

Barns upplevelser när föräldrars missbruk upphört: “Alltså det är svårt att må bra igen”

Karin Alexanderson

Uppsala University, Uppsala, Sweden

Elisabet Näsman

Uppsala University, Uppsala, Sweden

Abstract

Artikeln bygger på intervjuer med 15 barn till föräldrar med missbruksproblem. **Syfte:** Att bidra till fördjupad förståelse av barns situation, när en förälders missbruk upphört. **Metod:** En explorativ intervjustudie med barndomssociologi och symbolisk interaktionism som teoriram. **Resultat:** Att missbruket upphört ger barn utrymme att känna efter hur de mår, att reflektera över missbrukets påverkan på deras hälsa och personlighet och att försöka förändra sig och sitt liv. Deras behov av bearbetning kan kvarstå lång tid. Det kan ta tid och vara svårt att bygga upp relationen till föräldern. Barn kan känna omsorgsansvar men också misstro och oro för återfall. Tonåringen kan dock se en möjlighet att gå vidare med sitt eget liv. Om missbruket bara upphör för en av två föräldrar med missbruksproblem är barn fortfarande berörda av missbruk. **Konklusion:** Barns behov av bearbetning i relation till föräldrarna kan både ta och kvarstå lång tid oavsett om barnet bor med föräldern eller inte. Barnen kan både behöva hjälp för egen del och i relation till föräldern. Det ska vara påbjudet att professionella arbetar med ett familjeperspektiv, oavsett organisatoriska uppdelningar och oavsett om förälder och barn bor ihop eller ej. Det kräver strukturer, rutiner och resurser för samverkan över organisatoriska gränser.

Keywords

barn som anhöriga, barndomssociologi, föräldrafiering, föräldrar med missbruksproblem

Submitted: 24 April 2017; accepted: 12 June 2017

Corresponding author:

Karin Alexanderson, Uppsala University, Box 624, 751 26 Uppsala, Sweden.

Email: karin.alexanderson@soc.uu.se



Creative Commons CC BY-NC: This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 License (<http://www.creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits non-commercial use, reproduction and distribution of the work without further permission provided the original work is attributed as specified on the SAGE and Open Access pages (<https://us.sagepub.com/en-us/nam/open-access-at-sage>).

Tidigare forskning visar att barn till föräldrar med missbruksproblem både löper risk att fara illa i nuet och att få emotionella, psykiska och sociala problem även som vuxna (Christoffer- sen & Soothill, 2003; Hansen, 2012; Hjern, Arat, & Vinnerljung, 2014; Lindgaard, 2012; Velleman & Templeton, 2016; Wannberg, 2015, 2016). Holmila, Itäpuisto, och Ilva (2011) beskriver barn till föräldrar med alkoholproblem, hur föräldrarnas agerande eller brist på handling skadar dem, vilka följder föräldrarnas alkoholproblem får, hur barnen hanterat situationen, och möjligheterna att få hjälp. I Lindgaards studie (2012) uppger barn till föräldrar med alkoholproblem, i högre grad än normalpopulationen, emotionella problem, beteendeproblem, hyperaktivitet och uppmärksamhetsproblem samt risk för psykiatrisk diagnos. Lindgaard noterar att barnen är betydligt mer belastade än tidigare antagits och sammanfattar deras utsagor:

hovedparten av børnene angiver at være bekymrede, kede af det, utrygge og usikre på sig selv, ligesom alle børnene føler sig belastede af deres vanskeligheder, især i relation til livet i familien. (2012, s. 126)

Pisinger, Bloomfield, och Tolstrup (2016) uppger att ungdomar till föräldrar med alkoholproblem, i större utsträckning än andra, får egna problem och sämre föräldrarelationer och det oavsett om de lever med den missbrukande föräldern eller ej.

Även om en del barn får problem på både kort och lång sikt tycks andra klara sig och inte få problem som vuxna (Hall & Webster, 2007; Hjern et al., 2014; Werner & Johnson, 2004). Det handlar inte bara om missbruket: "Parental substance misuse alone cannot sufficiently account for the psychological adjustment of these children, especially in low functioning children" (Godsall, Jurkovic, Emshoo, Anderson, & Stanwyck, 2004, s. 799). Variationerna kan bero på risk- och skyddsfaktorer: när missbruket börjat, hur länge det pågått, graden av barnets exponering, hur föräldern påverkats, andra

vuxnas förmåga att skydda barnet, samt barnets personlighet och förmåga att hantera motgångar (Hall & Webster, 2007; Lindgaard, 2012; Rutter, 1985; Velleman & Templeton, 2016; Werner & Johnson, 2004). Barns motståndskraft kan stärkas om familjen har vardagsrutiner, ritualer kring högtider och ett fungerande föräldraskap (Haugland, 2005; Lindgaard, 2012).

I det forskningsprojekt som denna artikel bygger på, beskriver barn problem på grund av föräldrarnas missbruk, men också egna strategier (Alexanderson & Näsman, 2015). Både barn och föräldrar med missbruksproblem önskade att missbruket skulle upphöra, men räcker det?

Barn kan som anhöriga få utföra uppgifter i familjen som normalt i deras kultur sköts av föräldrar, så kallad föräldrafiering ("parentification"; Godsall et al., 2004; Haugland, 2012). Det kan vara destruktivt för barnet, men också positivt om det inte blir för krävande och om barnet får uppskattning för insatserna (Haugland, 2012). Missbruk kan påverka alla i familjen och familjesystemet som helhet genom att inverka på familjers mönster av relationer, kommunikation och samspel, vilket talar för att fler problem än missbruket kan behöva hanteras (Godsall et al., 2004; Haugland, 2012; Lindgaard, 2012). Haugland (2012) påpekar att det för många barn inte är tillräckligt att missbruket upphört, utan att både barn och föräldrar kan behöva hjälp att ändra negativa samspelsmönster som utvecklats under missbruket. Även socialstyrelsen i Sverige påpekar att då en förälder är aktuell för behandling på grund av missbruk, kan det vara viktigt för barnen att

avtäckas sådant som har tystats ned, att barnet eller den unga får klagöranden och adekvat information. Barnet eller den unga kan behöva få bekräftelse och erkänsla för sina försök att klara ut sin och familjens situation. (Socialstyrelsen, 2009, s. 35)

Forskning om vad det betyder ur barns perspektiv att missbruket upphör är ett bristområde. För både familjerna och professionella som arbetar

med dem är det dock en viktig fråga att få svar på, vilket denna artikel vill bidra till genom en intervjustudie med barn.

Artikeln syftar till att bidra till en fördjupad förståelse av barns situation, när en förälders missbruk upphört, genom att resa frågan: Vilka problem beskriver barn att de har kvar sedan missbrukstiden och vilka öppningar eller nya svårigheter beskriver de i situationen då en förälders missbruk upphört?

