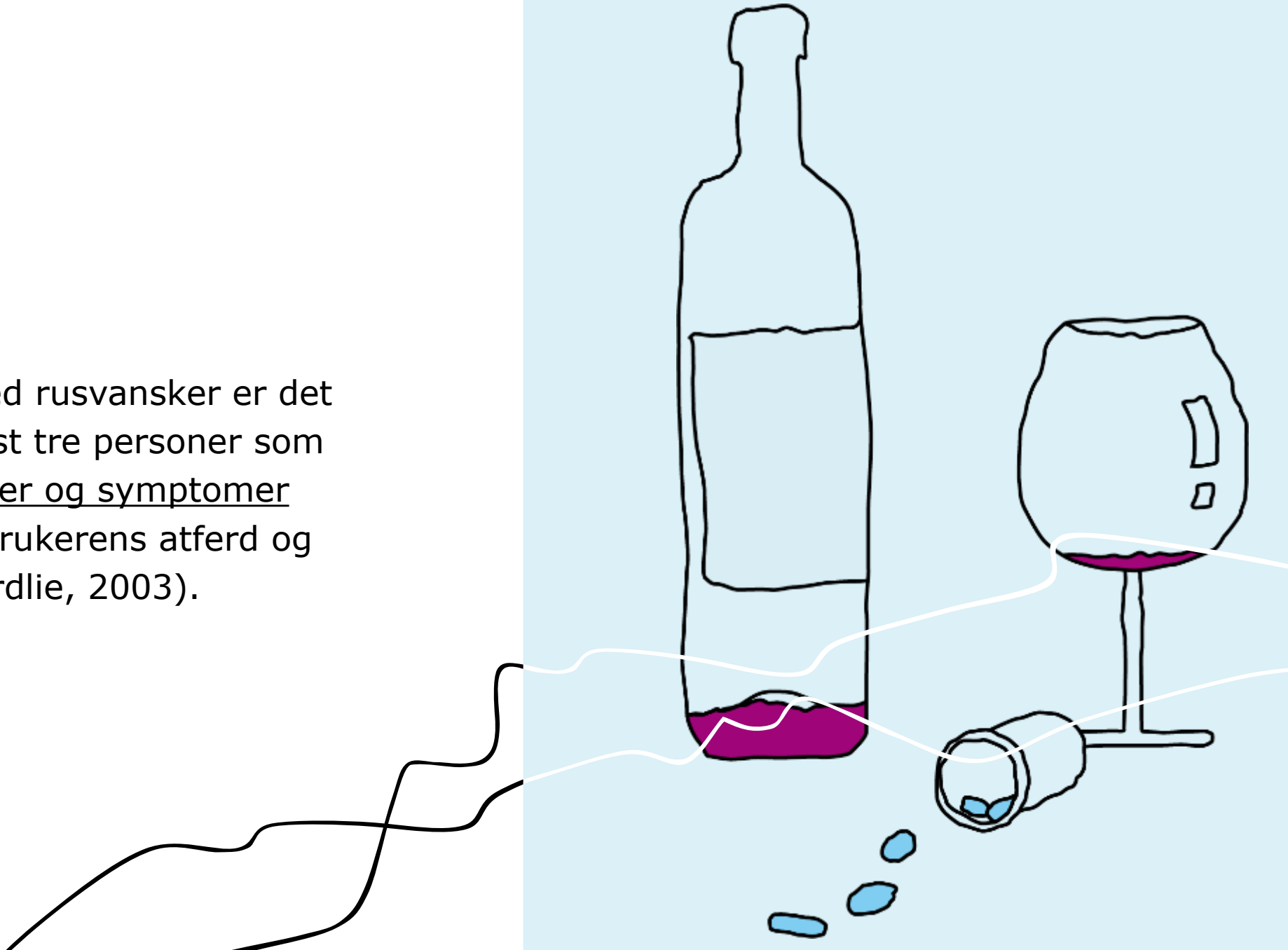
«Fars lever tåler uendelig mye mer fyll enn hva et barns psykososiale helsetilstand vanligvis klarer»

- Frid Hansen



Frid Hansen: *Feige hjelpere og glemte barn – rus og familieliv* (2008)

For hver person med rusvansker er det i gjennomsnitt minst tre personer som sliter med reaksjoner og symptomer direkte knyttet til brukerens atferd og problemer (Egil Nordlie, 2003).



Åpen

Sett dere 2 og 2 eller i små grupper og drøft i noen minutter:

- Hvor god oversikt/kjennskap har dere til barn som bor i familier med utfordringer i egen kommune?
- Hvilke erfaringer har dere med arbeid rundt tematikken barn som pårørende?



Åpen

KORUS

Lovverk og føringer



FNs barnekonvensjon og Norges grunnlov §104

Art 3. Barnets beste skal være et grunnleggende hensyn

Art 12. Barnets rett til å bli hørt og si sin mening

Går foran norsk lov ved motstrid



Åpen

Helsetjenestens plikt – barn som pårørende

§ 10a og 10 b i Helsepersonelloven – helsepersonells plikt til å bidra til å ivareta mindreårige barn eller søsken som pårørende

§ 3-7a i Spesialisthelsetjenesteloven – om barneansvarlig personell mv.



Åpen

Helsedirektoratet

Forsiden / Pårørendeveileder / Helseforetak og kommuners plikter overfor pårørende / Plikt til pårørendeinvolvering og støtte

Kommuner skal ha systemer som sikrer oppfølging av barn som pårørende

Kommunene har samme plikt som spesialisthelsetjenesten til å legge til rette for å fange opp og følge opp barn som pårørende til foreldre eller søsken. Arbeidet med barn som pårørende i kommunen kan organiseres på ulike måter, for eksempel ved å opprette barneansvarlig personell, ved å legge spesiell kompetanse til familiesentre eller liknende, eller ved å legge ansvar og kompetanse til funksjoner som familiekoordinatorer eller liknende.

