

Til socialministeren og indenrigs- og sundhedsministeren  
og  
Til medlemmerne af Folketingets Sundhedsudvalg og Socialudvalg



**Formand Birthe Skaarup**  
Folketinget, Christiansborg  
1240 København K

Socialudvalget  
SOU alm. del - Bilag 57  
Offentligt

tillid til forandring

Silkeborg, den 26. september 2005

Danmark har en national handlingsplan som skal forbedre vilkårene for de svageste grupper i vort samfund. Danmark har indført en behandlingsgaranti for alkoholikere men ikke for deres børn. Danske kommuner skal altid undersøge, om der er børn og unge i udsatte familier, men det gør de langt fra. Danske kommuner har pligt til at hjælpe udsatte børn og unge, men alligevel er der ikke oprettet et eneste offentligt rådgivnings- og behandlingstilbud målrettet børn og unge fra alkoholmisbrugsfamilier.

#### **Dokumentation foreligger**

Forklaringerne på den manglende indsats overfor børn fra alkoholmisbrugsfamilier er mange, men argumenterne er ikke holdbare, når vi ved:

- at hvert tredje barn af en alkoholiker bliver alkoholmisbruger senere i livet
- at hvert tredje barn af en alkoholiker bliver udsat for vold
- at hvert tredje barn af en alkoholiker har selvmordsadfærd
- at hvert ottende barn af en alkoholiker bliver seksuelt misbrugt
- at hvert 10. barn af en alkoholiker bliver misbruger af stoffer
- at det ikke er for sent at forebygge at børn af alkoholikere viderefører den sociale arv, da de fleste først begynder deres misbrug i voksenlivet
- at professionel rådgivning og behandling kan hjælpe en stor gruppe af de mange tusinde børn og unge, som vokser op i familier med alkoholproblemer
- at unge fra misbrugshjem står i kø for at få hjælp hos Blå Kors Danmarks private rådgivnings- og terapitilbud TUBA

#### **Massivt svigt fra det offentlige side**

Den manglende indsats er derfor et svigt af så massiv en karakter, at vi som borgere i almindelighed og som politisk og/eller fagligt ansvarlige i særdeleshed må tage alvorligt denne mangel på ansvarsfølelse og omsorg for vore allersvageste borgere – børnene.

#### **Den sociale arv kan brydes**

Som nævnt ovenfor findes der et terapeutisk rådgivningstilbud for unge mellem 14 - 35 år, som er vokset op i en familie med alkoholproblemer. Tilbudet, der er det eneste af sin art i Danmark, hedder TUBA, og det blev oprettet i 1997 af Blå Kors Danmark. TUBA har i dag afdelinger i København, Århus og Hirtshals og havde i 2004 kontakt med over 400 unge – og ventelister på op til et år. TUBA's behandlingskoncept er kendetegnet ved høj faglighed og stor effektivitet, når det handler om at bryde den sociale arv.

#### **Indsats giver store økonomiske besparelser**

I følge TUBA's egne beregninger er der 250.000 børn af alkoholikere i alderen 14-35 år i Danmark. Hvis 33 pct. af disse 250.000 selv bliver alkoholikere i 20 år, vil det koste samfundet 83 milliarder kr. I samme periode vil TUBA's forebyggende hjælp kunne spare samfundet for 300 millioner kr. pr. år. Dette tal skal sammenholdes med at denne TUBA-forebyggelse vil koste 28 mio. kr. pr. år. For dette beløb vil det være muligt at oprette 28 lokale TUBA-afdelinger i Danmark og give 3000 børn af alkoholikere en chance for at få et værdigt liv.

**Møde med ministrene og foretræde for Folketingets Sundhedsudvalg og Socialudvalg**

TUBA's bidrag til regeringens alkoholpolitik er et behandlingskoncept, som effektivt hjælper unge, der er vokset op i en familie med alkoholproblemer.

Derfor beder TUBA om møde med socialministeren og indenrigs- og sundhedsministeren og om foretræde for Folketingets Sundhedsudvalg og Socialudvalg, så vi kan formidle den viden og de løsningsmodeller, som har vist sig brugbare i arbejdet med børn af alkoholikere.

Med venlig hilsen



Henrik Appel Esbensen  
Bestyrelsesformand i TUBA København  
Tlf. 2014 4171



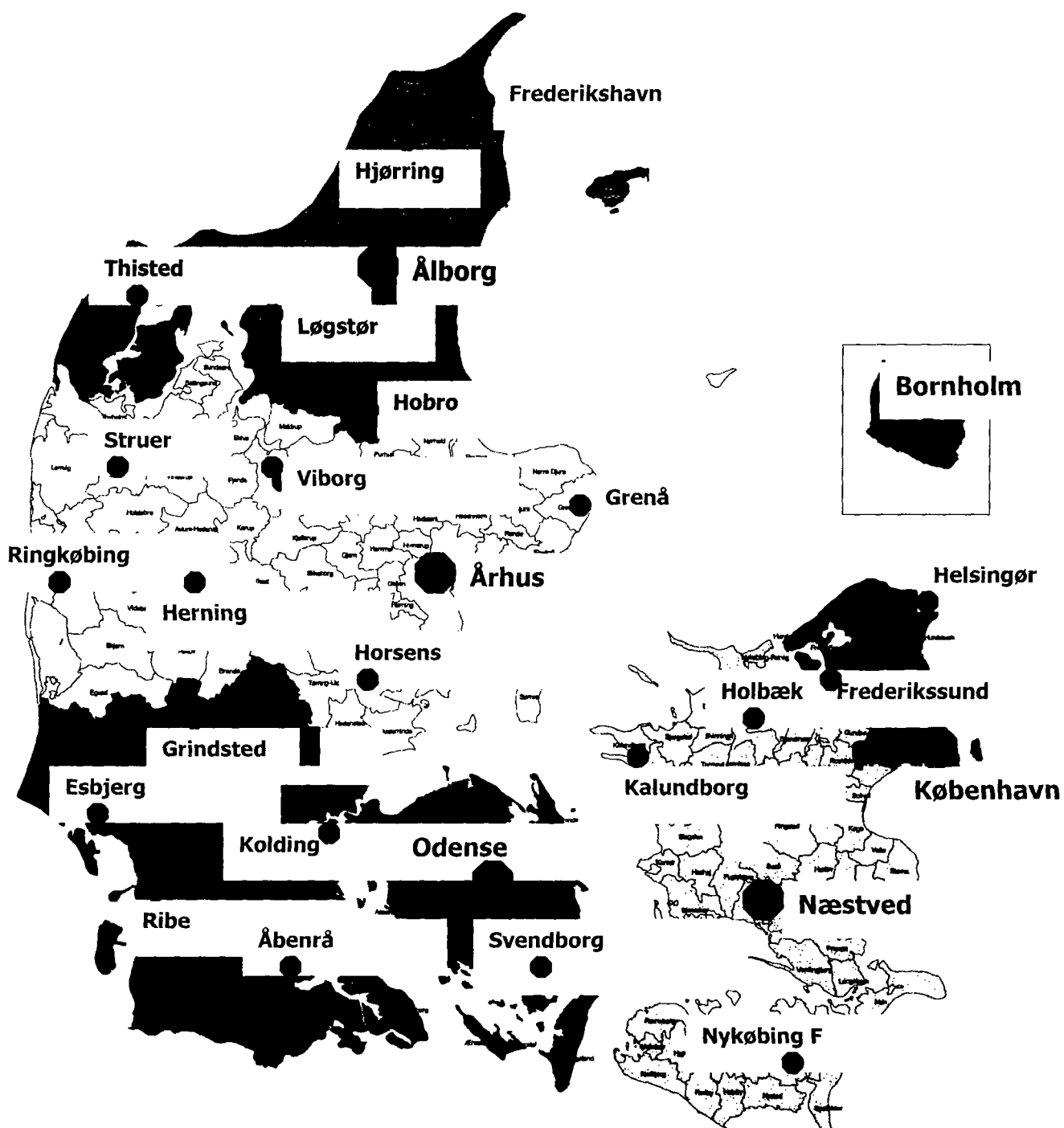
Jens Erik Rasmussen  
Generalsekretær i Blå Kors Danmark  
Tlf. 8681 1500

# TUBA

Terapi & rådgivning for **Unge Børn** af **Alkoholmisbrugere** 14 – 35 år

## Handlingsplan for et landsdækkende TUBA

**28 afdelinger kan hjælpe 3000 unge børn af alkoholikere hvert år**



## Et landsdækkende TUBA

Handlingsplanen er en beskrivelse af et landsdækkende net af TUBA rådgivninger for de mange tusinder unge, der er børn af alkoholikere. Målsætningen er 28 afdelinger, som hvert år kan hjælpe 3000 unge efter et koncept, der er afprøvet gennem flere år og som har vist sig meget succesfuldt.