Vi avslutar med förslag till implikationer för policy och professionell praktik, när det gäller stödet till familjer där föräldrar har missbruksproblem.

Termen barn används oavsett ålder då den betecknar barnpositionen i relation till föräldern. Första gången ett barn nämns anges barnets ålder. När det är relevant används beteckningen ungdom. Missbruket bedöms ha upphört, då det gått minst 6 månader sedan aktivt missbruk.

Teoriram

Studien har en barndomssociologisk ansats där begreppet barn ses som relationellt definierat inom samhällets åldersordning, där vuxna har en överordnad position. Utifrån en kritik av utvecklingsperspektivets dominans i synen på barndomen, betonar barndomssociologin barns aktörskap i nuet och att barndomsvillkor är viktiga att studera oavsett eventuella framtida konsekvenser (Bühler-Niederberger, 2010; Näsman, 2014). Att ur barns perspektiv studera deras liv med vuxnas missbruk innebär därmed att lyfta fram såväl barns erfarenheter, upplevelser och agerande i nuet, som deras beskrivningar av hur de påverkats på kort och lång sikt under barndomen. Artikelns mikroanalys tar sin utgångspunkt i symbolisk interaktionism, som betonar identitetsskapande som en process i samspel med andra, där individer tillskrivs och tillskriver sig själva identiteter utifrån sociala positioner (Jenkins, 2004). Identitetsskapande pågick under intervjuerna med barnen, men vi antar att då barn beskriver sig själva, sina föräldrar och relationen och samspelet med dem i

bakåtblickande och nuet, anknyter det till barns förståelse av situationer även utanför intervjun. Barns identitetsskapande kan också förhålla sig till samhällets normbildning kring barnskap, föräldraskap och missbruk, vilket aktualiserar frågor om normalitet, avvikelse och stigmatiseringsprocesser (se t ex Goffman, 2011).

Den kvalitativa studien av barns perspektiv, kan ses som ett komplement till de studier som fokuserar på risk- och skyddsfaktorer samt missbrukets statistiska samband med barns hälsa och utveckling.

Metod

Utifrån projektets teoriram valdes en explorativ kvalitativ intervjustudie för att ge barn möjlighet att använda sitt eget ordval och att ta upp det som var väsentligt för dem (Kvale, 1997).

Urval

Det explorativa syftet motiverar ett varierat urval av flickor och pojkar i olika åldrar samt både mödrar och fäder med missbruksproblem. Att få kontakt med barn till föräldrar med missbruksproblem är dock inte enkelt då missbruket kan vara dolt. Genom samarbete med Regionförbundet i Uppsala län engagerades professionella som arbetade med vuxnas missbruk, respektive med socialtjänstens stödgrupper för barn till föräldrar med missbruksproblem, för att tillfråga barn och föräldrar. Flertalet barn kom från stödgruppsverksamheter. Att professionella rekryterade barnen innebär att missbruksproblemet var känt, men barnen fick under intervjun beskriva vilken förälder det gällde och den aktuella situationen. Artikelns urval är 15 barn och ungdomar i åldrarna 6–19 år (se Tabell 1), som uppgett att en förälders missbruk har upphört (i ett fall bägge föräldrarna).¹ Alla utom ett barn hade separerade föräldrar. Elva av dem har en eller två föräldrar vars missbruk upphört sedan minst 6 månader (som längst 13 år, median 8 mån.). Återstående fyra barn har två föräldrar med missbruksproblem varav en har upphört med missbruket

Tabell 1. Urvalet efter barnets ålder och förälder med missbruksproblem.

Pappa	Mamma	Båda
Messi 9 år	Josefin 17 år	Lotta 11 år
Hamster 10 år	Julia 17 år	Maria 12 år
Alice 17 år	Olivia 18 år	Leo 13 år
Anja 18 år	Evy 18 år	Tom 17 år
Amanda 18 år	Ronja 19 år	Adam 19 år

(sedan 6 månader, 13, 17 och 19 år) medan den andra föräldern fortfarande är i aktivt missbruk. Alkoholmissbruk är vanligast, men även andra typer och kombinationer av missbruk förekom. Ingen analys gjordes utifrån typ av missbruk eller kön (se vidare Alexanderson & Näsman, 2015).

Intervjuguide

En intervjuguide formulerades omfattande följande områden: relationer till familj och vänner, hemsituation, ekonomisk situation, skola, fritid och, genomgående, hur föräldrarnas missbruksproblem kommit till uttryck och eventuellt påverkat barnen, samt frågor om stöd. Guiden har i huvudsak inviterande frågor som förslag inom varje område, men var öppen för initiativ från barnen och att successivt anpassa intervjun och uppföljningsfrågor till barnens utsagor. Barnen ombads berätta om händelser som var viktiga för dem i förhållande till föräldrarnas missbruksproblem samt vad de gjorde och hur de upplevde dessa situationer.

Forskningsetik

Barnen och vårdnadshavare, om barnet var under 15 år, informerades muntligt och skriftligt om projektet och villkor för deltagande i enlighet med svenska etikregler. Vid intervjutillfället tillfrågades barnen på nytt om samtycke och tillåtelse att spela in intervjun. De informerades om att de kunde avstå från att svara på frågor och när som helst avbryta intervjun.

Intervjuare var en forskare i socialt arbete och en socionom, båda med lång erfarenhet av

socialt arbete med barn och familjer där föräldrar har missbruksproblem. Föräldrarnas missbruk och dess eventuella följder är känsliga frågor, något som också barnen kommenterade och hanterade under intervjuerna (Alexanderson & Näsman, 2015). Samtidigt kan utsatta barn uppleva det positivt att få delge sina upplevelser för en utomstående vuxen, som är beredd att lyssna och bekräfta barnet (Eriksson & Näsman, 2011). Alla barnen var kända av myndigheter. Vid publicering anonymiseras intervjuutdrag genom att uppgifter som innebär risk för identifiering av barnet tas bort eller ändras. Intervjuarnas professionella bakgrund innebar kompetens att bedöma barnets mående och säkerställa att barnet fick tillgång till adekvat hjälp och att återkomma efter intervjun. Inga individualspecifika uppgifter fördes vidare till vårdnadshavare eller professionella. Intervjuarnas vana vid samtal om missbruk och med utsatta barn är viktigt för kvaliteten i intervjuerna. Forskningsprojektets upplägg är godkänt av etikprövningsnämnd (2013-026).

