

Psykiatrin måste fokusera mer på barnen

"Barnen har inte fått någon hjälp relaterat till föräldrarnas sjukdom". Det svaret är genomgående i de intervjuer som projektet "Barn som anhöriga inom psykiatrin" har gjort både med brukare och med brukares barn i Sverige och Danmark.

Under hösten 2012 genomfördes en kartläggning inom ramen för det svensk-danska projektet "Barn som anhöriga inom psykiatrin". Personal i Psykiatri Skåne och Region Hovedstadens Psykiatri fick svara på frågor om hur man bemöter barn och vilket stöd i första hand de men även deras föräldrar som är patienter erbjuds. Syftet var att ta reda på var det finns störst behov av att stärka insatserna så att det kan ske en förbättring.

Projektet har också velat få en inblick i barnens och deras föräldrars upplevelser av psykiatrin, få höra vilken hjälp de har fått och vad de önskar att de hade erbjudits. Därför gjordes under sommaren 2013 ett 20-tal intervjuer med tonåringar i både Sverige och Danmark som har vuxit upp med en förälder med en psykisk sjukdom och med föräldrar som är eller har varit patienter inom psykiatrin. Kontakten med de som deltog förmedlades via olika brukarorganisationer.

"De sa hej till dem och hej då till dem, inget mer...", (förälder).

Intervjuerna har sammanställts under hösten och det finns flera gemensamma drag i svaren. Det man kan konstatera är att de intervjuade säger att de inte kan uttala sig specifikt om hjälpen de har fått eftersom de upplever att de inte har fått någon hjälp.

- Det är sorgligt, men inte så förvånande. Det stämmer överens med den bild som kartläggningen till stor del ger – att psykiatrin inte alltid gör det den ska i förhållande till barnen, säger Lisbeth Juhlin som är projektledare.

Hon jobbar själv inom Psykiatri Skåne som kurator och har varit med och gjort intervjuerna i Sverige, deltagarna har varit spridda över flera skånska kommuner.

Med tanke på att det inte handlar om mer än ett 20-tal intervjuer totalt understryker hon att man inte kan dra några generella slutsatser av resultatet.

- Men att alla så samstämmigt ger den här bilden av psykiatrin visar ju på någonting, säger hon.

"Det har betytt mycket för mig. Det har varit väldigt skönt för nu vet jag att jag inte är den enda som har en mamma som är psykiskt sjuk".

Barnen lyfter fram att psykiatrin borde vara mer "genomskinlig" och mer öppen för att barnen ska förstå vilken hjälp som finns att tillgå och för att de också ska våga söka sig till den hjälpen. Några säger att de gärna hade velat ha samtalsstöd utanför familjen, men att de inte fick det eftersom föräldern inte klarade av att själv söka hjälpen. Under intervjuerna framgår det att föräldrarna är osäkra på vilken hjälp deras barn och de själva har rätt till.

Barn som via socialtjänst har fått delta i barngrupp har varit väldigt glada för det, det hade stor betydelse för dem att få träffa andra i liknande situation och se att de inte var ensamma. Flera av de intervjuade tycker att sådana grupper alltid borde erbjudas inom psykiatrin.

”Om det hade varit någon som hade tagit kontakt med mig, det hade varit mycket bättre. Då hade jag tackat ja med en gång. Men det där med att själv behöva kontakta folk och veta vem och när... Det tycker jag har varit svårt”, (förälder).

Under sin uppväxt har alla de intervjuade barnen funderat mycket på varför föräldern inte mår bra och vad sjukdomen innebär. Det finns en rädsla bland både föräldrar och barn att det är något ärftligt. Det barnen efterfrågar mest av allt är kunskap om föräldrarnas sjukdom. Samtidigt säger föräldrarna att de inte själva har vetat hur de ska berätta för sina barn om sin sjukdom och de önskar att de hade fått hjälp med det av psykiatrin. Föräldrarna är i huvudsak samstämmiga kring att de hade tagit emot mer hjälp om de bara hade förstått att möjligheten fanns eller om psykiatrin hade erbjudit den. Hjälpen efterfrågas oberoende av om familjen har ett stort nätverk eller inte. Grundprincipen borde vara att alla barn och föräldrar erbjuds samma hjälp, om inte psykiatrin tar initiativet och ställer frågan är risken stor att även de som behöver stöd och hjälp allra mest inte får det.

”Jag var rädd för att mina barn skulle tas ifrån mig. Jag kände det som att nu kommer sanningen fram och jag var otroligt rädd inför det. Någonstans vet jag ju att jag är en bra mamma, men jag vet också utmärkt väl att det finns saker som jag inte är så bra på. Men det var svårt att veta hur dålig jag var jämfört med andra föräldrar”.