TUBA's erfaringer siden 1997 har vist at vores tilbud om blandt andet individuel terapi eller gruppeterapi effektivt hjælper de unge med deres problemer.

De 28 TUBA afdelinger kan drives for 28 millioner om året. Den forebyggende indsats er en god investering for samfundet.

Handlingsplanen uddyber blandt andet:

- **Der er 250.000 børn af alkoholikere i Danmark, som er mellem 14 – 35 år!**
- **For 28 millioner kr. kan TUBA hjælpe 3000 unge børn af alkoholikere hvert år!**
- **Hvad koster det, hvis de unge ikke får hjælp?**
- **TUBA hjælper de unge, så de kan frigøre sig fra den sociale arv og blive kompetente til at kunne vælge deres egen fremtid!**
- **TUBA's koncept giver de unge hvad de har brug for – ifølge evalueringen får 90 % af dem et forbedret forhold til sig selv!**

**Et vigtigt spørgsmål, som først må besvares, er: "Hvorfor skal børn af alkoholikere have et tilbud om hjælp, også når de er blevet unge voksne på 14 – 35 år?"**

Der er flere væsentlige svar til det spørgsmål:

1. Det er i dag et kendt faktum, at hele familien rammes, når far eller mor bliver alkoholiker. Det er også almindeligt accepteret, at hele familien skal have et tilbud om hjælp, når en alkoholiker kommer i behandling. Hvorfor skal børnene ikke have et tilbud om hjælp selv om deres far eller mor ikke vil i behandling? *Hvorfor skal en ung mand på 21 år, som har alvorlige personlige og sociale problemer som følge af hans mors misbrug, ikke have et tilbud om hjælp, selv om hans mor ikke vil i behandling? Hele livet har han kæmpet for at holde hende i live og kæmpet for at få hende til at holde op med at drikke. Nu hvor han selv er blevet uafhængig og har brug for hjælp til sig selv, får han en afvisning af det offentlige i kommune eller amt – med mindre han selv er blevet misbruger. Så kan han få hjælp!*
2. Uanset hvor meget der gøres for at få øje på alkoholfamilieme, mens børnene er små, så er det et faktum, at dem der opdages, kun er toppen af isbjerget – blandt andet fordi alkoholikere og deres familie er eksperter i at skjule problemet! Et andet problem er, at mange alkoholikere fortsætter med at drikke uanset konsekvenserne.  
*Det vil sige, at langt de fleste børn af alkoholikere kommer til at gå gennem barndomslivet uden at få hjælp. Det er den barske realitet, som vi må forholde os til. Nogle vil kalde det en falliterklæring – alternativet er kejserens nye klæder; at vi ikke vil erkende virkeligheden og forholde os til den. Virkeligheden er, at vi først kan hjælpe langt de fleste børn af alkoholikere, når de selv er blevet gamle nok til at søge hjælp, for eksempel i TUBA. Når børnene er blevet ældre, mere bevidste og uafhængige nok, opdager de, at de har betalt en dyr pris for at være en del af et skjult problem og har brug for hjælp til at komme videre i deres liv. Når det sker, skal de vide hvor hjælpen er, så de kan bryde den sociale arv!*

3. Det betyder ikke at det er for sent! Vi kan nå at gøre meget for børn, der hører til aldersgruppen 14 – 35årige. Det oplever vi i TUBA hver eneste dag.
- Det er heller ikke for sent at forebygge, at unge børn af alkoholikere viderefører den sociale arv og selv bliver alkoholikere. Det ville det være hvis de fleste alkoholikere begyndte deres "karriere" i teenagetiden. Dette er imidlertid ikke tilfældet. Mange alkoholikere begynder at udvikle deres misbrug, når de støder på store vanskeligheder i livet og ikke har tilstrækkelig livskundskab og personlige ressourcer til at komme igennem dem. Dette kan forebygges ved at tilbyde den hjælp vi har i TUBA.

## Hvad er TUBA?

Navnet TUBA står for *Terapi og rådgivning til Unge Børn af Alkoholikere*. TUBA er et arbejde under Blå Kors Danmark.

TUBA har siden 1997 været beskæftiget med at hjælpe unge mellem 14 – 35 år, som lider under at være vokset op i en familie med alkoholproblemer.

- TUBA's tilbud omfatter en længerevarende tilknytning, hvor individuelle samtaler eller gruppeterapi med ligestillede unge indgår.
- TUBA er en rådgivning, som fysisk og fagligt er uafhængig af behandlingssystemet for alkoholmisbrugere, hvilket betyder at de unge frit og anonymt kan henvende sig uden deres forældres viden – uanset om deres forældre stadig drikker, er holdt op eller er døde af deres misbrug.
- TUBA har fra begyndelsen været så efterspurgt af de unge, at der er ventetid.
- TUBA's unge evaluerer løbende kvaliteten og effekten af den hjælp, de får. Resultaterne viser, at arbejdet har stor betydning for de unges liv .De får en oplevelse af at kunne håndtere tilværelsens udfordringer.

Arbejdet i TUBA er i høj grad baseret på en eksistentielistisk tankegang. Vi tror, at den måde et barn bliver behandlet på har betydning for dets voksne liv. Et barn har brug for at blive set, hørt og respekteret som det er. Det har brug for kontakt og omsorg fra kærlige og ansvarlige voksne. Den måde et barn bliver mødt på er med til at bestemme, hvordan det møder verden - også senere i livet.

Samtidig er der forhold, der hører selve eksistensen til og som ethvert menneske konfronteres med uanset, hvordan det er vokset op. Kunsten er at kunne skelne mellem de almene vanskeligheder og de personlige vanskeligheder, der delvist er affødt af opvæksten. Børn af alkoholikere er ofte dårlige til at håndtere dette. Terapien i TUBA er et tæt samarbejde mellem terapeuten og den unge. Der er ikke nogen højt hævet psykologisk ekspert og en stakkels ung. Snarere er der tale om et ligeværdigt samarbejde, hvor en ung sammen med en moden, nærværende voksen får mulighed for at udforske sig selv og sin tilværelse og på den måde få kompetence til at bryde den negative, sociale arv.

## Udsigterne for børn af alkoholikere

Sundhedsstyrelsen skønner, at vi i Danmark har 500.000 storforbrugere af alkohol, hvoraf cirka 200.000 er afhængige.

Et forsigtigt skøn er, at de 500.000 storforbrugere har mindst et barn hver. Det giver 500.000 børn, der er vokset op i en familie med alkoholproblemer. Cirka halvdelen af dem, altså 250.000, er i aldersgruppen 14 - 35 år, som er TUBAs målgruppe.

Vi tror altså, at vi i Danmark har 250.000 unge mellem 14 – 35 år, som er børn af alkoholikere.

Udsigterne for alle børn af alkoholikere er ifølge undersøgelser (Kilde: Lindgaard og Center for Rusmiddelforskning 2002) følgende:

- ❖ 33 % vil selv senere i livet udvikle et alkoholmisbrug
- ❖ 25 % vil senere i livet finde sig en partner med et alkoholmisbrug
- ❖ Alle har en forøget risiko for at udvikle andre former for misbrug, for at udvikle spiseforstyrrelser, for at forsøge selvmord m.m.

