

# Glöm inte barnen!

**Barn till föräldrar med psykisk sjukdom riskerar att själva drabbas av psykisk ohälsa. Stödinsatser till familjen kan vara ett sätt att skydda barnen. Men fler skulle behöva hjälp. I dag når hjälpen bara ett av tre barn.**

Anhöriga till personer med psykisk ohälsa drar ett tungt lass och riskerar att själva må väldigt dåligt, det har vi skrivit en hel del om i *Nytt om OCD*. Framförallt har vi fokuserat på föräldrar till barn med OCD, som är en stor grupp bland förbundets medlemmar.

Men hur är det att vara barn till föräldrar med psykisk ohälsa? Hur drabbas de, och vilken hjälp får de? Detta har varit temat för Maria Afzelius forskning på Malmö högskola.

Maria Afzelius är socionom och leg. psykoterapeut inom familjeterapi, med lång erfarenhet av familjestödande arbete inom psykiatri. Med sin forskning om barn till föräldrar med psykisk ohälsa

hoppas hon bidra till att professionella inom såväl socialtjänsten som vuxenpsykiatri får mer kunskap om hur de ska stödja familjer.

*Är det extra känsligt att prata om barnen när det handlar om föräldrar med psykisk ohälsa?*

– Det som vi såg i min forskning var i alla fall att många behandlare inom vuxenpsykiatri var rädda att ta upp frågan om hur barnen har det. De tänkte att det skulle kunna stressa, oro, och skapa en rädsla hos patienten och på sikt äventyra den fortsatta behandlingen. Det känns säkrare att inte fråga, för att skydda relationen med föräldern, säger Maria Afzelius.

## Familjeintervention har effekt

Barn är beroende av sina föräldrar för att utvecklas. När en förälder drabbas av psykisk sjukdom kan det ibland vara svårt att tillgodose barnets emotionella och fysiska behov. Behoven och sårbarheten hos barnet kan påverkas av var i utvecklingsprocessen

barnet befinner sig. Intervjuer med äldre barn har visat att det är viktigt att barnet får tillgång till kunskap om förälderns sjukdom och stöd att hantera denna.

Maria Afzelius forskning visar att de sätt som familjer stötts på kan se olika ut. Det handlar inte om specifikt riktade insatser mot barnet utan mot hela familjen. För socialtjänstens del handlar det ofta om praktiskt stöd för att göra tillvaron lättare. Socialtjänsten kan även bistå i samverkan med andra viktiga aktörer i nätverket, såsom psykiatri, inte minst för att trycka på att helhetsperspektivet beaktas. Samtidigt har det framkommit att många socialsekreterare tycker att arbetet med föräldrar med psykisk ohälsa är svårt, och att de önskar sig bättre kunskap.

## Individperspektivet inom psykiatri kan hindra

Barns behov av information, råd och stöd när en förälder har en psykisk sjukdom är idag reglerat i hälso- och sjukvårdslagen. Men det kan se väldigt olika ut hur man inom regionernas psykiatriska verksamheter tar sig an frågan.

– Det har funnits en ambition här i Region Skåne att arbeta utifrån ett barnperspektiv inom vuxenpsykiatri, men det har varit svårt att driva igenom, berättar Maria Afzelius. Det är av tradition ett stort fokus på individen inom psykiatri, vilket gör att det kan kännas främmande att arbeta med övriga i familjen. Man vet helt enkelt inte riktigt hur man ska göra. Snarare blir det så att många överlåter till socialtjänsten att stötta familjen, säger hon.

## Önskan om hjälp är tydlig

Samtidigt som många behandlare inom psykiatri beskriver en rädsla för att oro



Maria Afzelius, socionom och leg. psykoterapeut inom familjeterapi.

sina patienter, påpekar Maria Afzelius att de föräldrar hon har intervjuat visat sig mycket positiva till hjälp.

– Trots att det är jobbigt och skuld känslorna är stora så vill man generellt sett väldigt gärna bli tillfrågad och få hjälp till hela familjen, det gäller nästan alla som vi har pratat med, säger hon.

### **Mindre oro bland barnen**

De familjer som fått hjälp är nöjda och upplever att de fått stöd att hantera föräldrarollen, vilket bidragit till färre konflikter i hemmet.

– Barnen känner samtidigt mindre oro och vågar tala mer öppet om hur föräldern mår. De har också lättare att umgås med kamrater, berättar Maria Afzelius.

*Har du något råd till föräldrar som inte vet vart de ska vända sig för att få stöd till sina barn och till familjen, utöver skolhälsovård och BUP?*

– Det kan skilja sig åt över landet. Men på vissa ställen finns barnombud på de psykiatriska mottagningarna som ska hjälpa till. Fråga din behandlare om vilken hjälp som finns att få på din mottagning. Du kan också vända dig till socialtjänsten för att höra vilka familjestödjande öppenvårdsinsatser som finns i kommunen, om du inte har någon vårdkontakt. Jag kan också tipsa om att "Nationellt kompetenscentrum för anhöriga" har ett webbforum (<http://www.anhoriga.se/>) där det finns väldigt mycket material som kan vara bra att ta del av och som kan ge vägledning, säger Maria Afzelius.

---

Text: Hannah Mälarborn och  
Malmö högskola