Intervjuernas bearbetning och analys

Intervjuerna varade i 1–3 timmar och transkriberades ordagrant med ett undantag då ett barn inte ville bli inspelat. Istället fördes då noggranna anteckningar. Datorprogrammet ATLAS.ti användes vid sortering och kodning (se Silverman, 2000). Alla transcript lästes igenom i sin helhet av två forskare. Meningsbärande sekvenser markerades i varje intervju (se Braun & Clarke, 2006, om tematisk analys). Övergripande teman identifierades, dels sådana som överensstämde med områdena i intervjuguiden, och dels sådana som tillkom under intervjuerna. Allteftersom nya teman och aspekter identifierades kompletterades kodningen av tidigare kodade intervjuer. Citatlistor sammanställdes per tema. Tolkningarna har jämförts och diskuterats i forskargruppen. Fokus i denna artikel ligger på de delar i barnintervjuerna som gällde barnens aktuella situation.

Resultat

Analysen av barnens utsagor har renderat sju teman som gäller tiden sedan föräldrarnas missbruk upphört:

- Utrymme att känna efter.
- Ökad reflektion över hur missbruket påverkat dem.
- Behov av att bearbeta allt som hänt kvarstår lång tid.
- Svårighet att bygga upp en ny relation till föräldern.
- Relationen bryts eller normaliseras.
- Misstro och oro för återfall.
- Möjlighet till frigörelse.

De fyra barn som har haft två föräldrar med missbruksproblem varav en upphört med missbruket, skiljer sig från de övriga genom att de fortfarande lever i ett pågående missbruk. De beskriver hur upplevelsen av den nu nyktra föräldrarnas tidigare missbruk bleknat, om de alls minns det, men att den andre föräldrarnas pågående missbruk påverkar dem i hög utsträckning och att det tar överhanden i relation till det goda i förhållandet med föräldern vars missbruk upphört.

Leo, 13 år, och Maria, 12 år, bor med sina pappor vars missbruk upphörde innan barnen föddes. Maria fokuserar i sina utsagor på sin missbrukande mamma. För Leo har pappans missbruk viss aktualitet: "han firade 13 år för två dagar sedan", men han är aktivt delaktig i den missbrukande mammas liv trots att de just nu inte träffas:

... alltså att hon tycker det är piss just nu, och att hon går på massa möten och får hjälp jättemycket och... ja... Då skriver jag bara att hon är stark typ, att "vi kan ta oss igenom det här".

Det är alltså den pågående missbruksproblematiken som upptar både Maria och Leo, Maria i positionen som utsatt barn och Leo som ett vuxenliknande omsorgsgivande barn. Att han ger mamman stöd är en form av föräldrafiering. Adam, 19 år, var som liten med mamman på behandlingshem. Mammans missbruk

upphörde efter det, men han har hela tiden regelbundet träffat sin pappa som är i aktivt missbruk. Mamman har inte alltid fått veta hur allvarligt pappans missbruk påverkat Adam, som efter allvarligt hot från pappan dolde problemen för henne. Därmed hade hon inte möjlighet att skydda honom från konsekvenserna av pappans missbruk:

Och jag vågade ju inte säga något mer till morsan efter den där sista vändan liksom, det är klart att jag aldrig vågade säga något till henne. Alltså det enda hon vet det är att farsan har bjudit mig typ någon gång på röka, så där, och hon vet inte ens närheten av hela historien, och jag tycker att det finns ingen poäng i att berätta det med tanke på att det är slut med det nu liksom, så att... Även när jag blev slagen av min farsa dagligen när jag var där, och sådana saker...

Adam berättar att han har påverkats starkt av pappans problem och har själv drogproblem idag.

Tom, 17 år, har en mamma som upphört med missbruket sedan ett halvår, men Tom berättar att även pappan har missbruksproblem och att han själv får välja om han inte vill vara hos pappan då han är påverkad.

Vi kan konstatera att för dessa barn är missbruk fortsatt ett problem. Barnen beskriver liknande situationer som barn vars "andra förälder" aldrig haft missbruksproblem, till exempel när det gäller påverkan från pågående missbruk och variationen i om den nyktra föräldern kompenserar för eller skyddar dem från missbruksproblemets påverkan (Alexanderson & Näsman, 2016). Den förälder vars missbruk upphört kan, trots sina egna missbrukserfarenheter, inte förhindra att barnen påverkas av den andra föräldrarnas missbruk.

Nu över till de barn som har en förälder som aldrig haft missbruksproblem och nu fått uppleva att den andra föräldrarnas missbruk upphört.

Utrymme att känna efter

En del barn beskriver att det är när missbruket upphört och kanske även att de blivit tonåringar

som de kan känna efter, tänka tillbaka och reflektera över sin situation:

... när man är liten så tänker man inte på sånt här, utan det är när man blir äldre och ... och jag skulle väl inte tänka på det här ifall jag fortfarande var i ett missbruk, då skulle jag ju fortfarande ha problemen på mig, så, då skulle inte jag sitta och reflektera så mycket utan då skulle det bara vara jobbigt hela tiden. (Alice, 17 år)

Också Olivia, 18 år, beskriver att det är sedan mammans missbruk upphört (2 år), som hon kan se tillbaka:

Alltså, det känns som att det är nu, när det börjar bli lugnt igen, som jag börjar liksom känna efter hur det var och börjar tänka tillbaks.

Det finns alltså utrymme för förändring. Evy, 18 år, går hos psykolog för att lära sig fokusera på sig själv och sina behov istället för på sin pappa vars missbruk upphört sedan ett år:

... jag sätter inte mig själv eller min kropp i fokus någonstans, och det har mycket att göra med att jag ... Jag var så fokuserad på hur han kände, och hur han mådde, och det har gjort effekten så att idag liksom ... jag försöker ju känna hunger, och jag går ju på toa, och försöker göra det oftare så, men jag har fortfarande kvar det på något sätt.

De tre barnen beskriver en utsatt barnposition under missbrukstiden och att den missbrukande föräldern då fick all uppmärksamhet. För Alice och Olivia handlar det nu om att kunna känna efter hur det var då, som grund för en reflektion och självförståelse det inte fanns utrymme för tidigare. Evy beskriver att hennes bristande fokus på sig själv gått så långt att hon inte kan känna av basala fysiska behov. Att missbruket upphört ger barnen möjlighet till en mental omorientering. De kan släppa fokus på föräldern, skapa viss distans och fokusera mer på sitt eget mående och sina behov.

Ökad reflektion över hur missbruket påverkat

Flera barn beskriver hur de sedan missbruket upphört, kunnat reflektera över hur föräldrarnas missbruk påverkat dem inte bara direkt utan även på ett djupare plan. Amanda, 18 år, vars pappa upphört med missbruket sedan 13 år, berättar att hon efter missbrukstiden utvecklade en ätstörning, blev deprimerad och gick i samtal under ett par års tid (jfr Lindgaard, 2012, s. 111). Olivia, vars mamma upphört med missbruket sedan 2 år, berättar om psykiska problem hon fått av missbrukstiden.