Hvordan er arbeidet med barn som pårørende organisert hos dere?

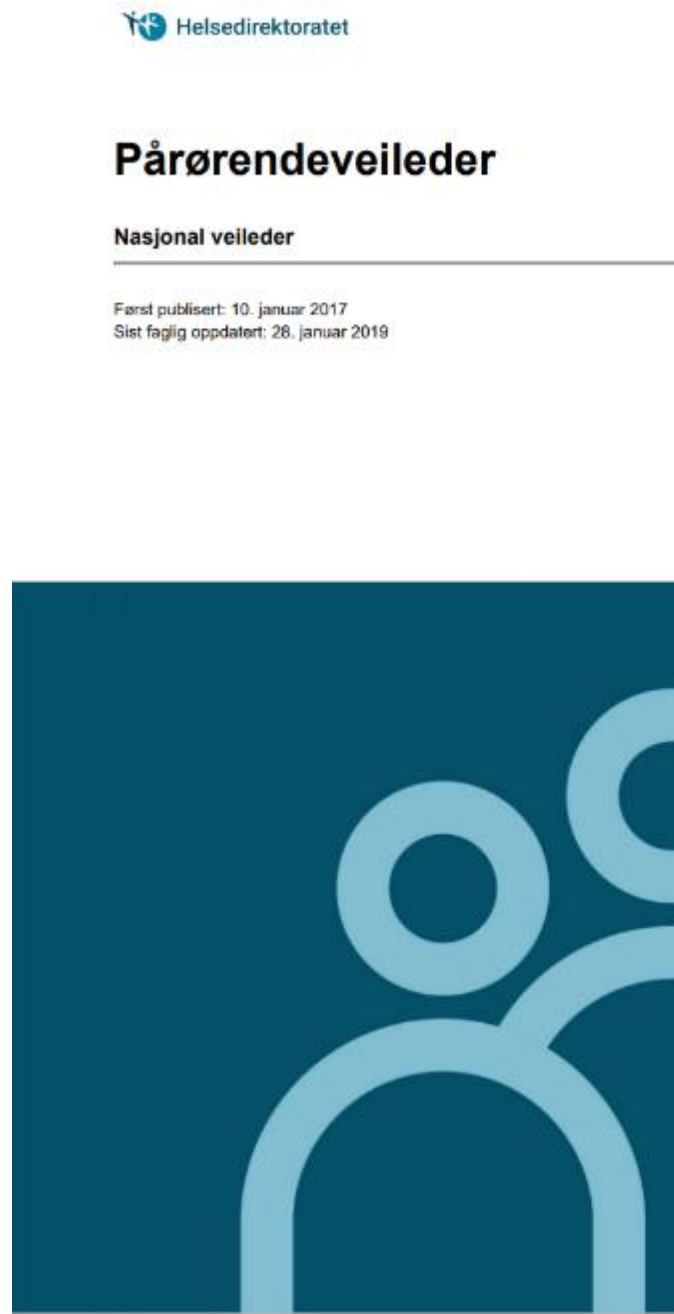
Åpen

Fastlegen og andre helse- og omsorgstjenester skal:

- Identifisere og dokumentere barn som pårørende
- Etterspørre barn som pårørende sitt behov for informasjon og oppfølging og gi foreldrene råd og veiledning
- Vurdere om det er behov for mer omfattende hjelpetiltak, og henvise til riktig instans

Helsestasjonen og skolehelsetjenesten skal:

- Fange opp barn som pårørende med behov for oppfølging fra hjelpeapparatet
- Gi råd til foreldre og gi støtte til barn som pårørende
- Gi råd til barnehage og skole
- Vurdere om det er behov for mer omfattende hjelpetiltak, og henvise til riktig instans
- Samarbeide med skolen og barnehagen om tiltak



Åpen

Meldeplikt og opplysningsplikt for offentlig ansatt

- Når det er *grunn til å tro* at et barn blir utsatt for alvorlige mangler ved den daglige omsorgen eller annen *alvorlig omsorgssvikt*
- Når et barn viser alvorlige atferdsvansker i form av alvorlig eller gjentatt kriminalitet, misbruk av rusmidler eller en annen form for utpreget normløs atferd
- Alle har avvergeplikt!



Åpen

Nasjonal faglig retningslinje for tidlig oppdagelse av **utsatte barn og unge** (2019)

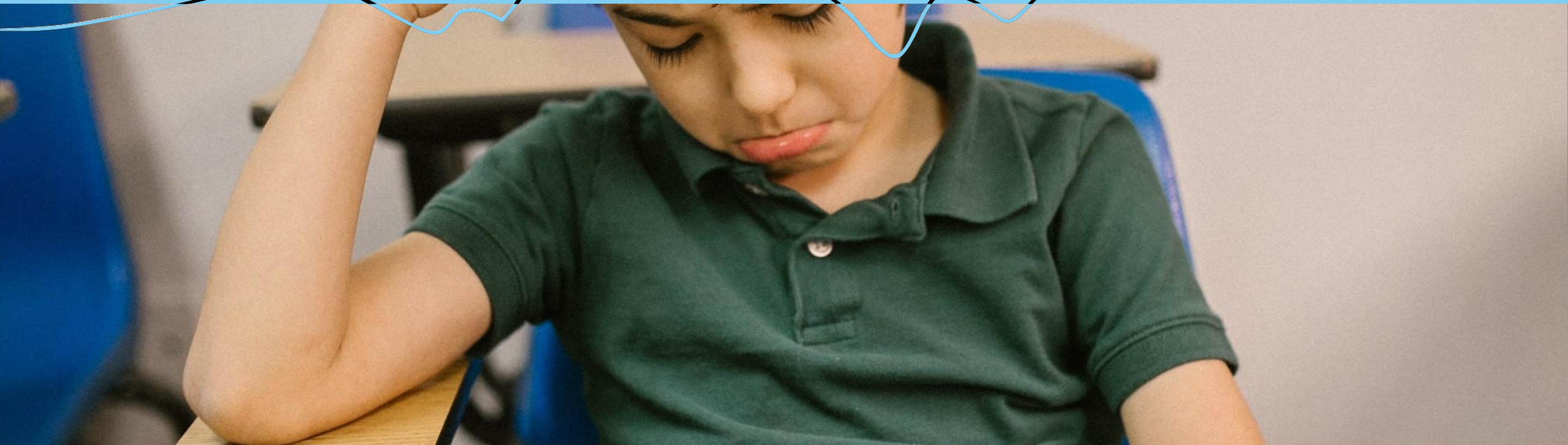
Særlig relevante tjenesteområder:

