

RYSTENDE RAPPORT FRA RUSOPPVEKST

ARTIKKEL

Av: Marit Vasshus, Korus - vest Stavanger

Rapporten «Når lyset knapt slipper inn» gir et rystende bilde av hvordan mange barn i alderen 8–18 år lever livet sitt i Norge. Rapporten baserer seg på 750 anonyme chattelogger i tjenesten BARsnakk. Dette er en chattetjeneste for barn og ungdom som har foreldre eller andre nærstående med et rusproblem.



Bente M. Weimand er forsker og prosjektleder i studien «Når lyset knapt slipper inn», en studie av chatsamtaler med barn og ungdom som har foreldre med rusmiddelproblemer.
Foto: Knut Arne Gravingen.

- Rapportens beskrivelser vil selvsagt ikke gjelde for alle familier med rusproblemer, men er virkeligheten til barn som har tatt kontakt med BARsnakk, fremhever forsker (PhD) og førsteamanuensis Bente Weimand, som har ledet studien bak rapporten.

- Disse barna er utsatt for ekstreme belastninger i form av vold, seksuelle overgrep og andre traumatiserende krenkelser. Barna beskriver følelsesmessige og psykologiske belastninger i familiens hverdagsliv. De er overlatt til seg selv, de krenkes og strever for å overleve, forteller Weimand.

- Barn som pårørende kan være utsatt for risiko og maktesløshet overfor voksne. Samtidig viser forskning at barn som omsorgsgivere trenger anerkjennelse for sine bidrag til familiens opprettholdelse. Men det må være balansert, slik at de får støtte til oppgaver som er for krevende, noe barna i BARsnakk-studien mangler helt, påpeker Weimand.

Uten lyspunkter i livet

- Hvilken betydning har disse oppvekstforholdene for barnas helse?
- Studien viser at de som logger seg på chatten, er overlatt til seg selv i traumatiske situasjoner,

hvor de er langt fra å finne eller se løsninger. Livet deres preges av følelser, tanker og handlingsalternativer som likner det å være i et fengsel, nærmest uten lyspunkt. Både den som ruser seg og den «andre» voksne er gjerne utilgjengelige omsorgspersoner. Barna har knapt noen å dele erfaringer med eller søke trøst og støtte hos. De overlates til seg selv til å håndtere uforutsigbare og skremmende hverdager, forklarer Weimand.

I konstant alarmberedskap

- Det største sviket for barna er at overgrepene begås av voksne som har ansvar for å trøste og beskytte barnet. Omsorgspersonene bruker barnet til utløp for egne lyster eller aggresjon, noe som er svært alvorlig for barna. Når barn opplever denne type traumer av omsorgsgiver, og det samtidig er faresom å søke beskyttelse hos den voksne, kan barnets evne til å organisere og regulere atferd og oppmerksomhet kollapse. Barn som lever med omsorgssvikt, vold og overgrep lever i konstant alarmberedskap, der fokuset er å overleve. Konsekvensene kan være at følelser og kroppslige tilstander, oppmerksomhet og atferd reguleres dysfunksjonelt hos barnet. Weimand forklarer at barnas løsninger for å overleve kan være

både uhensiktsmessige og farlige. Barna og ungdommene beskriver løsninger som flukt til rus, seksualisert atferd, selvskading, selvmordstanker og andre farlige former for selvtrøst. Å være ensom og mangle ekte og dype relasjoner, innebærer at man ikke har noen å dele smerte og tristhet med. De beskriver en eksistensiell ensomhet, helt uten håp, og beskriver at de ikke er verd å bli elsket, sier Weimand.

Krenkelser er også vold

- Å ikke føle seg verdsatt er ofte knyttet til skamfølelse. Dette kan forsterke opplevelsen av manglende tilhørighet til jevnaldrende, og mange strever med å skape nære relasjoner. Tilhørighet er viktig for å oppleve livet som meningsfylt. Mange barn som vokser opp med rusmisbruk i familien, utsettes for uønskede og alvorlige krenkende handlinger. Enhver krenkelse har en sykkeliggjørende kraft, og krenkelser fra mennesker som står en nær, skal alltid forstås som vold, selv om vold i fysisk forstand er fraværende. Barnas fortellinger kjennetegnes av oppvekstmiljø preget av manglende trygghet, forutsigbarhet, omsorg, støtte og anerkjennelse, noe vi i rapporten anser som «giftig», påpeker Weimand.

Vertene formidler håp

Chatte-tjenesten kan vise vei for barn som er for redde til å søke hjelp andre steder. Betydningen av innsatsen fra chat-vertene for at fortvilte, handlingslammede barn og ungdommer oppdaget egne ressurser, håp, muligheter og rettigheter, var i mange tilfeller slående. Når barna er anonyme, kan man ikke hjelpe dem direkte, men indirekte som mental støtte, oppmuntring og veiviser til annen hjelp.

- Likemannsstøtten fra chat-vertene betyr mye for barna. Dette at de snakker med noen som vet hva de går gjennom, sier Weimand. Barna og ungdommenes egen kraft, ressurser, hjelpebehov og mestringsstrategier ble tydeliggjort i dialogen. Det er viktig at disse barna blir lyttet til av voksne som kan vise vei ut av mørket, fremhever forskeren.

Ekstreme belastninger

- *Hvordan skiller denne studien seg fra andre studier om barn som vokser opp med foreldre med rusproblemer?*

- I denne studien er det nesten bare den mørke siden som kommer frem. Barna forteller om ekstreme belastninger de utsettes for. Alt er så svart! De opplever antakelig også lyse sider, men opplevelsene de beskriver er reelle, vesentlige og relevante å få frem, fremhever forskeren.

- Det mest oppsiktsvekkende er at barn i Norge, i nabolagene våre, kan ha det så ekstremt vanskelig uten at noen oppdager det. Eller at situasjonen oppdages, men at barna likevel ikke får hjelp. Vi må synliggjøre verktøy for lærere, helsesøstre og helsepersonell i form av metoder og tilnærminger som kan bidra til en bedre oppvekst for mange av disse barna. Funnene i denne studien er det mest utfordrende og samtidig mest meningsfylte jeg har vært med på som forsker, sier Weimand.

- *Er det aktuelt med en oppfølgingsstudie?*

- Det er viktig å opprettholde tiltak som BARsnakk. Det hadde vært bra om Helsedirektoratet ville teste ut tiltak sammen med en



På nettsiden www.barsnakk.no kan barn og unge chatte anonymt om rusrelaterte problemer i familien.

følgforskning for å se hva som kan bedre forholdene for de mest utsatte barna og ungdommene. Det ville være en betydningsfull innsats for å lindre traumatiske påkjenninger for de barna og ungdommene som lider mest i ensomhet, for å gi dem håp og mening med livet tilbake, avslutter Bente M. Weimand, forsker ved A-hus, Oslo.

FAKTA

Multisenterstudien fra 2015, som involverte fem helsefor- etak i Norge, dokumenterte beskrivelser av livssituasjonen for barnefamilier der foreldre har rusproblemer, psykisk uhelse eller alvorlig somatiske sykdommer. Forskerne bak denne studien antar at utvalget ble skjevt, ved at de familiene som hadde det vanskeligst, ikke deltok.

Forskergruppen i BARsnakk- studien fikk frem ny og utvidet kunnskap om disse barnas livssituasjon, som forskningen vanligvis ikke får tak i. For- skergruppen, bestående av Elin Kufås, Ida Billehaug, Anne Faugli og Bente Weimand ønsket nettopp å balansere et skjevt bilde av barns livssitua- sjon når de har foreldre som ruser seg.