

1 **Det er let at få hjælp, hvis far eller mor drikker**

2 Der er kommet mange behandlingstilbud til børn og unge, hvis
3 forældre drikker. Nu skal der fokus på dem.

4 DR.DK 11.jan 2018
5

6 Der var ikke ret mange, der vidste, at Simones far drak. Hun sørgede omhyggeligt for at
7 rydde op i hans flasker, når hun var på besøg hos ham.

8 Og hun vænnede sig efterhånden til, at han i lange perioder ikke kontaktede hende, når
9 han havde fået det dårligt igen. Og hun vænnede sig til den store ansvarsfølelse, hun
10 følte, og ensomheden hun altid bar på.

11 Først i 10. klasse fortalte hun en efterskole-lærer om sin fars druk, selvom hun egentlig
12 følte, at hun levede ok med det. Men i 3.g blev hun væltet omkuld af en depression.

13 Hun fik antidepressiv medicin og begyndte allerede dengang at tale med en psykolog.

14 - Først efter jeg startede hos psykologen fandt jeg ud af, hvordan jeg havde det. At det
15 ikke er normalt og ødelægger mere, end man tror, forklarer Simone.

16 **Fik hjælp med det samme**

17 Efterfølgende døde hendes far af sit alkoholmisbrug, og for et år siden ramlede det igen
18 for hende. Denne gang var det sværere at få hjælp - der var halvandet års ventetid, og det
19 kunne hun ikke vente på.

20 Men takket være et nyt tilbud i hendes kommune kom hun i individuel terapi ugen efter,
21 hun tog kontakt. Og den hurtige behandling har hjulpet, fortæller Simone.

22 - Det betød nærmest alt. Jeg var ikke i stand til at håndtere min hverdag, så det at få et
23 sted, hvor jeg kunne komme af med mine tanker, det har betydet alt.

24 **Hjælp mange steder**

25 Simone er langt fra alene. Sundhedsstyrelsen anslår, at op mod 122.000 børn og unge
26 under 18 år har en far eller mor, der drikker for meget. Men den gode nyhed er, at der er
27 masser af hjælp at hente.

28 Ved satspuljeforliget i 2015 blev der afsat 264 millioner til rådgivning og behandlingstilbud
29 til børn og unge, der er vokset op i familier med alkohol- eller stofmisbrug. Og de penge er

1 nu blevet omsat til en række gratis, målrettede behandlingstilbud til børn og unge op til 25
2 år.

3 Blandt andet projekt BRUS, der tilbyder behandling i Midtjylland.

4 - Vi findes i 11 kommuner i Midtjylland, og vi har ikke venteliste noget sted. Man kan
5 komme til ret hurtigt. Man kommer til en forsamtale, og så kan man typisk starte indenfor
6 ret kort tid herefter, forklarer projektleder Runa Bjørn.

7

8 **Fylder stadig**

9 For Simone har individuel terapi og efterfølgende gruppesamtaler med andre i en lignende
10 situation, gjort en kæmpe forskel, selvom hun fortsat er mærket af savnet efter sin far, der
11 døde for to år siden.

12 - Det fylder stadig en del i mit liv, men jeg er blevet bedre til at kunne mærke det. Og jeg er
13 blevet bedre til at håndtere det. Jeg har ikke længere reaktioner, jeg ikke forstår – nu kan
14 jeg godt sætte nogle ord på, hvad det er, der sker, forklarer hun.

15

16

17 **FAKTA**

18 • Det kan have store konsekvenser for børn at vokse op med forældre, der har et
19 misbrug:

20 • I følge Alkohol og Samfund har børn fra misbrugsfamilier større risiko for psykisk
21 sygdom end andre og dobbelt så stor risiko for at begå selvmord.

22 • De har også større risiko for selv at havne i et misbrug, ligesom de kan have svært ved
23 at gennemføre en uddannelse.

24

25 **På hjemmesiden hope.dk/ung kan man få en oversigt over, hvor man kan få hjælp,
26 alt efter hvor man bor i landet.**

27

28

29

30

31

32

1 **Snak med de andre i gruppen:**

2

3 Prøv at snakke om, hvordan alkoholmisbrug helt konkret kan påvirke andre i familien.

4

5 Synes I, det er i orden, at der bruges offentlige penge på at hjælpe børn af misbrugere? Begrund.