- Barnehage og barneskole
- Barnevernstjenesten
- Helse- og omsorgstjenestene, særlig helsestasjons- og skolehelsetjenesten
- NAV-kontoret



Åpen

Opplevelser og konsekvenser



Barn som lever i familier med skadelig rusmiddelbruk

Jannes historie

Åpen

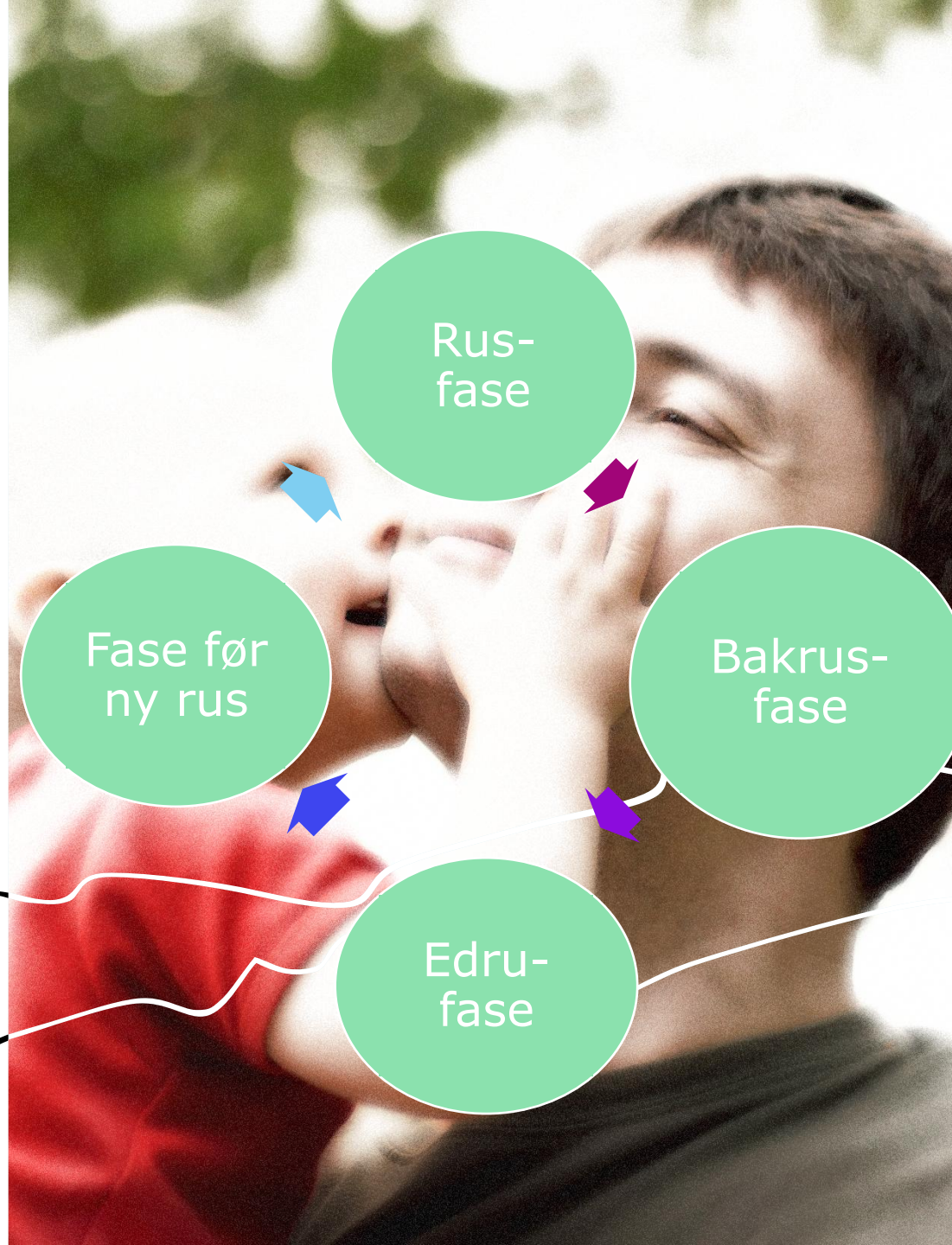
Refleksjon

- Hvilke tanker gjør dere dere etter filmen?



