

# BACHELOROPPGÅVE

## Barn av alkoholikarar

Korleis er det for barn å vekse opp med rusmisbrukande foreldre og kva følgjer får dette for familiesamspelet?

av

224

Trine-Anita Systad

**Children of alcoholic parents**

Sosialt arbeid  
BSV5- 300  
Mai- 2013

## Innleiing

<b>1.0</b>	<b>Innleiing</b> .....	<b>2</b>
1.1	Problemstilling .....	2
	<i>Korleis er det for barn å vekse opp med rusmisbrukande foreldre og kva følgjer får dette for familiesamspelet?</i> .....	2
<b>2.0</b>	<b>Metodisk framgangsmåte</b> .....	<b>3</b>
2.1	Litteratursøk .....	4
2.2	Min empiri .....	5
2.3	Forsking på feltet .....	6
2.3.1	Familien som kjelde til stress .....	6
2.3.2	Sentrale risikofaktorar .....	7
<b>3.0</b>	<b>Teori</b> .....	<b>7</b>
3.1	Utviklingspsykologisk perspektiv .....	7
3.2	Resiliensperspektiv .....	8
3.3	Tilknytningsteori .....	8
3.4	Alkohol og rusmisbruk .....	9
3.5	Viktige foreldrefunksjonar .....	10
3.6	Rusmisbrukets syklus .....	10
3.6.1	Rusfasen .....	11
3.6.2	Bakrusfasen .....	11
3.6.3	Edru fase .....	11
3.6.4	Fasen før ny rus .....	11
3.7	Val av litteratur .....	12
<b>4.0</b>	<b>Drøfting</b> .....	<b>13</b>
4.1	<i>Korleis er det for barn å vekse opp med rusmisbrukande foreldre og kva følgjer får dette for familiesamspelet?</i> .....	13
4.1.2	Tilknytning .....	15
4.2	Kva er dei kjenslemessige utfordringane for barna når foreldra drikk alkohol? .....	17
4.2.1	Skam/ skuld .....	17
4.2.2	Parentifisering .....	18
4.3	Korleis fremje resiliens hjå barn av alkoholikarar .....	19
4.3.1	Risikofaktorar/beskyttelsesfaktorar .....	20
<b>5</b>	<b>Avslutning</b> .....	<b>21</b>
<b>6</b>	<b>Referanseliste</b> .....	<b>23</b>
	Søkelogg (Vedlegg) .....	24

## 1.0 Innleiing

Temaet for oppgåva mi er barn av alkoholikarar. Eg vil sjå det i samanheng med eit utviklingspsykologisk perspektiv. Eg har også valt å trekke fram resiliensperspektivet for å vise at det i mange tilfeller kan gå bra til tross for ein dårleg oppvekst. Som sosialarbeidar har eg store sjansar for å møte dette problemet i mi framtidige yrkeskarriere og eg ynskjer å gjere dette temaet mindre tabubelagt. Eg er oppteken av korleis ein kan gå fram på best mogeleg måte for at barn som lever under slike forhold ikkje skal gå under definisjonen «usynlege barn». Eg skal sjå nærare på kva konsekvensar alkoholmisbruk hjå foreldre kan ha for barn i slike situasjonar, og kva kjensler dei vert utsett for når dei vert eksponert for rus. Eg skal også sjå nærare på familiesamspel som handlar om korleis familiemedlemmane fungerer saman, og korleis forholdet mellom barn og omsorgspersonane vert ivareteke i slike situasjonar. Eg vil også dra fram oppdragelse som ein viktig faktor for utvikling, då eg ser at faren i min empiri har ein blanding av tillatande og forsømmande oppdragsstil. I siste del av oppgåva vil eg sjå nærare på risiko og bekyttelsesfaktorar som kan fremje resiliens. For å avgrense oppgåva sitt omfang har eg valt å konsentrere meg om barn frå 0-6 år. Det er fordi denne fasen er grunnleggande for korleis barnet taklar utfordringar seinare i livet.

### 1.1 Problemstilling

*Korleis er det for barn å vekse opp med rusmisbrukande foreldre og kva følgjer får dette for familiesamspillet?*

Eg har også valt å ha to underspørsmål:

- Kva er dei kjenslemessige utfordringane for barn når foreldra drikk alkohol?
- Korleis fremje resiliens hjå barn av alkoholikarar?

I følge ein SIRUS-rapport frå 2011 (Statens institutt for rusmiddelforskning), ser me at alkoholomsetninga har auka med over 40 prosent sidan 1995 og fram til 2010. Dette er ei betydeleg auke på kort tid og viser at det er blitt meir vanleg å drikke alkohol samanlikna med tidlegare. Også i ein rapport frå folkehelseinstituttet (2011) kjem det fram at ca. 290 000 barn i Norge veks opp med foreldre som har eit rusproblem eller slit med alvorlege psykisk

lidingar. Dette viser at det er ei stor gruppe i denne kategorien som har behov for hjelp av profesjonelle.

I oppgåva vekslar eg mellom omgrepa rusmisbruk og alkoholmisbruk. Eg brukar begge omgrepa for å beskrive eit alvorleg alkoholinntak.

## **2.0 Metodisk framgangsmåte**

Dalland (2010) seier at ein må vere bevisst på kva metode ein skal bruke for å gjere ei undersøking. Ein må sjå kva som er hensiktsmessig utifrå kva problemstilling ein har. Det viktigaste med ei problemstilling er å stille spørsmål med eit bestemt formål slik at ein på ein presis måte kan belyse svaret gjennom bruk av samfunnsvitenskapelege metodar. Det er viktig at problemstillinga skal vere enkel slik at ein har mogelegheita til å gå i djupna på eit felt. Ein må også avgrense slik at ein ikkje famnar for vidt rundt det ein vil belyse. Ein kan sjå på ei problemstilling som eit hol i kunnskapen vår som kan opne for å oppdage noko nytt og på denne måten bidra til fagleg utvikling (Dalland, 2010). Jacobsen (2012) seier at dersom ein stiller spørsmål til korleis noko er i verkelegheita, må ein bruk empiri for å finne svar. Empiri tyder kunnskap som er bygd på erfaring og den bør tilfredsstille to krav, validitet og relabilitet. Validitet meinast som at me faktisk måler det me ønskjer å måle og at det vert oppfatta som relevant. Det er viktig at ein har gyldigheit i den empirien ein samlar inn for at ein skal kunne trekke dei rette konklusjonane i undersøkinga. Relabilitet meinast som pålitelegheit og truverdigheit, noko som enkelt forklart tyder at ein skal kunne stole på undersøkinga. Den må vere gjennomført på ein truverdig måte som vekker tillit slik at ein kan stole på resultatet. Dette er eit krav som vert sett uansett kva metode ein vel å bruke (Jacobsen, 2012).

Det er fleire ulike metodiske framgangsmåtar ein kan bruke, alt etter kva ein ønskjer å undersøke. Eg har valt å gjere eit litteraturstudie på bakgrunn av at det er vanskeleg å få tak i informasjon direkte frå kjeldene Dette vert rekna som å gjere ei kvalitativ undersøking (Jacobsen, 2012). I oppgåva mi har eg valt å ta utgangspunkt i ein sjølvbiografi av Linderborg (2008) som beskriv kjenslene av korleis det er å vekse opp med ein far som er alkoholikar. Eg

gjer på denne måten eit litteraturstudie på bakgrunn av informasjon som er samla inn av andre. Sidan det er denne boka eg baserer mi forskning på vert dette min empiri. Jacobsen (2012) seier at eit litteraturstudie vert rekna som ein kvalitativ metode, fordi ein ser ein sterk samanheng mellom eit undersøkesopplegg og kvalitative metodar. Dette er fordi ein vil belyse problemstillinga og gå i djupna i forhold til individ og kontekst. I mitt tilfelle tek eg utgangspunkt i korleis eit barn av ein alkoholikar har hatt det i oppveksten, sett i samanheng med ny oppdatert forskning på mitt undersøkelsesfelt. I oppgåva legg eg vekt på begrepa skam, skuld, tilknytning, parentifisering og risikofaktorar/ beskyttelsesfaktorar i forbindelse med resiliens. Dette gjer eg for å begrense oppgåva sitt omfang.