Det er fremtiden for børn af alkoholikere, hvis man ikke gør noget ekstraordinært og tilbyder dem kvalificeret hjælp.

### **Hvad koster det, hvis de unge ikke får hjælp?**

Sundhedsstyrelsen anslår, at alkoholmisbrug koster det danske samfund 10 milliarder kr. om året. De 300.000 storforbrugere koster først samfundet mange penge, hvis de bliver afhængige. 200.000 afhængige alkoholmisbrugere koster hvert år samfundet 10 milliarder :  $200.000 = 50.000$  kr. pr alkoholiker.

Hvis man som barn fra en alkoholisk familie selv udvikler et alkoholmisbrug og er alkoholiker i 20 år, koster man samfundet 1.000.000 kr.

Hvis 33 % af de 250.000 børn af alkoholikere i aldersgruppen 14 – 35 år selv bliver alkoholikere svarer det til 83.000 alkoholikere. Er de alkoholikere i 20 år koster de samfundet i alt 83 milliarder kroner.

Dette skal ses i forhold til TUBA's tilbud om kvalificeret hjælp til en pris på cirka 9.000 kr. pr. ung om året i et til to år.

### **Hvad kan vi spare, hvis de unge får hjælp?**

Man kan ikke som sådan bevise, at et arbejde som TUBA's er forebyggende og dermed økonomisk besparende for samfundet. Men man kan sandsynliggøre det og udregne besparelserne:

Et landsdækkende TUBA kan hjælpe 3000 unge om året. Ifølge statistikken ville 1000 af dem udvikle et alkoholmisbrug. Hvis vi forsigtigt skønner, at vi kan hindre 300 af dem i at blive alkoholikere, får vi følgende regnestykke:

$300 \text{ unge} \times 1.000.000 \text{ kr.} (= \text{prisen for en alkoholiker i 20 år}) = 300 \text{ millioner kroner.}$

Regnestykket er beregnet ud fra at disse unge ellers ville være alkoholikere i 20 år. Det betyder at TUBA hvert år vil forebygge for 300 millioner kroner set over en periode på 20 år – for en investering på 28 millioner kroner.

Dertil kommer hvad der spares i forhold til andre aspekter:

- ❖ Flere vil kunne fastholde uddannelse i stedet for at droppe ud
- ❖ Flere vil undgå antidepressiv medicin og psykiatrisk hjælp
- ❖ Budskabet om konsekvenserne af alkoholmisbrug i familien vil nå ud i flere kroge af samfundet og ad den vej ændre de voksnes forbrug af alkohol

### **TUBAs resultater**

Alle unge i TUBA bliver bedt om at evaluere deres forløb. De evaluerer blandt andet deres vurdering af hvilke forandringer, der er sket i deres liv under og efter forløbet. De unge bliver spurgt på følgende måde:

Er der sket ændringer i forholdet til .....dine forældre...dine søskende.....din kæreste....dine børn.....dig selv.....dit syn på fremtiden?

Forandringerne skal så rubriceres som 1. forværret – 2. uændret – 3. noget forbedret – 4. meget forbedret. Kortfattet kan man se følgende (svarprocenten er 85,6 %):

**94,8 % oplever en positiv forandring i forholdet til dem selv.**

**87,7 % oplever en positiv forandring i deres syn på fremtiden.**

**81 % oplever en positiv forandring i forholdet til deres forældre.**

**65,6 % oplever en positiv forandring i forholdet til søskende og øvrig familie.**

**77,7 % oplever en positiv forandring i forholdet til kæresten/partneren.**

**77,9 % finder deres samlede udbytte af forløbet i TUBA meget tilfredsstillende.**

Disse resultater vidner om, at vi i TUBA har fundet et koncept og en måde at arbejde på, som i vidt omfang giver de unge den hjælp, de har brug for. Svarprocenten er på 85,6 %, så der er tale om et dækkende billede af resultaterne.

Det er naturligt at spørge, hvad svarene ”noget forbedret” og ”meget forbedret” i evalueringsskemaet repræsenterer for de unge. Vi ved det naturligvis ikke i hvert eneste tilfælde, men vi har et tydeligt indtryk af det fra de skriftlige kommentarer nogle af de unge knytter til deres evaluering og fra de samtaler, vi har.

”Meget forbedret” er et udtryk for en markant oplevelse af en positiv forandring, som de har tillid til er blivende.

Det handler for eksempel om den unge mand, som havde et mislykket uddannelsesforløb bag sig og var uden tro på, at han nogen sinde ville kunne få en uddannelse. Efter at være begyndt forløbet i TUBA kom han ind på en uddannelse, han altid havde ønsket sig, men ikke tidligere havde selvtillid til at søge. Her tre år efter, med mange svære kampe undervejs, skal han snart afslutte sin eksamen. Hans syn på sig selv, og egne muligheder, er ændret markant, hvilket han ikke troede på før.

Der er også den unge kvinde, som før hun begyndte i TUBA, havde oplevet en voldsom krise og nedtur, efter hendes far var død af sit misbrug. Hun fik et stort syn på tilværelsen. Efter et længere forløb i TUBA, er hendes liv så radikalt forandret, at hun igen ser lyst på tilværelsen.

”Noget forbedret” handler ofte om en positiv forandring, som endnu ikke er så vidtrækkende som ønskeligt – eller en forandring, som den unge endnu ikke har helt tillid til er blivende.

## **Hvorfor skal tilbuddet hedde TUBA og ikke lægges ud til kommunerne?**

**De unge skal sikres anonymitet og et uafhængigt sted, som ikke hører under de offentlige myndigheder.**

- ❖ Mange unge vil ikke søge hjælp, hvis der er fare for at de afslører deres familie. De er i forvejen præget af skam og skyldfølelse over at tilhøre en alkoholiseret familie.

### **De unge skal sikres et effektivt ensartet tilbud uanset, hvor de bor.**

- ❖ Den store erfaring vi allerede har opsamlet i TUBA kan bruges over hele landet. Ved at arbejde ud fra et fælles koncept har vi alle muligheder for at udvikle arbejdet yderligere til gavn for børn af alkoholikere. Ved at specialisere os i målgruppen sikrer vi i TUBA et tilbud, som passer til de unges behov og dermed en effektiv hjælp.  
Vi har for eksempel haft flere unge som har skiftet bopæl på grund af uddannelse og som har kunnet skifte TUBA afdeling uden problemer.
- ❖ Alle kommuner kan ikke bære en uafhængig rådgivning til børn af alkoholikere. Lægges arbejdet ud til kommunerne er der en stor fare for, at man ikke alle steder får en fysisk uafhængig rådgivning for børn af alkoholikere, men at man for eksempel placerer det sammen med en alkoholrådgivning eller andre rådgivninger. Derved mister de unge børn af alkoholikere følelsen af, at dette er deres sted, hvor de kan møde en viden og forståelse, de aldrig før har fået.
- ❖ Vi frygter at kommunalpolitikere vil nedprioritere området. Unge børn af alkoholikere er en skjult marginaliseret gruppe og der er på lokalt plan ingen til at tale deres sag. I kommunalpolitik er der også stor sandsynlighed for, at traditionelt vigtige områder som plejehjem, daginstitutioner og skoler altid vil vinde pladsen frem for børn af alkoholikere.

### **TUBA kan gøre arbejdet billigere, end man vil kunne i kommunerne.**

- ❖ De forskellige TUBA afdelinger i hver region vil i høj grad være mobile og fleksible, så hjælpen kan gives, hvor behovet er størst.
- ❖ Ved at inddrage frivillig, uddannet arbejdskraft, som det for eksempel er sket i TUBA København, kan vi gøre arbejdet for færre økonomiske udgifter.