Åpen

- Rusmisbruk følger gjerne en syklus - måten familien organiserer seg på følger denne syklusen.
- I løpet av syklusen forandres forventninger og krav som stilles til barna.
- Dette medfører en ustabilitet som det er belastende for barna å leve med (Frid Hansen)



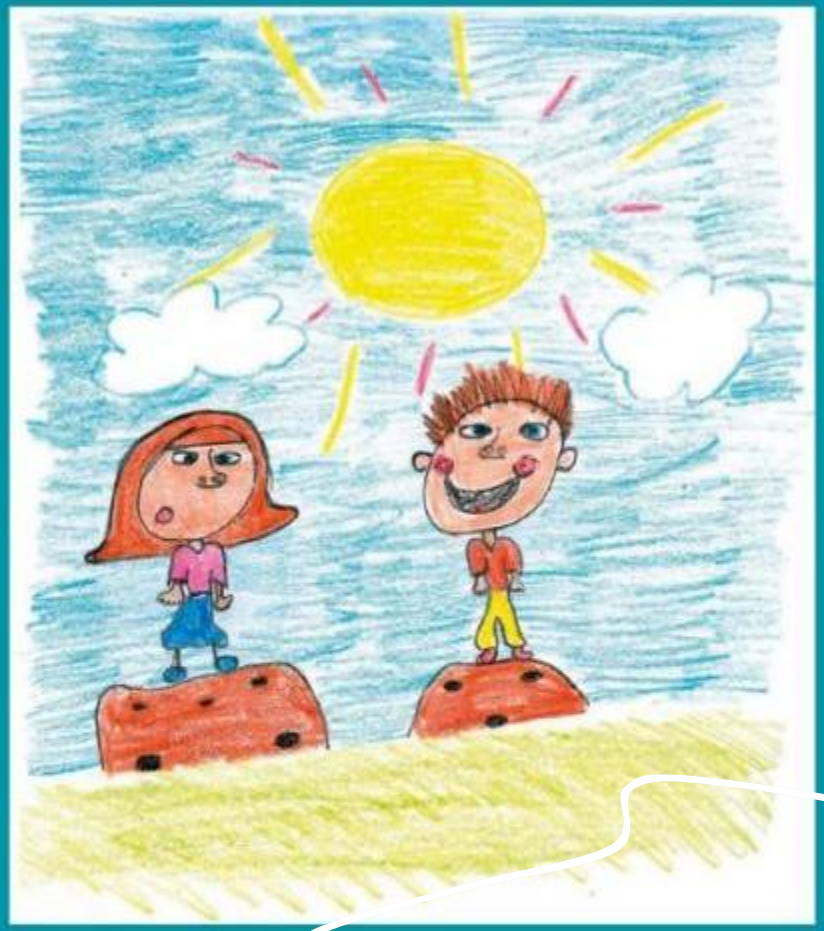
Åpen

- Barn er opptatt av å forsøke og forstå hvorfor mor eller far drikker eller ruser seg.

- Foreldre i rusbehandling rapporterer generelt barnas livskvalitet høyere enn barna selv

- 18% hadde opplevd traumer. Andelen var mye større for TSB sammenlignet med psykisk helsevern og somatikk

- Skam og skyld er viktige nyanser. Denne skammen rammer ikke bare foreldre, men også barna.



Barn som pårørende

– Resultater fra en multisenterstudie

Akershus universitetssykehus · Nordlandssykehuset · Helse Stavanger · Sørlandet sykehus HF · Vestre Viken HF · BarnsBeste

Kilde: Barn som pårørende - Resultater fra en multisenterstudie

Mulige konsekvenser for barna

- Økt risiko for å utvikle rus-, emosjonelle, kognitive, sosiale, psykiske og fysiske problemer
- Uforutsigbarhet, manglende rutiner, brutte løfter
- Stress, uro og konsentrasjonsvansker (når skjer det igjen?)
- Skam og følelse av å være annerledes
- «Ingen er glad i meg» / «Det er min skyld»
- Omvendt rollefordeling
- Økt risiko for vold og overgrep



Kilde: ACE studien (Anda et.al 2008), BarnsBeste.no

Kunnskapsoppsummering 2024 «Barn som pårørende, slik ser hverdagen ut»

- Negative emosjoner
- Ingen snakker om problemene
- Føler seg sviktet av den andre foresatte og hjelpeapparatet
- Redsel for å arve sykdom og redsel for foresattes død

Støttende omgivelser kan bøte på!



Children as next of kin's experiences, practices, and voice in everyday life: a systematic review of studies with Norwegian data (2010–2022)