I følge Jacobsen (2012) kan ein benytte seg av både primær og sekundærlitteratur i ei kvalitativ undersøking. Primærlitteratur er data som forskaren samlar inn for første gong. Det oppnår ein ved å bruke til dømes intervju, observasjon eller spørjeskjema. Sidan eg tek utgangspunkt i ein sjølvbiografi vert dette rekna som primærlitteratur. Informasjonen min kjem direkte frå kjelda slik at eg kan bruke denne informasjonen i mitt forskningsfelt. Eg har også benytta meg av sekundærlitteratur. Det vil seie informasjon som er samla inn av andre. Hovudproblemet med ei slik datainnsamling kan vere at den har blitt brukt i ein heilt anna hensikt enn det eg har tenkt å bruke den til. Difor er det viktig å velje utifrå truverdigheit som dei enkelte dokumenta har. Ved bruk av sekundærdata har ein ikkje same kontrollen som ein har ved innsamling av primærdata. For ved å kunne bruke førstehåndsinformasjon veit ein kva ein har gjort og at det er påliteleg. Det viktigaste med å bruke sekundærdata er å føreta ei vurdering på kvaliteten av kjelda. Kva kunnskap og kompetanse har den personen som har skreve desse kjeldene? (Jacobsen, 2012). Difor er det viktig at ein er kritisk til kva kjelder ein vel å benytte seg av.

## **2.1 Litteratursøk**

Eg vil gi deg som lesar innsyn i korleis eg har komme fram til kva litteratur som har vore aktuell for meg å bruke i denne oppgåva. Her har det vore viktig for meg å finne fagfelleverderte artiklar og studiar som er gjort av personar med truverdig, fagleg bakgrunn. Eg starta med å søke etter relevant informasjon gjennom BIBSYS ulike databasar, Academic Search Premier, Idunn, Norart og ScienceDirect med mange ulike søkeord, til dømes:» children of alcoholics», «drug abuse» og «alcohol abuse», «barn av alkoholikere», «resiliens» og «barn av rusmisbrukere», heile tida med fokus på å snevre inn søket til å gjelde utifrå

barnets perspektiv. Eg fann mykje forskning og fagartiklar på området, men ikkje spesifikt på det eg leita etter. Eg gjorde eit nytt forsøk på Google der søkeorda mine var: «barn av alkoholikere», «rusmisbruk», «barn av rusmisbrukere» og «resiliens». Her fann eg mengder av ny, relevant forskning. Her er ei oppsummering av den litteraturen eg har valt å benytte meg av i oppgåva: “Characterizing the Life Stressors of Children of Alcoholic Parents” (2008), «Barn av rusmisbrukere-drøfting av sentrale risikofaktorar (2010), ein rapport frå folkehelseinstituttet (2011) og ein SIRUS- rapport (2011). Eg vil gi ei nærare beskriving av kvifor eg har valt å benytte meg av denne litteraturen nedanfor.

## **2.2 Min empiri**

I min empiri som er henta frå Linderborg (2008) startar historia med at mor til Åsa forlet ho og faren, Leif, og flyttar saman med ein annan mann. På byrjinga av 70-talet var det ikkje vanleg å vere aleinepappa og ein kan undre seg over kvifor mor til Åsa valde å la ho bli buande hjå faren til tross for at ho visste om alkoholmisbruket hans. Mora syns så synd i han at «ho ville gi han det finaste ho hadde». Ho gjorde det for å redde han. Han var ein einsom mann som hadde gått til grunne dersom han ikkje lenger hadde nokon seier Linderborg. I eit intervju (2008) seier Åsa at sorga ho kjenner ikkje handlar om seg sjølv, men om farens einsomheit. Ho seier at han aldri kom seg igjen etter at mora reiste frå han (Michelet, 2008). Åsa og Leif er bestevenner og relasjonen deira er spesiell. Dei prøver saman å handtere korleis det er å vere forlatt. Sjølv om han ikkje er verdens beste pappa etter alle definisjonar, elsker han dottera si og vil ho alt det beste. Men alkoholen har eit hardt tak rundt livet deira og rusmisbruket eskalerer gradvis. Når ein les boka legg ein spesielt merke til mange grunnleggande behov som ikkje vert dekkja, men ingen ser det, eller gjer noko med det. Til dømes har ho ofte ureine klede på seg, ho pussar aldri tenner eller et frukost før dei reiser i barnehagen. Fleire gonger må ho vere der med feber utan at nokon kjem for å hente ho. Leif pleier også å sette av Åsa i mørket utenfor barnehagen når han skal på jobb, så ho kan vente der til dei åpnar. Ho må også vere med han på jobb om natta når han jobbar overtid. Dette er berre nokre få eksempel av fleire. Åsa skildrar at faren, Leif er ein mann som er veldig oppteken av fasade. Han har fine pyntegjenstandar, gardiner og verandakassar, men som sagt er verkelegheita annaleis innanfor husets fire vegger. Ofte et dei middag hjå farmora og farfaren til Åsa, og han må stadig «låne» pengar av dei. Ikkje fordi han tener dårleg, men fordi han drikk opp alle pengane. Linderborg seier i same intervjuet (2008) at ho hadde ein annaleis barndom enn andre barn, men at ho aldri ville vore den forutan. Dersom ho ikkje hadde budd med han er ho redd for at dei ikkje ville hatt noko forhold i det heile (Michelet, 2008).

Som lesar av denne boka kan ein sjå konturane av ein oppvekst der ein får eit inntrykk av at forfattaren prøver å framstille barndommen på best mogeleg måte. Faren hennar, Leif fekk mykje negativ oppmerksomheit for måten han levde livet sitt på og det kan verke som om Åsa vil forsvare valga han har teke til tross for at ein kan sjå manglar ved grunnleggande behov for eit barn gjennom heile barndommen. Ein kan stille seg undrande til om alt som er skreve i denne boka er skreve rett frå hjartet eller om forfattaren prøvar å pynte på verkelegheita. Åsa framstiller at fasade var viktigare for faren hennar enn innhaldet i heimen. Utifrå faglitteratur som eg har brukt i denne oppgåva er det fleire utsegn som eg lurar på om kan samsvare med verkelegheita. Dette kjem eg nærare inn på i drøftingsdelen min.

### **2.3 Forsking på feltet**

Eg har funne mykje forskning på feltet, både norsk og internasjonal forskning. Barn av alkoholikarar er eit tema det til stadigheit kjem ny forskning på. Som sosionom blir det viktig å halde seg oppdatert på forskningslitteraturen slik at ein kan ha større kjennskap og kompetanse for å hjelpe barn i vanskelege situasjonar. Eg kjem her til å forklare kva type forskning eg har valt å ta med i oppgåva mi.

#### **2.3.1 Familien som kjelde til stress**

av dei undersøkingane eg har brukt er «Characterizing life stressors of children of alcoholic parents». Denne studien er gjort av Hussong, Bauer, Huang, Chassin, Sher og Zucker (2008). Dette er ei analyse av 3 longitudinelle studiar der dei samanliknar barn av alkoholikarar med barn av ikkje-alkoholikarar. Desse studiane er aldersgraderte i desse gruppene: Tidleg barndom, tidleg ungdomsalder og tidleg vaksen. Forskarane har funne ut at familien kan vere ei betydeleg kjelde til stress for barn av alkoholikarar heilt inn i vaksenlivet. Det er mange ulike stressfaktorar som kan vere relatert til foreldras alkoholisme i forhold til at dei lever med kaos og ustabilitet eller på grunn av andre negative hendingar. Forskarane har også funne ut at negative livshendingar opplevast meir alvorleg for barn av alkoholikarar enn for barn av ikkje-alkoholikarar. Dette kan ein sjå i samanheng med at desse barna ofte vekse opp med mangel på støtte, positive familieforhold og meistringskjensle.

