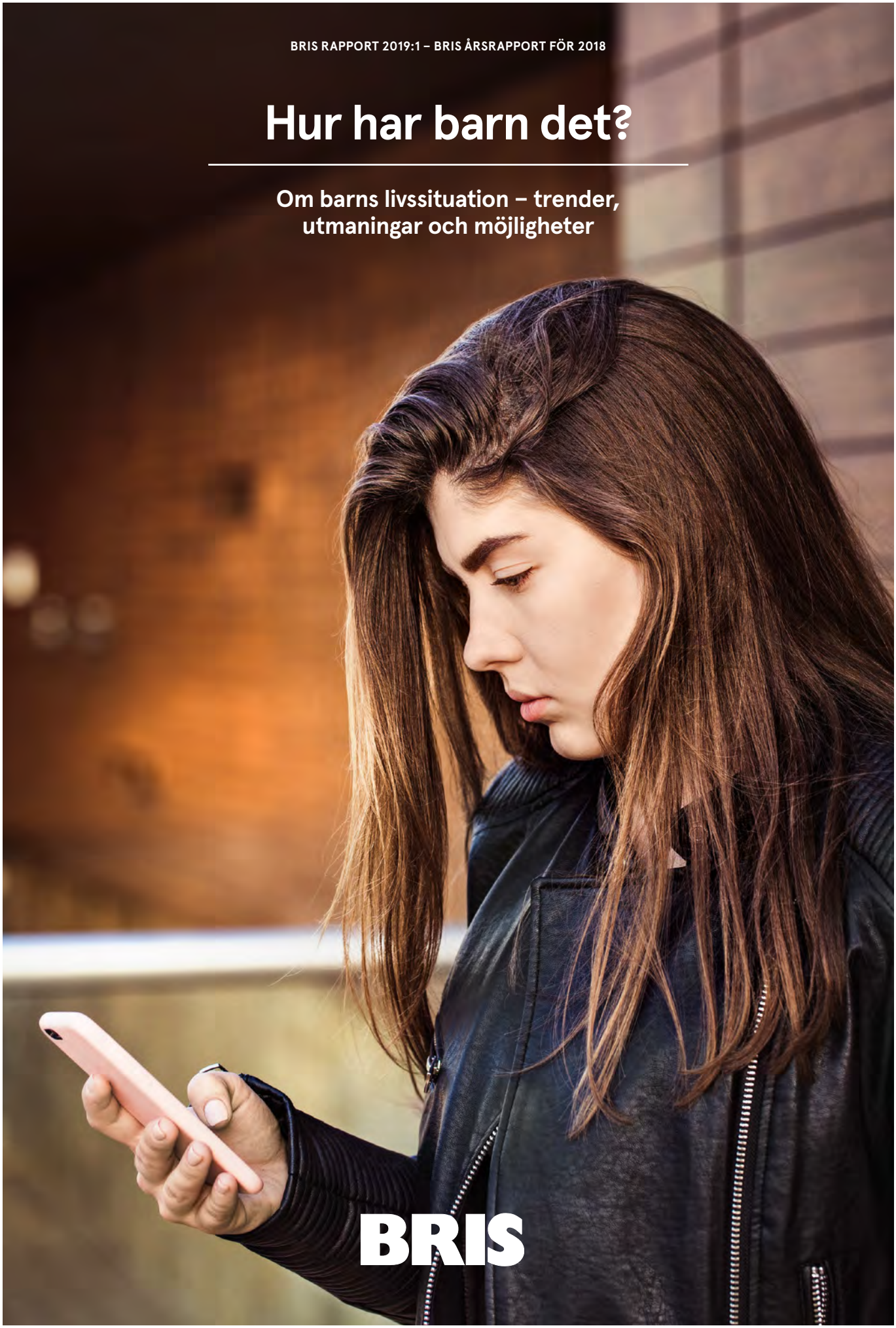
BRIS RAPPORT 2019:1 – BRIS ÅRSRAPPORT FÖR 2018

Hur har barn det?

Om barns livssituation – trender, utmaningar och möjligheter



BRIS

Redaktör: Anna Holmqvist, Bris

Skribenter: Sven Bremberg, barn- och ungdomsläkare och docent i social-medicin vid Karolinska Institutet, Magnus Jägerskog, generalsekreterare Bris, Lisa Mannby, socionom, data- och analysansvarig Bris.

Formgivning: Kajsen Burell, Printempo

Omslagsfoto: Shutterstock

Tryck: BrandFactory

Citaten i rapporten är exempel på vad barn berättar för Bris. Alla exempel är baserade på autentiskt material som valts ut i syfte att synliggöra vanligt förekommande teman i barns samtal med Bris. Längre citat består av sammansatt material från samtal med flera olika barn. Vid behov har ändringar gjorts för att inget barn ska kunna kännas igen av andra. Barn kan vara helt trygga med att de är anonyma hos Bris.

Exempel hämtade från Bris forum eller Bris livechattar återges i sin helhet eftersom de är en del av Bris publika stöd och har genomgått moderering för att garantera barnets anonymitet inför publicering på bris.se.

Innehåll

Förord 2
Sammanfattning 3
Inledning 8
Psykisk ohälsa 11
Familj och familjekonflikter 17
Våld, övergrepp och kränkningar 21
Skolan 33
Vänner 37
Att vara ung 43
Samhällets stödinstanser 47
Kärlek 53
Stress 57
Vuxnas svårigheter 61
Bris verksamhet 66
Bris och Agenda 2030 68
Definitioner kontaktinnehåll 69
Källor 71



Foto: Dawid Zawiła / Unsplash

Förord



Foto: Fredrik Hjerling

Hur har barn det?

Det är en av de frågor jag i princip alltid får när jag är ute och träffar föräldrar, olika yrkesprofessioner och politiker. Utifrån de tusentals samtal vi har med barn är frågan befogad. Sedan 1980 när Bris stödtelefon för barn öppnade har vi lyssnat, och utifrån vad barnen berättat, arbetat för att förändra samhället till det bättre för barn. När vi samtalar med barn betonar de ofta att vi ska ”lyssna noga”. Vuxna har lätt att, utifrån sina egna förställningar om hur det ligger till, tappa det mest självklara för att kunna förstå en annan människa, att lyssna.

Bris kontinuerliga lyssnande på barn ger oss förutsättningar att kunna hjälpa det enskilda barnet till förändring, men det ger oss även möjlighet att utifrån de många samtalen kunna förstå barns situation på en samhällsnivå. Förändringar i barns livssituation eller frågor som barn funderar kring, märks direkt i förändrade samtal till Bris. Det gör att vi har en möjlighet att tidigt kunna se, följa trender och analysera barns situation.

De allra flesta barn har det bra och i många avseenden är Sverige ett bra land för barn, vilket framkommer i många olika undersökningar och i våra samtal med barn. Men även om mycket är bra finns det många områden där samhället brister och de som då drabbas av enskilda vuxnas och politikers misslyckanden, är barnen.

”Även om mycket är bra finns det många områden där samhället brister och de som då drabbas av enskilda vuxnas och politikers misslyckanden, är barnen.”

I den här rapporten ger vi, med utgångspunkt i vad barn söker stöd kring samt forskning, en bild av barns situation idag. Den inrymmer alltifrån ämnen som; att vara ung, mobbning, kärlek, sexuella övergrepp och psykisk ohälsa. Ambitionen med rapporten är dels att öka förståelsen för barns situation, men det stannar inte där. Den är ett verktyg för förändring, fylld av råd och konkreta förslag för ett bättre samhälle för barn.

Den 1 januari år 2020 är barnkonventionen lag i Sverige. Det förpliktigar. Nu har samhället möjlighet att mobilisera innan lagen träder i kraft. För rättigheter handlar inte om ord på papper. Det innebär förändring i verkligheten. I den här rapporten ger vi svar på frågan ”Hur har barn det?”. När lagen trätt i kraft kommer vi knacka på dörrarna hos beslutsfattare och fråga: Vad har ni gjort för att förändra barns livssituation? ◆

Magnus Jägerskog, generalsekreterare Bris

Samman-
fattning

Barns situation och samhällets ansvar

Denna rapport bygger på 77 500 kontakter från barn och unga till Bris under de senaste tre åren, samt aktuell forskning. Den är ett vittnesmål om barns livssituation, om hur det är att vara barn i Sverige idag.

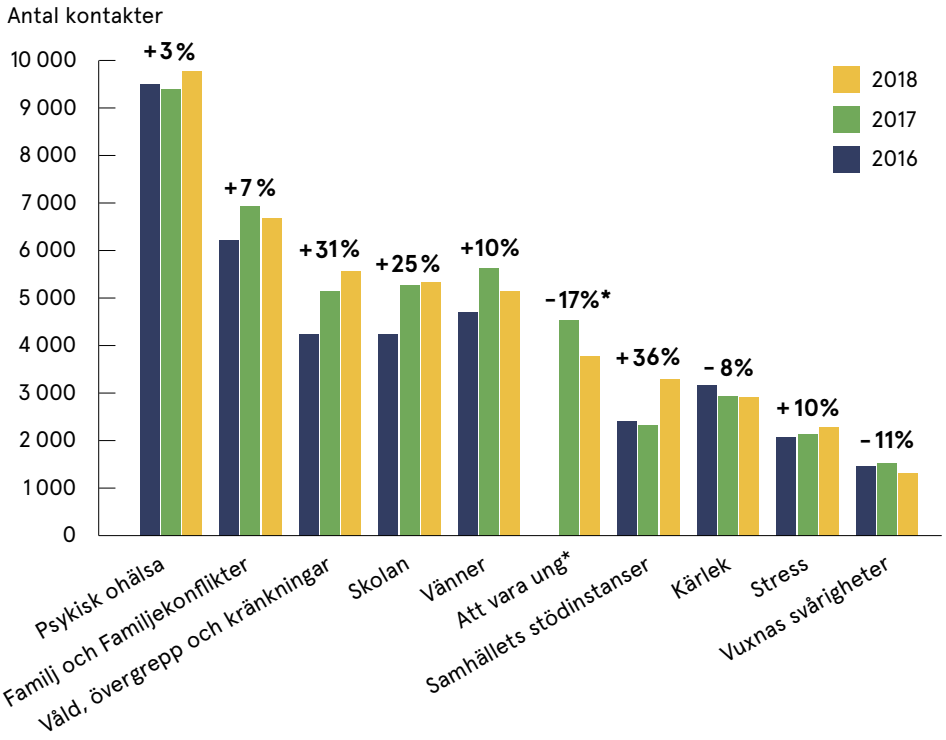
Syftet med Bris årsrapporter är att belysa det som barn berättar för Bris, koppla det till aktuell forskning, och särskilt lyfta problematik eller ämnen som är ofta förekommande och som samhället behöver fokusera på för att tillgodose barnets rättigheter.

Grunden för rapporten är de tre senaste årens (2016–2018) dokumentation av barns samtal till Bris stödverksamhet via chatt, mejl och telefon, drygt 77 500 kontakter. Under åren 2016–2018 har samtalen till Bris ökat med 8 procent. Det vanligaste ämnet har genomgående varit psykisk ohälsa, men många samtal handlar också om våld, övergrepp och kränkningar, och om barnets vardag i familjen och skolan. Under 2018 hade Bris totalt 26 745 kurativa kontakter där barn sökte stöd i mejl, chatt och telefon. Rapporten är uppbyggd utifrån de 10 vanligaste ämnena när barn kontaktar Bris. Här ges en sammanfattande bild av dessa 10 områden.