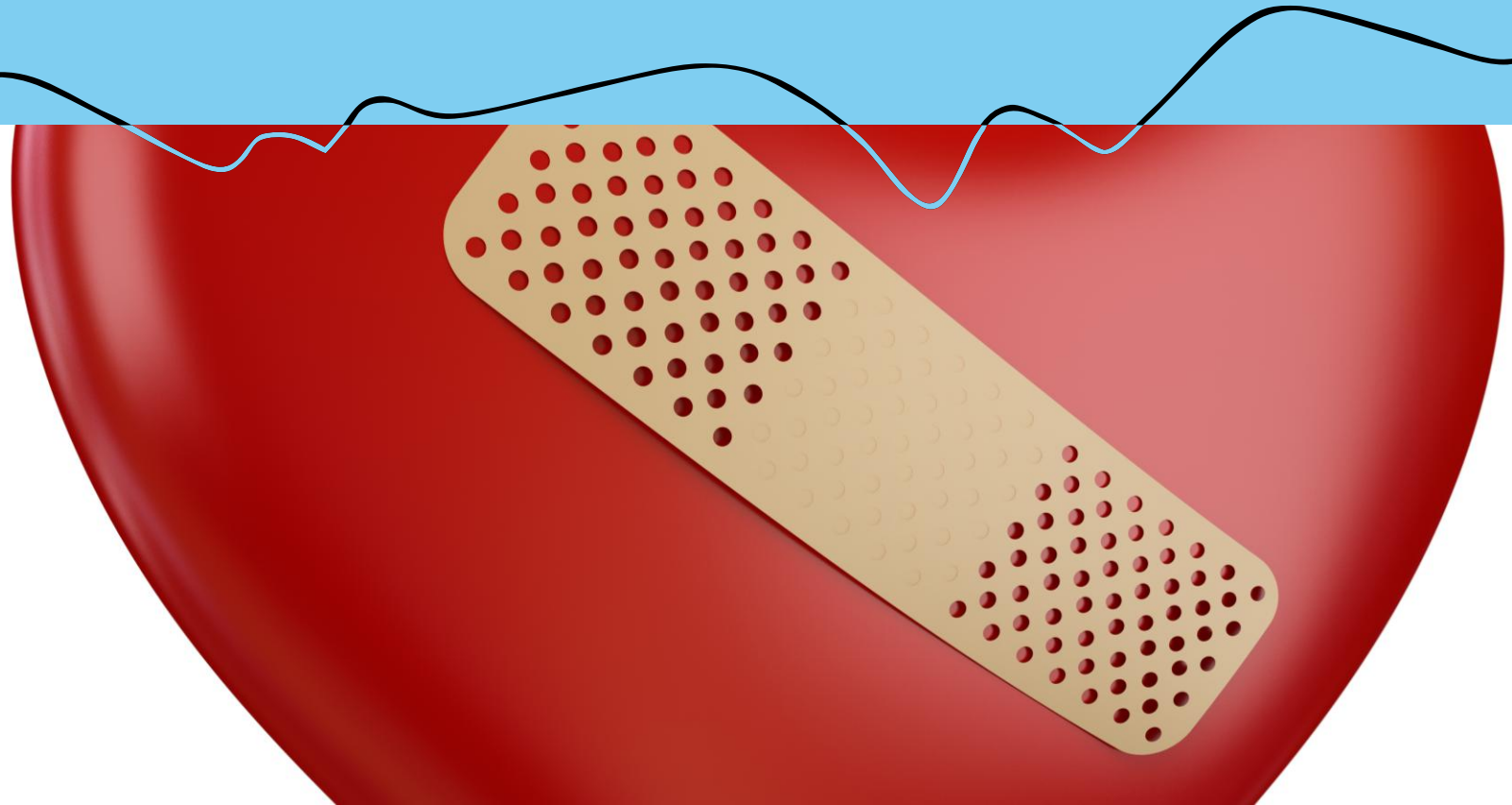
Hva forteller barn/unge når mor/far er rusavhengig?

- Redsel for at forelderen skal dø (Faugli et al. 2021; Trondsen 2012)
- Skuffelse over at alkoholen/rusavhengigheten ikke snakkes med dem om, verken av familiemedlemmer eller hjelpeapparat (Gullbrå et al. 2016, Wangensten et al. 2019)
- Elsk – hat – forhold til den rusavhengige forelderen (Wangensten et al. 2019)
- Står opp for forelderen når nettverket gir dem opp (Wangensten et al. 2019)
- Prøver å skjule forelderen når nettverket gir dem opp (Wangensten et al. 2019)
- Opplever erting, stigmatiserting og mobbing fra jevnaldrende (Wangensten et al. 2020,2021)
- Konsentrasjonsproblemer på skolen (Werner & Malterud 2016)

Åpen

KORUS

Hvordan fange opp og hjelpe?



Mangelfull oppfølging av barn som pårørende

Funn i tilsyn:

- Mangelfull oppfølging av pasienters mindreårige barn
- Mange hadde dokumentert at pasienten hadde barn, men lite dokumentasjon av, eller tiltak overfor barna (Helsetilsynet 2019)

- I tilsynsmelding 2018 viser Statens helsetilsyn til at det i flere saker de siste årene er konstatert brudd på helsepersonells plikt til å gi opplysninger til barneverntjenesten etter Helsepersonelloven § 33

Kilde: Rapport fra Helsetilsynet 7/2019: landsomfattende tilsyn av tjenester til personer med psykisk lidelse og samtidig rusmiddelproblem i 2017–2018

KORUS
Midt

Hvilke barrierer har du for å ta opp temaet rus?

- Det å ha problemer med rus er fremdeles tabubelagt, knyttet til skam og skyld
- Vårt syn på «alkoholikeren» må utfordres
- Vanskelig å skille mellom uproblematisk og problematisk rusbruk
- Manglende kompetanse, verktøy eller tid
- Usikkerhet rundt taushetsplikt



Åpen

Dilemmaer og barrierer?

Redd for å ta feil

Redd for at man overdriver

Redd for å gjøre vondt verre

Redd for at foreldre skal bli sinte

Redd for egne reaksjoner

Redd for avvisning

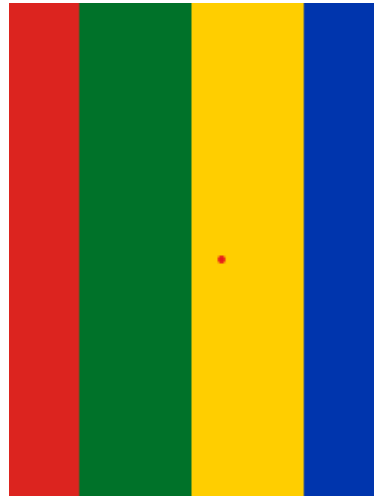
Redd for at det skal gå utover barnet

Redd for å sette i gang noe man ikke har kontroll over

Redd for sitt «gode navn og rykte»

Ikke mitt bord

Kulturelle barrierer?



Åpen

BTI modellen



Tidlig innsats – undring

Definer undringen eller bekymringen for et barn eller en ungdom. Del bekymringen med nærmeste leder, før du eventuelt deler den med foresatte, barnet eller ungdommen.

Tidlig innsats – fra undring til tiltak

Jobb sammen med foresatte, barnet eller undommen for å finne en løsning. I utgangspunktet jobber man her innenfor egen tjeneste uten involvering av andre tjenester i kommunene.