### **2.3.2 Sentrale risikofaktorar**

Ein anna fagartikkel eg har brukt heiter “Barn av rusmisbrukere- drøfting av sentrale risikofaktorar» av Duckert og Mohaupt (2010). Duckert er professor ved psykologisk institutt ved universitetet i Oslo. Ho er klinisk spesialist og ekspert på tidleg behandling av alkoholskader. Mohaupt er psykolog og ansatt ved Alternativ til Vold i Stavanger. Begge har i forbindelse med denne artikkelen vore tilknyttta Kompetansesenter for rusmiddelforskning Helse Vest. Denne studien tek føre seg rusmisbruk generellt, medan den amerikanske studien ovanfor konsenterer seg kun om alkoholmisbruk. Begge studiane visar til at barn av alkoholikarar har auka risiko for psykiske lidingar, men denne studia går nærare inn på dei spesifikke risikofaktorane. Mohaupt og Duckert viser til at personer som har vakse opp med alkoholavhengige foreldre, har hatt auka sannsynlighet for å ha opplevd fysisk, seksuell eller psykisk vold retta mot seg sjølv, for å ha vore vitne til vold i heimen, og for å ha levd saman med ein psykisk sjuk, suicidal, kriminell eller rusmiddelavhengig person.

## **3.0 Teori**

I denne delen skal eg kort presentere kva perspektiv eg har teke utgangspunkt i når eg har skreve oppgåva. Det utviklingspsykologiske perspektivet er eit verktøy som kan hjelpe til å forstå barnets utvikling og dei kjenslemessige utfordringane barn kan oppleve når dei lever med rus på nært hald. Resiliensperspektivet kan hjelpe til å forstå kvifor nokon barn klarar seg sjølv om dei ikkje har hatt ein god oppvekst. Desse perspektiva kan bidra til å finne samanhengar mellom min empiri og oppdatert forskning på feltet. Nedanfor skal eg også gi ei kort utgreiing om Ainsworth tilknytningsteori, kva som er viktige foreldrefunksjonar, rusmisbrukets syklus og til slutt val av litteratur.

### **3.1 Utviklingspsykologisk perspektiv**

Utvikling er prosessen når eit barn veks og endrar seg gjennom sitt livsløp (Bunkholdt, 2003, s.19). Det handlar om at endringar må skje i ei bestemt rekkefølge, at kvar forandring må bygge på det som har skjedd tidlegare og at forandringa ikkje må forsvinne igjen etter kort tid. Dette er prosessar som følgjer heile livsløpet frå fødsel til død (Bunkholdt, 2003).



Kva er ein utviklingsteori? I følgje Bunkholdt (2003) er det organisert informasjon og forklaringar som kan bidra til forskning. Og utifrå ein slik teori kan ein beskrive, forklare og forutsei barns utvikling. Det fins mange ulike utviklingsteoriar som kan brukast på forskjellig grunnlag. Eg tek utgangspunkt i psykodynamisk teori som spring ut av Freuds psykoanalytiske teori. Her er det reaksjonar frå omgjevnadane som krev at barnet må omforme sine behov og ønskjer utifrå dets opprinnelege behov og adferd. Det vert då konflikt mellom primitive behov og reaksjonar. Psykodynamiske teoriar er ofte kalla fase-teoriar. Dette er ulike stadier i bestemte delar av utviklinga. Det er fleire teoretikarar innanfor kvar teori, men dei som vert mest sentrale i denne oppgåva er Bowlby som også vert kalla «spedbarnspsykologiens far». Hans oppfatning er at menneske er fødd med ei sosial orientering og viser overlevelsesadferd heilt frå fødselen av (Bunkholdt, 2003).

### **3.2 Resiliensperspektiv**

Grunnen til at eg har valt å legge vekt på resiliensperspektivet i oppgåva mi er fordi eg synes det er viktig å få fram at det kan gå bra for mange barn sjølv om dei har hatt ein vanskeleg oppvekst, noko som også kjem tydeleg fram i empirien min. Borge (2003) seier at resiliens handlar om barns motstandskraft til å utvikle psykiske problem og dette kjem til syne der barn viser effektiv og vellukka tilpasning til tross for dårlege omgjevnader. Nokon barn klarar seg bra medan andre reagerer med avvik. Det er viktig å merke seg at kvart enkelt risikobarn vil måtte finne sine eigne prosessar for at dei skal kunne oppnå ein betre tilværelse og barn reagerer ulikt på stress. I følgje Borge (2003) handlar resiliens om førebygging, at ein kan gripe inn tidleg ved psykiske lidingar hjå barn. Det er ei målsetting som gjer barn meir rusta til å møte risiko i livet og at dei skal få oppleve kjenslemessig støtte, sosial stabilitet og god stimulering. Resiliensbegrepet vert nytta i ulike samanhengar, men i denne oppgåva kjem eg til å knytte det opp mot barn som opplever alkoholmisbruk hjå sine foreldre.

### **3.3 Tilknytningsteori**

Her skal eg sjå nærare på Ainsworth sine tilknytningsteoriar. Bunkholdt (2003) seier at denne prosedyra vart utvikla av ho og hennar kollegaer i forbindelse med undersøking av tilknytning og den kallast «fremmedsituasjonen». Dette er ei observasjonsstudie som skil ut tre typar tilknytning, trygg, utrygg og ambivalent. Observasjonane vart gjort ved eittårsalderen i sju korte episodar. Her skulle blant anna mor og barn først vere saman, deretter skulle mor gå ut. Etter det skulle barnet så vere aleine med ein observatør og til slutt skulle mor komme tilbake

etter nokre minuttar. Dette danna grunnlaget for kva type tilknytning barnet hadde til sin omsorgsperson.

Eg skal gi ei kort forklaring på kva som er forskjellen på dei ulike typane. I følge Killèn og Olafsson (2003) brukar barn som har trygg tilknytning mor si som ein trygg base som dei kan utforske frå. Barnet er uroleg når ho går, men let seg trøyste når det er aleine med observatøren. Når mor kjem tilbake er barnet glad for å sjå ho og mønsteret har samanheng med responderande omsorg i heimen det første året. Barn som har utrygg/ unnvikande tilknytning er ikkje særleg urolege når mor går og overser ho når ho kjem tilbake. Samtidig observerer dei bevegelsane hennar. Dette har samanheng med at mors adferd har vore prega av invadering eller avvisning, tilbaketrekning eller signalisert ubehag ved fysisk kontakt. Det tredje mønsteret er det som er beskrevet som ambivalent tilknytning. Desse barna viser begrensa utforskning og manglande evne til å bevege seg vekk frå mor. Dei er veldig opptekne av mor, ekstremt fortvila ved adskillelse og vanskelege å roe ved gjenforening. Dette tyder på eit mønster der mor har vore inkonsekvent, har gitt uforutsigbar respondering og at mor har vist tilbaketrekning det første året. Forskarane har seinare komme fram til ein fjerde kategori som vert kalla desorganisert, noko eg kjem tilbake til i drøftingsdelen (Killèn og Olofsson, 2003).

### **3.4 Alkohol og rusmisbruk**

Alkohol er det mest vanlege rusmiddelet i Norge og er det rusmiddelet som representerer det største samfunnsmessige problemet. Hansen (2001) peikar her på konsekvensane av korleis det er å leve med rusmisbruk i ein familiesituasjon, kva skadeverknader det kan ha for barn på kort og lang sikt og at rusmisbruk er tabubelagt og skamfullt. At rusmisbruk er tabubelagt rammar aller mest barna som opplever dette med sine foreldre. Det er vanskeleg å snakke med både foreldre og utanfortåande, og det er ulikt korleis barn reagerer. Det er ei stor gruppe barn som veks opp under slike forhold som Hansen forklarar.

