

NÄR MAMMA ELLER PAPPA ÄR
PSYKISKT SJUK

Hur är det och hur kan vi hjälpa?

Annemi Skerfving

Institutionen för Socialt arbete Stockholm

Sverige omkring år 2000

- **Familjen** – förändrade könsroller; skilsmässor och separationer; nya regler och förväntningar på vårdnad och umgänge; barnens roll i familjen att finnas till känslomässigt för båda föräldrarna.
- **Vuxenpsykiatri** – från mentalsjukhus till öppenvård i hemmet. Barnen berördes mer direkt av föräldrarnas problem.
- **Socialtjänsten** – en ökad strävan att hålla familjer samman, kontaktfamiljer, stöd i hemmet .
- **Ett förändrat samhälle** – urbanisering, migration, segregation och barnfattigdom.
- **En förändrad syn på barn** – nu som kompetenta individer med rättigheter, åsikter och rätt till delaktighet.

Hur många är de?

Hjern & Manhica, 2013 för Nka

- Minst en förälder som har vårdats inneliggande på sjukhus för psykisk sjukdom, missbruk av alkohol eller droger.
- Totalt 8 % av alla barn födda i Sverige 1987-89, före 18 år
- Psykisk sjukdom vanligast – ca 6 %
- Alkoholmissbruk 2,5 %
- Drogmissbruk 1,5%
- Under ett enskilt genomsnittligt år 2006-2008 cirka 26 000 barn i åldern 0-17

Barn till föräldrar med psykisk ohälsa – olika perspektiv

- ”Barn i riskzonen” att utveckla egna problem – ett **riskperspektiv**.
- Barn som på nära håll upplever sin förälders problem – ett barnperspektiv.
- ”Barn som anhöriga” till föräldrar med problem som påverkar barnets liv – ett **anhörigperspektiv**.

Riskperspektivet

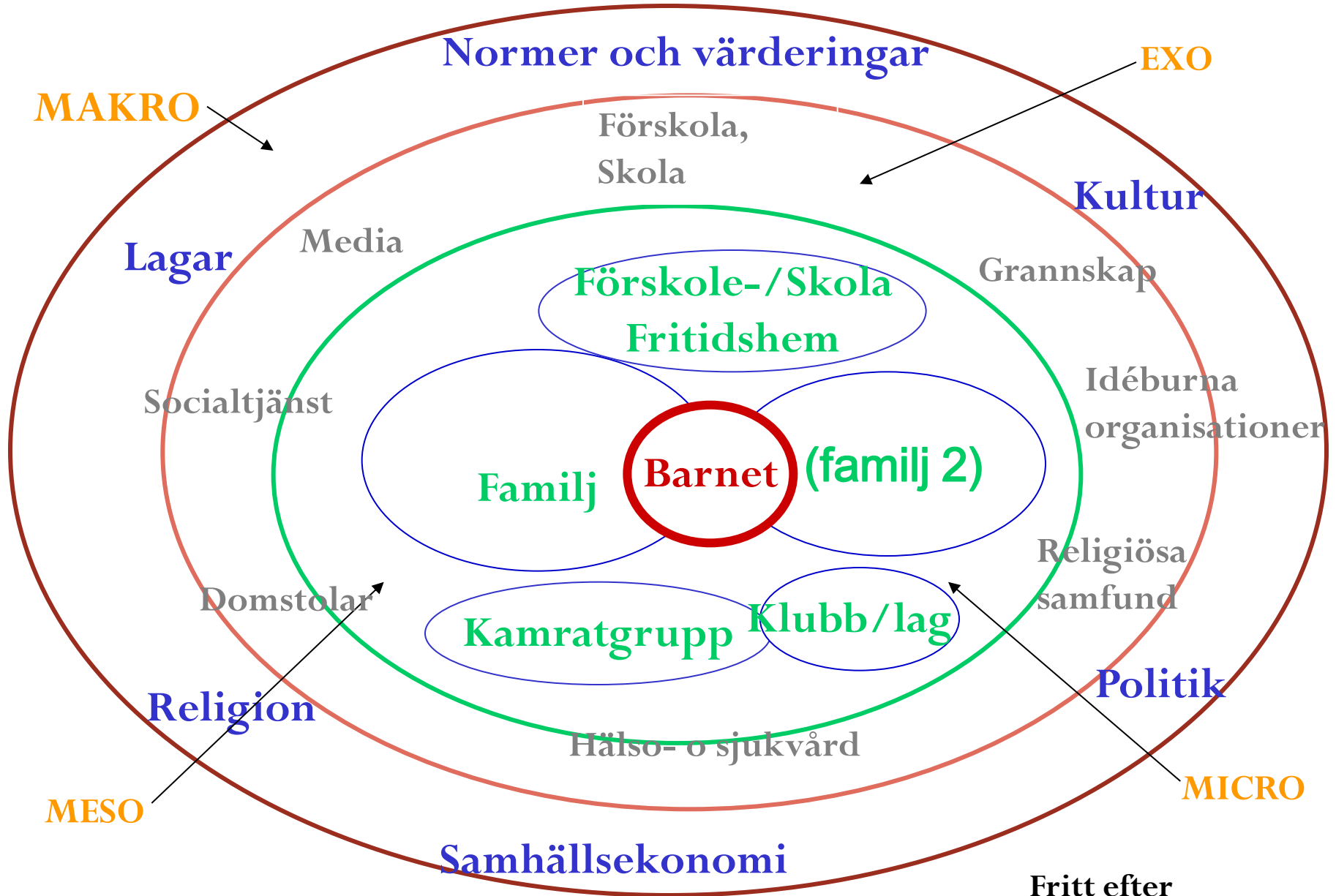
- Barn till föräldrar med missbruk/psykisk sjukdom har en genetiskt betingad sårbarhet.
- Missbruk ca 55%; schizofreni 10%; bipolär 15-20% depression 45%-60% risk.
- Riskfaktorer i familjen och omgivningen bidrar till att problemen utvecklas.
- Skyddande faktorer kan väga upp och bidra till en positiv utveckling.