Tidlig tverrfaglig samarbeid

Veiledning og oppfølging i tverrfaglig samarbeid mellom kommunale tjenester, foresatte og barn for å løse utfordringen til det beste for barnet, ungdommen og/eller familien på et lavterskelnivå.

Omfattende tverrfaglig og tverretatlig samarbeid

Utredning og oppfølging etter henvisning til kommunale tjenester og/eller andre henviste tjenester utenfor egen kommune, og/eller utfordringer hvor det er behov for koordinering og mer omfattende tverrfaglig samarbeid og samhandling.for å løse utfordringen.

Trinn:

1 Definer din undrin
2 Del eller drøft bek nærmeste leder
3 Del bekymringen barnet/ungdomm
4 Grunn til videre o
5 Avslutt saken

Nivå 0

Tidlig innsats – undring

Er du urolig for et barn? Del det med kollega/nærmeste leder i egen virksomhet, før du eventuelt deler den med foresatte/barnet.

Trinn:

1 Definer uroa for et barn
2 Drøft uroa
3 Del uroa med barnet/foresatte
4 Grunn til videre oppfølging?
5 Avslutt saken

Nivå 1

Tidlig innsats – fra undring til tiltak

«Hvilke tiltak kan gjøres innenfor egen virksomhet?»

Samarbeid mellom foresatte/barn og egen virksomhet for å finne en løsning.

Trinn:

1 Samtykke til stafettlogg
2 Skap felles forståelse
3 Iverksett tiltak
4 Evalueringsmøte - drøftingsdel
5 Evalueringsmøte – beslutning om veien videre

Nivå 2

Tidlig tverrfaglig samarbeid

Tverrfaglig samarbeid mellom barn/foresatte, egen virksomhet og èn annen kc for å løse

Trinn:

1 Samar oppsta
2 Samar planle
3 Iverks
4 Evalue drøftir
5 Evalue beslut videre

Nivå 3

Omfattende tverrfaglig samarbeid

Tverrfaglig samarbeid mellom barn/foresatte, egen virksomhet, flere

https://steinkjer.bedreinnsats.no/bti-modellen/

En trygg og god oppvekst i Steinkjer - for alle

Steinkjer kommune | Språk | Søk | Meny

Nivå 0

Tidlig innsats – undring. Definer undringen eller bekymringen for et barn eller en ungdom. Del den med nærmeste leder, før du eventuelt deler den med foresatte, barnet eller ungdommen.

Trinn:

1 Utforsk din uro eller bekymring
2 Del uro eller bekymring

Nivå 1

Tidlig innsats – fra undring til tiltak. Jobb sammen med foresatte, barnet eller ungdommen for å finne gode mål og tiltak både hjemme og på enheten. I utgangspunktet jobber man her innenfor egen tjeneste uten involvering av andre tjenester i kommunen. Internt ressursteam regnes her som internt på egen enhet, og kan benyttes til drøfting ved behov.

Trinn:

1 Skap felles forståelse for behov, mål og tiltak
2 Mål og tiltak

Nivå 2

Tidlig tverrfaglig samarbeid. Drøfting og veiledning i tverrfaglig samarbeid på et lavterskelnivå mellom aktuelle fagfolk i kommunen, foresatte og barn for å løse utfordringen til det beste for barnet, ungdommen og/eller familien.

Trinn:

1 Ei dør inn
2 Drøfting, veiledning og kartlegging
3 Mål og tiltak

Nivå 3

Omfattende tverrfaglig og tverretatlig samarbeid. Utredning og oppfølging etter henvisning til kommunale tjenester og/eller andre henviste tjenester utenfor egen kommune, og/eller utfordringer hvor det er behov for koordinering og mer omfattende tverrfaglig samarbeid og samhandling.

Trinn:

1 Saker direkte på nivå 3
2 Møte med aktuell(e) instans(er)
3 Utredning og tiltak

Åpen

De som møter voksne

- Voksne som mottar behandling
- Voksne med utfordringer som har barn.
- Voksne med særskilte utfordringer
- NAV, Legekontor, helse og sosialtjenester, Hjemmehjelp/hjemmespl., rus/psykisk helsetjeneste, Spesialfunksjoner som kreftsykepleier, traumeteam, oppfølging etter selvmord
- Kollegaer? Arbeidsgiver?

Risiko og beskyttelsesfaktorer



Åpen

De som møter barn

Barnas signaler: Hva ligger bak?

Familieproblemer?

Utrygg tilknytning?

Oppdragerstil?

Psykisk lidelse?

Annet?

Vold, overgrep?

Mobbing?

Fattigdom?

Rus?

Risiko- og beskyttelsesfaktorer



Åpen

Behov hos barn som pårørende

- Åpenhet og informasjon. Barn trenger å forstå det de ser og opplever – de trenger et språk
- De trenger noen som ser dem og kan hjelpe dem å sette ord på sin situasjon
- De trenger anerkjennelse og deltakelse
- De trenger pause og støtte
- Rutiner og forutsigbarhet
- Noen kan trenge praktisk hjelp

