

När en FÖRÄLDER DRICKER för mycket



– STUDIEMATERIALET –

Det här studiematerialet bygger på skriften "När en förälder dricker för mycket" från Junis, IOGT-NTOs Juniorförbund.

Skriften beskriver vardagen för de hundratusentals barn som lever med någon vuxen som dricker för mycket och vilka risker som finns med att leva nära missbruk.

"När en förälder dricker för mycket" vill öka kunskapen hos alla vuxna som möter barn i sin yrkesroll eller på fritiden, för att kunna förbättra barnens situation.

Studiematerialet är ett sätt att fördjupa sig i frågorna genom att samtala tillsammans och söka rätt på mer information.

DETTA ÄR EN STUDIECIRKEL

Studiecirkeln är en demokratisk arbetsform där deltagarna tillsammans lär sig mer om ett ämne de är intresserade av.

Genom gemensamma reflektioner och diskussioner ökar hela gruppens samlade kunskap. Studiehandledningen ska stimulera till diskussioner och samtal, inte ge alla svar. Här finns inget facit, inget rätt eller fel. Bara förslag till frågeställningar. Naturligtvis kan ni välja helt andra frågor att diskutera.

Det här materialet utgår från tre träffar, men kan naturligtvis delas upp i fler, beroende på hur mycket ni vill fördjupa er i varje frågeställning.

För att räknas som studiecirkel ska ni:

- vara minst tre deltagare och bör inte vara fler än tolv, varje deltagare ska delta vid minst tre träffar och minst en av de tre första träffarna.
- träffas en till tre gånger per vecka, men det går också att träffas till exempel varannan vecka.
- arbeta en till fyra studietimmar per gång, en studietimme är 45 minuter.
- träffas minst tre gånger och totalt minst nio studietimmar.
- arbeta tills det gemensamma målet har uppnåtts.



Ta kontakt med NBV på info@nbv.se så hjälper de er att komma igång.

Diskussionsfrågorna till den här träffen bygger på sidorna 1–13 i "När en förälder dricker för mycket".

1.

På sidan 5 beskrivs hur det kan vara att växa upp med en vuxen som dricker för mycket. Låt var och en välja två känslor eller beteenden som visat sig vara vanliga hos de här barnen.

Samtala med varandra:

- Varför tror du att just dessa känslor och beteenden kan bli en konsekvens av en förälders missbruk?

2.

Fundera en stund var och en på vad du tänker/ser framför dig när du hör ordet "alkoholist" eller "missbrukare".

Samtala med varandra:

- Vilken bild tror du att andra har av alkoholism/missbruk och den som är alkoholist/missbrukare?
- Finns det några risker med en schablonartad bild av missbruk, ur de anhöriga barnens perspektiv?

3.

Läs rutan "Hur många lever med en förälder som dricker för mycket?".

Samtala med varandra:

- Vad tänker du om de siffror som står där? Kände du till detta? Vad innebär det för exempelvis en skola, förening eller ett bostadsområde att ungefär vart femte barn lever med en vuxen som har ett riskabelt alkoholbruk?

4.

Barns så kallade överlevnadsstrategier kan sammanfattas med "inget prat, ingen tillit, inga känslor".

Samtala med varandra:

- Vad tänker du om beskrivningen av hur barn utvecklar strategier för att hantera sin situation?
- Varför är det så viktigt att dölja vad som händer hemma?

• Vad tror du att det kan leda till om ett barn i stor utsträckning har fokus på sin förälder, och inte lär sig att se och känna igen sina egna behov och känslor? Vad kan hända om man inte kan eller får visa sina känslor?

• Har du några egna exempel där du har mött barn du vet, eller tror dig veta, har tillämpat de här överlevnadsstrategierna? Hur har du bemött barnen? Var det något som fungerade bra, eller mindre bra?

5.

En uppväxt i missbruksmiljö kan innebära en riskfaktor för barn.

Samtala med varandra:

- Hur kan skolan – både skolresultat och det sociala umgänget med kompisar – påverkas hos ett barn som växer upp med missbruk? Försök vara så konkreta som möjligt, och utgå gärna från egna erfarenheter.

6.

Barn som har tydliga problem har fem gånger högre sannolikhet att få stödinsatser än de barn som inte har tydliga problem.

Samtala med varandra:

- Varför tror du att det är så?
- Vad blir konsekvenserna av sena insatser för barn som behöver stöd?

7.

Vad tänker du om påståendet att alkoholnormen försvårar för barn i familjer där det finns ett missbruk?

8.

Är det något annat av det som ni har läst som har väckt tankar eller frågor som ni vill ta upp? Är det något ni vill försöka hitta svar på till nästa gång ni ses? Samtala med varandra om detta.



Diskussionsfrågorna till den här träffen bygger på sidorna 14–22 i "När en förälder dricker för mycket".

1.

En vuxen som lyssnar och ställer frågor kan vara avgörande för ett barn som lever med en vuxen som dricker för mycket.

Samtala med varandra:

- Vad tycker du kännetecknar en god lyssnare?
- Hur kan du själv vara en vuxen som vågar? Som frågar, lyssnar och agerar i de sammanhang där du möter barn?

2.

"Ungdomarna efterfrågar att vuxna ställer mer direkta frågor för att få klarhet i hur det är hemma." Det visar en intervjustudie med unga som lever med missbruk.

