

Att växa upp med alkohol eller andra droger i familjen

Kunskapsstöd om barns behov och rätt till stöd när föräldrar
har ett skadligt bruk eller beroende

Agnes Lundström & Maria Boustedt Hedvall

Socialstyrelsen 2025

//

Jag önskar att någon hade sett mig och lyssnat på mig istället för att bara titta bort. Om jag hade fått hjälp redan som liten hade det kanske sett annorlunda ut idag, och kanske sparat mig en hel del trauma och sorg

Hämtat från samråd med Socialstyrelsens råd för barn och unga, 2024

Stöd till socialtjänsten om barn som växer upp med alkohol eller andra droger i familjen

För att öka kunskapen om målgruppen finns ett kunskapsstöd som tar upp:

- Barn och unga i familjer med skadligt bruk och beroende
- Hur föräldraskap påverkas av skadligt bruk och beroende
- Socialtjänstens möte med barn, unga och föräldrar
- Arbetssätt för att stödja



**Hur kan livet i en
familj med
skadligt bruk
eller beroende
vara för barn?**





Hur påverkas barn och unga?

Fysiska, psykiska och sociala konsekvenser:

- Bristande anknytning
- Medfödda skador, kroppsliga symptom, psykosomatiska besvär
- Sämre koncentrationsförmåga, skolresultat, samt sociala relationer
- Upplevelser av konflikter och våld
- Försummelse
- Ekonomisk utsatthet
- Ökad risk för egna svårigheter (beroende, ps. ohälsa, kriminalitet el. annan social problematik) och markant ökad risk att dö i unga år

Vad kan ge skydd mot en negativ utveckling?

- Att utveckla resiliens: en motståndskraft som gör situationen hanterbar
- En stabil och stödjande omgivning stärker motståndskraften
- Att kunna vistas i en annan miljö med goda relationer till trygga vuxna
- Fungerande skolgång, fritidsaktiviteter, och goda vänskapsrelationer
- Stödjande relationer bygger social kompetens och copingförmågor, och förmåga att hantera stress och svårigheter



Vad ett skadligt bruk eller beroende kan leda till

- Nedsatt minnesfunktion
- Nedsatt impulskontroll och omdöme
- Svårt att läsa av och förstå andra människors känslor och sinnestillstånd
- Svårare att visa empati och läsa av sociala signaler
- Svårare att vara uppmärksam
- Svårare att reflektera över sitt eget beteende
- Svårare att planera

Barn behöver föräldrar som...

- ger skydd och trygghet
- förstår barnets behov och är lyhörd för dess signaler
- sätter sig in i barnets situation
- bekräftar och speglar barnet emotionellt
- är förutsägbara och pålitliga
- är uppmärksamma och finns till hands när det behövs
- kan kommunicera egna känslor och tankar

Behandling, återfall, motivation till förändring

- Skadligt bruk och beroende går att behandla – men inte alla blir hjälpta
- Stor återfallsrisk – en del av beroendesjukdomen
- Personer med skadligt bruk eller beroende drabbas betydligt oftare än andra även av psykiatriska tillstånd
- Få söker vård och behandling
- Hinder: bristande sjukdomsinsikt, rädsla, stigma och skam
- Relationella faktorer kan vara motiverande till att försöka förändra sin situation





Utgångspunkter

Genom dialog med familjen kan socialtjänsten:

- Uppmärksamma, stödja, främja återhämtning och läkning
- Stärka skyddsfaktorer och minska riskfaktorer för barnet
- Ge barnet information och möjlighet att ställa frågor
- Bidra till öppna samtal i familjen, allas berättelser får plats
- Öka föräldrars insikt om barnets upplevelser



Klarlägg barnets situation i familjen

Undersök både resurser och svårigheter

Hur påverkas samspelet i familjen?

Har barnet tagit på sig föräldra- och omsorgsansvar?

Får barnet adekvat stöd i familjen?

Stärkande för barn att få berätta om sina upplevelser



Följ upp löpande

- Utforska föräldrars förmåga
- Barnet kan behöva skyddas
- Mobilisera det privata nätverket
- Barnet kan ha behov av stöd långt efter att föräldern blivit nykter/drogfri



Samtala med föräldrar om föräldraskapet

Yrkesverksamma kan bidra till att starta en förändringsprocess där föräldern:

- blir medveten om vilka konsekvenser det skadliga bruket eller beroendet har fått eller kan få för barnet
- förstår vilka förändringar som krävs för att förbättra barnets situation
- bryter tystnaden i familjen kring problemet och hur det påverkar samvaron och familjemedlemmarna
- hanterar oro och skuldkänslor kring konsekvenser som det skadliga bruket eller beroendet kan ha inneburit för barnet



Att tänka på i samtal om föräldraskapet

Hantera motstånd – både hos yrkesverksamma och föräldrar

Bekräfta förälderns strävan och intentioner

Samtala tillsammans med barn och föräldrar om barnets upplevelser

Generalisera för att utforska situationen

Inge hopp om att förändring är möjlig

Ta upp temat gradvis och följ upp vad samtalen väcker

Föräldraskapet viktigt även när förälder och barn inte bor tillsammans

Grundläggande faktorer för att insatser ska fungera

- Att kunna möjliggöra positiva samspel mellan barn och föräldrar
- Att kunna erbjuda stödgrupper med personer med samma eller liknande erfarenheter
- Att kunna förmedla kunskap om skadligt bruk och beroende
- Att kunna engagera "svårnådda" föräldrar



Samordnat familjeorienterat arbetssätt – att praktisera en helhetssyn

- Olika enheter arbetar tillsammans
- Utrednings-och behandlingsprocesser samordnas
- Fördjupade kunskaper bidrar till arbetet
- Varje kommun tar fram sin egen rutin för arbetet
- Befintliga metoder och modeller ryms inom ramen för det familjeorienterade arbetssättet



Att fundera över

1. Vad tar du med dig för kunskap härifrån, som du kan tillämpa i mötet med barn och föräldrar?
2. Vilken kunskap skulle du behöva fördjupa för att du ska vara ännu bättre rustad för arbete med målgruppen?
3. Hur kan ni behöva utveckla er verksamhet för att ännu bättre möta familjers behov?



Tack!

agnes.lundstrom@socialstyrelsen.se

maria.boustedt-hedvall@socialstyrelsen.se

 Socialstyrelsen