➢ ***Det barn ikke vet har de vondt av***



Kilde: Barns beste

Åpen

10 ønsker fra et pårørende barn i møte med helsepersonell



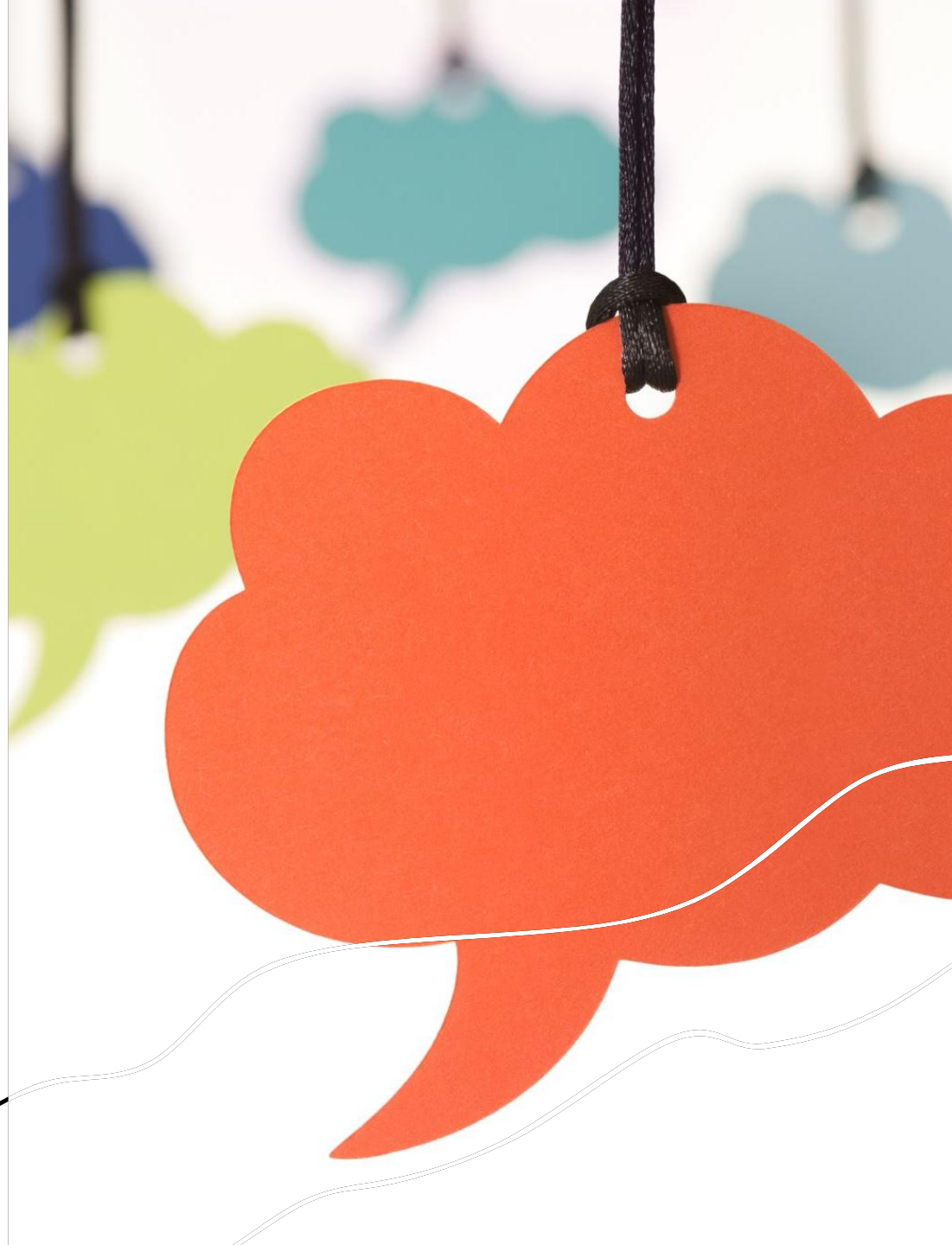
1. Se på meg og lær deg navnet mitt
2. Smil til meg
3. Spør om jeg trenger noe
4. Våg å se meg i øynene
5. Vis vilje til å se verden fra mitt perspektiv
6. Still meg heller åpne spørsmål
7. Legg fra deg permene og nøklene når du prater med meg
8. Fortell meg at det er greit å gråte
9. Gi meg lov til å være et barn
10. Vær deg selv, slik *du er*

Kilde : [Barnsbesteblogg]

Samtale med foreldre som mottar hjelp

- Få foreldrene til å snakke om barna, hva de vet, hvordan de har det osv.
- Støtt foreldre om de ønsker å informere barna selv - bistå med planlegging og veiledning
- Hvis ikke; snakk med barnet selv, evt. sammen med foreldre
- Skaff samtykke – motiver til åpenhet

[Motiverende samtale/Motiverende intervju (MI) | KORUS]



Kilde: BarnsBeste

Undersøk hva de vet om nødvendigheten av at barna får informasjon og oppfølging – tilby informasjon

- Det er vanlig at foreldre prøver å beskytte barn gjennom å forsøke å holde rusbruken skjult.
- Barn lager ofte sine egne forklaringer når de ikke vet/ får informasjon, «Det barn ikke vet har de vondt av»
- «Elefanten i rommet», stemningen i familien, familier kan bli preget av taushet (skam, tabu, hemmelighold)
- Barn forteller ofte ikke hvor vanskelig de har det, de kan ha en sterk lojalitet og kan være redd for å såre sine nærmeste
- De kan miste fokus på egne følelser og behov og tar omsorgen for den som ruser seg
- De har økt risiko for å utvikle rus-, emosjonelle, kognitive, sosiale, psykiske og fysiske problemer

Å få informasjon om det som skjer er en beskyttende faktor!

- **Undersøk hva de tenker om informasjonen de har fått U-T-U**

Åpen

Refleksjon

-Hvor god er dere på å identifisere og dokumentere?

-Hva med å etterspørre behov for informasjon og oppfølging?

-Hvilke tanker gjør dere dere rundt deres rolle rundt disse barna?



Åpen

Når mageføleIsen er der, eller barnet forteller..