RAPPORTEN VISAR EN OROANDE UTVECKLING:

- Ökade vittnesmål om våld
- Barns utsatthet i vardagen ökar
- Den psykiska ohälsan är utbredd, allvarsgraden i samtalen ökar
- Tilltagande brister i samhällets stöd

➜ De 10 vanligaste kontaktområdena och utveckling 2016–2018



** Kontaktområdet Att vara ung omdefinierades år 2017 varför en jämförelse endast görs mellan 2017 och 2018.*

Sammanfattning

1. PSYKISK OHÄLSA

Psykisk ohälsa har länge varit det vanligaste ämnet när ett barn kontaktar Bris och trenden är tydlig, allvarsgraden i samtalen ökar. Under åren 2016–2018 har Bris haft över 28 000 kontakter med barn och unga som sökt stöd på grund av psykisk ohälsa. Det är samtal om ångest som förlamar och skrämmer, om att vilja skada sig själv eller att inte längre orka leva. De senaste tre åren har samtal om självmordstankar ökat med 66 procent, självdestruktivitet med 64 procent och ätstörningar med 47 procent. Att den psykiska ohälsan är utbredd syns även i forskningen, som även visar att Sverige utmärker sig i negativ bemärkelse i jämförelse med andra länder.

En röd tråd i samtalen är svårigheten att få hjälp. Barn berättar om att de lämnas ensamma med sitt mående, att samhällets stöd inte är tillgängligt. Bris kontakter med barn visar hur barn kämpar för att bli lyssnade på, tagna på allvar och få rätt stöd.

Samhället behöver bli bättre på att främja en god psykisk hälsa för barn där skolans roll är central (se vidare under rubriken Skolan). Det krävs vidare stärkta tidiga insatser till barn i särskilt utsatta situationer och ett mer lättillgängligt och välfungerande stöd för familjer som behöver det. Det behövs akuta insatser för barn som mår dåligt här och nu, och som i dagsläget berättar om att bollas runt mellan aktörer eller fastna i vårdköer. Dessutom, på lång sikt, behövs en reformerad vårdkedja för barn och unga med psykisk ohälsa, en vårdkedja som håller samman och möter behovet av vård på alla nivåer.

Under de senaste åren har Bris sett en tydligare insikt hos politiker och beslutsfattare i frågor om psykisk ohälsa generellt, samt kopplingen mellan skolan och den psykiska ohälsan. Den insikten måste nu skyndsamt leda till politiska reformer.

2. FAMILJ OCH FAMILJEKONFLIKTER

Barn som söker stöd kring familjen och konflikter i familjen har alltid varit vanliga hos Bris, och ligger på en jämn nivå under åren 2016–2018. Forskningen är samstämmig i hur viktig fungerande familjerelationer är för barn och att familj och familjekonflikter är den näst vanligaste kontaktorsaken som barn har till Bris visar detsamma.

Barn söker stöd för konflikter som eskalerar eller relationer i förändring, och lägger ofta skulden på sig själva. Många saknar en vuxen att prata med, och särskilt i tonårstiden när barn frigör sig från vuxna tycker många att det blir svårt att prata med föräldrar om konflikter i familjen.

Barnkonventionen uttrycker tydligt hur viktiga föräldrar eller andra vårdnadshavare är för barns möjlighet att utvecklas och få sina rättigheter tillgodosedda. Ett stort antal studier visar att det är möjligt att förebygga konflikter mellan föräldrarna. Andra undersökningar visar att olika metoder förbättrar samspelet mellan föräldrar och barn. Det är angeläget att fler kommuner och frivilliga organisationer erbjuder sådana verksamheter för föräldrar.

3. VÅLD, ÖVERGREPP OCH KRÄNKNINGAR

Under åren 2016–2018 har barn som söker Bris stöd på grund av våld ökat med 31 procent. Bris ser stora ökningar i kontakter om mobbning, sexuella övergrepp, psykiskt våld och fysiskt våld. Barns dagliga vittnesmål till Bris beskriver allt ifrån luggningar, nypningar, hån och trakasserier, till sexuella övergrepp och misshandel.

I kontakter om fysiskt och psykiskt våld är det allra vanligaste att förövaren är en vuxen i barnets närhet. Undersökningar visar också att fysiskt våld unga emellan inte tycks minska i Sverige. Skillnaderna mellan Västeuropa och Sverige är betydande med 40 procents lägre dödlighet på grund av våld i Västeuropa jämfört med Sverige. Även när det gäller våld mellan personer som inte lett till död är nivåerna i Sverige högre än i Västeuropa som helhet. Det är angeläget att analysera varför utvecklingen av våld i Sverige varit ogynnsammare än i Västeuropa som helhet. En sådan analys kan ligga till grund för konkreta åtgärder.

Samtalen till Bris om sexuella övergrepp har ökat med 43 procent under åren 2016–2018, framför allt från tjejer. Ökningen av samtal började i samband med Metoo och har sedan dess legat kvar på en högre nivå. Många gånger är det första gången barnet berättar om övergreppet och en vanlig fråga är var gränsen för övergrepp går.

Bris ser också en stor och oroande ökning av att barn söker stöd kring mobbning, 48 procent fler kontakter om detta mellan åren 2016–2018. I Folkhälsomyndighetens undersökning Skolbarns hälsovanor från 2017/2018, framkommer även en ökning av mobbning. En tydlig slutsats i Bris rapport är att barns utsatthet i skolan har ökat och många barn upplever att vuxna inte ser, lyssnar eller förmår stötta.

Bris vill se en nationell handlingsplan för arbetet med att förebygga och förhindra våld mot barn. Skärpt lagstiftning är en viktig del för att nå det målet, men det behövs också mer kunskap, ett bättre förebyggande arbete, mer barnanpassade rättsliga processer och att varje barn som utsätts för våld får det stöd och skydd hen har rätt till.

Arbetet med att göra barnkonventionen till lag måste leda till en mer barnvänlig rättsprocess, med lagkrav på att barn alltid ska höras i processer som gäller dem själva, och där alla aktörer ska ha kunskap om barn. Bris vill också se gemensamma nationella riktlinjer för Barnahus, så att barn i hela landet får likvärdigt stöd.



Foto: Shutterstock

Varje dag söker barn stöd hos Bris via mejl, chatt och telefon.

4. SKOLAN

Skolan är en arena där barn lever en stor del av sina liv och som påverkar dem på många sätt. Mellan åren 2016–2018 har andelen barn som söker stöd i frågor om skolan ökat med 25 procent. Barns oro kring skolan tilltar, och många barn tampas med stress och prestationskrav kopplade till skolan även under loven, vilket är nytt och visar att barn har svårt att släppa stressen. Det handlar både om pressen att lyckas, men också om att vara utsatt och otrygg i skolan – samtalen om mobbning har ökat kraftigt till Bris vilket beskrivs vidare under avsnittet om våld. Den ökade skolstressen syns även i Folkhälsomyndighetens undersökning Skolbarns hälsovanor där det också framgår att färre elever trivs i skolan.

Skolan är central för barnets hälsa och välmående. Goda skolprestationer minskar också risken för framtida psykisk ohälsa. Fler barn behöver avsluta grundskolan med goda kunskaper och färdigheter och fler behöver avsluta gymnasiet med en examen. Alla barn ska kunna avsluta grundskolan utan att bli underkända. Det behövs en översyn av vad som påverkar skolstressen och hur den kan minska bland barn och unga.

Sedan 1990-talet har skolan i uppdrag enligt skollagen att arbeta med systematisk kvalitetsförbättring, men upprepade kartläggningar visar att det alltför ofta inte sker. Bris vill se att kommuner och huvudmän ålägger skolor att genomföra återkommande undersökningar av elevernas upplevelse av skolmiljön, liknande de som Skolverket gör på nationell nivå. Resultaten av undersökningarna bör delas med både elever och vårdnadshavare, och elever bör göras delaktiga i förbättringsarbetet.

5. VÄNNER

Att barn behöver stöd i sina jämnåriga relationer märks av att samtalen till Bris konstant legat på en hög nivå under 2016–2018. Ungefär 20 procent av barns samtal till Bris handlar om vänner i någon utsträckning. Det handlar både om vänskap och om ensamhet, och om vänskapsmönster i förändring i takt med digitaliseringen där nätet idag är den vanligaste formen att umgås på.

Idag finns inte någon självklar stödinstans dit barn som vill söka sig utanför sitt eget nätverk kan vända sig med frågor kopplat till vänskap och kärlek. Vuxna i barnets närhet kan bidra med viktigt stöd i vardagen, men alltför ofta glöms barnets behov av stöd kring vänskapsrelationer bort även om barnet får stöd kring sin livssituation. Det kan exempelvis handla om möjligheten för barn att delta i fritidsaktiviteter och upprätthålla vänskapsrelationer även när livet är svårt.

Foto: Shutterstock



Samtalen till Bris visar på ett stort behov av tidigt stöd kopplat till identitetsfrågor.

6. ATT VARA UNG

Frågor om att vara ung och om tonårsutveckling är alltid ett stort kontaktområde. 14 procent av kontakterna till Bris 2018 var barn som sökte stöd kring frågor som ”Hur vet jag att jag har hittat mig själv?” ”Vem kan jag prata med om livets mening?” I kategorin ”Att vara ung” samlas frågor och tankar som människor kämpar med hela livet, men som många möter för första gången i tonåren. Det som för vuxna tydligt framstår som vanlig tonårsutveckling eller vanliga tankar om livet som även vuxna brottas med, kan vara skrämmande och smärtsamt för barn som möter det för första gången. Barn beskriver att de har svårt att hitta en samtalspartner att lyfta dessa funderingar med, och Bris samtal på temat blir ett viktigt förebyggande arbete där barn får sätta ord på sina känslor och hjälp att utveckla strategier att möta dem.

Allt som ett barn möter för första gången kan väcka känslor, funderingar och många gånger självtvivel. Samtalen till Bris visar på ett stort behov hos barn och unga att få tidigt stöd kopplat till identitetsfrågor, puberteten, självförtroende och existentiella frågor och att de saknar arenor att samtala om dessa frågor. Det behövs insatser på flera nivåer för att möta detta behov – både stärkt föräldrastöd, och forum i skolan där barn och vuxna kan diskutera dessa frågor.

7. SAMHÄLLETS STÖDINSTANSER

När barn söker stöd hos Bris om samhällets stödinsatser handlar det nästintill uteslutande om brister i dessa stödfunktioner. Vanligast är kontakter om socialtjänsten, elevhälsan och BUP där även ökningarna av samtal varit stora. Mellan åren 2016–2018 har samtalen om socialtjänsten ökat med 23 procent, om barn- och ungdomspsykiatrin med 38 procent och om elevhälsan med 89 procent. Den största ökningen skedde mellan 2017 och 2018.

Barns samtal till Bris handlar både om att det är svårt att få tillgång till det stöd och den hjälp barnet behöver, att barnet har en pågående stödkontakt men upplever att den inte fungerar, och att barnet undrar vad som skulle hända om hen försökte söka stöd professionellt stöd. Det är tydligt att tillgången till stöd skiljer sig åt markant beroende på var i landet barnet bor, och att barn har olika kunskap om vilket stöd som finns att söka.

Generellt beskriver barn en otillgänglig vård. När det handlar om elevhälsan är det ofta skolkuratorer som är fullbokade och kanske bara på plats på begränsade tider, och framför allt bristen på kontinuitet. Barn beskriver att inget händer efter det första mötet, eller att stödet upphör vid lov och även vid årskursbyten. När barn söker stöd kopplat till BUP handlar det väldigt

ofta om höga trösklar och svårighet att få stöd, att i stället hänvisas till elevhälsa eller socialtjänst men inte få rätt stöd där.

Att samhället inte förmår ge barn rätt stöd i tid är en form av kränkning mot barnets rättigheter. Att stödet inte är likvärdigt i landet är även det allvarligt. Samhällets stöd behöver vara lättillgängligt, likvärdigt och sammanhållet så att inga barn faller mellan stolarna, vilket är fallet idag.

Bris ser att barns och ungas ställning inom den sociala barn- och ungdomsvården måste stärkas. Barns rättigheter bör genomsyra utredningsprocessen, från förhandsbedömning till kommunikation av beslut.