Gemensamt för de intervjuade föräldrarna är att de alla vill sina barns bästa, samtidigt har de känt en stark rädsla för att barnen ska tvångsomhändertas på grund av deras psykiska sjukdom. Rädslan har i vissa fall hindrat föräldern från att söka hjälp helt eller vänta tills barnen har blivit äldre och risken för tvångsomhändertagande minskat.

- Relationsskapande och att som brukare eller som barn till en förälder med en psykisk sjukdom känna tillit till psykiatris personal var också något som lyftes. Det kom fram som en viktig aspekt genomgående, säger Madeleine Karlsson. Hon var med och gjorde intervjuerna i Sverige och noterar att det såg likadant ut i Danmark.

- Genom att verkligen tänka på att skapa goda relationer och bygga upp en tillit släpps personalen in i familjen. På det sättet kan de i större utsträckning hjälpa både föräldrarna och barnen, säger hon.

Det framkommer också i intervjuerna att föräldrarna i olika utsträckning tvivlar på den egna föräldraförmågan och att de i det avseendet inte upplever att de har fått hjälp från psykiatrin. Föräldrarna efterlyser föräldrakurser där man får stöttning i sin föräldraroll med fokus på skuld och skam och att räcka till som förälder.

”Jag tror inte att det finns tid, det finns inte resurser till det. Det finns inte tillräckligt med personal”, (förälder).

”De har vetat att min man har funnits där så vi har inte blivit erbjudna något”.

Att hjälpen har uteblivit i så stor utsträckning trots att det finns både riktlinjer och lagstiftning för hur personalen inom psykiatrin ska agera i förhållande till barn och deras föräldrar tolkar föräldrarna inte som

brist på engagemang. De tror främst att det beror på för lite personal och resurser. I några av intervjuerna framhålls det särskilt att upplevelsen har varit att så länge det har funnits en frisk förälder med i bilden så har ingen hjälp erbjudits varken till barnen eller till familjen i stort.

”Det finns ju rätt många föräldrar som blir inlagda en längre tid. Barnen måste kunna få lov att komma på besök till avdelningen utan att få en chock”.

”När man tittar in i de där små instängda rummen så ser det väldigt otäckt ut”, (barn).

Både barn och föräldrar upplever psykiatrien som något främmande och skrämmande. Flera av de intervjuade föräldrarna säger att de hade önskat att psykiatriska avdelningar framstod som mer barnvänliga generellt. När man själv upplever atmosfären som skrämmande kan det göra att man inte vill att ens barn kommer på besök, det blir en svår avvägning när man samtidigt tror att det är viktigt att barnen får se var föräldern är när den är inlagd. Det kan också vara så att föräldern tackar nej till att bli inlagd av rädsla för att barnet ska bli traumatiserat. Psykiatrien skulle kunna göras mer välkomnande för barn genom att ha lekrum eller gemensamma uppehållslokaler med leksaker och fika till barn och föräldrar. En förälder föreslår en särskild avdelning med familjär känsla där barn kan bo när deras föräldrar är inlagda så att det ges möjlighet till en bra kontakt mellan barn och förälder.

”Jag fick inte säga något och min kille var aldrig hemma hos oss, fastän vi var ihop i flera år. Ingen skulle få träffa min pappa”.

De intervjuade barnen säger att det innebär flera utmaningar att växa upp med en förälder med psykisk ohälsa. De har bland annat känt starka känslor av skuld och skam över förälderns sjukdom och de har även känt sig arga, rädda, ledsna och likgiltiga gentemot föräldern. Barnen upplever att psykisk sjukdom är tabubelagt och att det gör deras situation ännu svårare. Skammen över att ens förälder har en psykisk sjukdom kan innebära att man väljer att inte ta hem sina vänner eller sin pojk- eller flickvän. Någon berättar om utsatthet i form av mobbning i skolan relaterat till förälderns sjukdom. Som ett konkret förslag till vad psykiatrien skulle kunna göra nämns samverkan med skolan kring psykisk sjukdom, som ett sätt att minska stigmatiseringen.

Det här är inte en heltäckande redovisning av intervjumaterialet utan en kort sammanfattning. Meningen är att ge en bild av hur föräldrar och deras barn upplever psykiatriens insatser för barn till föräldrar med en psykisk sjukdom och för föräldrar som är patienter.

- Psykiatrien har stora förbättringsmöjligheter när det gäller att stärka barnen i deras situation och att stärka föräldrarna i deras föräldraroll. Och alla måste få samma grundläggande erbjudande om hjälp och stöd, säger Lisbeth Juhlin.

(Citaten är hämtade från intervjuerna.