Kva er grensa mellom bruk, misbruk og avhengigheit av alkohol? Hansen (2001) seier at det ikkje er lett å lage ei grense mellom det. Ofte er det slik at konsumet av alkohol gradvis vert auka og at konsekvensane for ein sjølv og dei næraste vert forverra. Når ein misbrukar alkohol tyder det at ein kjem inn i eit negativt mønster der ein som rusmisbruker i utgangspunktet har intensjonar om å tilføre seg sjølv noko positivt, behageleg og godt. Ein tenkjer ikkje særleg over at konsumet aukar og at dette kan føre til ubehagelege, smertefulle konsekvensar for familien. I vår kultur har ein fordømmar mot folk som utviklar eit

rusproblem og difor kan alkoholikaren sjølv synast det er skamfullt å ha eit stempel som ein rusmisbrukar. Dette kan også vere ei sperre til å søke hjelp. Ingen vel å bli rusmisbrukar, men korleis ein vel å ta imot hjelp frå andre kan vere avgjerande for korleis ein kan få eit rusfritt liv. Nokon kjempar for å bevare sin verdigheit og kan oppleve det som ein trussel eller eit angrep dersom andre påpeikar den dårlege sirkelen ein er i. Andre kan oppleve det som ein lettelse at nokon ser problemet og det kan vere starten på å gjere noko med rusmisbruket (Hansen, 2001).

### **3.5 Viktige foreldrefunksjonar**

Viktige foreldrefunksjonar for eit godt samspel og for barnets tilknytning, trivsel og utvikling. Killèn og Olofsson (2003) seier at det handlar om foreldra si evne til å sjå barnet som det er og akseptere det, at ein har evne til å engasjere seg positivt følelsesmessig, innlevelse i barnas liv, prioritering av utviklingsmessige behov og at ein som forelder kan ha realistiske forventningar til barnet. Foreldre som har eit rusmiddelmissbruk vil ha vanskelegheiter med å fylle desse foreldrefunksjonane. Nokon kan klare det, medan andre let avhengigheita vere hovudfokus og då vert oppgåva om å ta hand om eit barn for stor. Det handlar mykje om korleis omsorgspersonene fungerer når dei er rusfrie og korleis personlegheita deira er når dei ikkje er påverka av alkohol. Ifølge Hansen har barn av rusmisbrukarar har ein forekomst av ei rekke problemmer. Angst, tristheit, dårleg sjølvbilde og søvnproblem kan vere nokon av desse. Dette kan vere teikn på at dei ikkje har det så bra heime og at dei er utsett for fleire belastningsfaktorar samtidig. Slike problem kan også komme til uttrykk på indirekte måtar, som magesmerter, anspentheit, hovudverk, tristheit, konsentrasjonsproblem osv. (Hansen, 2001).

### **3.6 Rusmisbrukets syklus**

Hansen (2001) forklarar korleis rusfasane er. Det kan vere lett å tenke at problema rundt sjølve rusmisbruket er mest til stades når foreldra er rusa. Det er på slike tidspunkt det er nærliggande å tru at barna vil oppleve å bli mest overletne til seg sjølv og ha dei mest dramatiske opplevingane. Barna kan bli slitne, redde og triste i slike situasjonar. Men dette er stressfaktorar som desse barna må leve med i alle fasar av russyklusen, ikkje berre i rusfasen. Rusmisbruket, som i denne samanhengen dreiar seg om alkoholikarar, går altså i ein slags syklus som heile familien innrettar seg etter. Dette medfører at barna vert belasta med ein ustabil og uforutsigbar kvardag.

### **3.6.1 Rusfasen**

I denne fasen er rusmisbrukaren oppteken av å innta alkohol og vere berusa. Familien innrettar seg og finn ulike løysningsstrategiar, noko som er avhengig av alkoholikaren sin adferd. Det typiske i denne fasen er at familien gjer eit forsøk på å begrense både mengde og lengde av drikkeperioden. Foreldra må ofte avlyse avtalar på grunn av at alkoholen tek all oppmerksomheit.

### **3.6.2 Bakrusfasen**

I denne fasen er alkoholikaren ofte sjuk, sliten og overfølsom på grunn av abstinensar og har av den grunn nok med seg sjølv. Familien tilpassar seg ved å vere skånsomme for å få familien til å fungere så normalt som mogeleg igjen. Barnas behov og forventningar kan bli sett til side, noko som vert styrt ut ifrå misbrukaren sine behov. På dette tidspunktet vert gjerne rusmisbrukaren ofte styrt av dårleg samvittigheit og gir løfter om at det ikkje skal skje igjen. Barna er ofte bevisste på at dei ikkje klarar å tru på løfta som vert gitt, slik at dei er forberedt på å ikkje bli skuffa ved neste rusfase.

### **3.6.3 Edru fase**

Når misbrukaren er edru igjen er det ofte som om alt er tilbake til normalen og at løfta om at ein ikkje skal drikke igjen vert innfridd. Dette oppleves ofte som ein god periode for dei vaksne i forholdet, men barna kan vere skeptiske til kor lenge perioden kjem til å vare før neste drikkeperiode. For barna handlar denne fasen om at dei må omstille seg for å finne ut kva som gjeld i øyeblikket.

### **3.6.4 Fasen før ny rus**

Den verste fasen for familien er før ny rus fase. Dei kan merke teikn på at ein ny rusfase byrjar, gjerne fleire dagar i førvegen. For alkoholikaren kreves det ofte førebuing og dette føregår ofte i skjul. Barna opplever ofte at den edru forelderens oppmerksomheit blir trekt mot rusmisbrukaren, og dei bekymrar seg ofte for det som skal komme. I denne fasen er det ulikt korleis foreldra opptrer og korleis barna tilpassar seg, men uansett krev det at barna er oppmerksomme på endringa som skjer og kva som forventast av dei.

Avslutningsvis kan ein seie at desse barna lever under stadige omsiftingar og uforutsigbarheit i alle desse fasane. Dette kan vere ei stor belastning. Dei er ofte bekymra og det kan gi utslag på mange vis, til dømes konsentrasjonsvanskar, bekymring for små ting eller skulking av skulen (Hansen, 2001).

### 3.7 Val av litteratur

«Meg eier ingen» av Åsa Linderborg (2008) er primærlitteraturen eg har teke utgangspunkt i. Linderborg er ein svensk historikar, forfattar, kulturskribent og kultureddaktør. Boka er skreve etter at forfattaren sjølv er blitt vaksen, men vert skildra gjennom eit barn sine auger. Det har vore viktig for meg å få fram korleis Åsa sine kjensler vart beskrivne sidan ho levde så tett på alkoholmisbruket. Eg har vore oppteken av å trekke fram kva ho tykkjer har vore mest vanskeleg, og i den samanheng har eg brukt direkte sitat frå boka i oppgåva mi som er med på å underbygge svara mine i problemstillinga. Eg har vidare knytta dette opp mot forskning som er gjort på feltet og drøfta det frå eit utviklingspsykologisk perspektiv og eit resiliensperspektiv.

Sekundærlitteratur som eg har brukt er blant anna «Det sårbare barnet» av Killèn og Olofsson (2003). Killèn er sosionom, dr. philos. og forskar emeritus ved NOVA (norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring). Olofsson er direktør ved eit familiesenter for førebygging av rusmiddelskadar hjå barn i Hvidovre i Danmark. Begge forfattarane har lang og brei erfaring av å jobbe med barn som veks opp med foreldre som har rusproblem. Denne boka har bidrege til å gi meg mykje nyttig informasjon om barn av foreldre som har alkoholproblem, former for omsorgssvikt og utviklingsforstyringar. Forfattarane seier at dette er ei gruppe barn som lider i stillheit med den smerta det inneber at foreldra har eit rusproblem, det er ikkje alltid ein *ser* desse barna godt nok. Dei peikar på viktigeita av at ein som profesjonell veit kva teikn ein bør sjå etter i barnas utviklingsforløp slik at ein har sjanse til å hjelpe. Dei stiller spørsmål til om profesjonelle har manglande kunnskaper om omsorgssvikt, om det kan vere lett å bagatellisere barnets smerte eller om ein benekter forholda. Dei meiner at det er viktig å møte desse familiane med ei stor fagleg kompetanse og at ein må vere sensitiv i sitt arbeid på grunn av at det er så kjenslemessig og holdningmessig krevjande (Killèn og Olofsson, 2003).