De insatser som socialtjänsten beslutar om ska vara evidensbaserade, anpassade efter barnets behov av stöd, hjälp och skydd, och vara tillgängliga och likvärdiga i hela landet. Möjligheten att göra socialtjänsten mer flexibel, med större möjligheter till insatser utan utredningar, och ökade möjligheter för barn att själva få stöd utan föräldrars insats, bör ses över.

8. KÄRLEK

Funderingar kring kärlek och relationer är en stor del av varje människas liv. Under åren 2016–2018 har Bris haft ungefär 3 000 kontakter varje år med barn som söker stöd i frågor om kärlek. Kärlek är ett privat ämne, och ofta är kuratorn på Bris den enda vuxna som får ta del av barnets funderingar.

Samtal om kärlek är vanligare bland äldre barn, och handlar ofta om ”förstagångssituationer” där barnet vill resonera tillsammans med en vuxen. Sällan handlar dock barns frågor om sex och preventivmedel, utan samtalen handlar om första gången en ska bli ihop, göra slut, första bråket, eller att berätta för föräldrar om den första kärleksrelationen.

Fokus i det stöd samhället idag erbjuder kopplat till barns kärleksrelationer ligger ofta på prevention, biologi och upplysning, medan det barn efterfrågor är individuellt stöd kring relationer och situationer. Här ser Bris att det finns behov av att skapa forum och trygga rum där barn och unga kan dela erfarenheter och få stöd från vuxna, särskilt med tanke på hur stor roll kärleksrelationer spelar i människors liv och hur illa människor kan fara om det handlar om destruktiva kärleksrelationer.

9. STRESS

Under de senaste tre åren märks tydligt att stress är vanligt förekommande bland barn och unga. Totalt har Bris haft över 2 000 kontakter varje år med barn som berättar om en hög stressnivå och avsaknad av strategier att hantera stressen. Det kan handla om studieteknik, att ta hjälp av vuxna kring en uppgift, men också om mer generella strategier att lugna sig själv.

Flera studier har påvisat att stressnivån hos barn och unga i dag är oroande och behöver utredas. I samtalen till Bris finns ofta en koppling till skolan, men även till sociala krav och pressen att prestera och vara lyckad, att ständigt jämföra sig med andra. Barn upplever en ökad konkurrens och hög press på att de ska prestera på livets alla arenor på samma gång. Den ökande konkurrensen tar sig också uttryck i en ökande oro för framtiden.

Det är uppenbart att vuxna behöver stötta och vägleda barn, och rusta dem att hitta sätt att hantera stressen, men även bekräfta när barn klarar av utmaningar för att kunna återkoppla kring vad som faktiskt gick bra. Gränsen där stress övergår till psykisk ohälsa kan många gånger vara smal, vilket tydligt framkommer i barnens samtal. Att sänka barns stressnivå är angeläget, där skolan är viktig, men frågan är vidare än så. Det behöver utredas hur dagens samhälle påverkar barns mående.

10. VUXNAS SVÅRIGHETER

Antalet barn som söker stöd på grund av vuxnas svårigheter har varit jämnt fördelat under åren 2016–2018. Oftast handlar det om vuxnas missbruk eller vuxnas psykiska ohälsa. Det är tydligt att barn påverkas när vuxnas svårigheter gör att de brister i omsorg. Det finns också stor skam hos barn och stora hinder för barn att söka hjälp när föräldrars förmåga brister. Bristande stöd i den egna familjen försvårar många gånger barns möjligheter att få professionellt stöd, då det ofta krävs aktiva föräldrar för att få till stånd en fungerande kontakt med någon av samhällets stödinstanser. Detta är problematiskt då barn som inte får tillräckligt stöd hemma befinner sig i en särskilt utsatt situation och har rätt till, och behov av, samhällets stöd.

Det är uppenbart att kunskapsnivån om orosanmälningar bör höjas. Det gäller alla vuxna, både professionella som omfattas av anmälningsplikt, och privatpersoner som bör anmäla eventuell oro för att ett barn far illa. Dessutom bör det förebyggande arbetet riktat till barn som lever i särskilt utsatta situationer, med vuxna som riskerar att brista i omsorg, stärkas. ◆

Inledning

En temperaturmätare på barns livssituation

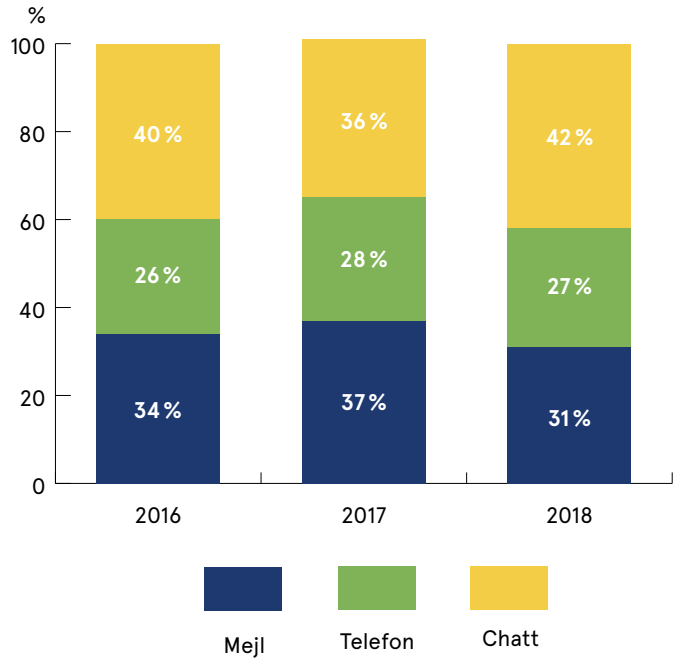
Bris årsrapporter tas fram för att göra barns röster hörda, belysa deras livssituation och ge förslag för förbättring. Antalet kurativa kontakter har ökat med 8 procent under de 3 senaste åren.

➜ Antal kontakter

	2016	2017	2018	Totalt
Kurativa kontakter	26 996	28 415	29 072	84 483
Barnkontakter	24 690	26 113	26 746	77 549
Vuxenkontakter	2 306	2 302	2 326	6 934

Kontakterna till Bris har ökat under åren 2016–2018.

➜ Kanalfördelning barnkontakter



Sett till de tre senaste åren så är chatt den vanligaste kontaktvägen när ett barn kontaktar Bris.

Varje dag kontaktar barn Bris om utsatthet, ångest, våld och kränkningar, om vänskapsrelationer, vardagen hemma och i skolan och om hur samhällets stöd fungerar eller fallerar. En viktig del i Bris arbete för ett bättre samhälle för barn är att påverka genom att göra barns röster hörda. Sedan 1971 har Bris arbetat för att stärka barns rättigheter och det finns en stor kunskap om barns livssituation som uppdateras varje dag genom barns kontakter med Bris.

BARNKONVENTIONEN SOM GRUND

Bris arbete bedrivs utifrån den barnsyn som finns i barnkonventionen. Den innebär att varje barn erkänns, respekteras och skyddas som rättighetsbärare. Varje barn har en individuell personlighet, egna behov, intressen och en personlig integritet. Bris bemöter barnet som kompetent och kapabelt. I alla frågor som rör barnet är det barnets rättighet att bli hörd och få sin åsikt respekterad och beaktad. Det är dock aldrig barnets ansvar att ensam lösa de svårigheter hen står inför eller möjliggöra att rättigheter tillgodoses. Detta ansvarar vuxna i barnets närhet för, varför Bris vid behov bistår barnet att få tillgång till en vuxen som ser, förstår och agerar för barnets bästa.

OM RAPPORTEN

Syftet med Bris årsrapporter är att belysa det som barn berättar för Bris, koppla det till aktuellt forskning, och särskilt lyfta problematik eller ämnen som är ofta förekommande och som samhället behöver fokusera på för att tillgodose barnets rättigheter.

Grunden för denna rapport är de tre senaste årens dokumentation av barns samtal till Bris stödverksamhet via chatt, mejl och telefon, drygt 77 500 kontakter. Till detta hämtas även kunskap från forskning, Bris kvalitativa dokumentation av mejl och chattar från barn, samt Bris gruppstöd till barn i särskilt utsatta situationer. Fokus ligger på de 10 vanligaste ämnena när ett barn kontaktar Bris för stöd via chatt,



Foto: Shutterstock

Till grund för Bris årsrapport 2018 ligger de tre senaste årens dokumentation av barns samtal till Bris.

mejl och telefon. I varje kapitel finns slutsatser och rekommendationer för hur Sverige kan bli ett bättre samhälle för barn. De kapitel som handlar om samlingskategorier, där flera underkategorier omfattas, är längre och mer omfattande. Beroende på vilket ämna kapitlet avhandlar ser också rekommendationer och åtgärdsförslag olika ut, och befinner sig på olika nivåer.

Bris dokumenterar alla kurativa kontakter utifrån vilket hjälpbehov barnet uttrycker. Barn söker stöd av många olika skäl. Bris stödverksamhet är därför mycket bred, och kontaktinnehållet för alla kurativa samtal definieras utifrån 54 valbara kategorier. De flesta samtalen berör flera ämnesområden, i snitt 2,5 kategorier per kontakt.

Det allra vanligaste är att barn söker stöd utifrån problem och svårigheter i sin egen situation, men utöver detta kan barn också söka stöd för att en person i dess närhet, exempelvis en vän eller ett syskon, har det svårt.

Sedan 2016 har samma definitioner varit rådande med ett undantag, området Att vara ung som omdefinierades år 2017 varför en jämförelse endast görs mellan 2017 och 2018.

Utöver vad barnet är hjälpsökande kring dokumenteras även kontaktsätt samt barnets kön och ålder vilket möjliggör för Bris att redogöra för skillnader i vad barn berättar baserat på kön och ålder, under förutsättning att antalet kontakter är tillräckligt stort för att underlaget ska bli representativt.

KONTAKTERNA TILL BRIS ÖKAR

Under åren 2016–2018 har samtalen till Bris ökat med 8 procent. Den största ökningen skedde mellan 2016 och 2017 då samtalen ökade med drygt 5 procent för att sedan öka med drygt 2 procent mellan 2017 och 2018. Det vanligaste ämnet har genomgående varit psykisk ohälsa, men många samtal handlar också om våld, övergrepp och kränkningar, och om barnets vardag i familjen och i skolan.

Bris stödverksamhet finns för alla barn och unga upp till 18 år, samt för vuxna som söker stöd och råd kring ett barn i sin närhet. Under åren 2016–2018 har drygt 9 av 10 kontakter tagits av barn, och det är barns kontakter som utgör underlag för denna rapport. För barn och unga går det att nå Bris via telefon från Sverige och Åland. Bris mejl och chatt via hemsidan kan nås även om barnet befinner sig utomlands. I dagsläget bedrivs den absolut största delen av den stödjande verksamheten på svenska.

Under perioden 2016–2018 har flest barn sökt stöd via chatt eller mejl. Barn berättar för Bris att alla tre stödkanalerna är uppskattade och önskade. Telefon, för att det går att berätta mer och komma längre i ett telefonsamtal. Chatt,



Foto: Yingchih Ho / Unsplash

Sedan 2017 finns fler alternativ för barn att definiera sin könstillhörighet.

för att det går att vara i dialog och få direkt stöd utan att vara redo att formulera sina behov i tal. Mejl, för att det kan ge en distans som gör att det känns lättare att våga berätta, lättare att beskriva hur en mår och formulera sig i lugn och ro.

VANLIGASTE KONTAKTEN: TJEJ 14 ÅR

Alla barn och unga är anonyma i kontakten med Bris, om inte barnet och kuratorn tillsammans kommer överens om att bryta anonymiteten. Uppgifter om barnets ålder och kön får Bris därför veta när barnet själv uppger det, antingen när hen skapar sitt Briskonto eller i ett telefonsamtal. Under perioden 2016–2018 är barns ålder känd, och mellan 7 och 18 år, i 87 procent av samtalen, och kön är känt i 97 procent av samtalen.