Hur går det?

Social rapport 2006, www.socialstyrelsen.se

- Fördubblad risk för psykisk ohälsa, skador av våld, samt missbruk jämfört med normalpopulationen.
- Förhöjd risk för självmord/ självmordsförsök.
- Tonårsföräldraskap vanligare (särskilt för flickor).
- Socioekonomiska faktorer påverkade alla resultat.
- Långvarigt ekonomiskt bistånd den främsta enskilda riskfaktorn (inte förälderns psykiska ohälsa).
- De allra flesta barnen klarar sig utan stora problem.

Barn finns i ett sammanhang



Fritt efter
Bronfenbrenner

Riskfaktorer

- **Barnet** – medfödda eller tidigt förvärvade problem -
bristfällig anknytning; begåvningsbrister; beteendeproblem;
utsatt för mobbing.
- **Föräldrarna** – missbruk, psykisk sjuk, kriminalitet, låg utbildning,
tonårs- och ensamföräldraskap
(Ringbäck-Weitofte mfl 2003; Social rapport 2006).
- **Familjen** – föräldrakonflikter, separationer, förluster, vanvård,
försummelse, misshandel, social isolering, fattigdom (beroende av
ekonomiskt bistånd Social rapport 2006).
- **Omgivningen** – problembelastat familjenätverk, asociala kamrater;
bristande samhällsservice – (förskola/skola, socialtjänst osv.)
- att leva i ett problembelastat grannskap.
- Den ackumulerade tyngden av många riskfaktorer avgör
– 1 riskfaktor innebär ingen förhöjd risk;
3 eller fler riskfaktorer innebär HÖG RISK.

Skyddande faktorer

- **Barnet** – personlighet och beteende – lagom aktiv, utåtriktad, **god självkänsla**, relativ begåvning, **varaktiga** känslomässiga relationer, **hoppfullhet**.
- **Familjen** – goda föräldra-barnrelationer, minst en välfungerande förälder, positiva förebilder, att vara (lagom) behövd.
- **Omgivningen** – skola (förskola) och fritid **positiva arenor**, som kan bidra till en **god självbild**; **stöd från vuxna** utanför familjen.
- De skyddande faktorerna **förhindrar negativa kedjereaktioner** och processer och bidrar till **resilience** – motståndskraft, återhämtningsförmåga

Anhörig perspektivet

- Föräldrarnas problem berör **hela familjen**, särskilt barnen, som inte kan välja bort sin förälder eller lämna sitt hem.
- Barnet är en egen person, men är **beroende** av sina föräldrar praktiskt och känslomässigt
- Att **inte förstå eller kunna påverka** sin situation gör att man är utelämnad och inte kan be om hjälp.
- Alltför stora påfrestningar bidrar till att barnen kan få egna problem.

Ny lag från 2010 01 01- Ett år har gått - vad har hänt?

- **Hälso- och sjukvårdslagen (HSL) § 2 g:**

Hälso- och sjukvården **ska** särskilt beakta ett barns behov av information, råd och stöd om barnets förälder eller någon annan vuxen som barnet varaktigt bor tillsammans med

- 1. har en psykisk störning eller en psykisk funktionsnedsättning,
- 2. har en allvarlig fysisk sjukdom eller skada, eller
- 3. är missbrukare av alkohol eller annat beroende- framkallande medel.
- Detsamma gäller om barnets förälder eller någon annan vuxen som barnet varaktigt bor tillsammans med oväntat avlider.
Lag (2009:979).



