



**CHILDRENS
PROGRAM
SVERIGE**

**Har du problem med alkohol
eller andra droger och har barn
mellan 7 - 12 år?**



Alldeles för många barn till missbrukande föräldrar löper risk att utveckla ett eget missbruk. Childrens Program är ett beprövat förebyggande stödprogram som genom kunskaper, kommunikation och kärlek bidrar till att minska den risken, och som även stärker föräldrarnas motivation att besegra sin egen beroendeproblematik.

Motverkar både barnens missbruksrisk och föräldrarnas återfall

Barn som växer upp med missbruk i familjen löper enligt svensk forskning hela 4–7 gånger större risk att utveckla egen problematik i vuxen ålder.¹ Det kan motverkas på ett sätt som samtidigt även ger den missbrukande föräldern starkare insikt och motivation att undvika återfall.

Childrens Program riktar sig till familjer där det finns missbrukande förälder/föräldrar som har barn i åldrarna 7-12 år. Programmet lägger fokus på barnens behov men har visat sig fungera preventivt för föräldrarnas eget tillfrisknande.

1. Att växa upp med föräldrar som har missbruksproblem eller psykisk sjukdom – hur ser livet ut i ung vuxen ålder?
Anders Hjern, Arzu Arat, och Bo Vinnerljung vid CHESS, Karolinska Institutet/ Stockholms Universitet.

Behov och inriktning

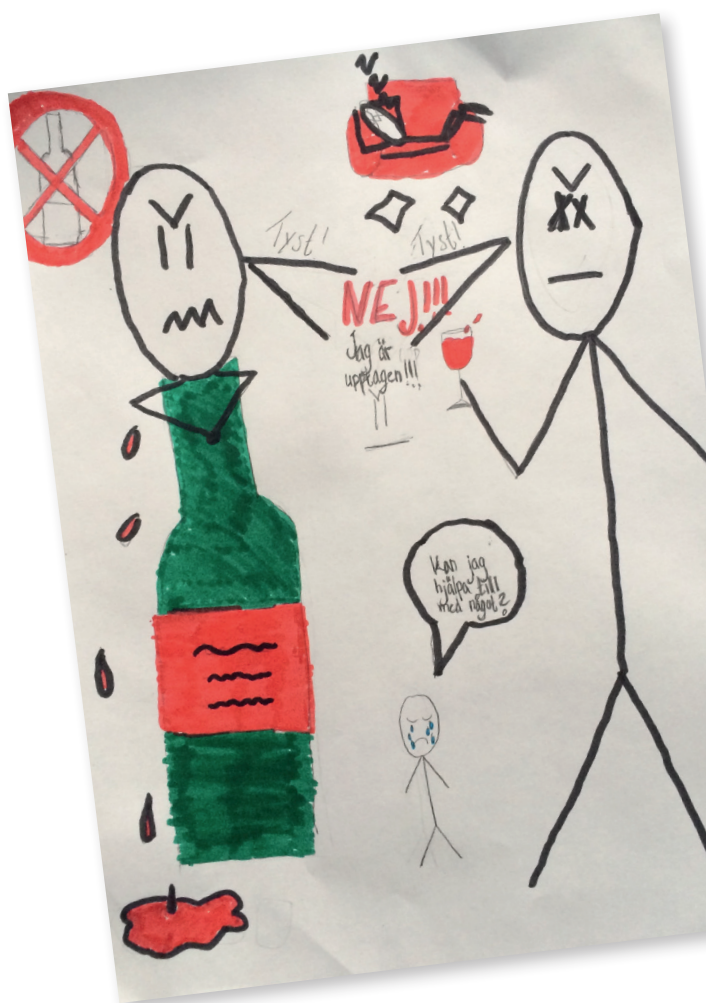
När man talar med anhöriga i samband med att någon i familjen har ett alkohol eller drogproblem glömmer man ofta bort att barnen också är anhöriga. Detta trots att barnen generellt får anses vara de som är mest utsatta och känsligast för påverkan. Ofta bär de här barnen på obearbetade känslor av skuld, skam och oro. Det är viktigt att de får hjälp.