Sett till samtliga kurativa kontakter[1] är nästan 8 av 10 från barn som valt att identifiera sig som tjej. Detta har inte förändrats under de tre senaste åren. Antalet kontakter från tjejer respektive killar påverkas av att Bris under 2017 lade till fler alternativ för barn att välja bland när de skapar konto på bris.se (kille, tjej, icke-binär, vill inte välja). Under 2018 har fler barn valt ”vill inte välja” i samband med att de skapat sitt konto.

Samtliga år har den vanligast förekommande åldern på barn som kontaktat Bris varit 14 år och den största andelen kontakter har tagits från barn i åldersgruppen 13–15 år.

Åldersfördelningen skiljer sig inte märkbart beroende på kön, men det finns en viss skillnad i hur barn väljer att kontakta Bris baserat på kön. Bland killar är det vanligast att ta kontakt via chatt eller telefon, och bland tjejer är mejl och chatt vanligast. ◆

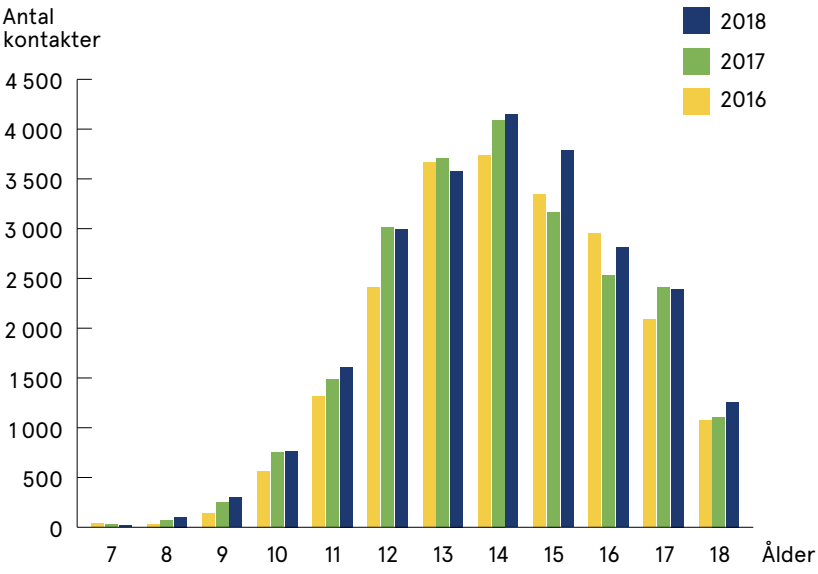
[1] En kurativ kontakt är en kontakt där kontaktorsaken är känd och barnet har fått stöd från någon av Bris kuratorer. Hela rapporten bygger på analys av samtliga kurativa kontakter till Bris.

➜ Kön barnkontakter

	2016	2017	2018
Ej framkommit	1 474	591	393
Icke-binär	–	348	308
Jag vill inte välja	–	902	1 136
Kille	3 464	3 510	3 496
Tjej	19 713	20 762	21 415

8 av 10 kontakter kommer från barn som identifierar sig som tjejer.

➜ Barnets ålder: Antal kontakter



Den vanligaste åldersgruppen bland dem som hör av sig till Bris är 13–15-åringar.

1.
Psykisk ohälsa

Mottagare: Bris
Skickat: 14 maj 2018 kl. 14.32

”Jag undrar vad är det för fel på mej? Är det bara perioder jag är inne i då jag mår dåligt eller är det här hur det är att vara psykiskt sjuk? Jag är lika rädd för båda två. När tankarna kommer vet jag innerst inne att jag inte vill dö. Jag vet det. Jag är inte färdig än. Men ändå upprepas alltid dåliga ord i mitt huvud som hur fet och värdelös jag är. Det skrämmer mig och när jag blir rädd tänker jag mer på döden.

Det har gått så många år nu att ätstörningen blivit min identitet. Även om jag skulle vilja går det inte att bryta och bli frisk på några veckor. Jag vet inte vad jag ska göra längre. Jag föreslog behandlingshem men det verkar som att det är för dyrt för landstinget. Men vad kostar det om jag fortsätter må så här resten av mitt liv? Jag vill verkligen inte mer.

Jag orkar inte mer. Mina föräldrar vet om det, skolkuratorn vet om det, BUP vet om det, men ingen bryr sig. Det känns bara som att allt hade blivit bättre om jag försvann. Mina föräldrar hade sluppit mig och min dumma ångest och alla mina dumma problem. Jag skriver till er för att jag bara känner mig så extremt ensam och det känns som om ingen lyssnar.”

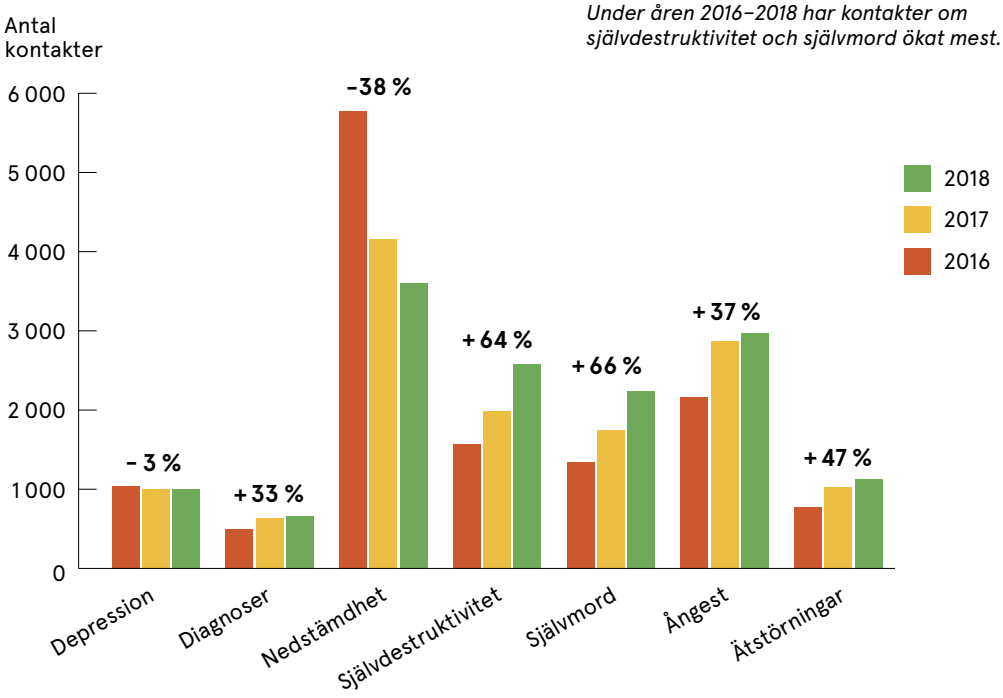
Psykisk ohälsa är det vanligaste ämnet när ett barn kontaktar Bris. Det är samtal om ångest som förlamar och skrämmer, om att vilja skada sig själv eller att inte längre orka leva. De senaste åren har allvarsgraden i samtalen till Bris ökat, med betydligt fler barn som söker stöd för självmordstankar och självdestruktivitet.

Under 2016–2018 har Bris haft drygt 28 000 kontakter med barn och unga som sökt stöd för psykisk ohälsa. Antalet kontakter har varit ungefär lika många per år, men under treårsperioden har de allvarliga larmsignalerna till Bris blivit allt vanligare. Barn som söker stöd för självdestruktivitet, självmordstankar och ätstörningar har ökat markant. En röd tråd i barns samtal till Bris är svårigheten att få hjälp. Tillsammans målar de en bred bild av barns psykiska ohälsa, hur barn beskriver sitt eget mående och vittnesbörd om hur de kämpar för att bli lyssnade på, tagna på allvar och få rätt stöd.

Bris har i ett antal rapporter uppmärksammat den ökande psykiska ohälsan bland barn och unga, och visat hur samhället brister i att ge stöd och vård. I rapporterna har en rad rekommendationer och krav på åtgärder presenterats.[2] Den samlade forskningen visar att den psykiska ohälsan bland barn och unga i Sverige har ökat från 1980-talet och fram till år 2000.[3] Efter år 2000 har andelen barn med självrapporterade besvär även fortsatt att öka, det vill säga barn som i enkätstudier uppger att de har återkommande psykiska eller psykosomatiska besvär.[4] Det märks en ökning av barn och unga som söker vård för psykiska besvär och en ökad förskrivning av psykofarmaka.[5] Även vad

➜ Psykisk ohälsa

Under åren 2016–2018 har kontakter om självdestruktivitet och självmord ökat mest.



[2] Se Bris rapport 2017:1, Barns psykiska ohälsa – det är dags att bryta trenden och Bris rapport 2018:1, Skola. Vård. Omsorg. Och den psykiska ohälsan.

[3] Bremberg S. Mental health problems are rising more in Swedish adolescents than in other Nordic countries and the Netherlands. Acta Paedicatrica. 2015;104(10):997–1004.

[4] Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18.

[5] Socialstyrelsen. Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna till och med 2016. Stockholm: Socialstyrelsen; 2017.

gäller den yttersta konsekvensen av psykisk ohälsa, självmord, märks en ökning bland unga i Sverige.[6]

Däremot är det oklart om psykiatriska tillstånd som exempelvis depressioner och ångestsyndrom har ökat. Institute of Health Metrics and Evaluation har i samarbete med Världshälsoorganisationen WHO, publicerat uppgifter från Sverige som visar på i stort oförändrad förekomst av klinisk depression bland barn och unga under perioden 1990–2017.[7] Bris har också sett ett relativt oförändrat antal barn som söker stöd för depression under de senaste tre åren.

Samtidigt finns tecken på att fler unga tycker att det går att prata med vuxna om psykisk ohälsa, vilket kan vara ett resultat av att barns och ungas psykiska ohälsa blivit mycket uppmärksammad. En schweizisk studie tyder på att ungdomar under perioden 1992–2002 upplever det allt lättare att tala med vuxna om psykiska problem.[8] Motsvarande utveckling gäller troligen också i Sverige. Detta är självklart positivt, men kan samtidigt leda till en ökad efterfrågan av stöd via sjukvård och stöd per telefon och chatt, det vill säga det stöd som Bris erbjuder.

Enligt artikel 24 i barnkonventionen ska Sverige som stat verka för varje barns bästa uppnåeliga hälsa. Det betyder att varje barn i Sverige har rätt att få vara så frisk som möjligt, och att barn ska få snabb och bra vård vid psykisk ohälsa. Barnet har rätt till information, delaktighet och inflytande vid kontakt med hälso- och sjukvården, och barnets bästa ska vara vägledande i varje beslut som rör barnet. Rätten till hälsa påverkar ett barns livsvillkor, och möjligheten att tillgodogöra sig alla övriga rättigheter i barnkonventionen, och utgör på så sätt ett tydligt exempel på hur barnkonventionen lägger ett pussel av rättigheter som alla förutsätter och påverkar varandra.

Bris utgår från Socialstyrelsens definition av psykisk ohälsa: ”Psykisk ohälsa omfattar tillstånd med olika grad av psykisk ohälsa, allt ifrån enstaka, mer eller mindre plågsamma besvär av oro eller nedstämdhet till psykiska sjukdomar som kräver slutenvård.” [9]

När Bris kuratorer dokumenterar barns kontaktområden är psykisk ohälsa en samlingskategori med flera underkategorier. Kontaktinnehåll väljs utifrån barnets hjälpbehov, oberoende av vilka ord barn själva använder för att beskriva hur de mår. De allra flesta barn beskriver sitt mående som att hen är deprimerad, nedstämd och aldrig glad, eller att hen har ångest och undrar vad som är fel på en. En utveckling som går att följa över tid är att barn alltmer beskriver sitt eget mående i termer som är vedertagna inom psykiatrin, även om det inte alltid överensstämmer med det kuratorn upplever att barnet söker hjälp för.