Vad barnen berättar

- **Stigma** – känsla av att vara annorlunda och ensam
- **Svåra känslor** - skuld, skam, sorg, besvikelse, ilska
- **Ansvar** - omvänt föräldra-barnförhållande (young carers)
- **Föräldrakonflikter** - skilsmässor och ”umgängesplikt”
- **Omsorgsbrist** – när ingen tar ansvar i familjen
- **Dramatiska händelser** – när föräldern ”mister förståndet”.
- **Rädsla** – föräldern som två personer, ”Jekyll/Hyde”
- **Ambivalens eller avståndstagande** till föräldern
- **Oro** att föräldrarnas ska ta sitt liv.
- **Egna tankar på döden** och suicidförsök.
- **Problem och trauman** i släkt nätverket.
- **Bristfälliga professionella insatser**

STIGMA – ensamhet, annorlundaskap

- *Ja, jag fick ju reda på ... jag kände alltid innan att det var bra jag som hade problem kring familjen. Att alla familjer hade det bra förutom jag. Sedan när jag väl kom hit så förstod jag ju att det faktiskt var andra familjer som hade det likadant. Det hade jag aldrig förstått. Det trodde jag aldrig. Det var bara jag och min bror som hade problem. När jag kom hit så jaha liksom, jag får höra att andra hade problem precis som jag. Det kändes jättebra faktiskt.*
- Flicka 14 år

OMSORGSBRIST

- Det är väl att vi har inte haft någon uppväxt... Det är att vi inte har några riktiga föräldrar. Det är riktiga biologiska föräldrar, men dom beter sig inte så. Det är svårt. Jag fick vara förälder till morsan och farsan förut.

Pojke 17 år

FÖRÄLDRAKONFLIKTER UMGÅNGESPROBLEM

- *...../ ... Just då under den perioden, då bodde jag hos pappa men sedan skulle jag bo hos mamma tre veckor, och det var då det blev helkonstigt. Jag ringde pappa och då var allting "bara bra". Pappa och mamma pratar inte med varandra heller, så det var bara jag som visste.*

Sedan en dag skulle jag till skolan och då sa mamma: "När jag gick upp i natt och kollade in till dig så trodde jag att du var död. Du bara låg där och jag trodde du var död". Sen sa hon: "Ja jag vet det att i kväll klockan 22 så kommer det någon och ska mörda mig. Du måste hjälpa mig". Jag sa "det kommer ingen och mördar dig". "Jo, jag vet att det kommer att hända". "Sluta nu vad håller du på med" och hon bara låg i sin säng och "det kommer någon". Jag bara, "nej men skärp dig, sluta prata så där" och så ville inte jag lyssna mer så jag gick därifrån och sen gick jag till skolan och sedan när jag skulle gå hem så kom pappa och hämtade mig för att då hade en kompis ringt till mamma och mamma hade varit helt borta så att hon hade ringt efter hjälp så då åkte mamma in på sjukhuset i alla fall.

Flicka 14 år.

Vad hjälper?

- En **stödjande socialt fungerande** andraförälder - allra viktigast!
- **Kunskaper** och förklaringar till förälderns problem
- Öppenhet - att få tala om problemen, **skratta**
- Delade erfarenheter - träffa andra, **stödgrupp**
- En positiv **skolsituation** - ger självförtroende
- Förtroendefulla **relationer** – kamrater, vuxna
- Intressen och annat som ger **glädje**
- Bra familjehem och kontaktfamiljer
- Negativa erfarenheter kan ge **styrka och empati med andra.**

Olika slags barndomar

- **Välordnad barndom** – välfungerande andraförälder - känslomässiga påfrestningar största problemet.
- **Komplicerad barndom** – föräldrakonflikter, oförmåga att samarbeta, skydda och stödja barnet. Indragenhet och/eller ensamhet (särskilt flickor).
- **Problemtyngd barndom** – flera problem i familjen, missbruk, dålig ekonomi, syskon med egna problem. Försummelse och/eller ansvarstagande (caring).
- **Utsatt barndom** – ingen fungerande förälder, bristfälliga professionella insatser. Familjehemsplacering. Egna problem hos barnen.
- **Kön, relationer, problematik, socioekonomi!**

Olika slags barndomar

- **Välordnad barndom** – välfungerande andraförälder - känslomässiga påfrestningar största problemet.
- **Komplicerad barndom** – föräldrakonflikter, oförmåga att samarbeta, skydda och stödja barnet. Indragenhet och/eller ensamhet (särskilt flickor).
- **Problemtyngd barndom** – flera problem i familjen, missbruk, dålig ekonomi, syskon med egna problem. Försummelse och/eller ansvarstagande (caring).
- **Utsatt barndom** – ingen fungerande förälder, bristfälliga professionella insatser. Familjehemsplacering. Egna problem hos barnen.
- **Kön, relationer, problematik, socioekonomi!**

Slutsatser

- Svårare om **mamma har problem** än om pappa har det
- Föräldrarnas förmåga att **samarbeta om barnen** är av avgörande betydelse – kan behövas hjälp!
- Barn behöver **minst en** välfungerande förälder som kan ge skydd, stöd och omsorg och företräda barnet.
- Både barn och föräldrar behöver **information** och stöd och att göras delaktiga – (inte minst pappor).
- **Det finns hjälp att få** – spädbarnsverksamhet; familjesamtal; tex Beardslees familjeintervention; Föra barnen på tal; Barnkraft; Stödgrupper; föräldrautbildning
- Det behövs ett **familjeperspektiv** i arbetet, där även **barnen** syns som egna individer..

Användbara länkar

- <http://www.anhoriga.se/anhorigomraden/barn-som-anhoriga/>
- <http://www.maskrosbarn.org/>