Åpen

11 på – Inngangsspørsmål til barn om rus

Barn av Rusmisbrukere

[Ly – for deg med oppvekst preget av voksnes rus]

KORUS Sør

1. **Hvordan er lørdagene hjemme hos deg? Og søndagene?**
2. **Hvordan er julaften?**
3. **Hvordan feirer dere bursdag?**
4. **Hva gjør de voksne når de skal feire?**
5. **I hvilke situasjoner hjemme er du redd?**
6. **Hvem kan trøste deg?**
7. **Hvordan er det for deg når mamma eller pappa drikker alkohol?**
8. **Har du noen gang opplevd at mamma og pappa blir for voldsomme sånn at det blir for mye? Hvordan da?**
9. **Hva skulle du ønske at mamma og pappa gjorde mindre av?**
10. **Hva skulle du ønske at mamma og pappa gjorde mer av?**
11. **Hva vil du jeg skal gjøre? (med det du har fortalt meg)**

Kilde: [KORUS sør og BAR 11 på]

Den nødvendige samtalen



Åpen

Målet med samtalen

Motiverende samtale/Motiverende intervju (MI) | KORUS

Foreldrenes opplevelse av likeverd og respekt i samtalen vil være avgjørende for det videre samarbeidet.

- **styrke foreldrenes omsorgsrolle** i barnets/ungdommens liv
- bygge **relasjon**
- dele **bekymringer** dere har for barnet/ungdommen med foreldrene
- skape et **samarbeid** med foreldrene, for å sikre barnets/ungdommens utvikling og trivsel
- sette i gang **prosesser** som kan hjelpe barnet/ungdommen (og familien)
- **avklare** om det er behov for ytterligere støtte fra andre instanser

Åpen

Tverrfaglig hjelp – hvordan?

Hva tenker du din tjeneste kan bidra med for å hjelpe barn som pårørende?

Hvordan jobbe godt sammen?



Åpen

Samtykke er nøkkelen til deling av opplysninger og tverrfaglig samarbeid.

Foreldre og barns rett til å medvirke er helt sentralt for å få til godt samarbeid

Egne regler om medvirkning i alle de aktuelle lovverkene

[Motiverende samtale/Motiverende intervju (MI) | KORUS]

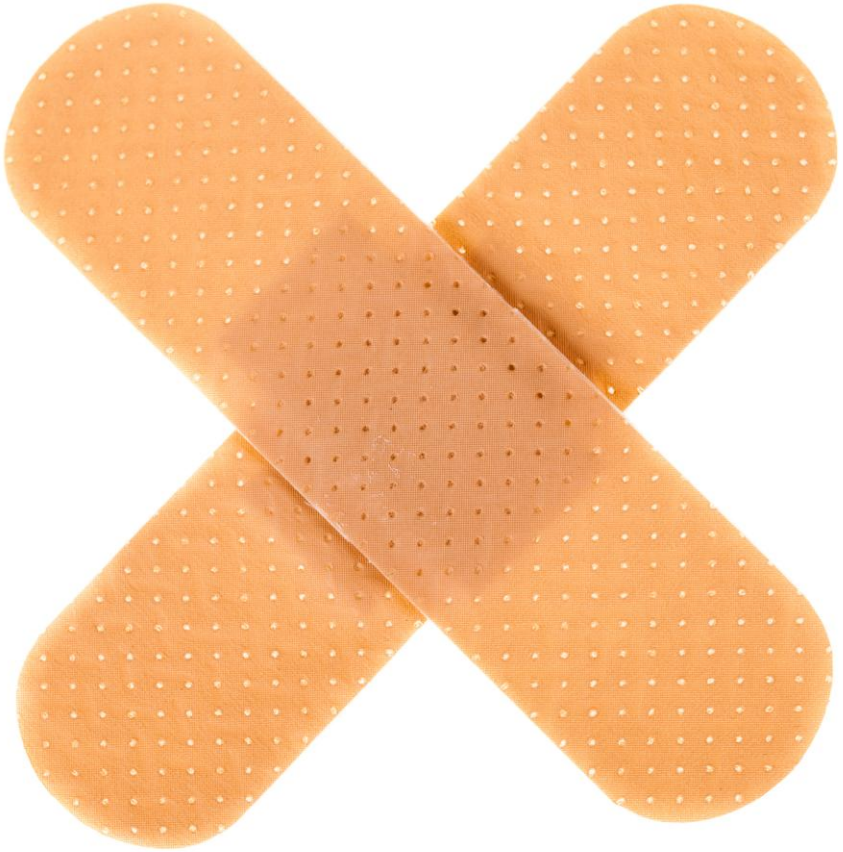


Åpen

Hvordan hjelpe?

Hva finnes av hjelpetilbud for barn som pårørende hos dere?

Hva skulle du ønske fantes?





Det er fint med profesjonell terapi, men et godt møte med et annet menneske tror jeg er det aller beste forebyggende helsearbeidet i verden. Det å bli sett. Det kan berge et menneske, bokstavelig talt. Og det er ikke så mye som skal til. Alt som trengs, er litt mot.

-Marco Elsafadi

Kunnskapgrunnlag
E-læring
Video
Materiell
Digitalt samtaleverktøy

BarnsBeste
Nasjonalt kompetansenettverk
for barn som pårørende

Åpen

Relevant informasjon:

Familie og barn | Korus

Å ha en mamma som er alkoholiker - Elisabeth levde "i skyggen av rusen" - YouTube

Hvordan hjelpe barn som er pårørende "ut av skyggen"? – YouTube

Tegn og signaler hos barn – YouTube

Samtaler med barn | Spontane samtaler | KORUS - YouTube

Multisenterstudie: BSP 5 HS (helsedirektoratet.no)

Nytt fagunivers på kunnskapombarn.no om psykisk helsetjeneste for barn og unge - Kunnskap om barn og unge fra RKBU og RBUP

Åpen

KORUS

Takk for meg og
lykke til med
videre arbeid!!

Åpen