### **Konklusion**

TUBA's største bidrag til alkoholproblematikken er et koncept, som effektivt hjælper unge, der er vokset op i en familie med alkoholproblemer. En sådan barndom giver sår på sjælen, som har vanskeligt ved at hele – især uden hjælp. Uanset om barnet bor sammen med sin misbrugende far eller ej. Uanset om barnet fjernes fra hjemmet og vokser op hos gode plejeforældre. Uanset om mor går i behandling og holder op med at drikke, når den unge mand er 17 år gammel – efter hun har drukket hele hans barndom. Uanset om barnet er blevet 24 og er flyttet fra sin far, som efterhånden er ved at dø af sit misbrug. Uanset hvad, er det en tragedie for barnet og den unge. Tragedien bliver kun større, hvis vi ikke har et tilbud om hjælp, når barnet bliver gammelt nok til at træde ud af alkoholikerens eller familiens skygge. Når vi har et tilbud, og den unge får hjælp, så kan såret til gengæld i nogen grad heles og blive til et ar, som minder ham om, hvem han er og hvad han kommer fra – men som ikke længere gør ondt og præger hans nye liv.



En ung mand sagde det således: *"Hvis jeg havde synlige rød blå ar på kroppen, som jeg kunne vise frem, så ville andre måske kunne forstå mig – måske endda den der har forårsaget dem. Men jeg har ingen synlige ar at vise frem, for mine ar sidder på sjælen. For mig er de dog lige så virkelige, som havde de siddet på kroppen. Alligevel er jeg ofte i tvivl, om jeg kan og skal tage dem alvorligt. Det er som om, jeg ser mig selv udefra lige som dem, der ikke kan se mine ar, og som synes jeg ser hel og fin ud. Så kan jeg sige, sikke noget pjat med dig. Vær nu ikke overfølsom og pylret. Tag dig sammen. Der er ikke noget galt med dig - eller rettere, der er kun det galt med dig, at du tror der er noget galt."*

Bilag 1 – Årsrapport TUBA Danmark 2004

Bilag 2 – Barn af en alkoholiker – også når jeg er 23 år

Bilag 3 – Alkoholfamilien lukker sig om sig selv

# TUBA

Terapi & rådgivning for **Unge Børn** af **Alkoholmisbrugere** 14 – 35 år

**Årsrapport 2004**

**TUBA Danmark**



Rapporten er udarbejdet af Alex Kastrup Nielsen, psykoterapeut og faglig leder i TUBA

## Forord

Alkoholfamilier har det med at lukke sig om sig selv. Alkoholmisbrugerens forsøger at skjule problemet for sig selv så længe som muligt. Dernæst forsøger han eller hun at skjule problemet for partneren så længe som muligt. Sammen forsøger de at skjule problemet for børnene så længe som muligt. Sammen forsøger hele familien at skjule det for omgivelserne så længe som muligt. Omgivelserne forsøger så længe som muligt at undgå at konfrontere/tale med familien om problemet.

Sådan kan det gå sin skæve gang i mange år. Mange mister en masse og ingen vinder ved dette. De største tab lider børnene. For det første kan de ikke vælge noget andet. For det andet har de ikke magt til at ændre situationen. For det tredje mister de en del af den kærlighed fra forældrene, som er det vigtigste og største for dem. For det fjerde får de færre eller utilstrækkelige redskaber til at tage med sig videre i livet, et liv som er vanskeligt nok som det er. De bliver gode overleverere, sjældnere gode til at leve. Ikke fordi de ikke har ressourcerne, men fordi de ikke har lært det på vigtige områder.

*Hvad kan vi gøre ved dette?*

*Lad os begynde med det sidste, nemlig børnene.*

Når de på et eller andet tidspunkt har fundet ud af, at far eller mor har et alkoholproblem, så går der ofte år med at overleve på bedste måde – samtidig med at de forsøger at hjælpe far og mor, så godt de kan. *Når de på et tidspunkt, mens de stadig er teenagere eller når de er flyttet hjemmefra, mærker behovet for hjælp og nu har mulighed for at søge hjælp, så skal de have den.* Uanset hvordan situationen er derhjemme. Uanset om far eller mor stadig drikker og benægter og bliver stadig dårligere. Uanset om far eller mor er død af deres misbrug. Uanset om den ædre partner, der måske har ladet sig skille, er så fyldt med skyld og skam, at de nægter at tale om noget som helst af det, der skete.

Den hjælp de unge så skal have mulighed for at få, kan meget vel være TUBA. Fordi vi er i stand til at sætte os ind i deres situation og give dem noget af det, de har allermost brug for: at blive hørt, at blive set og blive taget alvorligt. Og fordi de hos os kan møde andre unge og derigennem opleve, at de ikke er forkerte – selv om de på nogle områder føler sig anderledes.

*Lad os så tage det næstsidste – omgivelserne.*

Omgivelserne (som er os alle) skal gøres bedre kendt med, hvordan vi får øje på disse børn og hvordan vi kan stille os til rådighed for dem. Dernæst skal vi blive bedre til at få øje på forældrene, der drikker for meget. Og vi taler ofte ikke om de store branderter, de er nemlig lette at få øje på. Vi taler om den far, der flere gange lugter af alkohol, når han henter sin søn i børnehaven. Vi taler om den mor, der er påvirket når hun møder op til forældremøde i skolen. Ofte er episoder som disse toppen af isbjerget og resten af isbjerget befinder sig hjemme i familien. Endelig skal vi blive bedre til at tage fat i det, når vi ser det. Vi synes det er pinligt at skulle gøre det. Vi synes det er at gribe ind i privatlivets fred. Vi synes det er at overskride en grænse. Det er ganske rigtigt pinligt og at det er at overskride en grænse, men det er misbrugerens der har bragt sig i den situation. Og så kan vi tænke på, at hvis det er ubehageligt for os, så kan vi gange det med 100 for måske bare at få en lille fornemmelse af, hvordan det er for deres børn derhjemme i dagligdagen.

*Lad os så tage det andet – partnerne.*

De skal lære at stole på det, de ser og hører og mærker i forhold til alkoholikeren. De skal lære at alkohol for alkoholikeren er blevet så stærk en kraft, at de ikke længere har kontrol over den, uanset hvad de siger eller lover. De skal lære at finde ud af hvor deres grænse går så de da kan konfrontere alkoholikeren og stille krav. De skal lære at deres børn lider under det hvis de trækker pinen ud. Og så skal de lære at tale med deres børn om hvad de ved og hvad de gør og hvem der har ansvaret for det der foregår eller er foregået.

*Og lad os endelig tage det første - alkoholikerne.*

De skal lære at alkohol for dem er blevet så stærk en kraft, at de ikke længere har kontrol over den, uanset hvad gerne vil tro. De skal lære at søge hjælp. De skal lære at deres misbrug næsten altid er meget værre end de tror. De skal lære at de svigter deres børn, hvis de fortsætter. De skal lære at deres børn oplever at de elsker flasken højere end dem – og med det følger følelsen af ikke at være særlig værdifuld. De skal lære at tage ansvaret for dem selv, for deres misbrug og ikke mindst – deres børn. De skal lære at de altid, uanset, er bedre forældre uden flasken end med.

Det gik lidt hurtigt. Jeg blev lidt revet med. Men vi bliver nødt til at se i øjnene at mange alkoholmisbrugere kan passe et arbejde gennem mange år uden at omgivelserne lægger mærke til noget usædvanligt. Det betyder blot ikke at forholdene derhjemme også er almindelige. Her er hverdagen stadig præget af løgne, svigt, manglende energi og opmærksomhed til børnene, uforudsigelige humørsvingninger, konflikter, manglende tagen ansvar m.m.

Børnene bliver taberne og de fleste af dem bliver aldrig opdaget. Og de præges af det de oplever og det de mangler at få.

Det er realiteterne. Konsekvenserne må være at disse børn kan være sikre på at der er et sted hvor de kan få hjælp, når de opdager at de har hjælp behov. Og for mange af ”de skjulte børn” vil det være i årene efter de er flyttet hjemmefra. Når de selv skal være voksne og tage ansvaret for deres eget liv. Bo alene, finde og gennemføre den rette uddannelse, etablere et godt netværk med nære relationer, finde en kæreste osv. Da finder de ud af at der er så meget de ikke har fået med hjemmefra og de mærker hvad det betyder for dem.