BARN BERÄTTAR OM BRISTEN PÅ STÖD

Psykisk ohälsa har under lång tid varit det vanligaste ämnet i barns kontakter med Bris, även innan 2016. Utvecklingen de senaste tre åren visar på att fler barn söker Bris stöd för allvarlig psykisk ohälsa, det vill säga samtal där Bris ser att risken för långtgående konsekvenser för barnets liv och hälsa är högre och vårdbehovet större. Ofta handlar det om barn som inte fångats upp och fått stöd i tid. Barn som söker stöd hos Bris berättar att de har gått ensamma med sina tankar och känslor alldeles för länge. Bristen på stöd till barn med psykiska besvär har blivit allt tydligare de senaste åren, med en ansträngd och kötyngd hälso- och sjukvård.

Det är vanligt att barn har självmordstankar, men för de allra flesta handlar det inte om att vilja dö utan om att inte vilja leva om livet fortsätter vara så svårt som det är där och då. I samtal om ätstörningar och självdestruktivitet är det vanligt att behovet av hjälp för barnet är stort men att barnet ofta inte vill ta emot hjälp utanför Bris verksamhet, utan Bris är det enda stödet barnet har. I Bris kontakter med barn om självmordstankar, självmordsförsök och självdestruktivitet går det att utläsa att det är något många barn tar till för dämpa sin ångest i stunden, men att det inte fungerar i längden. Både självdestruktivitet och självmordstankar eller självmordsförsök kan också vara en konsekvens av att många barn upplever mycket höga trösklar in till vården.

Många får höra i kontakter med elevhälsa och barn- och ungdomspsykiatri att de inte mår tillräckligt dåligt för att kvalificera sig för att få stöd eller vård. Barn beskriver för Bris hur de behöver ”göra någonting” för att visa hur dåligt de mår och för att bli tagna på allvar.

I Bris kontakter är det också tydligt att barnets familjesituation har en direkt inverkan på hur barnet mår. Bristande stöd i den egna familjen medför ofta behov av professionellt stöd men är också, enligt Bris erfarenhet, en vanlig orsak till uteblivet professionellt stöd eftersom barnet många gånger är i behov av

Definitioner

Psykisk ohälsa är en samlingskategori som består av underkategorierna Depression, Diagnoser, Nedstämdhet, Självdestruktivitet, Självmord, Ångest och Ätstörningar.

- **Depression:** Barnet är orolig/hjälpsökande utifrån en depression, såväl diagnostiserade som funderingar.
- **Diagnoser**: Barnet är hjälpsökande utifrån att hen har en diagnos, eller vill/ska utredas utifrån en tanke om eventuell diagnos (ej neuropsykiatriska, se funktionsnedsättning).
- **Nedstämdhet:** Barnet är orolig/hjälpsökande kring sitt mående och beskriver sig som ledsen/nedstämd. Ska ej förväxlas med att barn kan vara ledsna utifrån en svår livssituation eller yttre omständighet.
- **Självdestruktivitet:** Barnet är hjälpsökande utifrån eget eller annat barns självdestruktivitet.
- **Självmord:** Barnet är hjälpsökande utifrån egna eller annat barns funderingar på självmord, suicidförsök eller förlust i suicid.
- **Ångest:** Barnet är hjälpsökande utifrån egen eller annat barns ångest/panikångest.
- **Ätstörningar:** Barnet är hjälpsökande utifrån egna eller annat barns ätstörningar, såväl diagnostiserade som funderingar.

[6] Socialstyrelsen. Statistikdatabas för dödsorsaker 2019.

[7] Institute for Health Metrics and Evaluation. Global Burden of Disease – compare 2018.

[8] Dey M, Reavley NJ, Jorm AF. Young people’s difficulty in talking to others about mental health problems: An analysis of time trends in Switzerland. Psychiatry Res. 2016;237:159-65.

[9] Socialstyrelsen, Att utveckla grunddata och indikatorer. För barn och unga med psykisk ohälsa och personer med omfattande eller komplicerad psykiatrisk problematik, 2015.

föräldrarnas aktiva stöd för att få till stånd en fungerande kontakt med någon av samhällets stödinstanser.

PSYKISK OCH FYSISK OHÄLSA HÄNGER IHOP

I en tredjedel av samtalen där barnet söker stöd kring fysisk hälsa finns ett samband med psykisk hälsa. Ofta handlar det om att den psykiska ohälsan ger fysiska symtom, som magont, huvudvärk eller annan värk i kroppen. Ett annat samband som syns i Bris kontakter är att barn som lider av någon form av fysisk ohälsa berättar om vilka konsekvenser det får för barnets mående, och i dessa kontakter syns en tydlig koppling mellan nedstämdhet och fysisk ohälsa.

Enligt Folkhälsomyndigheten finns samband för unga mellan att ha en negativ kroppsuppfattning och psykisk ohälsa, oavsett om det handlar om att känna sig tjock eller smal.[10] Många barn söker också stöd hos Bris för psykisk ohälsa kopplat till tankar kring kropp och utseende, totalt har nästan 3 500 kontakter 2016–2018 berört detta. Samtalen handlar ofta om självförtroende, komplex, puberteten och en undran om hur länge det kommer att kännas så här och vad en kan göra för att slippa må dåligt över hur en ser ut. Varken tankarna eller känslorna som tankarna medför är önskade av barn och unga och många är tydligt hjälpsökande kring hur de ska slippa alla tankar på kroppen och sitt utseende.

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG

För att förebygga psykisk ohälsa bland barn och unga krävs ett tillgängligt och välfungerande stöd till familjer som behöver det, och goda kunskaper om generella riskgrupper av barn och unga, och om riskfyllda uppväxtmiljöer som gör att barn löper större risk att utveckla psykisk ohälsa. Bris ser att samhället behöver komma in med tidiga kraftfulla insatser till barn i särskilt utsatta situationer i mycket högre grad än vad som sker idag.

I dagsläget klarar inte den sociala barn- och ungdomsvården av att leva upp till sitt uppdrag. Omsorg ges inte i tillräcklig utsträckning, i tid, eller på ett adekvat sätt till barn och unga i utsatta situationer och med uppenbar risk för psykisk ohälsa, exempelvis barn placerade i samhällets vård eller barn till föräldrar i aktivt missbruk. Det finns tydliga samverkansbrister och brist på systematisk uppföljning av insatser. Stödet till föräldrar och andra vårdnadsgivare behöver stärkas och utvecklas.

Även skolan spelar en viktig roll i att främja psykisk hälsa, samt förebygga och upptäcka psykisk ohälsa bland barn och unga. Att gå ut skolan med godkända betyg är en skyddsfaktor mot psykisk ohälsa, medan studier visar att risken för självmordsförsök ökar bland dem som inte klarar skolan[11]. I barns samtal till Bris om psykisk ohälsa kopplat till skolan är vanliga teman stress och ångest, prestationsångest och oro för betyg. Se även kapitlet om Skolan.

”Har jag psykos? Är jag bipolär? Är jag helt sinnesrubbad? Är jag en psykopat? Jag börjar undra en massa… För normalt kan det inte vara.”

Akut stöd här och nu

Varje barn med psykiska besvär har rätt till stöd och vård utifrån sitt individuella behov. De över 11 000 kontakter om självdestruktivitet och självmord som Bris haft med barn och unga 2016–2018 är tydliga vittnesmål om att det krävs akuta insatser för barn som mår dåligt här och nu. Det kräver en vård av bra kvalitet – krav som vården i dag inte förmår möta. Under 2018 har BUP-köerna fortsatt att växa runtom i Sverige. Endast 3 landsting/regioner klarade av att erbjuda en första bedömning inom 30 dagar, och 4 landsting klarade målet om inledd behandling inom ytterligare 30 dagar, målsättningar som finns formulerade i överenskommelsen mellan staten och SKL.[12]

I samtalen till Bris framkommer att hälso- och sjukvården i många fall inte förmår tillgodose barnets rättigheter. Barn beskriver att de inte vet var de ska vända sig för att få hjälp och att det finns brister i bemötande. En röd tråd i berättelserna är att barn upplever att de inte blir informerade eller görs delaktiga i sin situation, att de slussas runt mellan aktörer eller får vänta i vårdköer, och att de olika vårdgivarna inte förmår se helheten runt barnet. Det är angeläget att vårdköerna kortas.

Långsiktiga reformer

Elevhälsan och primärvården förmår inte ge rätt stöd, och den specialiserade vården är otillgänglig. Bris vill se en reformerad och sammanhållen vårdkedja, med rätt resurser och kompetens för att möta behovet av vård på alla nivåer där samhället behöver verka. Det handlar om en tydlig ansvarsfördelning mellan elevhälsan, primärvården och barn- och ungdomspsykiatrin. Se vidare i kapitlet Samhällets stödinstanser.

Vikten av breda insatser

Statistiken visar att fler unga söker vård samtidigt som utskrivningen av antidepressiva läkemedel ökar. Det finns en risk att den vård som erbjuds ofta inskränker sig till att läkare enbart förskriver medicin. Det är en potentiellt farlig utveckling eftersom antidepressiv medicin har mycket liten effekt på depressioner bland barn och det också framkommit studier som visar att sådan medicin ökar risken för självmord. I de

[10] Folkhälsomyndigheten, Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18.

[11] Jablonska B, Lindberg L, Lindblad F, Rasmussen F, Ostberg V, Hjern A. School performance and hospital admissions due to self-inflicted injury: a Swedish national cohort study. Int J Epidemiol. 2009;38(5):1334-41.

[12] http://www.vantetider.se/Kontaktkort/Sveriges/BUP/



Foto: Shutterstock

Att barn klarar skolan är en stark skyddsfaktor mot framtida psykisk ohälsa.

länder där läkare skriver ut mest antidepressiv medicin är utvecklingen av självmord som mest ogynnsam[13]. Sverige är ett av de länder i världen som har den högsta förskrivningen av antidepressiv medicin.

Barn och unga med psykiska problem behöver istället stöd som är betydligt bredare än förskrivning av medicin. De behöver hjälp att diskutera känslor som ängslan, oro, ångest och nedstämdhet som varningssignaler som behöver förstås och hanteras – och inte som sjukdom som ska elimineras. Barn har mindre erfarenhet av att tolka de egna känslorna jämfört med vuxna. Att i första hand betrakta dessa känslor som medicinska problem som kräver behandling kan vara kontraproduktivt eftersom det inte utvecklar individens förmåga att handskas med de egna känslorna. Dagens diskussion om "den ökande psykiska ohälsan" kan dessvärre bidra till att unga uppfattar sig som offer där känslorna är medicinska problem som i första hand kräver medicinsk behandling. Det önskvärda är i stället att förskjuta diskussionen till vad som kan utlösa känslor av rädsla, sorg och ensamhet.

”Jag vet inte vad det är för fel på mig, för något fel måste det vara, något fel då jag mått dåligt så jävla länge. Jag är less på att må dåligt, less på att aldrig kunna andas ut på riktigt.”

Barn och unga är individer med olika behov och olika besvär. För en del barn behövs psykoterapi eller annan behandling. För andra kan andra former av stöd, som psykosocialt stöd men också kultur och kreativt skapande vara till hjälp.

Det stöd som samhället ger barn och unga behöver därför vara brett. I Kanada har man börjat inrätta en intressant form för unga kallade Youth Wellness Hubs[14]. Där finns socionomer och medicinskt utbildad personal men också arbetsförmedlare och personer från utbildningssystemet. Ett särskilt intressant inslag är unga frivilliga som de som söker hjälp kan diskutera sin situation med.

