



## **Diskussionsfrågor till Vuxna som vet Det alla behöver veta – om att upptäcka tidigt och ge stöd**

1. Det finns många föreställningar om hur en person med missbruk är, hur och var den bor, vilken socioekonomisk tillhörighet den har och likaså hur barnen till den missbrukade vuxne ska vara.
  - Vilken är din bild av missbruk? Vad tänker/ser du framför dig när du hör ordet "alkoholist" eller "missbrukare"? Vilken bild tror du att andra har av missbruk och den som missbrukar/är beroende av alkohol eller andra droger?
  - Finns det några risker med en schablonartad bild av missbruk, ur de anhöriga barnens perspektiv?
  
2. I föreläsningen nämner vi flera olika tecken att vara uppmärksam på som kan indikera att ett barn lever i en familj med missbruk. Vi går också igenom fyra olika roller som barnen kan ta på sig i olika sammanhang.
  - Vad tänker du om beskrivningen av hur barn utvecklar strategier för att hantera sin situation?
  - Varför känner barnet att det är 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 någon gång mött något barn/någon ungdom som du tror har tillämpat de här överlevnadsstrategierna (Clownen, Hjärten, Rebellen eller Tapetblomman)? Hur har du bemött barnen? Var det något som fungerade bra, eller mindre bra?
  - Har du mött barn som har visat upp de tecken på att något inte står rätt till, som räknades upp i filmen? Dessa var:
    - Dålig självkänsla och/eller självförtroende
    - Koncentrationssvårigheter
    - Humörsvängningar
    - Svårt att passa tider
    - Nedstämda och initiativlösa
    - Försummelse
    - Väljer bort fritidsaktiviteter
    - Psykosomatiska besvär
    - Gör inte läxorna
    - Trötthet
    - Motorisk oro
    - Utanförskap

3. Det är viktigt att även barn får information om hur det kan vara att växa upp med vuxna som dricker för mycket. Inte minst om man själv är i den situationen. På [www.junis.se/jobbigthemma](http://www.junis.se/jobbigthemma) har vi samlat information och tips. På sidan kan barnen också läsa:



- Vad tänker du om de här budskapen? Är det något du saknar som du skulle vilja förmedla till barn som lever nära någon med beroendeproblematik?
  - Vad kan vi gemensamt göra för att fler barn och unga ska nås av dessa budskap?
4. I diskussionsfrågorna till "Det alla behöver veta – om att vara barn i missbruksmiljö" frågade vi om du känner till vad det finns för stödverksamhet där du verkar. Fundera på vad det finns för ytterligare resurser för barn som växer upp med missbruk.
- Vad finns det till exempel för bra och drogfri verksamhet som kan vara en resurs för barn, unga och vuxna?
  - Vad finns det för organisationer, myndigheter och personer att vända sig till för att få fakta, råd och vägledning om medberoende och beroendeproblematik?
  - Vilket stöd finns det online?
  - Har du egna tips på böcker, filmer, hemsidor med mera?

5. I filmen gav barn och unga som deltagit i stödverksamhet följande tips till andra barn och unga:
- Barn kan vända sig till någon i skolan: lärare, skolkurator eller psykolog.
  - Barn kan vända sig till polisen eller fotbollstränaren.
  - Prata med någon, det kan hjälpa: kompisar, kompisars föräldrar, släktingar (om man har sån tur att man har några), föräldrars kompisar.
  - Man kan kontakta "socialen", de kan hjälpa till att hitta ställen för att hjälpa dig.
  - Bra om socialtjänsten känner till förälderns problem.
  - Den nyktre föräldern kan vara en hjälp.
  - Man kan bo i kontaktfamilj.
  - Man kan ringa Bris.
  - Man kan delta i stödgruppsverksamhet.
- Har du några reflektioner över det de väljer att lyfta fram?
  - Går det att följa tipsen?
  - Vad kan vi lära oss av dessa barn och unga?
6. Hur skulle du välja att agera om du fick vetskap om att ett barn lever 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.
- Vilka för- och nackdelar kan finnas med olika sätt att agera?
7. Om man känner sig orolig för ett barn är det viktigt att göra en orosanmälan till socialtjänsten.
- Har du gjort en sådan någon gång? Hur var det?
  - Om du inte gjort en orosanmälan tidigare, känner du dig trygg med hur du ska göra om det blir aktuellt någon gång? Vad skulle annars behövas för att du ska göra det?
8. Du har nu förhoppningsvis fått mer kunskap och tips för att kunna stötta barn som lever i missbruksmiljö. Samtala med dina kollegor:
- 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?
  - Är det något annat av det som ni har lyssnat på som har väckt tankar eller frågor som ni vill ta upp?