

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

Junis 17 oktober 2025

Maria Boustedt Hedvall & Agnes Lundström, utredare Socialstyrelsen

//

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



Mer kunskap behövs om barn i dessa familjer

Barn – och ungdomsvården:

- Hur föräldraskapet påverkas av skadligt bruk/beroende
- Vad är ett beroende/preparatkunskap
- Påverkan på föräldrar utan eget bruk
- Hur samtala om skadligt bruk/beroende
- Insatser för familjerna
- Samverkan över verksamhetsgränser

Vuxenenheter:

- Hur barn påverkas + konsekvenser här och nu och längre fram
- Hur samtala om föräldraskapet/hur barn påverkas
- Hur kan föräldrar ges stöd i att tala med sina barn
- Insatser för familjerna
- Samverkan över verksamhetsgränser

Barn och unga i familjer med skadligt bruk och beroende



//

**Jag känner mig orolig över
mammans kille, man vet aldrig
om han kommer hem full**

Hämtat från workshop med ungdomar, Maskrosbarn, januari 2024

**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
- 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

Exponering för skadliga ämnen under fostertiden

FAS – fetalt alkoholsyndrom: medfödda hjärnskador → risk för kognitiva och beteendemässiga problem, funktionsnedsättningar

FASD – fetala alkoholspektrumstörningar → nedsatt inlärningsförmåga, beteendeproblem, ADHD-symtom

Exponering för narkotika → utvecklingsstörning i hjärnan, kognitiva nedsättningar, ökad risk för neuropsykiatriska störningar. Även för tidig födsel, tillväxthämning och neonatalt abstinenssyndrom (NAS)

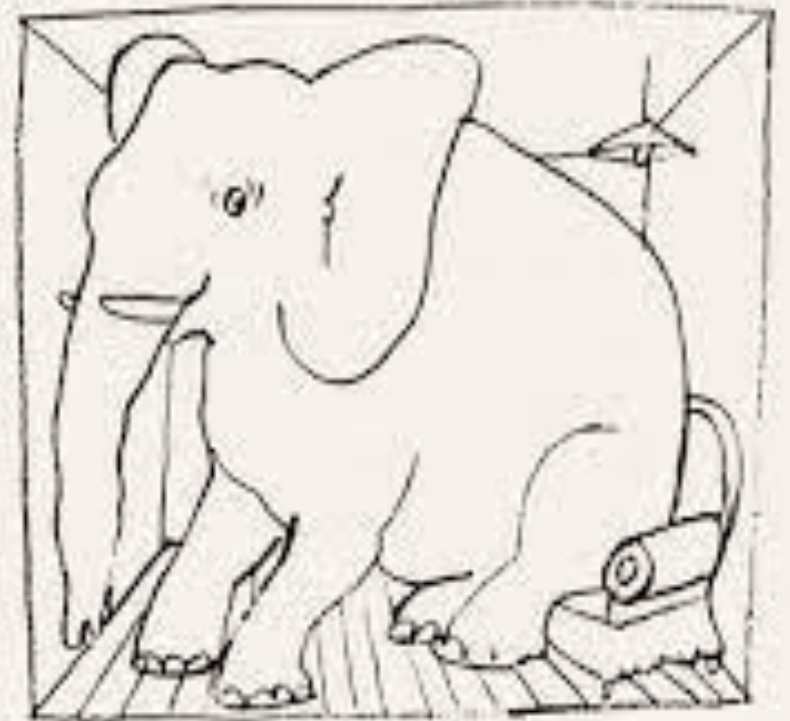
Hur påverkas samspelet i familjen?

Stigma → hemlighållande → tystnadskultur

"Elefanten i rummet" – omöjlig att ignorera, omöjlig att prata om

Anpassning av beteenden

Rollförskjutning – barn tar på sig stort ansvar för familjelivet, hushållet, omsorgsarbetet



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



**Hur kan
föräldraskapet
påverkas av
skadligt bruk och
beroende?**



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

Samsjuklighet är vanligt

- Personer med skadligt bruk eller beroende drabbas betydligt oftare än andra även av psykiatriska tillstånd
- Samsjukligheten innebär ett svårare tillstånd med ökad risk för ett sämre förlopp
- Sociala problem vanliga, stor negativ inverkan på livskvaliteten
- Behandling och stöd krävs både för beroende och psykiatriskt tillstånd samtidigt och samordnat



Behandling, återfall, motivation till förändring

- Skadligt bruk och beroende går att behandla – men inte alla blir hjälpta
- Stor återfallsrisk – en del av beroendesjukdomen
- Få söker vård och behandling
- Hinder: bristande sjukdomsinsikt, rädsla, stigma och skam
- Relationella faktorer kan vara motiverande till att försöka förändra sin situation



Socialtjänstens möte med barn, unga och föräldrar





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

Varje situation och varje familj är unik

Undersök både resurser och svårigheter

Hur påverkas samspelet i familjen?

Har barnet tagit på sig föräldra- och omsorgsansvar?

Får barnet adekvat stöd i familjen?