Samtala med varandra:

- Hur kommer det sig att vuxna så sällan ställer dessa frågor?
- Har du själv ställt en fråga till ett barn eller ungdom om hur hen har det hemma? Hur var det att fråga?

3.

"Vi behöver skaffa nya 'glasögon' som kan se barnens beteende på ett nytt sätt."

Samtala med varandra:

- Vad kan dessa "glasögon" innebära? Utgå gärna från det sammanhang där du möter barn och ungdomar, i ditt yrke, ideellt eller privat.

4.

Finns det stödverksamhet i din kommun som riktar sig direkt till barn som lever med missbruk? Om du inte vet, försök att ta reda på det, exempelvis via kommunens hemsida. Diskutera gärna om det var lätt att hitta information om stödet. Hur tror du att det är för barn och ungdomar att hitta informationen?

5.

Läs rutorna med tips till förskolan samt barns och ungdomars egna tips till skolan och socialtjänsten. Samtala med varandra om vad ni tänker om tipsen. Skulle de gå att följa?

6.

Vilken betydelse kan fritidsaktiviteter ha för barn som har det struligt hemma? Ge gärna egna exempel.

7.

Hur är det möjligt att skapa en miljö där det är okej att prata om det som är svårt? Utgå gärna från ett sammanhang där du möter barn och ungdomar.

8.

Hur skulle du välja att agera om du fick vetskap om att ett barn levde i en familj med missbruk? Utgå gärna från olika situationer; en granne, en kompis till ditt eget barn, en elev i skolan, ett barn i en förening och så vidare.

9.

På sidorna 20-21 står det om lagar som på olika sätt ska ge stöd och skydd för barn. Den ena är den så kallade Lex Therese, och den andra är lagparagrafer om anmälan till socialtjänsten.

Samtala med varandra:

- Kände du till dessa lagparagrafer? Har du själv tillämpat dem i något sammanhang?
- Vilka kan konsekvenserna bli om vuxna inte använder sig av de skyldigheter och möjligheter som lagarna innebär?

10.

Är det något annat av det som ni har läst som har väckt tankar eller frågor som ni vill ta upp? Är det något ni vill försöka hitta svar på till nästa gång ni ses? Samtala med varandra om detta.

Diskussionsfrågorna till den här träffen bygger på sidorna 23–34 i "När en förälder dricker för mycket".

1.

Läs "Olika sätt att få stöd". Samtala med varandra:

- Har du fler exempel på stöd till barn och ungdomar som lever med missbruk?
- Vilka stödalternativ finns lokalt?

2.

Läs "Tips till dig som vill stötta". Samtala med varandra:

- Hur kan man prata om sådant som är tabu? Har du konkreta exempel på hur man kan ta upp frågor om alkohol, andra droger och missbruk med barn och ungdomar?
- Vart skulle du själv hänvisa en ung person som kan behöva mer stöd?
- Vart vänder du dig själv om du behöver någon att bolla med, eller få mer kunskap kring barn i missbruksmiljö?

3.

Läs citatet från Max på sidan 24. Samtala med varandra:

- Vad tänker du om det han berättar om sin mamma?
- Hur kan vi bli fler som jobbar för att inga barn ska behöva uppleva samma sak som han har gjort?

4.

Läs "Vad alla behöver veta". Gå igenom listan, punkt för punkt. Samtala med varandra om listan:

- Varför tror du att det är just de här sakerna som finns med på listan?
- Ge ett eller flera exempel på hur och när det här budskapet kan föras fram till barn och ungdomar.

5.

Läs artikeln om Jolin. Låt var och en välja något som berörde er, gav nya tankar och idéer eller väckte frågor. Gå laget runt och låt var och en berätta, och samtala med varandra om detta.

6.

Vad finns det för platser och sammanhang i er när-

miljö – exempelvis där ni själva jobbar eller är ledare – som kan fungera som skyddsfaktorer? Hur vore det möjligt att förstärka dessa skyddsfaktorer för barn i missbruksmiljö?

7.

Gör en egen lista över vilka resurser som finns för barn som växer upp med missbruk. Försök att hitta så många lokala exempel som möjligt. Exempelvis:

- Kontaktuppgifter till lokala stödgrupper.
- Bra och drogfri verksamhet som kan vara en resurs för barn, unga och vuxna.
- Organisationer, myndigheter och personer att vända sig till för att få fakta, råd och vägledning om medberoende och beroendeproblematik.
- Egna tips på böcker, filmer, hemsidor med mera.

8.

Är det något annat av det som ni har läst som har väckt tankar eller frågor som ni vill ta upp? Samtala med varandra om detta.

9.

Ni har nu förhoppningsvis fått mer kunskap och tips för att kunna stötta barn som lever i missbruksmiljö. Samtala med varandra:

- Vad kan ni göra redan idag för att skapa mer uppmärksamhet kring det här ämnet, och för att på olika sätt stötta barn som växer upp med en förälder som dricker för mycket?
- Finns det något ni känner att ni behöver mer kunskap om? Hur kan ni få den kunskapen?

UTVÄRDERING

Avrunda den sista träffen (träff 3) med att låta var och en fundera en stund på följande frågor:

- Vilka nya tankar har du fått av den här studie-cirkeln?
- Vad kommer du att ta med dig härifrån? Gå varvet runt och låt var och en berätta utan att bli avbruten.