Ei anna bok som har vore viktig i mitt forskningsprosjekt heiter «barn som lever med foreldres rusmisbruk» der Hansen (2001) er redaktør. Ho er psykolog og jobbar ved Borgestadklinikken i Skien og vert rekna som ei føregangskvinne for sitt arbeid med rusmisbruk i familiar. Sjølv om boka er utgitt i 2001, har eg valt å bruke den fordi den er like aktuell i dag samanlikna med dagens forskning. Eg har også sett at litteraturen hennar vert nytta i andre samanhengar av nyare dato. Denne boka er skreve utifrå forfattarane sine eige utgangspunkt og deira ståstad som terapeutar ved Borgestadklinikken. På lik linje med Killèn

og Olafsson vil ho skape ei større bevissteheit blant folk flest som jobbar med barn. Ho seier at det er eit stort behov for å spreie kunnskap om temaet, nettopp fordi det er så tabubelagt (Hansen, 2001).

«Resiliens» av Borge (2003) har også vore viktig sekundærlitteratur i oppgåva mi. Borge er utdanna utviklingspsykolog med fokus på barns utvikling og jobbar på universitetet i Oslo ved psykologisk institutt. Resiliens har gjort store framskritt i internasjonal psykologisk forskning og det er eit framskritt som rettar seg mot sunn utvikling under risiko. I tillegg har eg som tidlegare nemnt, valt å bruke fleire forskningsartiklar, både norske og utanlandske.

## 4.0 Drøfting

I denne delen av oppgåva skal eg drøfte samspelsteoriar og tilknytningsteoriar opp mot min empiri og i denne delen av oppgåva har Bowlby og Ainsworth vore sentrale. Det første underspørsmålet er *kva som er dei kjenslemessige utfordringane for barna når foreldra drikk?* I denne delen skal eg gjere greie for vanskelege kjensler som skam og skuld og eg skal også gi ei forklaring på omgrepet parentifisering. Det andre underspørsmålet er *korleis ein skal fremje resiliens hjå barn av alkoholikarar?* Her vil eg gå nærare inn på dei ulike risikofaktorar og beskyttelsesfaktorar opp mot psykisk helse. I empirien min får eg berre eit innblikk i verda til Åsa frå ho er ca. fire år og fram til ho er vaksen. Eg har likevel valt å ta med kor viktig tidleg samspelet med omsorgspersonane er allereie frå dei vert født sidan eg konsentrerer meg om barn i aldersgruppa 0-6 år. Dette er for å grunngi den klare samanhengen mellom samspel, tilknytning og resiliens.

### 4.1 Korleis er det for barn å vekse opp med rusmisbrukande foreldre og kva følgjer får dette for familiesamspelet?

Frå eit utviklingspsykologisk perspektiv er det mest nærliggande å byrje å snakke om samspel frå barnet er født. Det er viktig å nemne at ei stor gruppe av barna som lever med rusrelaterte problem, vert fødd med født alkoholsyndrom på grunn av at mor har brukt rusmidlar i svangerskapet. Borge (2003) seier at desse barna treng tett oppfølging sidan dei er betydeleg risikoutsett allereie frå fødselen. Dersom ein skal sikre desse barna ei best mogeleg utvikling er det viktig å sette i gang tiltak allereie i svangerskapet. Dette samsvarar med det Killèn og

Olofsson (2003) seier om at kvaliteten på det tidlege samspelet er avgjerande for korleis barnet knyter seg til sine foreldre. Barnet søker umiddelbart kontakt med sine omsorgspersonar etter fødsel. Allereie i løpet av dei første vekene tek barnet initiativ og responderer. Då er det viktig at barnet vert møtt av omsorgspersonane på sine behov. Når foreldra er tilstrekkeleg sensitive er dei i stand til å tolke barnas behov og vere tilgjengeleg for barnet, men dei foreldra som har eit rusproblem er i liten grad i stand til å engasjere seg i barnet sidan dei set sine egne behov først (Killèn og Olofsson, 2003).

Duckert og Mohaupt (2010) seier i si undersøking at utviklings og tilknytningsteoriar understrekar samspel mellom barn og omsorgsgjevar og at det er spesielt viktig på spedbarnsstadie for å utvikle grunnleggande psykiske, kognitive og sosiale ferdigheiter. Sensitivitet er viktig frå omsorgsgjevaren si side for barnets utvikling av motoriske og psykiske ferdigheiter og komplekse ferdigheiter som språk, kjenslemessig sjølvregulering, empati og finmotorikk. I følgje Duckert og Mohaupt blir heimen som omsorgsbasis svekka når omsorgspersonen er fråværande, enten i direkte tilfeller av rus eller indirekte når rusproblemet tek foreldra si oppmerksomheit. Dette kan føre til negativ utvikling for barnet.

Eg vil setje dette i samanheng med Bowlby sin psykoanalytiske teori. Han har ei hypotese som er av stor betydning for korleis ein kan forstå barn som har rusmisbrukande foreldre. Killèn og Olofsson (2003) seier at barna utviklar indre arbeidsmodellar parallellt i tilknytningsprosessen. Dette vil seie ei indre oppfatning av seg sjølv og sine omsorgspersonar. Til samanlikning seier Bunkholdt (2003) at Bowlby sin tilknytningsadferd kjem til uttrykk gjennom medfødte signalar som sikrar nærheit til foreldra og dermed mogelegheita til å overleve. Teorien hans understrekar betydninga av kor viktig den første utviklingsperioden er for seinare utvikling, og at både barn og omsorgspersonar påverkar kvarandre gjensidig. Teorien hans inneheld tre stadier: Dei tre første månadane har barna ei generell sosial orientering. Frå tre månader til seks månader vert barnet meir selektiv, barnet byrjar å skilje kven det kjenner og ikkje. Frå seks månader til ca. to år byrjar den eigentlege tilknytningsutviklinga (Bunkholdt, 2003). Denne teorien samsvarar med det Killèn og Olofsson (2003) seier om at den kan hjelpe oss til å forstå korleis barn kan forholde seg til omsorgspersonen sin. Det kan også hjelpe oss til å forstå korleis barnet ser på seg sjølv, den vaksne sin verden og si eiga rolle i den.

Etter kvart som barna vert eldre tilpassar dei seg ulike samspelsmønster i misbrukarfamiliar. Dei finn ulike måtar å vere på og ulike løysningsstrategiar. Det er overlevingsmekanismar for barn som opplever vanskelege situasjonar i livet. Hansen (2001) seier at det ikkje er mengden

alkohol som bekymrar og skremmer barna mest. Det er forandringa som skjer med foreldra som er det mest skremmande. Barna kan oppleve at foreldra blir utilgjengelege, egoistiske og uinteresserte. Uforutsigbarheit og utrygghet er skremmande for barn og dei treng stabilitet for å føle seg trygge. Her er eit sitat frå Linderborg (2008) som kan underbygge dette:

*«Pappa hadde sovet hele helga, bare stavret seg på beina av og til med sovemerker på kinnene, for å åpne spiskammeret der flaskene sto og mistet innholdet. Han åpnet munnen for å si: Fy faen, det var den helga, på tide å gå på jobb»* (s.108, Linderborg, 2008).

Dette er eit sitat som viser at Åsa mest truleg er mykje aleine når far har fri i helgane. Hansen (2001) seier at barn handlar i forhold til den situasjonen dei står ovanfor, ut ifrå sin oppfatning av den aktuelle situasjonen. Ho var vand til å vere aleine når faren hennar drakk, men eg tenkjer at det kan ha ført til store belastningar for den vesle jenta og slik eg ser det er dette eit eksempel på generell omsorgssvikt. Men Åsa hadde heldigvis både besteforeldre, tanter og onklar som stilte opp dersom faren bad om det, men dei var der ikkje heile tida. Sett frå eit resiliensperspektiv kan desse personane ha vore med på å bidra til at Åsa i dag kan seie at ho har det bra. Men det er ikkje alle barn som er like heldige.