Och nu ... jag vart inlagd på sjukhus för jag har väldigt mycket självmordstankar och dåligt sånt här självförtroende och mår väldigt dåligt. Jag är deprimerad. Men nu har jag blivit utskrivna och går på unga vuxna och får mycket hjälp så där.

Lotta, 11 år, vars båda föräldrar upphört med missbruket sedan ungefär 2 år berättar att hon hör röster, vilket började under missbrukstiden: "De ropar mitt namn – det kan hända i skolan också. Men det vet ingen". Enligt hennes berättelse har hon varit med om mycket traumatiska händelser och rösterna kom i en sådan situation.

En del barn beskriver hur missbrukstiden format dem som personer. Anja, 18 år, vars pappa upphört med missbruket sedan 7 månader, beskriver att hon upplever en otrygghet i grunden och ett bekräftelsebehov, som hon kopplar till missbrukstiden. Liksom Evy arbetar Anja på att förändra sig själv: "Jag börjar väl försöka bli av med det där, men att jag har ett behov av att vara behövd liksom". Den självbild som omsorgsgivare hon presenterar kan kopplas till föräldrafiering.

Alice berättar att hon mår bättre nu, sedan pappans missbruk upphörde för 5–6 år sedan, men beskriver hur missbruket påverkat hennes person: "jag tror att det blir ärr ändå, även om det inte är så märkbart". Hon beskriver sig som en konflikträdd och orolig person: "Alltså det har väl blivit personliga egenskaper helt enkelt, det har inte blivit något som att ... jag själsligt

mår dåligt, utan det är snarare så jag har blivit som person”.

I sin självreflektion beskriver hon och andra barn vad som framstår som ett medvetet val av mental inställning: att acceptera sin barndom och den person den format, men Alice problematiserar det också:

... jag har accepterat ... ingenting så ... Och "hanterat och gått vidare" det har jag också gjort, om jag ändå ... samtidigt har jag inte gjort det, för jag har inte riktigt aktivt tagit tag i det, vad det har inneburit för mig, det som hänt liksom.

När missbruket upphört kan barn, utifrån en förståelse av missbrukets påverkan, beskriva både behandling av sina psykiska problem och sitt arbete med att förändra sin person, medan andra accepterar den person de blivit.

Alice pekar på att det också kan vara svårt att i efterhand avgöra hur missbruket påverkat.

Alltså nu ska jag besöka psykolog för första gången, och det tror jag är väldigt bra, för då får man ändå prata om det, för vad jag tror är att när du frågar hur jag mår idag, så är det väldigt mycket undermedvetet som man inte riktigt är medveten om då.

För den som levt med missbruket sedan mycket låg ålder finns inget före och efter att jämföra, vilket kan göra det svårt att bedöma missbruket påverkan. Josefin, vars mamma upphört med missbruket sedan 2 år, kan inte urskilja någon förändring hos sig själv som kan bero på missbruket:

Ja, alltså jag har ju mått likadant alltså hela tiden, för jag känner mig inte så jättepåverkad av det där, för jag var ju rätt liten och så. Men visst, alltså det kan ha påverkat mig mycket ändå som jag kanske inte vet om.

Hon berättar om egna problem och traumatiska händelser under missbrukstiden, men det blev en del av hennes vardag; en normalisering av en egentligen onormal situation. Hon uppskattar

också de förmågor och den självständighet hon utvecklat på grund av missbrukssituationen.

Behov av att bearbeta allt som hänt kvarstår lång tid

Den omorientering och förändring av sig själva, som vissa barn arbetat med, kan ta lång tid. Alice beskriver att hon fortfarande, trots att missbruket upphörde för flera år sedan, har behov av hjälp för sina psykiska problem. Evy måste, trots psykologhjälp, ännu efter 1 år anstränga sig för att genom rutiner se till sina egna behov. Olivia, Amanda och Lotta beskriver också kvarstående psykiska problem. Hamster, 10 år, vars pappa upphört med missbruket sedan 7 månader, tänker sig att det kan ta lång tid att återhämta sig:

... det har hänt ett problem och då är det så att det är som att man får ett slag i magen och får ett blåmärke och det är ett problem och det får läka själv ... efter några månader eller år.

Trots att det gått så relativt kort tiden sedan missbruket upphörde och att Hamster är så pass ung, förmår hon reflektera både i relation till nuet och framtiden: "Alltså det är svårt att må bra igen, man måste tänka att man har det hela livet". Hon beskriver sin mentala inställning: att den psykiska påverkan hon upplever nu, troligen fortsätter resten av hennes liv, att det har blivit en del av hennes identitet.

Även Ronja, 19 år, vars mamma upphört med missbruket sedan ett drygt halvår, tänker sig att det kommer att ta tid innan hon kan må bättre. Hur hon mår varierar dag för dag:

Vissa dagar så mår jag skitbra, och vissa dagar så mår jag skitdåligt. Jag vet inte om det är ... för alltså ... det är ju jättesvårt att ta in liksom allt som hänt, det går ju ... det tar ju många år för mig liksom.

Flera beskriver att återhämtningen inte är en rak utveckling. Anja kommenterar hur tidigare problem gör sig påminda: "Alltså det finns väl

perioder som jag mår dåligt också för att jag . . . jag har haft ätstörning förut och så, så att det är klart sånt kommer tillbaka”.

Att barn trots att det kan ha gått år sedan missbruket upphörde, fortfarande beskriver hälsoproblem, visar att det inte räcker att missbruket upphört för att barn ska ha återhämtat sig (jfr Godsall et al., 2004; Haugland, 2012). Att återhämtningen kommer att ta tid är något en del barn dessutom har som förväntan, när det gått relativt kort tid sedan missbruket upphört.

Svårighet att bygga upp en ny relation till föräldern

Under föräldrarnas missbruk kan mycket ha hänt som skadat relationen mellan förälder och barn, men barn kan se svårigheter också i tolkningen av sådan påverkan från missbruket.

Samtidigt har jag väldigt svårt att konkret säga att “p.g.a. det här missbruket så har jag den här relationen till min förälder”, det går inte, för att relation är så komplext, det finns inga sådana här klara faktorer som man kan dra ut och säga “det här har förändrats” utan det liksom skapas ju. (Alice)

Att bygga upp en ny relation när missbruket upphört är inte lätt enligt barnen, även om ambitionen finns från bägge parter. Det tar tid, om det alls går. Anja ser det som nödvändigt i föräldrarnas förändringsprocess, att konfronteras med vad hon har att säga:

Alltså för att ta sig igenom det, han måste ta sig igenom, så måste han prata, han måste höra vad jag har att säga för att kunna bearbeta dom sakerna han har gjort.