De skal have mulighed for at tage kontakt til et sted som TUBA. Så de kan standse op, begynde at undersøge deres vanskeligheder og få nye redskaber at gå videre i livet med.

Det er det vi kæmper for i TUBA – samtidig med at vi i det daglige møder disse unge, som er børn af alkoholikere. Vi følger dem tæt, mens de kæmper og vi får lov til at se dem vokse til de en dag siger farvel og tak, fordi de nu føler de magter deres liv på en anden måde. Og når de går ved de, at de kan vende tilbage, hvis de får brug for en samtale eller to.

## Indledning

Også 2004 har været et begivenhedsrigt år for TUBA i Danmark, på godt og ondt.

Der var længe usikkerhed om fremtiden for afdelingerne i Århus og Hirtshals. Både Århus Kommune og Hirtshals Kommune viste stor vilje til at beholde det lokale TUBA som et vigtigt og nødvendigt tilbud ved at bevilge tilskud til arbejdet. Den lokale opbakning er meget vigtig for os og vi takker for den.

Den endelige sikring af de to afdelinger for de næste 4 år fik vi dog først i januar måned, da vi fik vished for at landspolitikerne på Christiansborg via SATS puljemidler havde bevilget TUBA Danmark 5 millioner kr. over de næste fire år.

De politikere, der var med til at beslutte dette, har gjort noget meget vigtigt for de mange unge, der benytter sig af TUBAs tilbud.

*Det skal ikke være nogen hemmelighed, at vi de kommende år har som determineret mål at gøre TUBAs tilbud landsdækkende, så de er inden for rækkevidde for alle unge i Danmark, som er børn af alkoholikere – uanset hvor i landet de bor.*

I 2004 blev TUBA Danmarks arbejde for udsatte unge hædret med Lillebrorprisen af Børnehjælpsdagen. Prisen blev overrakt på Københavns Rådhus. Det er en pris vi er meget stolte af og modtog med stor tak.

I 2004 indgik TUBA et samarbejde med efterskoleforeningen om projektet – TUBA efterskole. Projektet løber fra 1.10.2004 til 30.6.2005. Projektet indebærer, at TUBA holder dagskurser på 12 efterskoler i Østjylland for lærere om misbrug, livet i en misbrugsfamilie og mødet med unge, der er opvokset med misbrug. Der bliver også holdt oplæg for eleverne, og projektet indebærer en mulighed for rådgivningssamtaler til elever, individuelt og i gruppe, samt et tilbud om supervision af lærere.

I TUBA Danmark er der gennem de sidste 2 år blevet udviklet et kvalitativt forskningsprojekt, ”dagsbogsprojektet”, der undersøger forbindelsen mellem terapien i TUBA og de unges hverdagsliv. Der er nu bevilliget forskningsmidler til dette 3-årige Ph.d. projekt. Projektet har fået midler fra Center for Rusmiddelforskning under Århus Universitet og Statens Humanistiske Forskningsråd. Projektet vil blive huset af Center for Rusmiddelforskning og indebærer, at TUBA medarbejder, psykolog Thomas Mackrill, starter ved Center for Rusmiddelforskning 1.2.2005.

Så vi står her ved årsskiftet foran mange spændende udfordringer som vi glæder os til.

TUBA i Århus og København flytter i begyndelsen af 2005 til nye større lokaler.

TUBA København er begyndt en ny spændende proces med at benyttet frivillige i form af uddannede psykologer og psykoterapeuter, som ulønnet vil arbejde for os nogle timer om ugen. Målet er at dette skal udbygges og udvikles i det kommende år, så ventetiden i København kan afkortes.

Vi håber at TUBA vil fortsætte med at være et arbejde der vil være præget af vækst ligesom vi oplever vækst blandt de unge, der bruger os.

# Indholdsfortegnelse

<b>Forord</b>	<b>Side</b>	<b>1</b>
<b>Indledning</b>		<b>3</b>
Indholdsfortegnelse		4
<b>TUBA's historie</b>		<b>5</b>
<b>TUBA's tilbud</b>		<b>5</b>
Terapi i TUBA – form og metode		6
Mål for TUBA		6
Definition af målgruppe		7
Data om nyhenvendelser, forsamtaler m.m. i TUBA		8
Alder nyhenvendelser		9
Evaluering		9
Svarprocent		9
Kriterier for at deltage i evalueringen		9
Resultatorienteret evaluering		9
Vurdering af evalueringen		10
Evalueringsstatistik		11

## TUBA's historie

**TUBA** står for "**Terapi & rådgivning for Unge Børn af Alkoholikere 14 - 35 år**".

**TUBA** hører under Blå Kors Danmark, som er en organisation, der har som sit hovedformål at hjælpe mennesker, der er i nød på grund af alkohol.

**TUBA** har eksisteret i København siden november 1997. Der findes desuden en afdeling i Århus og Hirtshals.

## **TUBA`s tilbud**

- **Gruppeterapi**
- **Individuel terapi**
- **Rådgivning**
- **Familiesamtaler**
- **Undervisning ud af huset**
- **Tema aftener for unge i terapeutiske forløb og deres nærmeste pårørende**
- **Hjemmeside med brevkasse og ung-til-ung-forum**

**TUBA`s tilbud er gratis og de unge kan være anonyme**

## Terapi i TUBA - form og metode

TUBA's medarbejdere er uddannede psykologer eller psykoterapeuter og har et specialiseret kendskab til alkoholmisbrug og afhængighed.

Vores teoretiske referenceramme er en kombination af psykodynamisk, humanistisk og eksistentiel tænkning.

Hverken de eksistentielle grundvilkår, vi er kastet ud i som mennesker eller hvordan vores opvækst har formet sig - er forhold vi kan ændre eller gøre om. Det vi imidlertid kan ændre, er den holdning vi har til, det vi møder nu.

Det er vores intention at skabe et støttende, rummende og accepterende miljø, der gør det muligt at afdække og udforske den situation den unge aktuelt står i. Udgangspunktet er det konkrete liv, nemlig hvordan den unge oplever det at være til lige her og nu.

Det konkrete liv handler om spørgsmål som: Hvordan har jeg det? Hvordan fungerer mine relationer? Hvordan er forholdet til min kæreste? Er der områder som er vanskelige og som jeg forsøger at undgå? Hvordan er mit syn på mig selv? Hvordan har jeg det når jeg er alene?

Nogle gange er det relevant og nødvendigt at arbejde med stemninger og oplevelser fra fortiden for at forstå og forløse følelser i nutiden.

At være med og mærke de svigt og den manglende omsorg, som det at vokse op i en familie med alkoholafhængighed ofte fører med sig, er kernen i det at bearbejde fortiden. En sådan proces gør det muligt at skille sig fra fortiden, ikke sådan at fortiden ophører med at eksistere, men forstået på den måde at fortiden ikke længere *styrer* nutiden og fremtiden.

Som terapeuter forsøger vi at være autentisk tilstede for den unge. Vi ønsker at møde den unge netop der hvor han er, og vi ønsker at bruge os selv i dette møde. Vigtigere end teknik bliver derfor det nærværende møde med den unge.