Når foreldra endrar seg opplever barnet at det mistar oppmerksomheita til den vaksne. Kommunikasjon og samspel med fulle foreldre kan kjennast som uverkeleg for barn, og så er det tilbake til normalen når foreldra er edru igjen. Barn er glade i foreldra sine, men på grunn av redsel blir dei sinte og fortvila og dei kan ha mange negative kjensler i forhold til foreldra sitt alkoholmisbruk. Dette kan kjennast som ei uløyselig konflikt for barnet som opplever det. Ofte kan barna også oppleve at den edru forelderen blir annaleis og barnet kan då kjenne at det også mistar denne forelderens oppmerksomheit. Den edru forelderen prøver å skjule og begrense skadene ved fylla, men barna opplever det annaleis. Dei opplever ofte at begge foreldra er utilgjengelege og at det må klare seg sjølv. Barn har også ulike måtar å reagere på ved mykje eksponering av alkohol. Nokon kan bli veldig opptekne av rutinar og kan bli veldig forstyrra dersom dei daglege rutinane vert brotne. Andre kan bli urolege og ha eit høgt aktivitetsnivå. Det er også vanleg ifølgje Hansen at dei kan bli klengete og oppsøke vaksenkontakt eller at dei vert tilbaketrukne og observerande (Hansen, 2001).

#### **4.1.2 Tilknytning**

I denne delen av oppgåva skal eg grunngi kva tilknytning er og korleis ein kan undersøke kva som er god eller dårleg tilknytning. Killèn og Olofsson (2003) seier at tilknytning kan variere



mykje frå familie til familie. Barn knytter seg alltid til sine omsorgspersonar uansett korleis dei blir behandla. Det handlar om korleis barnet vert møtt og om korleis signala deira vert oppfatta. Dersom behova deira ikkje vert møtt, vil dei utvikle utrygg tilknytning til sine foreldre. Barn som opplever at foreldra er rusa kan bli både oppfarande og sinte eller passive og ressignerte. Dersom barnet ikkje er trygg på at foreldra vil beskytte det for farar, vil barnet kunne oppleve foreldra som sjølv faren som dei vil beskytte seg mot. Og samtidig er det også heilt vanleg at dei vil beskytte sine foreldre. Dette samvarar med det som Linderborg (2008) har erfart.

*«Jeg ville være nær ham hele tiden. Var vi i butikken, holdt jeg ham i buksebeinet, satt jeg på bagasjebrettet, klemte jeg rundt ryggen hans, viss han gikk på do, fulgte jeg etter ham. Jeg sov tett inntil kroppen hans.»* (s. 43, Linderborg, 2008).

Dette sitatet viser at Åsa og faren hennar hadde eit spesielt forhold og at dei var veldig glade i kvarandre. På den eine sida kan det sjå ut som at ho har hatt ei trygg tilknytning til faren heile oppveksten. På den andre sida har livet vore så mykje prega av rus at eg tenkjer det må ha gjort at Åsa har kjent seg utrygg mange gonger. Dette samsvarar med Bowlbys hovudhypotese er at alle barn knytter seg til sine foreldre uansett korleis dei vert behandla (Killèn og Olafsson, 2003).

I forhold til tilknytning er det også viktig å nemne at det fins ulike typar oppdragarstilar. Sagatun (2008) seier at det fins myndig, autoritær, tillatande og forsømmande oppdragelse. I min empiri finn eg at faren Leif har ein blanding av dei to sistenemnde oppdragarstilane og difor tek eg utgangspunkt i desse. Her er ei vanleg hending i Åsa sin kvardag:

*«Jeg fikk lov til å være oppe så lenge jeg ville. John Blund i «halvsju» og Drutten og Gena i «Sveriges Magasin» betydde ikke at det var leggetid. Pappa hadde ikke noe behov for å være alene om kveldene og trodde ikke at jeg trengte mer søvn enn ham»* (s. 42, Linderborg, 2008).

Dette sitatet viser at faren til Åsa har liten struktur og disiplin. Han tillet mykje som det kan tenkjast at andre barn på hennar alder ikkje ville fått lov til og samtidig ser han ikkje at Åsa kan ha behov for meir søvn. Denne situasjonen handlar om at faren hennar treng selskap slik at han ikkje skal kjenne seg einsom. Sagatun (2008) seier at det er typisk for ein tillatande oppdragarstil er at han er varm og responsiv mot Åsa og dette gjer at eg meiner han kan ha ein tillatande oppdragarstil. Eg vil også vise eit eksempel på kva eg meiner med forsømmande oppdragarstil:

*«Han kunne gjøre sånt helt uten grunn også. Stå opp som vanlig og frakte meg til en stengt barnehage eller skolefritidsordning, si at det snart ville komme noen, og skynde seg av sted» (s. 11, Linderborg, 2008).*

I følge Sagatun (2008) viser forsømmende oppdragarstil lite kjærleik ovanfor barnet og utøver lite disiplin. I dette tilfellet viser faren svært lite bekymring for den vesle jenta noko som er typisk for denne oppdragarstilen. Han er heller ikkje responsiv i forhold til rimelege behov for hennar alder. Eg tenkjer at Åsa må ha vore redd når ho har opplevd slike skremmande situasjonar og at dette kan ha gjort noko med tilknytninga til faren.

I forhold til Ainsworth sine tilknytningsteoriar set eg sitata ovanfor i samanheng med at Åsa viser eit desorganisert mønster. Ho viser ofte ein sjølvmotseiande adferd og kombinerer ofte sterk nærheitssøking med sterk unnvikelse av faren. Desorganisert tilknytning gjeld først og fremst barn som var utsett for risikosituasjonar og omsorgssviktsituasjonar og eg meiner at eg kan sjå fleire teikn til dette gjennom heile min empiri Killèn og Olofsson, 2003).

## **4.2 Kva er dei kjenslemessige utfordringane for barna når foreldra drikk alkohol?**

Sett i lys av det utviklingspsykologiske perspektivet er det mange kjenslemessige utfordringar for barn som opplever foreldras rusmisbruk. I denne delen av oppgåva skal eg vise korleis dette kan vere med på å påverke utviklinga deira. Som profesjonell må ein vite om barns tilpasning til dei stadige endringane som skjer i livet deira og at dette må vere utgangspunktet til å forstå barns teikn til at ikkje alt er slik som det skal vere (Hansen, 2001).

### **4.2.1 Skam/ skuld**

Hansen (2001) seier at skam og skuld kan vere vanlege kjensler for dei som veks opp med at foreldra har eit alvorleg rusmisbruk. Barna kan lett oppfatte sin familie som annaleis enn andre familiar. Dei kan også kjenne på mindreverdigeitkjensle ovanfor andre menneske på grunn av sin familiebakgrunn.

Når ein opplever problem der ein kjenner seg hjelpelaus, kan det vere vanleg å føle skuld og ansvar. Ein heilt vanleg reaksjon hjå menneske når ein skammar seg over noko er at ein prøver å skjule det som er problemet. På grunn av at dette er eit tabubelagt tema gjeld dette særleg i heimar med rusmisbruk og det går utover barna. Barn skammar seg ofte over det som vert synleg for andre, når den som har eit rusmisbruk bryt dei sosiale normene. Men det er også vanleg at barn skammar seg over det som ikkje synes utad. I følge Hansen er det mest

vanleg at ein familie med rusproblem forsøker å skjule problemet ved å halde ei glatt fasade, men det kan vere ein avleiing for at ikkje folk skal sjå kva som skjer innanfor husets vegger. Linderborg (2008) seier det slik:

*«Pappa sa at vinduet vårt var som luke 24 i en adventskalender. Han forestilte seg at folk gikk forbi huset, kikket opp mot leiligheten og tenkte at der må det bo et driftig kvinnemenneske»* (s.33,Linderborg, 2008).