Samtidigt kan det vara svårt. Julia, 17 år, vars mammas missbruk upphört sedan 6 månader har börjat närma sig sin mamma igen:

hon får den hjälp hon behöver och vi kan bygga en relation igen, vi är väldigt glada för det. För jag trodde aldrig det. Samtidigt dröjer det innan hon kan prata om allt som hänt. Nej, det kan jag inte

än. Det finns mycket som är osagt där, väldigt mycket som gör ont.

Det behöver gå längre tid innan hon kan ta upp det som är påfrestande att beröra. Även Evy tar hänsyn till sin pappa. Hon vill inte nedvärdera honom, men beskriver att han gett henne problem, vilket hon inte berättar för honom:

jag ska inte säga att han är en dålig pappa, men att han har gjort det väldigt jobbigt för mig, men jag skulle nog inte kunna säga det till honom. [. . .] att jag skulle sära min pappa, eller göra honom ledsen, göra honom till den här trasiga, det funkar inte för mig.

Också Amanda döljer sina känslor för pappan:

Jag har varit väldigt bra på att gömma mina känslor från pappa och liksom stänga in det, när jag var där, även om jag hade gråtit hysteriskt hemma hos mamma, så när jag kom dit så var jag liksom . . . neutral, eller vad man ska säga.

Relationen är skör, och hon håller tillbaka känslouttryck gentemot pappan för att undvika konflikter och att pappan ska börja dricka igen: “jag blir aldrig sur på pappa som jag blir på mamma”.

Barnen beskriver alltså hur de avstår från att visa sina känslor för föräldern även efter att missbruket upphört, vilket kan tolkas som en fortsättning på missbrukstidens strategi att ta hänsyn (Alexanderson & Näsman, 2015). Barnen behåller positionen som vuxenlika omsorgsgivare. För Amandas del är det pappans frånvaro som försvårar att bygga upp en relation. Missbruket upphörde när hon var 5 år, men hon har bott med mamman största delen av sitt liv. Hon beskriver en längtan efter pappan och har i perioder försökt knyta an till honom. Det har varit svårt, vilket berört henne mycket: “för jag har varit så himla ledsen att jag inte förstår varför det inte funkar . . .” Hon provade att bo varannan vecka hos föräldrarna, men det gick inte:

... jag tror att jag har blivit så himla nära mamma, p.g.a. att jag inte liksom har varit med honom när jag var mindre, så det funkade bara inte, jag hade hemlängtan hela tiden och mädde bara jättedåligt när jag var där så länge.

Andra talar inte om längtan. Alice förmedlar en slags likgiltighet inför sin förälder:

Så jag kan inte riktigt säga något konkret om att "Jag känner så här", för jag känner ingen ilska, jag känner ingen besvikelse, ingenting sånt alla fall.

Hon betonar alltså att hon inte känner något negativt. Att hon inte känner någonting kan tolkas utifrån missbrukstidens strategi att stänga av sina känslor (Alexanderson & Näsman, 2015).

Relationen bryts eller normaliseras

Anja är väldigt besviken på sin pappa på grund av det svek hon upplevt från hans sida:

Den jag litat på mest i hela jorden, som jag aldrig trodde någonsin, någonsin, aldrig någonsin skulle kunna svika mig, har gjort det liksom, min egen pappa har gjort det [...] så jag vet inte vilken del han kommer att ha i min framtid, jag vet inte vilken relation vi kommer att ha. Om jag tänker nu att han och jag ska ha en relation om tio år... alltså jag vet inte hur jag ska ställa mig till det, om han fortfarande kommer att vara min vän om 10 år.

Pappans 7 månader utan missbruk verkar vara helt otillräckligt för att Anja ska känna att hon kan ha en positiv relation till honom i framtiden. Missbrukstidens elakheter och våld har satt sina spår: "jag har inte så mycket hopp angående honom, min och hans relation har jag inte så mycket hopp... [...] Alltså helt ärligt så... jag bryr mig inte längre". Hon beskriver att hon slutat engagera sig känslomässigt i relationen till pappan. Att hon gör det med markeringen "helt ärligt" tyder på en medvetenhet om

det som ett brott mot en norm om att barn ska älska sina föräldrar.

Om relationen till föräldern kan normaliseras, tycks inte bara bero på om missbruket upphört utan också på hur gammalt barnet var när missbruket började, hur relationen såg ut innan dess, på vilket sätt missbruket gått ut över barnen, och hur föräldern agerar efteråt. I barnens berättelser kan man ana att när missbruket upphört försöker föräldrar kompensera barnen för tidigare brister. Josefin beskriver hur hennes mamma nu, försöker ägna sig mycket åt barnen: "Och så när man är hemma så är det alltid 'Åh, ska jag laga mat?' och så där, och då vill hon så där fixa och så". Josefin säger att eftersom missbruket upphört "då gör vi allt det där roliga nu istället. [...] Hon planerar mycket och liksom försöker vara med mig och Olivia mycket".

Det finns en förlåtande ton i dotterns utsagor: "Så att... men... ja, jag tycker inte att det har varit något jättedåligt utan det var väl bara en period i hennes liv som kanske var lite mörk, så."

Förälderns nykterhet och vilja att kompensera kan öppna för barn att våga uttrycka sina känslor. Alice: "pappa blir aldrig arg på mig, han är aldrig arg, det kanske är därför jag har lättare att bli arg på honom för att han är så här... han fogar sig i allt och accepterar allt". Hon tolkar det som att hennes pappa har dåligt samvete.

Några ungdomar beskriver att de börjar få tillbaka och känna igen föräldern som den de minns från tiden innan missbruket.

Ja, det känns väldigt skönt också. Nu har jag nästan börjat glömma bort att hon har varit alkoholist. Det börjar gå bort. Det är liksom förbi fast visst finns några minnen och så där. (Olivia)

Upplevelsen bekräftas av systemn Josefin: "Ja, alltså hon är precis som hon alltid har varit när hon är i nyktertillstånd, men hon verkar ju ha bättre humör och så där". Att se missbruket som något skilt från föräldrarnas egentliga jag gör det möjligt att se positivt på föräldern. Alice säger om sin pappa: "alltså han har ju alltid varit en

bra pappa, så det har ingenting med person att göra”. Hon skiljer idag på pappans person och vad missbruket gjorde med honom.

Den förlåtande hållning vissa barn uttrycker, kan ha att göra med hur relationen sett ut innan missbruket, men också hur lång tid som gått sedan det upphörde. Amanda beskriver med värme sin pappa som upphört med missbruket sedan 13 år. Hon säger sig ha förstått att han brydde sig om henne och inte glömde bort henne under missbruket. Mamman har visat henne en tavla som det står *förlåt* på som hon fick av honom som liten. Hon beskriver hur båda föräldrarna försökt stärka hennes relation till pappan och hon vill själv, men det är ändå svårt.