En liknande form finns sedan slutet av 1990-talet i Frankrike, med idag över 100 ”Maisons des adolescents”, hus för ungdomar (målgrupp 11–21 år), som dagligen erbjuder stöd från olika yrkesgrupper som socionomer, hälso- och sjukvårdspersonal och studie- och yrkesvägledare. Där finns också mobila team som besöker ungdomar på sjukhus eller i deras hem, nätverk och kreativa utrymmen, samt grupper för föräldraskapsstöd[15]. Motsvarande

[13] Högberg G, Bremberg S. Antidepressant medication increase the rate of self-harm injuries. An ecological study of 18 OECD countries. European Journal of Public Health. 2018

[14] Youth Wellness Hubs Ontario. Youth Wellness Hubs 2018. Available from: https://youthhubs.ca/en/.

[15] Benoit L, Cottin P, Moro MR. What is a "Maison des Adolescents"? A history of integrated youth health care services in France. Early Interv Psychiatry. 2018.



Foto: Shutterstock

Barn beskriver för Bris att de inte vet vart de ska vända sig för att få hjälp när de mår dåligt.

”Jag funderar på att skära mig och inte torka blodet efteråt så att det går ut på min tröja så får min lärare se det. Då kanske jag får hjälp.”

verksamheter finns också i Sverige men inte samlat på ett ställe som de unga kan vända sig till.

Händelseanalyser vid självmord

Det krävs ett långsiktigt arbete för att förebygga och minska antalet självmord bland barn och unga. Bris har sedan tidigare framfört krav på att varje självmord som har begåtts av ett barn ska utredas, för att leda till ett bättre suicidpreventivt arbete. Liknande analyser har visat sig effektiva exempelvis för att minska dödsfallen i trafiken. Några enstaka kommuner i Sverige har testat detta, och Folkhälsomyndigheten har tagit fram ett stödmaterial till kommuner som planerar att genomföra händelseanalyser. Frågan är dock om ett skriftligt stöd är tillräckligt. Bris menar att det vore önskvärt att händelseanalyser för självmord bland barn blir obligatoriskt och att kommuner får stöd för att kunna genomföra dem.

Främja goda livsmöjligheter

I det nationella handlingsprogrammet mot självmord är den första punkten att främja goda livschanser för mindre gynnade grupper, vilket kan ha stor betydelse på lång sikt. Hur väl unga klarar skolan har avgörande betydelse för deras livschanser. En svensk undersökning visar att gruppen ungdomar med lägst betyg i årskurs 9 löper 4 gånger högre risk för fullbordade självmord före 30 års ålder, jämfört med gruppen med högsta betygen[16]. Ett internationellt exempel utgörs av utvecklingen i Kina där livsvillkoren dramatiskt har förbättrats. I Kina var år 1990 självmorden bland kvinnor mer än dubbelt så vanliga som i Sverige. Under tiden fram till 2017 minskar självmordshandlingarna till en fjärdedel och ligger nu på en nivå under den som gäller i Sverige. En ännu tydligare utveckling sker för båda könen i ålder 15–19 år där självmorden i Kina minskat till en femtedel under denna tidsperiod och år 2017 i Kina endast utgjorde hälften av nivån i Sverige.

Den främsta långsiktigt förebyggande åtgärden mot självmord bland barn och unga är således att främja deras livschanser, och här är en likvärdig skola där alla barn får stöd för att lyckas en central del. ◆

[16] Björkenstam C, Weitoft GR, Hjern A, Nordström P, Hallqvist J, Ljung R. School grades, parental education and suicide – a national register-based cohort study. J Epidemiol Community Health. 2011;65(11):993-8.

2.
Familj och familjekonflikter

Mottagare: Bris
Skickat den 24 februari kl. 20.45

”Jag har mått dåligt en längre tid. Det har tärt jättemycket på min mamma och vår relation har förändrats en hel del. Vi har alltid haft det jobbigt, mycket bråk och sånt. Jag vet att mycket av bråken startas av mig men hennes personlighet gör inte saken bättre. Hon säger sårande saker som förvärrar mitt mående. Hon gör mig verkligen ledsen och märker inte ens att jag verkligen försöker vara ett ”bra barn”.

Allt handlar bara om henne. Hon tror att jag inte har nån självinsikt överhuvudtaget, men hon vet ingenting om mig. Hon vet ingenting om hur det är att vara tonåring idag. Hon vet inte vilket självhat jag har och hur mycket jag skuldbelägger mig själv. Det känns som att hon alltid är arg på mig men när jag frågar vad det är så säger hon att hon bara låter så.

Det känns som att vad jag än gör så gör jag fel hela tiden. Jag vill inte göra mamma besviken men ändå så blir det så… Ingen vill väl få skäll och speciellt inte av sina föräldrar!.”

Att familj och familjekonflikter är den näst vanligaste kontaktorsaken som barn har till Bris visar hur viktigt livet i familjen är för barn. Barn söker stöd för konflikter som eskalerar eller relationer i förändring, och lägger ofta skulden på sig själva.

Barn har rätt till en god omsorg, och att ha trygga hemförhållanden är en förutsättning för att kunna utvecklas, må bra och till exempel kunna tillgodogöra sig utbildning. Samtidigt är familjen en arena där barn kan möta konflikter, utsatthet och upplevelser av att inte få sina behov tillgodosedda. Alla barn förhåller sig till relationer med sin familj, oavsett hur väl den fungerar. Samtal från barn som söker stöd kring familjen och konflikter i familjen har därför historiskt alltid varit vanliga hos Bris, och ligger på en jämn nivå under åren 2016-2018.

Samtalen som faller in i kategorin familj och familjekonflikter är kontakter från barn som behöver samtalsstöd kring det som är svårt i vardagen i en familj. Här återfinns inte barn som lever i mycket utsatta situationer, som utsätts för våld eller lever med föräldrar som inte förmår ge barnet omsorg och trygghet – de finns i andra kapitel i denna rapport.

Under 2016–2018 har kontakter som gäller konflikter i familjen minskat, när det gäller konflikter som inte har inslag om våld. Samtidigt har antalet barn som söker stöd hos Bris för familjesituationer där de utsätts för fysiskt våld ökat.

Kontakterna kan handla om allt ifrån relationer inom familjen till konflikter utan inslag av våld. Många gånger är relationers förändring bakgrund till att barnet kontaktar Bris. Under åren 2016–2018 har Bris haft över 19 000 kontakter med barn och unga om familjen och familjekonflikter.

Barnkonventionen slår fast att barn har rätt till sina föräldrar, i möjligaste mån. Det betyder att varje barn har rätt till sina familjerelationer, att ses som en egen individ i familjen, och inte som en produkt av eller ägodel till familjen. Barnet har rätt att få veta vilka föräldrarna är, att få ha en relation och få leva med dem – så länge det inte är skadligt för barnet. I barnkonventionen blir föräldrar eller vårdnadshavare väldigt viktiga personer i barnets liv, eftersom den förutsätter att vuxna är bärare av rättigheter för barnen.

Definitioner

- **Familjen:** barnet är hjälpsökande kring sin familjesituation med fokus på relationer, saknad, boende men ej konflikter eller skilsmässa som är egna kategorier.
- **Familjekonflikter:** barnet är hjälpsökande utifrån sin familjesituation som är konfliktfylld men utan inslag av våld eller hot. Barnet kan både vara delaktig i eller har bevittnat konflikter mellan vuxna och barn, vuxna och vuxna eller barn och barn.

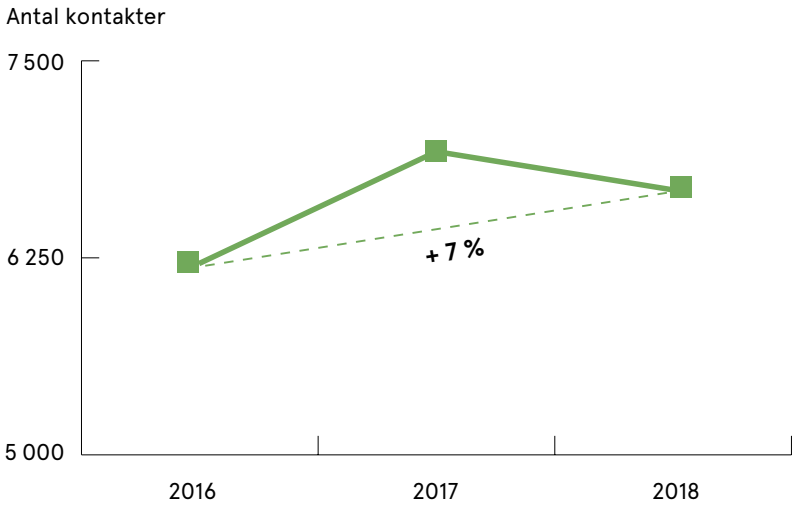
BARN SOM SAKNAR EN VUXEN ATT PRATA MED

Det är avgörande för barnets utveckling och psykiska välbefinnande att det finns människor runt omkring som ser, hör och bekräftar barnet, och svarar på barnets behov. De allra flesta barn i Sverige har en god relation med föräldrar som är stöttande, det framkommer till exempel i Skolbarns hälsovanor som mäter hur många barn och unga som uppger sig ha lätt att prata med mamma eller pappa om saker som bekymrar dem. Studien visar att andelen pojkar och flickor som har lätt att prata med mamma har legat högt och stabilt sedan 1980-talet, samtidigt som andelen som har lätt att prata med pappa ökat[17].

Barn som upplever att familjen, föräldrar och syskon, är stöttande utifrån barnets behov berättar ofta om föräldrar som agerar för barnets skull, som tar barnet på allvar och aktivt försöker hjälpa barnet till en förändring. Barn beskriver för Bris att det känns tryggt när föräldrar lyssnar och försöker förstå, medan det tvärtom blir konflikt och dysfunktionellt när föräldrar ger sig själva tolkningsföreträde istället för att lyssna in och bemöta barnets vilja och perspektiv innan beslut fattas.

Samtidigt som de flesta barn och unga säger sig kunna prata med sina föräldrar om sånt som känns jobbigt, så beskriver många barn för Bris en känsla av ensamhet och att det inte finns någon vuxen i närheten som ser och lyssnar. I Skolbarns hälsovanor svarade 8,3 procent av de 15-åriga killarna och 14,7 procent av de 15-åriga tjejerna att de känner sig ensamma oftast eller

→ Familj och familjekonflikter



Under 2016–2018 har Bris haft över 19 000 kontakter med barn och unga om familjen och familjekonflikter.

[17] Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/2018.



Foto: Shutterstock

Barn som söker stöd hos Bris tar ofta på sig mycket skuld själv när föräldrar har konflikter.

alltid. Det kan relateras till att många av de barn som söker stöd hos Bris om konflikter med föräldrarna är i de äldre tonåren, en tid då relationen mellan barn och föräldrar ofta omprövas.

MÅNGA BARN TAR PÅ SIG SKULDEN FÖR KONFLIKTER MED FÖRÄLDRARNA

Barn i alla åldrar, både tjejer och killar, söker stöd från Bris om familjekonflikter. Ett tema som många barn behöver hjälp med kopplat till relationer i stort är hur en gör för att reda ut en konflikt och bli sams igen. Barn tenderar att antingen ta på sig hela skulden för konflikterna i familjen eller att barnet lägger all skuld på den personen som barnet har en konflikt med.

Det kan vara svårt för barn att själva sätta ord på sina föräldrars brister i omsorgen om det inte rör mer konkreta händelser som våld, övergrepp eller kränkningar. Ofta tar barn kontakt med Bris för att prata om konflikter som inträffat i närtid. Många beskriver själva hur relationen med föräldrarna försämrats under puberteten, och att barnet själv inte vet varför det plötsligt är så mycket bråk hemma. Många gånger kan ett barn känna sig missförstådd av föräldrarna men samtidigt också ta på sig ansvar och skuld för en bristande relation till föräldrarna.