Her er eit sitat frå empirien min som seier noko om korleis Leif eigentleg ville at livet skulle vere. Han ville lage eit glansbilete av noko som ikkje var realiteten. Eg tolkar det slik at han opplevde det som skamfullt at han hadde rusproblem og at han var aleine med eit barn. Difor ville han ikkje at andre skulle sjå korleis tilstanden eigentleg var heime.

Når det oppstår konfliktsituasjonar, kan det ofte hende at barna kjenner seg ansvarlege for at situasjonen oppstod. Viss dei får ei oppleving av at problema i familien er deira skuld kan dei ofte ta på seg ei rolle som hjelpar og dei vil i slike situasjonar vere meir bekymra for andre enn for seg sjølv utan at dei har gjort noko galt. Barn er alltid redde for at andre skal oppdage noko, dei er alltid på vakt for at ingen skal legge merke til rusmisbruket. Dei held ofte ein viss avstand til andre og er redde for å ta med venner heim. I slike tilfeller må dei ofte ta i bruk små løgnhistorier og skrive om på verkelegheita for at ingen skal fatte mistanke. Hansen seier at ho fleire gonger har opplevd i sitt arbeid at det same tabuet også pregar kommunikasjonen i familien, det er eit tema ein ikkje set ord på. På grunn av dette kan det bli vanskeleg for barna å bearbeide negative opplevingar i forbindelse med rusmisbruket. Barn kan ofte uttrykke håplausheit knytta til konfliktrar og dei kan overreagere ved små ting. Dette er fordi slike belastningar ofte kan opplevast som vondt, utrygt og uløyseleg (Hansen, 2001).

#### **4.2.2 Parentifisering**

*«Noen ganger tok jeg mot til meg og helte ut det som var i flaskene. Jeg valgte dem som stod nedenfor senga hans. Ingenting var verre enn å se at han var så ør at han ikke greide å sitte mens han drakk»* (s.164, Linderborg, 2008).

I empirien min kan ein sjå mange døme på parentifisering. I følgje Hansen (2001) tek barn over dei vaksne sitt ansvar ved parentifisering. Sidan Åsa budde aleine med faren sin var det ingen andre omsorgspersonar som kunne skjerme ho for rusmisbruket og alt som fulgte med. Sitatet over viser kor stor ansvarskjensla er for eit barn som opplever eit stort alkoholmisbruk på nært hald. I rusperiodar kan foreldra vere så opptekne av seg sjølv at dei gløymer andre viktige omsorgsoppgåver. Dette inneber i mange tilfeller at barnet tek ansvar for ting dei ikkje

har moglegheit til å ha kontroll over eller påvirkning på. Difor vil dei ofte få ei kjensle av utilstrekkelegheit dersom dei har gjort noko som ikkje vert anerkjent og sett. Barna kjenner eit stort ansvar og dette kan medføre at dei til stadigheit er årvåkne for å kunne trø til å hjelpe der det trengs. Dette gjer at det er vanskeleg for dei å slappe av. På bakgrunn av dette er det mange barn som utviklar eit lavt sjølvbilete og dei kan kjenne seg lite verdifulle. Hansen (2001) seier at barna i tillegg til dette også kjenner eit stort ansvar for å ta vare på foreldra, og mange føler også ansvar for å beskytte og avlaste for den av foreldra som ikkje drikk. Døme på parentifisering kan vere huslege oppgåver som innhandling av mat, rydding, vasking, klesvask. Men det kan også vere å trøyste foreldra når dei er lei seg, mekle ved konflikter, passe på at rusmisbrukaren har lagt seg om kvelden osv. Barn bør ikkje involverast i alt som skal føregå på vaksent nivå, men i slike situasjonar blir ofte generasjonsfunksjonane utviska. I følge Hansen (2001) er det også lett at barn kan bli trekt inn i lojalitetskonflikter mellom foreldra. Å måtte velje side er vanskeleg for barna fordi ein er glad i begge foreldra sine. Då kan dei få ei kjensle av at dei kan miste kontakten eller bli avvist av den andre (Hansen, 2001).

*«Pappa løfter meg fort opp og setter meg hardt ned på sofaen i stua. Han sier jeg må sitte der fordi mamma er blitt gal. Helt gal er hun blitt».* (s.48, Linderborg, 2008).

Dette sitatet er henta frå situasjonen der mor pakkar sakene sine og reiser frå Åsa og faren hennar. Det er streke ord å høyre for ein fireåring som er veldig glad i begge to. Dette er ein lojalitetskonflikt som barn ikkje bør oppleve fordi det er umogeleg å velje mellom den eine eller andre.

#### **4.3 Korleis fremje resiliens hjå barn av alkoholikarar**

Eg vil også trekke fram resiliensbegrepet for å vise at ein til tross for mykje rus i barndommen, kan klare seg bra seinare i livet. Borge (2003) seier at alle barn reagerer ulikt på stress og risiko. Større kunnskap og forståing av resiliensbegrepet kan bidra til at ein kan lære seg å handle «riktig» i risikofyllte samanhengar. Dersom barna har hatt ei vellykka tilpasning til tross for kriser og truande omgjevnader, kan det gå bra. Som tidlegare beskreve i drøftinga har samspel og tilknytning det første leveåret mykje å seie for korleis barnet lærer seg å håndtere ulike ting, både kognitivt, motorisk og sosialt. Dersom ein har hatt ein trygg tilknytning tidleg i barndommen er ein sterkare rusta til å møte motstand seinare i livet (Borge, 2003).

Utifrå empirien min tolkar eg det på denne måten. Åsa vaks opp i ein heim der både mor og far var til stades fram til ho var fire år. Faren hennar drakk og dette var ein av grunnane til at mor hennar gjekk ifrå han, men ho seier ho kan hugse alle dei gode minnene frå då mor hennar budde der. Ein kan på denne måten anta at Åsa hadde ei trygg tilknytning til sine foreldre på dette tidspunktet. For å sjå dette i eit resiliensperspektiv kan dei fire første åra ha vore med på å bidra til at Åsa i dag kan seie at ho aldri ville hatt ein anna barndom. Ho skildrar åra i etterkant av skilsmissa som vanskelege, sjølv om ho seier ho har hatt eit godt forhold til faren sin. Inntrykket ein får er at ho har hatt mange vanskelege kjensler på grunn av farens rusmisbruk, men at det var den einaste verkelegheita Åsa visste noko om. Faren hennar var tryggheita som ho klamra seg fast til då mor hennar forlot dei. I tillegg hadde ho signifikante andre som kan ha vore medverkande til at det gjekk bra sjølv om kvardagen var full av mangel på grunnleggande behov.

#### **4.3.1 Risikofaktorar/beskyttelsesfaktorar**

Ifølgje Duckert og Mohaupt (2010) seier dei at vold er ein stor risikofaktor for barn som veks opp med foreldre som er rusmisbrukarar. Dette kan vere fordi foreldra tilhøyrrer ei gruppe som sjølv kan ha hatt høg førekomst av vold og neglisjering i eige liv. Desse barna har difor auka risiko for direkte fysisk, psykisk eller seksuell vold ved å vekse opp med ein eller fleire rusmisbrukande vaksne, eller indirekte ved å sjå ein av foreldra bli utsett for vold. Dette kan føre til utrygghet og aktivering av stress noko som er negativt for tilknytningsprosessen.