Evy, vars pappa upphört med missbruket sedan kortare tid, visar mer ambivalens:

Sedan om jag nu jämför med när han slutade dricka nu i våras, för det är ju som nutid... så nu är han ju gladare, han är... jag tror... jag hoppas verkligen att han är lyckligare, för det verkar han vara.

Samtidigt känner hon ilska:

Men jag är ju arg på honom, det är jag, jag är fruktansvärt arg på honom för det han har gjort, men jag älskar honom, det gör jag, och han är en bra förälder på något sätt.

Missbruket kan enligt barn också ha skapat starkare band till föräldern. Ronja vars mamma upphört med missbruket sedan 7 månader: "...men jag tror att missbruket har ändå fått att jag och mamma har kommit varandra ännu... ännu närmre". Att hon varit nära att mista sin mamma har stärkt relationen: "...jag älskar mamma mer än vad jag gjorde då, kan man typ säga så?"

Misstro och oro för återfall

Några barn, främst de vars föräldrars missbruk upphört sedan 2 år eller mindre, beskriver en oro för återfall. Anja:

Och jag vet inte hur länge han kommer att vara alkoholist, jag vet inte hur länge han kommer att vara nykter när han är nykter, hur fan ska jag lära mig att förhålla mig till det?

Trots att mammans missbruk upphört sedan ett par år vågar inte heller Josefin riktigt tro på att det ska hålla i sig:

Så att... men man vet ju aldrig, det kan ju hända... för det är ju en sjukdom så om hon får smak för det igen... om någonting händer, kanske vi säger att mormor kanske dör då kommer hon säkert att få något sammanbrott igen och då kanske hon säkert börjar.

För Evy handlar det om att det behövs större förändringar än bara att missbruket upphör: "Han hade ju slutat dricka, vilket är en stor förändring, men någonting *mer*, men det var det ju inte". Hon ser att han försöker men har svårt att tro på honom och att förändringen ska bli varaktig:

Som nu när jag träffade honom i julas då sa han "Ja, men jag ska ta tag i lägenheten och måla om och greja" och det är liksom... Jag har hört det förut, "Jag har hört att du ska ta tag i ditt liv, och jag väntar bara på att du ska göra det, och jag ska få hoppet, och sedan ska du liksom falla tillbaka", lite så, det handlar om.

Hon är osäker på hur det är med hennes pappa eftersom de inte träffas så ofta längre: "...jag vet ju inte hela sanningen, men han verkar må mycket bättre, men jag på något sätt väntar på att han ska gå tillbaka igen". Hon tillägger att tilltron kräver längre tid: "Han måste nog vara nykter i 5 år innan jag ska börja tro på honom". Även Hamster är osäker men uttrycker en förhoppning: "Han har det bra, jag hoppas att han klarar det. [...] Han försöker att klara sej utan".

Barn uttrycker förbehåll och vågar inte riktigt tro att föräldrarnas nykterhet ska hålla i sig, en osäkerhet de kan leva med i flera år.

Möjlighet till frigörelse

Ungdomarna i studien är i en livsfas som förväntas omfatta en frigörelseprocess, då ungdomar är på väg att lösgöra sig från sina föräldrar och forma sitt eget liv. Missbruket kan ha inneburit att de fått ta mycket ansvar för föräldrar och syskon och inte kunnat tänka så mycket på sig själva. Att missbruket upphör kan innebära att barnen blir friare att släppa taget om föräldern och kan fokusera mer på sig själva. Olivia beskriver att hon vill komma vidare nu: "Ja, det känns som att jag vill bli stor nu, att jag vill flytta ut också" (jfr Holmila et al., 2011).

Evy berättar hur hon under missbrukstiden tyckte att det var jobbigt att pappan var så ensam, men nu försöker hon lämna över ansvaret till pappan: "ja, förutom att det inte är mitt fel, så är det att det är pappas liv, att han får ta tag i det om han vill det". Hon känner sig inte längre tvungen att ställa upp för pappan:

... jag ringer honom ibland och nu, eftersom han är nykter också, så tror jag... nu har vi den relationen att jag känner mig inte tvingad att åka dit, för det är inte så där, i slutet på samtalet bara: "När kommer du hit nästa gång?" utan det är så här: "Ja, men vi hörs och ses någon gång", lite så.

Hon beskriver att det känslomässiga tvånget har upphört både genom hennes eget ställningstagande och att pappan lösgör banden mellan dem. Föräldrafieringen har släppt och relationen normaliseras.

Sammanfattande diskussion

I denna artikel har vi fokuserat på barnens berättelser om sin situation i nuet, när en förälders missbruk upphört. Under missbrukstiden använder barn varierande strategier för att på olika sätt hantera situationen (Alexanderson & Näsman, 2015; Holmila et al., 2011). Att förälderns missbruk upphör innebär en stor omställning. De sociala positioner barnen haft i familjen och de strategier de använt kan behöva förändras. Även om det finns möjlighet

till återhämtning när missbruket upphört, pekar barnens utsagor på att de även då kan brottas med många svårigheter. Sju teman är centrala.

Barn beskriver att det är först då förälderns missbruk upphört som de får utrymme att tänka tillbaka, känna efter hur de mår och reflektera över hur de påverkats. Under missbrukstiden var de fullt upptagna med det akuta, vilket för en del handlat om att ta hand om både sig själva, syskon och föräldern, så kallad föräldrafiering. Till skillnad från en sådan vuxenlik aktörposition beskriver de sig nu som barn med problem på grund av förälderns missbruk, vilket kan kallas en offerposition. Flera barn beskriver att de förutom akut påverkan under missbrukstiden också påverkats på djupet i sin personlighet eller fått psykiska problem och andra svårigheter som kvarstår även sedan missbruket upphört, för en del lång tid därefter. Risk för emotionella problem och psykisk ohälsa nämns återkommande i forskning om hur barn påverkas av ett liv i missbruk också på lång sikt (Christoffersen & Soothill, 2003; Hjern et al., 2014) och redovisas också av barn själva (Lindgaard, 2012).

Parallellt med positionen som objekt för påverkan beskriver barnen i våra intervjuer aktörskap i nuet. De agerar för att komma tillrätta med problem genom att förändra sig själva. Flera beskriver professionell hjälp i det arbetet och synliggör att det kan vara svårt att på egen hand förändra sig. Strategierna från missbrukstiden framstår som fasta handlingsmönster för vissa. Även Lindgaard (2012) framhåller att barns överlevnadsstrategier kan utgöra ett hinder för att få hjälp.