Att tänka på i samtal med barn

Stärkande för barn att berätta

Barns lojalitet till föräldrar

Ge barnet tid och flera möjligheter till dialog

Skapa en trygg miljö för samtal

Ta barnets perspektiv

Ha barnets rättigheter i fokus



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
- Ibland kan en placering utanför hemmet bli nödvändig



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 skuld känslor kring konsekvenser som skadligt bruk eller beroende 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

Arbetssätt för att stödja

4

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

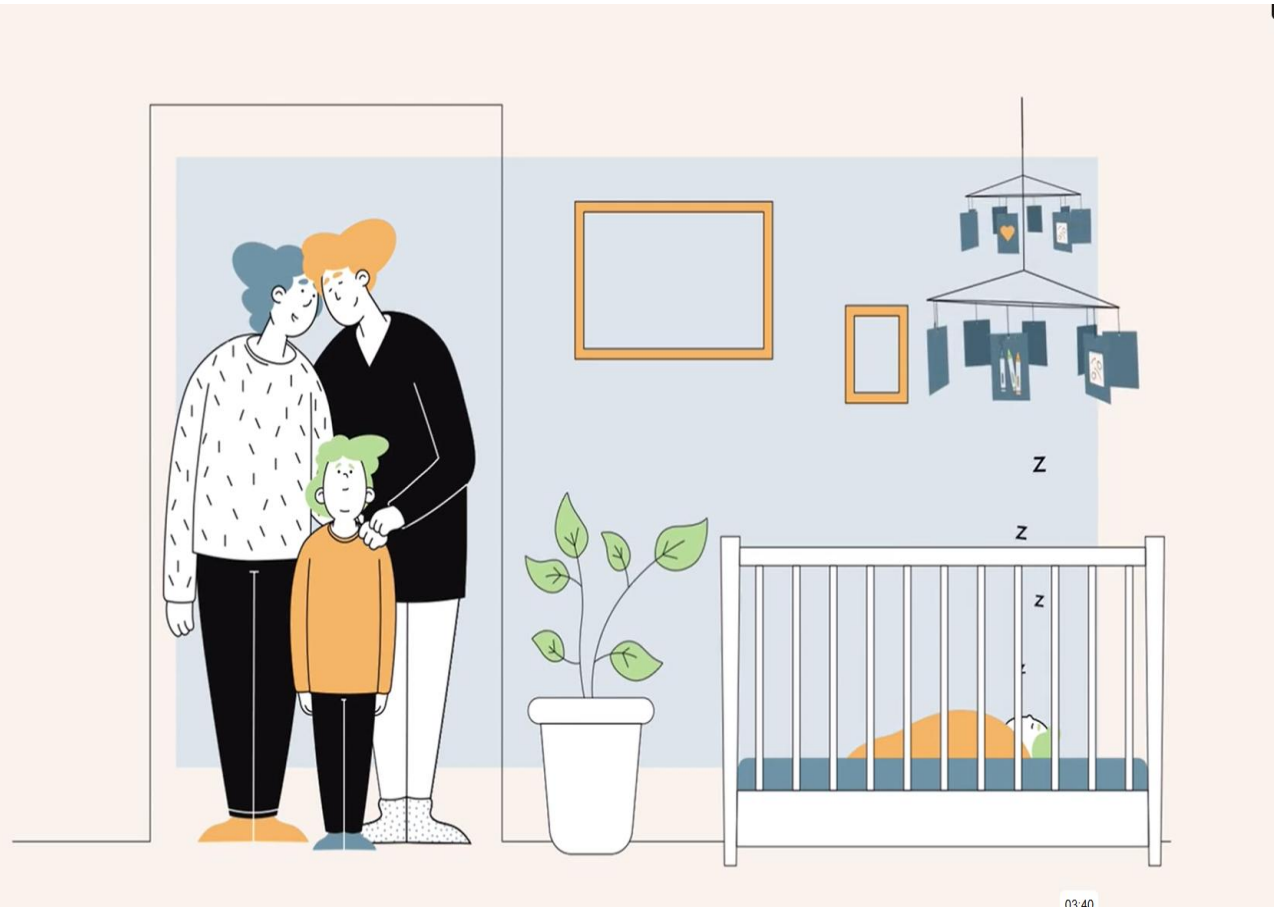


Samordnat familjeorienterat arbetssätt – att praktisera en helhetssyn

- Olika enheter arbetar tillsammans
- Utrednings-och behandlingsprocesser samordnas
- På det sättet kan fördjupade kunskaper komma familjen till del
- Varje kommun tar fram sin egen rutin för arbetet, anpassad efter de lokala förutsättningarna
- Befintliga metoder och modeller ryms inom ramen för det familjeorienterade arbetssättet



Erfarenheter av ett familjeorienterat arbetssätt



- föräldrar har blivit mer medvetna om och fått en bättre förståelse för barnens perspektiv och upplevelser
- en ökad tillit till socialtjänsten och motivation att ta emot hjälp
- en ökad vilja hos vuxna att bryta sitt skadliga bruk och beroende
- att barn känner sig sedda och hörda i större utsträckning

Länk till kunskapsstödet:

<https://www.socialstyrelsen.se/contentassets/08175b6780d64c64b71446ec9e77c203/2025-2-9480.pdf>



Tack!

agnes.lundstrom@socialstyrelsen.se

maria.boustedt-hedvall@socialstyrelsen.se

 Socialstyrelsen