Många samtal till Bris handlar om relativt vardagliga situationer som förut inte lett till konflikter men som i takt med att barnet blir äldre och mer förmögen att såväl uttrycka som driva igenom egna önskemål och behov leder till en mer konfliktfylld familjesituation. Barn beskriver att de inte känner sig lyssnade på och respekterade av sina föräldrar. Det handlar inte enbart om vilka beslut föräldrar fattar utan ofta om hur besluten har fattats. Barn upplever att de inte fick säga sitt, att föräldrarna bestämde själva och på felaktiga grunder. Ett annat vanligt tema är att barnet själv är ledset och bekymrat över att konfliktnivån har ökat. Barnet beskriver till exempel att hen plötsligt alltid är arg på sina föräldrar och/eller syskon utan att själv förstå varför. Barnet vill då främst förstå sig själv och hitta tillbaka till vad som tidigare var en fungerande relation med övriga familjen.

Det är inte alltid barnet själv kan avgöra var gränsen går och många gånger inleds samtal med att barnet beskriver att det är mycket bråk i familjen. Även om i princip alla bråkar med sina föräldrar i perioder är det viktigt att som vuxen inte vara för snabb att avfärda konflikten som ”normal” innan en lyssnat in vad barnet har för upplevelse. Många barn behöver stöd och information om var gränser går, exempelvis om konflikten innehåller kränkningar, hot eller beror på att de vuxna i familjen lider av psykisk ohälsa eller har ett aktivt missbruk vilket innebär att barnet har ytterligare behov av stöd.

”Mina föräldrar bråkar så mycket. Det blir så spänd stämning och jag blir väldigt ledsen och får ångest. Jag klarar inte av att höra dem snacka skit om varandra mer. Det gör så ont inom mig. Jag vill bara att allt ska vara som vanligt eller att de skiljer sig. Bara bråken tar slut.”

Ibland söker barnet stöd hos Bris istället för att prata med den hen är i konflikt med och kan då behöva stöd i att hitta modet och orken att berätta för exempelvis föräldrar hur hen känner och mår. Barn behöver också bekräftelse i att det är okej att vara arg och frustrerad, särskilt i åldrar då dessa känslor börjar komma mer frekvent och då ilskan upplevs som starkare men också för de äldsta barnen som snart är myndiga men ändå behöver förhålla sig till att bo med sina föräldrar. Barn behöver ofta vägledning i hur en kan hantera dessa känslor utan att det blir destruktivt för en själv eller andra i familjen.

TONÅRSTIDEN – UTMANANDE FÖR BARN OCH FÖRÄLDRAR

Tonårstiden och puberteten kan vara utmanande för många unga och de behöver ofta extra stöd och omsorg från sina föräldrar eller vårdnadshavare. Samtidigt kan det vara en tid då det är svårt för unga att dels uttrycka sina behov av stöd, dels ta emot den omsorg föräldrar erbjuder på det sätt som föräldrar väntar sig. Exempelvis berättar barn i samtal med Bris att det känns som att föräldrar behandlar och bemöter barnet som de alltid har gjort istället för att växa och utvecklas med barnet. Även i vuxnas samtal till Bris märks det att detta är en utmaning för föräldrar och att de plötsligt känner att de förlorat de verktyg de tidigare använt i sitt föräldraskap utan att själva förstå varför det som fungerat förut inte längre fungerar. Detta är många gånger en utmaning för såväl barn som vuxna vilket kan leda till frustration och konflikt.

En annan utmaning som barn och föräldrar ställs inför är när barnet känner att hen inte lever upp till föräldrarnas direkta eller outtalade förväntningar. Känslan av att gå från en nära relation där en ofta upplevt att en aldrig kunnat göra något fel i föräldrars ögon till att istället känna att en är en besvikelse för sina föräldrar är smärtsamt för barn. Det påverkar barnets självförtroende och självbild. Med stigande ålder har barnet inte heller samma sätt att uttrycka behov av tröst vilket skapar ytterligare distans mellan barn och föräldrar. Barn i yngre tonåren uttrycker i samtal med Bris att de känner sig som främlingar i sin egen familj och då särskilt i relation till sina föräldrar. Många uttrycker samtidigt en önskan om att hitta tillbaka till de familjerelationer en upplevt i yngre ålder.

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG: FÖRSTÄRKT FÖRÄLDRASKAPSSTÖD

Genomgående i barns samtal till Bris beskriver barn känslan av att inte bli förstådda, och att vuxna kanske inte alltid fullt ut ser hur barn drabbas av konflikter i familjen. När det kommer till familjekonflikter har vuxna ett större ansvar än barn och behöver axla detta ansvar. Det krävs vuxna med förmåga att se sin egen roll i familjens relationer, och ta initiativ till en konstruktiv konfliktlösning. Enligt barnkonventionen och socialtjänstlagen ska samhället ge stöd till föräldrar i föräldraskapet. Det är alltså en rättighet som barn har att föräldrar ska få stöd att vara goda vårdnadsgivare.

Flera studier visar att det är möjligt att förebygga konflikter mellan föräldrar, och ge stöd kring konflikter och förväntningar på föräldraskapet[18,19]. Bris vill se ett brett föräldraskapsstöd till föräldrar i allmänhet kring frågor om hur det är att växa upp som barn idag, om barns rättigheter och om hur vuxna kan stötta barn. Ett sådant stöd skulle kunna nå brett till en stor grupp föräldrar, men också göra skillnad i familjer som präglas av särskild utsatthet, som missbruk, psykisk sjukdom och våld[20].

De vuxna som dagligen söker stöd i Bris vuxentelefon vittnar också om behovet att få samtala och reflektera över föräldraskap och att kunna stötta sitt barn på bästa sätt. Eftersom det inte råder någon tvekan om den viktiga roll som föräldrar och vårdnadshavare spelar för barn menar Bris att det är viktigt att, i ljuset av att barnkonventionen blir lag, se över hur det går att bättre rusta föräldrar. Det kan inte nog poängteras att samhället har ett ansvar att ge förutsättningar för föräldrar att leva upp till sin roll enligt barnkonventionen. Alla reformer som stärker föräldrars möjlighet att vara föräldrar är därför att välkomna. ◆

”Min mamma säger att det inte är fel på mig ifall jag tror att det är fel på mig. Jag får inte besöka psykolog för de kan göra saker värre och de gör det bara för pengar säger mina föräldrar. De säger även att ifall man har en psykisk sjukdom så skriver de ner det och det kommer göra att man får svårt att skaffa jobb i framtiden.”

[18] Bremberg S, (red). Nya verktyg för föräldrar. Förslag till nya former av föräldrastöd, 2004.

[19] Halford WK, Bodenmann G. Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. Clinical Psychology Review, 2013.

[20] Folkhälsomyndigheten. Förebyggande insatser till barn i familjer med missbruk, psykisk sjukdom och våld.

3.
Våld, övergrepp och kränkningar

Mottagare: Bris
Skickat den 3 september kl. 07.14

”Det är så mycket bråk i min familj. Det har alltid varit så och länge visste jag inte vad som är okej och inte. Jag har som alltid varit van vid att det är så här hemma hos mig. Det har alltid varit så här. Jag har trott att föräldrar får göra som min pappa om de säger förlåt efteråt. Ibland har pappa dragit någon annanstans efter de största bråken och då har jag tänkt att det är över. Men när han väl kommer hem så börjar bråken igen, de var lika våldsamma och det hände flera gånger att grannar ringde polisen. Men polisen gjorde ingenting, de bara kom, frågade ifall allt var ok och sen drog de. Jag berättade såklart inget till mina vänner. Jag trodde det var såhär de flesta hade det hemma, för jag var ju uppvuxen med bråk. Det här var grunden till min psykiska ohälsa. Nu har min mamma lämnat min pappa. På vissa sätt har vi det bättre än vad vi någonsin har haft. Men på andra sätt så känns det inte bättre fastän det är det. Min mamma mår inte bra. Varje natt går hon bara omkring eller så sitter hon i hallen nära ytterdörren ifall han skulle komma. Hon kan inte släppa rädslan heller. När jag ser hur hon är känns det där lilla lugnet falskt.”

Under 2016–2018 har barn som söker Bris stöd på grund av våld ökat med 31 procent. Barns dagliga vittnesmål till Bris beskriver allt ifrån luggningar, nypningar, hån och trakasserier, till sexuella övergrepp och mobbning och utsatthet. Skyddet mot våld måste stärkas för barn i Sverige.

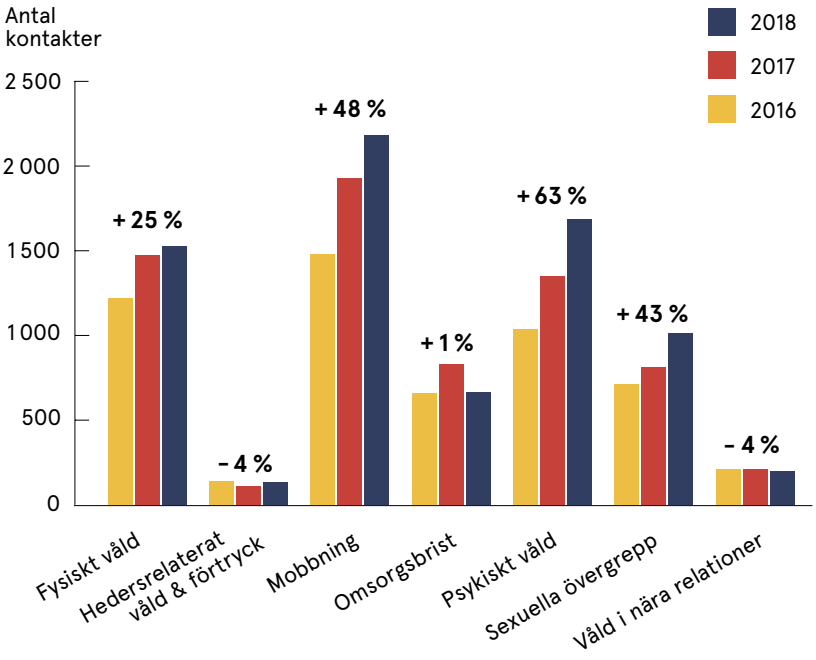
Kontakterna som handlar om våld, övergrepp och kränkningar har ökat med 31 procent under åren 2016–2018. Det är framförallt ökade kontakter i underkategorierna sexuella övergrepp (43 procent), mobbning (48 procent), fysiskt våld (25 procent) och psykiskt våld (63 procent).

Bris knappt 15 000 kontakter med barn och unga om våld 2016–2018 visar att alltför många barn i Sverige utsätts för våld varje år, och att kunskapen är låg både bland barn och vuxna om var gränsen för våld går och om våldets konsekvenser. Samtalen rör både våld i hemmet av vuxna omsorgspersoner, våld på offentliga platser, och våld mellan jämnåriga barn.

Barn som kontaktar Bris om våld i hemmet berättar om föräldrar eller andra vuxna som slår, sparkar, knuffar, biter, bränner eller nyper barnet. De berättar om vuxna som drar i armar, hår och öron, som är hotfulla, skrämmer, kränker, bestraffar och hotar att överge barnet. Barn beskriver också sexuellt våld som att utsättas för våldtäkt eller andra fysiska sexuella övergrepp, för sexuella anspelningar och inviter. Ofta hör flera typer av våld tätt ihop, barn som utsätts för en form av våld utsätts ofta också för andra sorters våld.

I samtalen som rör våld, övergrepp och kränkningar syns tydliga skillnader mellan tjejer och killar, där tjejer oftare kontaktar Bris om sexuella övergrepp medan killar oftare söker stöd rörande fysiskt våld och mobbning. För samtalen om sexuella övergrepp syns en koppling till den mycket uppmärksammade #metoo-rörelsen som startade i oktober–november 2017, då samtalen till Bris ökade för att sedan fortsatt ligga på en högre nivå än tidigare år.