Samtidigt kan man konstatera att även missbrukande föräldrar givetvis vill vara goda föräldrar åt sina barn. De vill också tala om barnens behov, men någon måste ibland hjälpa dem på traven. Här finns starka kärleksband och relationer, som i familjer med missbruk ofta behöver återupprättas eller förbättras på ett uttalat och öppet sätt.

Nyttan i korthet

Innehållet och upplägget i Childrens Program har flera syften och fördelar:

- Ge barnen kunskaper om beroendesjukdomen och insikter om att det inte är deras fel.
- Ge föräldern insikter om hur missbruket påverkat barnet, vilket ger kraft till det egna tillfrisknandet.
- Förebygga att barn i familjer med missbruk utvecklar eget missbruk senare i livet.
- Minska skuld och skam som barn i familjer med missbruk ofta bär med sig som belastning genom livet.
- Förbättra den missbrukande föräldrarnas relation till barnet som nära anhörig, och även med övriga familjen.
- Ge möjlighet att bearbeta känslor under längre sammanhållen tid.



Upplägg

Childrens Program omfattar fyra hela dagar av stödarbete. Allt under ledning av personal som är certifierade och utbildade i programmet, samt har egen erfarenhet av beroendsjukdomen.

Dag 1–2: deltar endast barnen.

Dag 3–4: deltar både barn och föräldrar.

Programinnehåll:

Dag 1: Beroende. Barnen får genom olika övningar och lekar kunskaper om beroendsjukdomen.

Dag 2: Känslor. Barnen får lära sig vad känslor är, att alla känslor är okey och hur man kan hantera sina känslor på ett bättre sätt.

Dag 3: Kommunikation, verktyg och trygghet. Under dagen får barn och föräldrar nya verktyg för att själva kunna må bra. Bland annat betonas vikten av trygga människor, trygga platser och att det är okej att be om hjälp.



Dag 4: Förståelse och förnyad relation. Barnen och föräldrarna får visa varandra uppskattning, hitta nya sätt att kommunicera för att både situationen och relationerna ska bli bättre.

Förutom rent stödarbete innehåller programmet också en hel del lek och skoj.



"Nu vet jag att jag inte kan hjälpa min mamma, det får hon göra själv"

Flicka 7 år

"Det här programmet borde alla barn få tillgång till"

Förälder

"Känns skönt att sätta ord på min oro"

Flicka 12 år

Etableras och utvärderas i Sverige

Childrens Program är utvecklat och har evidens i USA. Programmet används med stor framgång sen 30 år tillbaka i många delstater med huvudkontoret på Betty Ford Center. Programmet går i linje med uppfattningen att missbruk är en familjesjukdom, vilket även WHO sedan länge har fastslagit.

I Sverige är stöd åt barn i familjer med missbruk ett prioriterat åtgärdsområde, efter ett regeringsinitiativ år 2007. Som ett led i denna strävan har Folkhälsomyndigheten tilldelat ett anslag för att utveckla och utvärdera Childrens Program i Sverige. Detta utvärderas under projektiden av

forskare vid Örebro universitet. Avsikten är att sprida arbetssättet till fler län i Sverige. Nämndemansgårdens behandlingsenhet Jälla i Uppsala bistår programmet med lokaler.

Kontakta oss

Socialtjänsterna i landet har nu möjlighet att erbjuda Childrens program till barn och föräldrar i familjer med missbruksproblematik.

Välkommen att kontakta oss för mer information och praktiska detaljer såsom datum för genomföranden.

Vi har också möjlighet att besöka er och genomföra programmet i er kommun.

Childrens Program, Sverige

Lars Lewerth, projektledare
070-592 93 93

Helén Olsson, utbildningsledare
070-533 19 66

info@childrensprogram.se
www.childrensprogram.se