Det relationella i problemen framträder tydligt. Barn beskriver hur deras handlingsutrymme fortfarande begränsas av förälderns tidigare missbruk. Av hänsyn till föräldern undviker de att ta upp det som varit, fast de ser det som viktigt för egen del. Det kan tänkas hänga samman både med föräldrafiering och oro för återfall. De fortsätter alltså trots att missbruket upphört att inte positionera föräldern som vuxen/föräldralik, utan som bärare av problem och i behov av omsorg. Godsall et al. (2004)

pekar på hur föräldrafieringen medierar missbrukets påverkan på barns självbild (self concept) medan Haugland (2012) betonar att föräldrafiering både kan vara på gott och ont, vilket barn i vår studie beskriver. Samtidigt riktar vissa barn krav som innebär att de tillskriver föräldern en mer vuxen aktörposition: krav på mer omfattande förändring och på att ta del av barnets perspektiv på det som varit och bearbeta det. Barnen pekar därmed på att det inte räcker att upphöra med missbruket utan att föräldraskap också ska omfatta att se barns utsatthet och behov. Det kan länkas till bristen på tillit och misstron mot det möjliga i att bygga upp en föräldra–barnrelation.

Den öppning barn beskriver i den nya situationen är att kunna tolka missbrukets påverkan, känna och uttrycka sina känslor, återuppta föräldrarelationen innan missbruket, arbeta med sin egen förändring och frigöra sig från föräldrafieringens band till föräldern, med andra ord att både se sin utsatthet och inta en aktörposition i sitt liv.

Begränsningar och styrkor

Den kvalitativa studien bygger på ett litet urval och artikelns urval har en sned fördelning efter kön, ålder och typ av missbruk, som försvårar jämförelser mellan grupper. Att sena tonår dominerar kan förklaras av att artikeln fokuserar tiden efter ett missbruk, som kan ha varat i många år. Intervjuerna visar att yngre barn och ungdomar har olika sätt och förmåga att berätta om och reflektera över sitt liv. Yngre barn berättar mer om händelser nära i tid. Det är först i 10–11-årsåldern (med individuella variationer) som barnen verkar ha förmåga att reflektera över vad de varit med om. Högre upp i åldrarna tycks förmågan ha ökat väsentligt, då de relaterar föräldrarnas problem både till sig själva och omgivningen och blir mer kritiska till vad vuxenvärlden utsatt dem för. Detta intryck bekräftas i litteratur som beskriver barns utveckling (Broberg, 2015). Det vore

värdefullt med en studie av barns situation när en förälders missbruk upphör.

Att flertalet barn rekryterades från stödgruppsverksamheter kan innebära en bias, då barnen kan tänkas ha allvarigare problem än barn i allmänhet som har en förälder med missbruksproblem. Å andra sidan, eftersom gruppdeltagande är frivilligt och kräver vårdnadshavarens godkännande när barnet är under 15 år, kan föräldrarna vara mer medvetna om missbrukets risker för barn. I urvalet finns barn som beskriver föräldrar med långvarigt, tungt missbruk och allvarliga konsekvenser för barnen, men också barn som i varje fall vid intervjutillfället tycks ha påverkats i mindre grad. Det är variationer vi välkomnar med tanke på studiens explorativa ansats.

Studiens styrka är att kunna fördjupa förståelsen av barns situation när en förälder upphört med ett missbruk genom barns egna utsagor. Artikeln förmedlar den komplexitet som situationen innebär och dess kombination av problem som dels följer med från missbrukstiden, dels uppkommer i den nya situationen. Föräldrars missbruk varierar, liksom påverkan på barnen och hur de upplever, tolkar och agerar i situationen efteråt. Barnens perspektiv bidrar till att fördjupa förståelsen av det som tidigare forskning lyft fram om hur barns hälsa och utveckling kan påverkas av föräldrars missbruk.

Implikationer för praktiken

Forskning visar att familjeorienterade behandlingsformer är avlastande för partner och barn och motiverande för en förälder med missbruksproblem: Relationerna blir bättre, partnervåld minskar, barnen får mindre problem, deltagandet i behandling fullföljs i högre grad och nyvunnen nykterhet behålls under längre tid (Hansen, 2012; Lindgaard, 2012). Barnens beskrivning av problemens varaktighet talar för att de kan behöva stöd och hjälp under lång tid, vilket också Lindgaard påvisar (2012). Utifrån barns berättelser framstår det som viktigt att inte familjeorienterade behandlingsmetoder får

en slagsida mot de vuxnas behov och perspektiv, utan också ser till barnens individuella behov, vilket också framhålls i andra studier (Godsall et al., 2004; Hansen, 2012; Holmila et al., 2011; Lindgaard, 2012). Barn kan själva trycka på behovet av stöd både till sig själva och till familjen som helhet (Alexanderson & Näsman, 2015; Lindgaard, 2012). De speciella problem, strategier och sociala positioner som barnen beskriver att de bär med sig från missbrukstiden behöver beaktas, liksom de specifika problem som hänger samman med situationen därefter. Dessa olika problem utgör en viktig del i deras meningsskapande kring sig själva, föräldrarna och relationerna till dem, när föräldrarnas missbruk har upphört och det oavsett om barnen bor med föräldern eller inte.

Barnens berättelser visar att barns behov av att bearbeta relationen till föräldrarna kan kvarstå, med individuella variationer även efter att föräldrarnas missbruk upphört och för en del under mycket lång tid. Det finns således skäl för föräldrar som överunnit sitt missbruk och för professionella som arbetar med vuxna som har missbruksproblem att se barnens behov, så att föräldrarnas relation till barnen aktualiseras även om de inte lever tillsammans, bor i olika kommuner, eller helt förlorat kontakten. För professionella som arbetar med utsatta barn finns det anledning att ta fasta på att när föräldrarnas missbruk upphört kan barn få ökad möjlighet att påbörja sin bearbetnings- och återhämtningsprocess, särskilt om de inte fått någon hjälp tidigare. Det är dock viktigt att beakta betydelsen av barns strategier, också när det gäller att tala om föräldrarnas missbruk (Hill, 2015; Holmila et al., 2011). Barnen kan behöva hjälp för egen del, men också i relation till sin förälder. För dessa organisationers policy betyder det att det ska vara påbjudet att arbeta med ett familjeperspektiv, oavsett vilken organisatorisk uppdelning som gjorts när det handlar om missbruksproblem hos föräldrar, och oavsett om barnen lever tillsammans med föräldrarna eller ej. Detta kan kräva etablerade strukturer, rutiner och resurser för

tvärssektoriell samverkan över organisatoriska gränser både internt inom socialtjänsten och mellan vården, socialtjänsten och skolan (Alexanderson & Jess, 2015; Lindgaard, 2012).