## Mål for TUBA

Målet med TUBA er overordnet:

*Gennem terapi og undervisning at hjælpe de unge med deres følelsesmæssige og sociale problemer således, at deres selvværd og selvtillid styrkes – og at deres kompetence i forhold til etableringen af et tilfredsstillende socialt netværk øges og de styrkes i deres muligheder for at gennemføre en uddannelse.*

*De unges arbejde med sig selv er forebyggende, både i forhold til risikoen for selv at udvikle et alkoholmisbrug (eller andet misbrug) og i forhold til at videreføre den negative sociale arv til deres egne børn.*

Konkret er målet med TUBA's arbejde med de unge:



- at hjælpe de unge til at kunne forholde sig til deres problemer og følelsesliv på en konstruktiv måde, så de reelt får en oplevelse af at kunne "klare livet" og træffe deres valg derudfra
- at hjælpe de unge med at "gøre sig fri" af den negative afhængighed af deres forældre, så de kan leve et liv på egne betingelser, der ikke er dikteret af gamle og destruktive mønstre
- at hjælpe de unge til at sætte fokus på de problemer det medfører at vokse op i en alkoholramt familie og gøre dem bevidste om sammenhængen mellem opvæksten og de problemer de har nu
- at hjælpe deltagerne med at tale om deres opvækst og nuværende problemer, så de kommer ud af deres følelse af isolation og af med deres tunge byrde af skam- og skyldfølelser og får nedbrudt de tabuer, som voksne børn af alkoholikere ofte slæber rundt på og er hæmmet af

## **Definition af målgruppe**

Overordnet er målgruppen unge mellem 14 – 35 år, som er vokset op i en familie med alkoholproblemer og som har problemer af en sådan art, at de behøver hjælp til at løse dem eller lære at leve med dem på en tilfredsstillende måde.

Overordnet kan vi definere de unge ud fra følgende problemstillinger (en ung vil ofte have problemer i flere af kategorierne, som også indvirker på hinanden):

- 1) Unge med følelsesmæssige eller psykiske problemer af en sådan karakter, at de oplever det pinefuldt og hæmmende i deres dagligdag.
- 2) Unge, som har problemer med at skabe nære relationer til andre, det være sig parforhold, familie, venner, kolleger m.m.
- 3) Unge, der føler sig så negativt forbundet med forælderen, som drikker, at det er destruktivt for deres livsudfoldelser og gøremål i det hele taget.
- 4) Unge, som på forskellig måde har store problemer med at fastholde et uddannelsesforløb eller et arbejde.

## Data om nyhenvendelser, forsamtaler m.m. i København, Århus og Hirtshals

Data om nyhenvendelser, forsamtaler, terapiforløb m.m. er samlet i et skema.

Som forklaring skal nævnes, at der med kortere terapeutiske rådgivningsforløb menes 1-6 samtaler.

	<b>København</b>	<b>Århus</b>	<b>Hirtshals</b>	<b>Ialt</b>
<b>Unge nyhenvendelser</b>	<b>175</b>	<b>93</b>	<b>27</b>	<b>295</b>
Forsamtaler	<b>140</b>	<b>80</b>	<b>24</b>	<b>244</b>
Unge i terapi, som er fortsat fra år 2004 og ind i 2005	<b>89</b>	<b>Uoplyst</b>	<b>22</b>	<b>111</b>
<b>Terapeutiske forløb med unge i alt</b> (9 unge har fået både individuel- og gruppeterapi)	<b>160</b>	<b>82</b>	<b>38</b>	<b>280</b>
Heraf unge i længerevarende individuel terapi	<b>83</b>	<b>43</b>	<b>19</b>	<b>145</b>
Heraf unge i gruppeterapi	<b>72</b>	<b>30</b>	<b>11</b>	<b>112</b>
Heraf unge i kortere terapeutiske rådgivningsforløb	<b>22</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>39</b>
Afsluttede terapiforløb	<b>78</b>	<b>42</b>	<b>19</b>	<b>139</b>
Venteliste ved årets udgang	<b>85</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>113</b>

## Alder nyhenvendelser

Statistik over aldersfordelingen for de 295 unge, som i 2004 henvendte sig til TUBA:

Alder	Antal unge	Antal unge	Antal unge	Antal unge	
	<i>København</i>	<i>Århus</i>	<i>Hirtshals</i>	<b>I alt</b>	<b>I alt i %</b>
<b>14 - 19 år</b>	26	24	9	<b>59</b>	<b>21,8 %</b>
<b>20 - 25 år</b>	80	32	7	<b>119</b>	<b>44,1 %</b>
<b>26 - 30 år</b>	38	17	5	<b>60</b>	<b>22,2 %</b>
<b>31 - 35 år</b>	19	7	6	<b>32</b>	<b>11,9 %</b>
<b>Uoplyst</b>	12	13	0	<b>25</b>	
<b>Ialt</b>	<b>175</b>	<b>93</b>	<b>27</b>	<b>295</b>	<b>100 %</b>

## Evaluerings

### Svarprocent

I evalueringstallene figurerer i denne årsrapport kun afdelingerne i København og Århus. På grund af medarbejderskifte i Hirtshals omkring nytår har det ikke været muligt at få tallene herfra med.

180 unge har fået vores spørgeskemaer.

154 unge svarede, hvilket er en svarprocent på 85,6 %. Undersøgelsen er således dækkende for de unge, vi er i kontakt med.

### Hvad er kriterierne for at deltage i evalueringen

Evalueringskemaerne gives til:

- de unge, som i årets løb har afsluttet deres forløb og har deltaget i mindst 3 måneder.
- de unge, som er i gang med et terapeutisk forløb og har været i gang i mindst 3 måneder.

Det vil sige, at nogle af besvarelserne er fra unge, der stadig er i forløb. Dette vil naturligvis have betydning for besvarelsen, fordi den vil være farvet af hvor de er i den terapeutiske proces.

### Resultatorienteret evaluering

De unge, som deltager i TUBA i kortere tid end 3 måneder, deltager ikke i evalueringen. Dette skyldes, at evalueringen er resultatorienteret og således ikke er velegnet til at vurdere korte forløb. Dette er klart en mangel ved vores nuværende evaluering. Det skal dog siges, at denne gruppe af unge er forholdsvis lille.

En anden indvending mod en udelukkende resultatorienteret evaluering er, at man udmærket kan argumentere for, at der findes andre kriterier for kvalitet og værdi af et terapeutisk forløb end

resultater i form af mærkbare forandringer. Det kunne for eksempel være oplevelser af nærhed, samhørighed, livskvalitet, oplevelsen af at blive accepteret og blive taget alvorligt. Sådanne oplevelser er yderst vanskelige at måle, selv om de ikke desto mindre sagtens kan få stor betydning for den unges liv og livsduelighed fremover.

## **Vurdering af evalueringen**

Resultaterne af vores meget enkle evaluering er meget positive. I forhold til alle spørgsmålene oplever et flertal af de unge positive forandringer. Samtidig kan man se, at besvarelserne samlet set ikke afviger meget fra tidligere år. De er blevet lidt bedre. Som sådan er vi tilfredse med resultatet, men alligevel er vi hele tiden opmærksomme på faglig udvikling og hvilke ting, der kan gøres endnu bedre.

Hvad der måske synes bemærkelsesværdigt for nogle er at så stor en procentdel af de unge oplever positive forandringer i forhold til forældrene, søskende og deres partner, selv om disse kun i få tilfælde er direkte inddraget i forløbet. Det betyder at de unges oplevelse af deres netværk styrkes positivt, hvilket er en meget væsentlig forandring.

Man kan også drage den konklusion at man udmærket i individuel terapi og gruppeterapi kan arbejde med familien, selv om denne ikke er til stede.

For os i TUBA er dette ikke overraskende fordi en stor del af terapien handler om de unges almene livsvilkår.

