



# Mamma mår dåligt. Ser du mig?

När föräldrar brottas med svårigheter påverkas barnen. Det får konsekvenser för hur barnen har det, både nu och i framtiden. Genom stöd till både barn och föräldrar kan man förebygga att svårigheterna förs vidare mellan generationer.

Svenska studier visar att nästan åtta procent av barnen under uppväxten har haft en förälder med så pass allvarligt beroende eller psykisk ohälsa att det har krävt sjukhusvård. När även öppenvård och missbruksrelaterade domar räknas in handlar det om 17 procent av barnen. Att växa upp med sådana förutsättningar kan få allvarliga konsekvenser.

## Flera risker för barn som är anhöriga

Barn till föräldrar med skadligt bruk, missbruk, beroende eller psykisk ohälsa har i högre grad svårigheter i skolan och är mindre benägna att fortsätta till högre utbildning. Det kan också påverka barnens psykiska hälsa och öka risken att behöva psykiatrisk vård för egen del senare i livet. Dessutom riskerar de i större utsträckning att själva utveckla ett beroende.

Föräldrars allvarliga sjukdom kan också leda till sämre skolprestationer hos barnen och öka risken för missbruk och kriminalitet i vuxen ålder. När en förälder avlider under barnets uppväxt, ökar även risken för psykisk ohälsa senare i livet.



### Utbildning

Jämfört med andra barn har mer än dubbelt så många barn till föräldrar med skadligt bruk eller beroende ofullständiga betyg i grundskolan.

### Utveckla eget beroende

Om en förälder vårdas för beroende är det fyra till sju gånger fler unga som själva utvecklar ett beroende.

### Dödlighet

Bland unga vuxna vars föräldrar har problem med skadligt bruk, missbruk eller beroende är risken att dö före 30 års ålder nästan tre gånger högre.

### Försörjningsstöd

Det är fyra gånger vanligare hos barn till föräldrar med skadligt bruk, missbruk eller beroende att familjen har försörjningsstöd.

### Psykisk ohälsa

Två till tre gånger fler unga vuxna som haft en förälder som sjukhusvårdats för psykisk ohälsa, har själva behövt specialistvård inom psykiatri.

### Självmodsförsök

Sjukhusvårdade försök till suicid är trefaldigt högre bland unga med föräldrar som vårdats för psykisk ohälsa.

## Lagen ger starkt stöd för barn

Socialtjänstlagen ger kommunerna ett stort ansvar att skydda barn och se till att de får stöd för att växa upp under trygga förhållanden. Det är även kommunens ansvar att hjälpa barn och vuxna i svåra situationer samt att ge stöd till dem som vårdar sina nära. Lagstiftningen är också tydlig med att föräldrar har ansvaret för sina barn tills de är 18 år – inte det omvända att barn förväntas ta hand om sina föräldrar. I stället ska samhället ge stöd, och om någon misstänker att ett barn far illa måste myndigheter och professionella anmäla det till socialtjänsten.

För hälso- och sjukvården finns en bestämmelse att vårdpersonal ska ta särskild hänsyn till barn som anhöriga, när en förälder eller någon annan vuxen i hushållet vårdas för skadligt bruk, missbruk eller beroende, psykisk ohälsa, allvarlig sjukdom, funktionsnedsättning, våld eller oväntat avlider. Vårdpersonal som möter vuxna patienter måste ta ansvar för att uppmärksamma patienternas barn och ge dem information, råd och stöd vid behov.

Finns det barn  
i din närhet?

Hur påverkas  
de av det som  
händer?

## Rätt stöd kan förebygga att problem förs vidare

När en förälder eller närstående drabbas av allvarliga svårigheter påverkas hela familjen. Att ge rätt stöd är avgörande för att förebygga negativa konsekvenser. Trygga relationer, att uppmärksamma barnen och stöd till föräldrarna är grundläggande för familjens välmående.

- Stöd måste inriktas på familjens, föräldrarnas och barnens behov för att stärka skyddsfaktorer.
- Prata med barnen, informera dem, svara på deras frågor och ge dem möjlighet att uttrycka sina känslor
- Se till att barnen har stöd i skolan, kamratrelationer och fritidsintressen.
- Rutiner och praktiskt stöd är viktigt för en fungerande vardag och kan behövas för att avlasta barn och unga.
- Goda relationer och trygg uppväxtmiljö kan motverka genetisk sårbarhet för missbruk och psykisk ohälsa.
- Ett anpassat stöd här och nu kan förhindra att problemen förs vidare till nästa generation.

## En vinst för alla

En analys visar att samhällets kostnader kan minska med 35 miljarder per år om barn från familjer där det finns skadligt bruk, missbruk, beroende eller psykisk ohälsa inte själva utvecklar dessa problem som vuxna.

[anhoriga.se/barnsomanhoriga](https://anhoriga.se/barnsomanhoriga)  
[socialstyrelsen.se/serdumig](https://socialstyrelsen.se/serdumig)