Declaration of conflicting interests

The authors declared no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/or publication of this article.

Funding

The authors disclosed receipt of the following financial support for the research, authorship, and/or publication of this article: This project was financed by Folkhälsomyndigheten.

Note

1. Projektet genomfördes 2012–2015 i samverkan mellan Regionförbundet Uppsala län och Uppsala universitet, och finansierades av Folkhälsomyndigheten. Totalt intervjuades 30 barn till föräldrar med missbruksproblem samt 21 föräldrar som har eller har haft missbruksproblem och har barn under 19 år (Alexanderson & Näsman 2015).

Referenser

- Alexanderson, K., & Jess, K. (2015). *Stuprör, hängrännor och rännkrokar. Utvärdering av projektet Samordnat stöd till barn och föräldrar i familjer med missbruk 2013–2014*. Nationellt kunskapscentrum anhörig och Linnéuniversitet. Nr 4. Webb-upplaga. Hämtad från http://www.anhoriga.se/Global/BSA/Dokument/Rapporter_kunskaps%20B6versikter/BSA_Rapport_2015-4_Alexanderson_Jess.pdf
- Alexanderson, K., & Näsman, E. (2015). *Barndom och föräldraskap i missbrukets skugga. Barn, ungdomar och föräldrar berättar om vardagsliv och behov av stöd när föräldern har missbruksproblem*. Uppsala, Sverige: Regionförbundet Uppsala län & Uppsala universitet.
- Alexanderson, K., & Näsman, E. (2016). Children's experiences of the role of the other parent when one parent has addiction problems. *Drugs:*

- Education, Prevention and Policy*, 24(1), 32–39. doi:10.1080/09687637.2016.1218824
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. doi:10.1191/1478088706qp063oa
- Broberg, A. (2015). *Klinisk barnpsykologi: Utveckling på avvägar* (2 rev. utg.) Stockholm, Sverige: Natur & Kultur.
- Bühler-Niederberger, D. (2010). Introduction. Childhood Sociology – Defining the State of the Art and Ensuring Reflection. *Current Sociology*, 58(2), 155–164.
- Christoffersen, M., & Soothill, K. (2003). The long-term consequences of parental alcohol abuse: A cohort study of children in Denmark. *Journal for Substance Abuse Treatment*, 25, 107–116.
- Eriksson, M., & Näsman, E. (2011). *När barn som upplevt våld möter socialtjänsten – om barns perspektiv, delaktighet och giltiggörande*. Stockholm, Sverige: Gothia Förlag.
- Godsall, G., Jurkovic, G. J., Emshoo, J., Anderson, L., & Stanwyck, D. (2004). Why some kids do well in bad situations: Relations of parental alcohol misuse and parentification to children's self-concept. *Substance Use & Misuse*, 19(3), 789–809. doi:10.1081/JA-120034016
- Goffman, E. (2011). *Stigma. Den avvikandes roll och identitet* (3e upplagan). Stockholm, Sverige: Nordstedts Förlag. (Originalutgåva publicerad 1963.)
- Hall, C. W., & Webster, R. E. (2007). Risk factors among adult children of alcoholics. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 3(4), 494–511. doi:10.1037/h0100819
- Hansen, F. (2012). *Familjeorientert rusmiddelbehandling. Hvordan inkludere familien i behandlingen. Hvordan kartlegge og vurdere barnas situasjon og hjelpebehov*. Skien, Norge: Borgestadsklinikken.
- Haugland, B. S. M. (2005). Recurrent disruptions of rituals and routines in families with paternal alcohol abuse. *Family Relations*, 24, 225–241.
- Haugland, B. S. M. (2012). Familiefungering og psykososiale problemer hos barn av alkoholmisbrukende foreldre. I Dyregrov, K., Ytterhus, B., & Haugland, B. S. M. (Red.), *Barn som pårørende* (pp. 82–106). Oslo, Norge: Abstrakt förlag.
- Hill, L. (2015). 'Don't make us talk!' Listening to and learning from children and young people living with parental alcohol problems. *Children and Society*, 29(5), 344–354. doi:10.1111/chso.12064
- Hjern, A., Arat, A., & Vinnerljung, B. (2014). *Att växa upp med förälder som har missbruksproblemer eller psykisk sjukdom - hur ser livet ut i vuxen ålder?* Kalmar, Sverige: Nationellt kompetenscentrum anhöriga.
- Holmila, M. J., Itäpuisto, M., & Ilva, M. (2011). Invisible victims or competent agents: Opinions and ways of coping among children aged 12–18 years with problem drinking parents. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 18(3), 179–185. doi:10.3109/09687637.2010.493168
- Jenkins, R. (2004). *Social identity*. London, UK: Routledge.
- Kvale, E. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund, Sverige: Studentlitteratur.
- Lindgaard, H. (2012). *Familier med alkoholproblemer. Familierorienteret alkoholbehandling med ett særligt fokus på børnene*. Hämtad från http://www.hellelindgaard.dk/uf/70000_79999/75360/6d3774deb39a0f32e62618b84f8f513d.pdf
- Näsman, E. (2014). Perspektiv på barns delaktighet som anhöriga. I Stiftelsen Allmänna Barnhuset (Red.), *Barns rätt som anhöriga: Om att göra barn delaktiga* (pp. 37–53). Stockholm, Sverige: Stiftelsen Allmänna Barnhuset.
- Pisinger, V. S. C., Bloomfield, K., & Tolstrup, J. S. (2016). Perceived parental alcohol problems, internalizing problems and impaired parent-child relationships among 71 988 young people in Denmark. *Addiction*, 111, 1966–1974. doi:10.1111/add.13508
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity. Protective factors and resistance to psychiatric disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 147(6), 598–611. doi:10.1192/bjp.147.6.598
- Silverman, D. (2000). *Doing qualitative research*. London, UK: Sage Publications.
- Socialstyrelsen. (2009). *Barn och unga i familjer med missbruk: Vägledning för socialtjänsten och andra aktörer*. Stockholm, Sverige: Socialstyrelsen.

- Velleman, R., & Templeton, L. J. (2016). Impact of parents' substance misuse on children: An update. *BJPsych Advances*, 22(2), 108–117.
- Wannberg, H. (2015). *Fullständiga rättigheter. Om kommunernas stöd till barn som växer upp i familjer med missbruk*. Stockholm, Sverige: Junis.
- Wannberg, H. (2016). *Upptäck i tid. Om kommunernas stöd till barn som växer upp i familjer med missbruk*. Stockholm, Sverige: Junis.
- Werner, E. E., & Johnson, J. L. (2004). The role of caring adults in the lives of children of alcoholics. *Substance Use & Misuse*, 39(5), 699–720.