Kortfattet kan man se følgende:

**81 % oplever en positiv forandring i forholdet til deres forældre.**

**65,6 % oplever en positiv forandring i forholdet til søskende og øvrige familie.**

**77,7 % oplever en positiv forandring i forholdet til kæresten/partneren.**

**94,8 % oplever en positiv forandring i forholdet til dem selv.**

**87,7 % oplever en positiv forandring i deres syn på fremtiden.**

**77,9 % finder deres samlede udbytte af forløbet i TUBA meget tilfredsstillende.**

**22,1 % finder deres samlede udbytte af forløbet i TUBA tilfredsstillende.**

## **Ændringer af evalueringen**

*Det er sidste år at evalueringen ser ud som nu. Vi beholder de nuværende spørgsmål men udvider med en del andre som går på andre emner, som vi ønsker at kunne sige noget om.*

*Den nye evaluering knyttes sammen med et nyt spørgeskema, som nye unge i TUBA bliver bedt om at besvare inden de går i gang med et forløb.*

## Statistik over evalueringen

	Forværret	Uændret	Noget forbedret	Meget forbedret	Ubesvaret/ irrelevant
Er der sket ændringer i forholdet til dine forældre?	<b>3</b>	<b>26</b>	<b>81</b>	<b>43</b>	<b>1</b>
Besvarelser i %	<b>2 %</b>	<b>17 %</b>	<b>52,9 %</b>	<b>28,1 %</b>	
Er der sket ændringer i forholdet til dine søskende og øvrige familie?	<b>1</b>	<b>51</b>	<b>77</b>	<b>22</b>	<b>3</b>
Besvarelser i %	<b>0,7 %</b>	<b>33,8 %</b>	<b>51 %</b>	<b>14,6 %</b>	
	Forværret	Uændret	Noget forbedret	Meget forbedret	Ubesvaret/ irrelevant
Er der sket ændringer i forholdet til din kæreste?	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>43</b>	<b>34</b>	<b>55</b>
Besvarelser i %	<b>6,1 %</b>	<b>16,2 %</b>	<b>43,4 %</b>	<b>34,3 %</b>	
Er der sket ændringer i forholdet til dine børn?	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>130</b>
%	<b>4,2 %</b>	<b>20,8 %</b>	<b>25 %</b>	<b>50 %</b>	
Er der sket ændringer i forholdet til dig selv?	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>63</b>	<b>83</b>	<b>0</b>
%	<b>0,6 %</b>	<b>4,5 %</b>	<b>40,9 %</b>	<b>53,9 %</b>	
Er der sket ændringer i dit syn på fremtiden?	<b>1</b>	<b>18</b>	<b>68</b>	<b>67</b>	<b>0</b>
%	<b>0,6 %</b>	<b>11,7 %</b>	<b>44,2 %</b>	<b>43,5 %</b>	

	Utilfredsstillende	Tilfredsstillende	Meget tilfredsstillende	Ubesvaret
Hvordan oplever du det samlede udbytte af dit forløb i TUBA?	0	34	120	0
%	0 %	22,1 %	77,9 %	

## Bilag 1

### Alkoholfamilien lukker sig om sig selv

Alkoholfamilier har det med at lukke sig om sig selv. Alkoholmisbrugeren forsøger at skjule problemet for sig selv så længe som muligt. Dernæst forsøger han eller hun at skjule problemet for partneren så længe som muligt. Sammen forsøger de at skjule problemet for børnene så længe som muligt. Sammen forsøger hele familien at skjule det for omgivelserne så længe som muligt. Omgivelserne forsøger så længe som muligt at undgå at konfrontere/tale med familien om problemet.

Sådan kan det gå sin skæve gang i mange år. Mange mister en masse og ingen vinder ved dette. De største tab lider børnene. For det første kan de ikke vælge noget andet. For det andet har de ikke magt til at ændre situationen. For det tredje mister de en del af den kærlighed fra forældrene, som er det vigtigste og største for dem. For det fjerde får de færre eller utilstrækkelige redskaber til at tage med sig videre i livet, et liv som er vanskeligt nok som det er. De bliver gode overleverere, sjældnere gode til at leve. Ikke fordi de ikke har ressourcerne, men fordi de ikke har lært det på vigtige områder.

*Hvad kan vi gøre ved dette?*

*Lad os begynde med det sidste, nemlig børnene.*

Når de på et eller andet tidspunkt har fundet ud af, at far eller mor har et alkoholproblem, så går der ofte år med at overleve på bedste måde – samtidig med at de forsøger at hjælpe far og mor, så godt de kan. *Når de på et tidspunkt, mens de stadig er teenagere eller når de er flyttet hjemmefra, mærker behovet for hjælp og nu har mulighed for at søge hjælp, så skal de have den.* Uanset hvordan situationen er derhjemme. Uanset om far eller mor stadig drikker og benægter og bliver stadigt dårligere. Uanset om far eller mor er død af deres misbrug. Uanset om den ædru partner, der måske har ladet sig skille, er så fyldt med skyld og skam, at de nægter at tale om noget som helst af det, der skete.

Den hjælp de unge så skal have mulighed for at få, kan meget vel være TUBA. Fordi vi er i stand til at sætte os ind i deres situation og give dem noget af det, de har allermost brug for: at blive hørt, at blive set og blive taget alvorligt. Og fordi de hos os kan møde andre unge og derigennem opleve, at de ikke er forkerte – selv om de på nogle områder føler sig anderledes.

*Lad os så tage det næstsidste – omgivelserne.*

Omgivelserne (som er os alle) skal gøres bedre kendt med, hvordan vi får øje på disse børn og hvordan vi kan stille os til rådighed for dem. Dernæst skal vi blive bedre til at få øje på forældrene, der drikker for meget. Og vi taler ofte ikke om de store branderter, de er nemlig lette at få øje på. Vi taler om den far, der flere gange lugter af alkohol, når han henter sin søn i børnehaven. Vi taler om den mor, der er påvirket når hun møder op til forældremøde i skolen. Ofte er episoder som disse toppen af isbjerget og resten af isbjerget befinder sig hjemme i familien. Endelig skal vi blive bedre til at tage fat i det, når vi ser det. Vi synes det er pinligt at skulle gøre det. Vi synes det er at gribe ind i privatlivets fred. Vi synes det er at overskride en grænse. Det er ganske rigtigt pinligt og at det er at overskride en grænse, men det er misbrugeren der har bragt sig i den situation. Og så kan vi

tænke på, at hvis det er ubehageligt for os, så kan vi gange det med 100 for måske bare at få en lille fornemmelse af, hvordan det er for deres børn derhjemme i dagligdagen.

*Lad os så tage det andet – partnerne.*

De skal lære at stole på det, de ser og hører og mærker i forhold til alkoholikeren. De skal lære at alkohol for alkoholikeren er blevet så stærk en kraft, at de ikke længere har kontrol over den, uanset hvad de siger eller lover. De skal lære at finde ud af hvor deres grænse går så de da kan konfrontere alkoholikeren og stille krav. De skal lære at deres børn lider under det hvis de trækker pinen ud. Og så skal de lære at tale med deres børn om hvad de ved og hvad de gør og hvem der har ansvaret for det der foregår eller er foregået.

*Og lad os endelig tage det første - alkoholikerne.*

De skal lære at alkohol for dem er blevet så stærk en kraft, at de ikke længere har kontrol over den, uanset hvad gerne vil tro. De skal lære at søge hjælp. De skal lære at deres misbrug næsten altid er meget værre end de tror. De skal lære at de svigter deres børn, hvis de fortsætter. De skal lære at deres børn oplever at de elsker flasken højere end dem – og med det følger følelsen af ikke at være særlig værdifuld. De skal lære at tage ansvaret for dem selv, for deres misbrug og ikke mindst – deres børn. De skal lære at de altid, uanset, er bedre forældre uden flasken end med.

Det gik lidt hurtigt. Jeg blev lidt revet med. Men vi bliver nødt til at se i øjnene at mange alkoholmisbrugere kan passe et arbejde gennem mange år uden at omgivelserne lægger mærke til noget usædvanligt. Det betyder blot ikke at forholdene derhjemme også er almindelige. Her er hverdagen stadig præget af løgne, svigt, manglende energi og opmærksomhed til børnene, uforudsigelige humørsvingninger, konflikter, manglende tagen ansvar m.m.

Børnene bliver taberne og de fleste af dem bliver aldrig opdaget. Og de præges af det de oplever og det de mangler at få.

Det er realiteterne. Konsekvenserne må være at disse børn kan være sikre på at der er et sted hvor de kan få hjælp, når de opdager at de har hjælp behov. Og for mange af "de skjulte børn" vil det være i årene efter de er flyttet hjemmefra. Når de selv skal være voksne og tage ansvaret for deres eget liv. Bo alene, finde og gennemføre den rette uddannelse, etablere et godt netværk med nære relationer, finde en kæreste osv. Da finder de ud af at der er så meget de ikke har fået med hjemmefra og de mærker hvad det betyder for dem.