I samanheng med dette temaet kan eg også vise til rapporten frå folkehelseinstituttet der konklusjonen er ganske klar på at ei rekke av barna som veks opp med foreldre som har eit alkoholproblem eller alvorlege psykiske lidningar vert påverka av foreldra si funksjonsevne og kvardagsliv i betydeleg grad. Dette er fordi dei kan oppleve hyppige negative hendingar som i seg sjølv ikkje er så veldig alvorlege, men som likevel kan gi ei vedvarande negativ belastning for barna. I denne rapporten kjem det tydeleg fram at det er om lag dobbelt så stor risiko for at desse barna kan oppleve forskjellige uheldige utfall samanlikna med andre barn. (Rapport frå folkehelseinstituttet, 2011). Dette samsvarar også med funna i den amerikanske undersøkinga der det kjem fram at barn av alkoholikarar er meir sårbare for visse typar negative stressfaktorar i livet og at foreldra kan vere ei betydeleg kjelde til stress langt inn i voksenalivet. Det viktigaste funnet i deira undersøking var at sjølv små negative livshendingar kunne ha ei breiare innverknad på dagleglivet for barn av alkoholikarar enn for barn av ikkje-alkoholikarar, dette på grunn av konfliktfylte forhold i heimen (Hussong, et al, 2008).

Risiko forbunde med alkoholisme kan reduserast ved hjelp av barnas personlegheit og positive forhold tidleg i barndommen. Dei beskyttande faktorane som kan vere medverkande til at desse barna ikkje skal utvikle psykiske problem er ofte at dei har eit temperament som vekker positiv oppmerksomheit frå andre. Dei har også gode evner og ambisjonar om å gjennomføre ei utdanning og eit godt sjølvbilete som kan gjere at dei har sterk tru på at dei skal klare det. For desse barna kan det også vere viktig å prøve å få eit betre liv enn foreldra (Borge, 2003).

## **5 Avslutning**

I denne oppgåva har eg prøvd å belyse korleis det er for barn å vekse opp med foreldre som misbrukar alkohol. Eg har sett dette i samanheng med kva som skjer med familiesamspillet når kvardagen er prega av rus. Eg har også teke føre meg dei kjenslemessige utfordringane som barn har når foreldra drikk og kva som skal til for å fremje resiliens hjå barn av alkoholikarar. Eg har drøfta ut ifrå eit utviklingspsykologisk perspektiv og eit resiliensperspektiv gjennom heile oppgåva. På grunn av hovudproblemstilling og to underspørsmål består drøftingsdelen av tre deler. I den første delen av drøftinga gjekk eg nærare inn på korleis tidleg samspel mellom barn og omsorgspersonar kunne gi ei best mogeleg kvalitet i utviklinga til barnet. Eg beskreib viktigheita av sensitivitet og gode foreldrefunksjonar sett i lys av empirien min. Fleire av sitata eg har brukt i denne samanhengen er motstridande i forhold til korleis ein god oppvekst bør vere. Eg har drøfta Bowlby sin psykoanalytiske teori i samanheng med tilknytningsprosessen for å vise at barn tilpassar seg ulike samspelsmønster når dei blir eldre. Eg har også teke føre meg ulike typar oppdragstilar og drøfta dei i forhold til Ainsworth sine tilknytningskategoriar. Dette har eg sett i samanheng med min empiri og funne forhold som gjer at eg stiller spørsmålsteikn til at Linderborg (2008) kan ha hatt ein så god oppvekst som ho gav uttrykk for.

Den andre delen handlar om kjenslemessige utfordringar for barn som lever med foreldre som misbrukar alkohol. Her har eg konkretisert nokon av dei mest vanlege kjenslene som desse barna kan kjenne seg igjen i. På bakgrunn av at rusmisbruk er eit tabubelagt tema vert skam og skuld nokon av dei mest framtrudande kjenslene for dei som opplever det. Parentifisering er også eit omgrep som er viktig i denne samanhengen sidan dette kan vere ein av følgjene

ved at alkoholmisbruk er eit tabuemne. At barn må påta seg eit vaksent ansvar er uforsvarleg og gjer noko med samspelet i familien.

I den tredje og siste delen av drøftinga mi definerer eg resiliensomgrepet og drøftar det opp mot empiri og forskning. Eg har teke føre meg kva faktorar som kan gi stor risiko og kva som gjer at det kan gå bra til tross for motgang. I all forskning eg har funne, og i all litteratur eg har brukt vert det understreka kor stor viktigheita av tidleg intervensjon og førebygging retta mot barn av alkoholikarar er. Foreldres alkoholisme gir betydeleg belastning og ein kan tydeleg sjå stress hjå barn allereie i tidleg alder og dette kan vedvare langt ut i vaksenlivet (Hussong, et al, 2008). Tidleg intervensjon kan vere med på å førebygge den høge førekomsten av psykiske lidingar for barn av alkoholikarar. Utfordringa som sosialarbeidar blir å bryte ned tabuet rundt alkoholmisbruk og det kan berre gjerast ved å tørre å snakke om det. Ein må synleggjere at alkoholmisbruk vert meir og meir vanleg slik at «dei usynlege barna» vert sett.

## 6 Referanseliste

- Borge, A, I, H. (2003). *Resiliens- Risiko og sunn utvikling*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Bunkholdt, V. (2003). *Utviklingspsykologi*. Otta: Universitetsforlaget.
- Dalland, O. (2010). *Metode og oppgaveskriving for studenter*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Hansen, F, A. (Red.). (2001). *Barn som lever med foreldres rusmisbruk*. Oslo: Pensumtjeneste AS.
- Jacobsen, D, I. (2012). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? Innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. Kristiansand: Høyskoleforlaget AS.
- Killèn, K. & Olofsson, M. (2003). *Det sårbare barnet- barn, foreldre og rusmidler*. Oslo: Kommuneforlaget AS.
- Linderborg, Å. (2008). *Meg eier ingen*. Trondheim: Versal Forlag.
- Sagatun, S. (2008). *Kjønn i sosialt arbeid med ungdommer og foreldre*. Oslo: Universitetsforlaget.
  
- Hussong, A. M. , Bauer, D. J. , Huang, W. ,Chassin, L. , Sher, K. J. & Zucker, R. A. (2008). (2013, 25. April). *Characterizing life stressors of children of alcoholic parents*. Henta frå:  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2765873/>
  
- Michelet, M. (2008). (2013, 2.mai). *Åsa og pappaen hennes*. Henta frå:  
<http://www.dagbladet.no/kultur/2008/09/02/545518.html>
  
- Mohaupt, H. & Duckert, F. (2010). (2013, 25.april). *Barn av rusmisbrukere- drøfting av sentrale risikofaktorer*. Henta frå:  
[http://www.psykologtidsskriftet.no/index.php?seks\\_id=111647&a=2](http://www.psykologtidsskriftet.no/index.php?seks_id=111647&a=2)
  
- Skretting, A & Storvoll, E. E. (2011). (2003, 14. mai). *Utviklingstrekk på rusmiddelfeltet- grunnlagsmateriale til regjeringens stortingsmelding om ruspolitikken*. Henta frå:  
[http://www.sirus.no/filestore/Automatisk\\_opprettede\\_filer/sirusrap.3.11.pdf](http://www.sirus.no/filestore/Automatisk_opprettede_filer/sirusrap.3.11.pdf)



(Vedlegg 1)

## Søkelogg

<b>Kvar har eg søkt?</b>	<b>Søkeord</b>	<b>Kor mange treff?</b>
Academic search premier	Children of alcoholic	1020 treff
Academic search premier	Alcohol abuse	2830 treff
Idunn	Pårørende av rusmisbrukere	3 sider
Idunn	Barn som pårørende	23 sider
Idunn	Barn av alkoholikere	3 sider
Idunn	Resiliens	2 sider
Idunn	Alkoholmisbruk	7 sider
Idunn	Alkohol og familie	16 sider
Norart	Alkoholmisbruk	680 treff
Norart	Barn av alkoholikere	1320 treff
Norart	Resiliens	231 treff
Science direct	Children of alcoholics	744 treff
Science direct	Alcohol abuse	1828 treff
Google	Barn av alkoholikere	150 000 treff
Google	Pårørende av rusmisbrukere	55 200 treff
Google	Resiliens	98 100 treff
Google	Alkoholmisbruk	56 900 treff
Google	Pårørende av alkoholikere	57 800 treff
Google	Alkoholproblem i familien	238 000 treff