De skal have mulighed for at tage kontakt til et sted som TUBA. Så de kan standse op, begynde at undersøge deres vanskeligheder og få nye redskaber at gå videre i livet med.

Det er det vi kæmper for i TUBA – samtidig med at vi i det daglige møder disse unge, som er børn af alkoholikere. Vi følger dem tæt, mens de kæmper og vi får lov til at se dem vokse til de en dag siger farvel og tak, fordi de nu føler de magter deres liv på en anden måde. Og når de går ved de, at de kan vende tilbage, hvis de får brug for en samtale eller to.



## Bilag 2

### Barn af en alkoholiker – også når jeg er 23

Ved et pressemøde på Christiansborg i november 2003 deltog Socialminister Henriette Kjær sammen med en skoleklasse fra Tåstrup. Skolebørnene havde mulighed for at stille spørgsmål til ministeren om alkoholmisbrug og alkoholpolitik.

Senere havde jeg selv lejlighed til at stille ministeren et spørgsmål om, hvorvidt regeringen havde i sinde at afsætte økonomiske midler til hjælp til unge børn af alkoholikere. Ministerens melding tilbage var i hovedsagen, at nu skulle først og fremmest alkoholikerne have hjælp. Det var en nedslående tilbagemelding til os, som i det daglige arbejder med nogle af de mange tusinde børn af misbrugere, som lider under påvirkningerne af deres forældres alkoholmisbrug. Min første tanke var, at ministerens og mange andre politikeres utilstrækkelige opbakning til børn af alkoholikere slet og ret må skyldes manglende viden – snarere end manglende vilje. Uden at jeg naturligvis kan vide om det er tilfældet forestiller jeg mig dernæst, at ministeren har følgende antagelser eller argumenter for sin prioritering:

- 1. Vi må tage fat om problemets rod ved at opdage de børnefamilier, hvor der er alkoholproblemer. Dernæst må alkoholikeren presses eller tvinges til at stoppe misbruget eller børnene må fjernes.*
- 2. De børn af alkoholikere, som allerede er blevet unge og unge voksne, er det desværre for sent at gøre noget for. Vi må blot håbe, at de ikke selv i løbet af deres voksenliv udvikler et alkoholproblem.*

Der er flere store problemer ved ovenstående antagelser:

I forhold til punkt 1 er jeg meget enig i, at der kan og skal gøres meget mere for at opdage de børnefamilier, hvor en eller begge forældre har et alkoholmisbrug. Men det er dybt naivt at tro at man ved en forbedret indsats kan opdage og hjælpe mere end en lille procentdel i forhold til nu. For det første har mange et skjult overforbrug og misbrug af alkohol i mange år, før de på grund af fysiske og psykiske skadevirkninger kommer i kontakt med det etablerede sundhedssystem. For det andet er alkoholmisbrugere og deres familier vanvittigt gode til at skjule misbruget for andre - undtagen de mest socialt belastede familier. Og denne gruppe er trods alt en lille del af alle dem, der i dagens Danmark har et alkoholproblem. Der synes stadig at være en hel del kraft i de gamle fordomme om, at misbrugere er socialt hårdt belastede mennesker, der er kendte ansigter på socialkontorer, bistandskontorer, i lægeværelset, på hospitalerne m.m.

Det ville på mange måder være nemmere, hvis det var sandt. For så vidste vi hvem de var og hvor vi havde dem. Men det forholder sig desværre ikke sådan. Alkoholmisbrugeren trives også på arbejdspladsen, hvad enten det er i direktørværelset, lærerværelset på gymnasiet, på

byggepladserne osv. Og de trives også bag ligusterhækken i Søllerød såvel som Brøndby. De har også et barn, der hedder Søren, Jacob, Julie eller Sofie. Disse børn vokser op i to verdener. Den ene er derhjemme, hvor fortidsen, løggen, uforudsigeligheden, konflikterne og den manglende omsorg og opmærksomhed er virkelighed.

Den anden er i børnehaven, på skolen, i fritidshjemmet m.m. Her findes muligheden for fællesskab, samhørighed, venskab og kammeratskab, men ofte er børn af alkoholikere stækket, eftersom de bærer på den frygtelige hemmelighed hjemmefra. Med hemmeligheden følger skam og skyld og et krav om en uigennemtrængelig facade, der bærer ensomheden og isolationen i sig.

Så min konklusion er: mange af de børnefamilier, hvor alkoholmisbruget findes, vil forblive skjulte for systemet. Derfor må der, som jeg skal vende tilbage til, findes muligheder for hjælp for disse børn, når de bliver større og dermed får nye muligheder for at bryde isolationen. Samtidig er det også vigtigt at få sagt, at børnene stadig vil lide under alkoholproblemet i familien selv om de eventuelt vil blive fjernet fra den eller de alkoholiserede forældre. De vil stadig vokse op med oplevelsen af at deres far eller mor vælger alkoholen frem for dem. Nogle af konsekvenserne af de tab de lider vil ofte være lavt selvværd, fremmedgjorthed, angst og problemer med at knytte sig til andre i nære relationer.

I forhold til punkt 2 er det en skrøne at tro, at det ikke kan lade sig gøre at hjælpe børn af alkoholikere, når de når en alder hvor de forstår, hvor de kommer fra og at det kan lade sig gøre at få hjælp til de problemer de har.

Vi ser det hver dag i TUBA.

Vi ser unge der hidtil ikke har kunnet tage en uddannelse af sociale og personlige grunde. Gennem hårdt arbejde overvinder de deres vanskeligheder og påbegynder og fuldfører en uddannelse, som de er glad for.

Vi ser unge der har været følelsesmæssigt isolerede og ikke har kunnet have nære relationer og da især ikke en partner. I trygge og forstående rammer åbner de op for andre både i og udenfor TUBA og kan etablere sig i et kærligt og givende parforhold, som de altid har ønsket sig.

Vi ser unge der gennem længere tid har haft store problemer med selvhad, tomhedsfølelse og depressioner. Ved at arbejde med sig selv i en kærlig og rummende atmosfære hos en terapeut eller i en gruppe med andre unge lærer de at holde mere af sig selv og gøre brug af andres hjælp og empati.

I Helle Lindgaards bog (produkt af ph.d.) "Voksne børn fra familier med alkoholproblemer" konkluderes der blandt andet, at 33 % af børn i alkoholfamilier selv udvikler et alkoholproblem senere i livet.

Vi behøver ikke (og det er ikke anstændigt) at vente på at se hvilke af disse børn der selv bliver alkoholikere, så de kan få behandling for det problem. Vi kan og bør gøre noget for dem på et langt tidligere tidspunkt:

- Vi kan gøre dem opmærksomme på, at der ofte følger alvorlige problemer med at vokse op i en familie med alkoholproblemer, så de ikke føler sig mærkelige, fremmedgjorte og anderledes, når de oplever sig anderledes fungerende end andre.
- Vi kan give dem et sted som TUBA, som er deres egen rådgivning, hvor de dels kan opleve sig som en del af en større gruppe og dels kan arbejde med deres problemer hos fagligt kompetente og nærværende terapeuter, der kender til de typiske problemer der ofte følger med opvæksten i en alkoholisk familie.

Jeg har endnu ikke hørt overbevisende argumenter for, at vi ikke skal sørge for at alle børn af alkoholikere i Danmark skal have en mulighed for at få hjælp, når de opdager at de har brug den. Jeg har hørt nogen sige, at der ikke er penge og jeg har hørt nogen sige, at det er andres bord. Til pengene kan man sige: *Har vi råd til at sige nej?* og *Har vi moral til at sige nej?* Til det med hvis bord det er, kan man sige: *Det er et problem som vi må og skal løse!*

Så på vegne af de mange titusinder af børn af alkoholikere i Danmark siger jeg til socialministeren og andre politikere: *Giv os vores egne rådgivninger på linje med TUBA i alle regioner i Danmark, så vi har mulighed for at få hjælp – for vores skyld og for næste generations skyld!*