➜ Våld, övergrepp och kränkningar



Under 2016–2018 har främst kontakter om psykiskt våld, mobbning och sexuella övergrepp ökat.

RÄTTEN ATT SKYDDAS FRÅN VÅLD

Våld är ett begrepp som kan innefatta många saker och ta sig olika uttryck. Bris utgår från FN:s barnrättskommittés definition och det är den definition som bestämmelserna i Barnkonventionen ger uttryck för. Artikel 19 i Barnkonventionen fastslår att varje barn har rätt att skyddas mot alla former utav våld från föräldrar eller andra vårdgivare. Det är en bred definition, som innefattar allt från slag ochfysiska övergrepp till brist på kärlek och omsorg. Artikeln lämnar inte utrymme för någon grad av legaliserat våld mot barn. Våldets frekvens, skadans svårighetsgrad och uppsåt att skada är därmed inga nödvändiga förutsättningar för definitionen av våld. Bestämmelsen har stark koppling till en rad bestämmelser i konventionen utöver dem som direkt berör våld, till exempel barnets rätt till liv, överlevnad och utveckling, rätten till en skälig levnadsstandard, och rätten till skydd, stöd och rehabilitering vid exempelvis försummelse eller vanvård. Den rådande svenska lagstiftningen är idag långt ifrån heltäckande vad gäller barnets rätt till skydd från alla former av våld, detta utvecklas vidare i detta kapitel.

Barn tar alltid skada av att utsättas för våld, och våld påverkar hela barnets liv. Ensamhet och dålig självkänsla, rädsla och osäkerhet är några av de konsekvenser våldet får på barnets mående. En del barn utvecklar psykisk ohälsa och forskning visar tydligt att våldsutsatthet under barndomen ger skador, både fysiskt (i form av ökad risk för att utveckla somatiska sjukdomar) och psykiskt, långt upp i vuxen ålder. Barnets tillit skadas, förväntningar på relationer påverkas. En konsekvens kan vara att inte fullt ut våga lita på andra, inte heller på sitt eget värde i relation till andra. Bristande tillit

försvårar möjligheten att söka och våga ta emot hjälp. Barn som lever i utsatthet löper högre risk att utveckla psykisk ohälsa och har svårare att klara av skolan, en viktig skyddsfaktor för att må bra nu och senare som vuxen. [21]

FYSISKT VÅLD – VUXNA OCH JÄMNÅRIGA FÖRÖVARE

Exempel på fysiskt våld är att slå, knuffa, sparka, bita, bränna, nypa, riva, förgifta eller försöka kväva ett barn. Mellan åren 2016 och 2018 har antalet barn som söker stöd rörande fysiskt våld ökat med en fjärdedel, vilket är en allvarlig utveckling. När barn söker stöd kring utsatthet för fysiskt våld handlar det oftast om barn som utsätts för våld i sin hemmiljö, av vuxna personer som står dem nära. Därefter söker barn stöd efter att ha utsatts för våld av jämnåriga, eller för en stark oro för att utsättas för våld.

Barns röster om vuxnas fysiska våld

När det gäller vuxnas våld mot barn visar en kartläggning från Allmänna barnhuset att 44 procent av alla barn har utsatts för någon form av våld av vuxna, och 36 procent har utsatts för våld av närstående vuxna. Siffrorna innefattar fysiskt våld, psykiskt våld, att ha upplevt våld mot en närstående, försummelse eller sexuella övergrepp. För fysiskt våld gäller att 24 procent någon gång utsatts för fysiskt våld av vuxna, och 14 procent av sina föräldrar. Det vanligaste är att det är pappor som utsätter barnet för våld. Det finns också ett stort mörkertal då många fall aldrig anmäls eller upptäcks. Det gäller framförallt våld mot väldigt unga barn, och barn som tillhör särskilt utsatta grupper såsom barn med intellektuell eller fysisk funktionsnedsättning eller barn med föräldrar i aktivt missbruk eller med egen fysisk eller psykisk ohälsa.[22]

Våld mot barn förekommer i alla miljöer, men entydig forskning [23] visar att det finns faktorer som ökar risken för att ett barn ska utsättas för våld hemma. Det gäller barn som lever i familjer med våldsproblematik, missbruk, psykisk ohälsa, ekonomisk oro eller med föräldrar som på olika sätt brister i sitt föräldraskap. För Bris beskriver barnen sin hemmiljö som kaotisk, med ständiga konflikter och våld mellan både föräldrar och barn. Det är också känt att i familjer där det förekommer en form av våld ökar också risken för att barn utsätts för flera former av våld, och detta beskriver också barn i samtal till Bris.

Ofta finns hinder för barn att berätta om våldet. Många barn är osäkra på gränser och rättigheter, vad som räknas som våld och inte. De är också osäkra på vilken hjälp som finns, och var de kan vända sig för att få den. För barn som vet att det de utsätts för är fel, och som uttrycker att de skulle vilja ha hjälp att slippa våldet, så kan det ändå finnas en rädsla för att förlora kontrollen, att det inte går att veta vad som ska hända om någon får veta om våldet. Barn är rädda för att det inte ska gå att få hjälp, utan att risken med att försöka slå larm är att det bara blir värre. Det är också tydligt att barns lojalitet gentemot föräldrar sträcker sig långt, även i utsatta situationer letar barn efter det som fungerar och försöker skydda sina föräldrar mot deras egna brister. Många barn berättar att de älskar sina föräldrar, att allt de vill är att slippa våldet, men inte om det medför risken att förlora något annat. Barn kan också känna stor skam över att höra till en familj med så stora problem. Normen är att alla föräldrar älskar sina barn och vill deras bästa, och när det inte känns så söker barnet ofta förklaringen hos sig själv och tar på sig skulden för föräldrarnas brister.

Våld mellan jämnåriga – oroande utveckling

När barn söker stöd på grund av fysiskt våld mellan jämnåriga handlar det både om att bli utsatt för oprovocerat våld, och om att hamna i slagsmål, men också om oro och rädsla. Det kan vara både rädsla för någon som varit våldsam mot andra barn i ens närhet, eller en mer allmän oro för ökat våld i samhället.

Enligt undersökningar från Brottsförebyggande rådet (Brå) är skolan och skolgården den vanligaste brottsplatsen när barn och unga utsätts för misshandel, något som stämmer med Bris kontakter med barn om våld mellan jämnåriga. Enligt Brå har 21 procent av eleverna i årskurs 9 utsatts för lindrig misshandel, och 4 procent för grov misshandel. Pojkar är mer utsatta än flickor. Andelen unga som utsätts för fysiskt våld har varit ungefär densamma sedan 1995. [24]

En oroande trend är att barns och ungas dödlighet på grund av våld inte har minskat i Sverige sedan 1995, trots att dödsfall på grund av våld har minskat i övriga delar av Västeuropa. Skillnaderna mellan Västeuropa och Sverige är betydande med 40 procents lägre dödlighet i Västeuropa jämfört med Sverige. År 2017 hade Sverige den högsta dödlighet i våld i Västeuropa i åldersgruppen 10–24 år, och även när det gäller våld mellan personer som inte lett till död är nivåerna i Sverige högre än i Västeuropa som helhet.[25]

Definitioner

- **Våld, övergrepp och kränkningar** är en samlingskategori som består av underkategorierna Fysiskt våld, Hedersrelaterat våld och förtryck, Mobbning, Omsorgsbrist, Psykiskt våld och Sexuella övergrepp.
- **Fysiskt våld**: Barnet är/har blivit utsatt för, bevittnat, utsatt annan eller är rädd för fysiskt våld, både inom familjen och i andra sammanhang.
- **Definitionen av våld enligt barnkonventionen artikel 19:** Varje barn har rätt att till skydd mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp.

[21] Se Bris rapport 2016:1, Räknas det här som våld?

[22] Stiftelsen Allmänna Barnhuset, Våld mot barn 2016. En nationell kartläggning. 2017

[23] Socialstyrelsen. Barn som far illa eller riskerar att fara illa. 2014.

[24] Brottsförebyggande rådet. Skolundersökningen om brott 2017. Om utsatthet och delaktighet i brott. 2018.

[25] Institute for Health Metrics and Evaluation. Global Burden of Disease – compare 2018.

Förekomsten av våld mot unga har således sedan år 1996 sjunkit markant i Västeuropa som helhet medan inga framsteg noteras i Sverige, vilket bör tas på stort allvar. Sverige har en lång historia av att arbeta mot att barn utsätts för våld i hemmet, men barn har rätt till skydd mot våld i alla miljöer och på alla arenor. Mycket tyder på att utvecklingen av barns och ungas utsatthet för allvarligt våld har sociala orsaker. I Sverige förefaller det ha skett en polarisering av levnadsvillkor med en relativ försämring för en mindre grupp utsatta. De allra flesta barn och unga utsätts inte för våld under sin uppväxt, men särskilt sårbara grupper löper stor risk att utsättas för våld. Det är motiverat att närmare undersöka varför en sådan ogynnsam utveckling varit mer påtaglig i Sverige jämfört med övriga delar av Västeuropa, och hur utvecklingen kan brytas.

PSYKISKT VÅLD – HOT, KRÄNKNINGAR OCH STRAFF

Andelen barn som söker stöd hos Bris kopplat till psykiskt våld har ökat med hela 63 procent under åren 2016–2018. Totalt handlar det om över 4 000 samtal under tre år. Allra oftast är det barn som söker stöd för att de upplever sig bli illa behandlade hemma. Det handlar om föräldrar eller andra vuxna som är hotfulla, skrämmer, kränker, bestraffar och hotar att överge barnet. Det handlar också om vuxna som utsätter andra i familjen för våld, alltså att barn tvingas uppleva våld mot personer i sin närhet, eller att vuxna är sadistiska mot husdjur.

Fysiskt och psykiskt våld hänger ofta ihop, och många kontakter om våld handlar om båda delarna. Barn som berättar för Bris om att de utsätts för psykiskt våld hemma beskriver ofta att de känner sig väldigt ensamma. Många har en låg självkänsla, tänker på sig själva som värdelösa och känner sig uppgivna. Tilliten till andra människor är ofta stukad. Inte sällan beskriver barn att de lever med en ständig rädsla, medan andra beskriver sig som känslokalla, att de har ”stängt av”. Det kan vara svårt att känna något alls eller känna igen och reglera sina känslor.

Att utsättas för fysiskt våld av vuxna i ens närhet är förknippat med skuld och skam, och det finns stora hinder för barn att berätta. Samtidigt kan det vara lättare för vuxna i ens omgivning att upptäcka fysiska tecken på att ett barn är utsatt, och om det fysiska våldet kommer till vuxnas kännedom bör vuxna professionella, i skolan eller inom socialtjänsten, agera snabbt för att barnet ska skyddas från våldet. När det gäller psykiskt våld kan detta vara svårare. Det kan vara svårare både för barnet och för vuxna runtomkring att sätta ord på och identifiera det som händer som våld. Det kan också vara svårare att se vilket stöd barnet behöver, och om den eller de vuxna gjort sig skyldiga till brott eller snarare behöver stöd i sitt föräldraskap.

Definitioner

- **Psykiskt våld – hot, kränkningar och straff:** Barnet är/har blivit utsatt för, bevittnat eller utsatt någon annan för psykiskt våld, både inom familjen och i andra sammanhang.
- **Mobbning:** Barnet är hjälpsökande utifrån mobbning. Kan vara utsatt, utsätta andra eller bevittna. Gäller all form av mobbning oavsett arena.

”Jag blir mobbad. Dom sparkar mig och låser in mig i klassrum men rektorn säger bara alla ska få en till chans hon gör inget. Snälla hjälp mig, jag orkar inte med mitt liv längre.”

MOBBNING – MARKANT ÖKNING AV BARN SOM SÖKER STÖD

Kontakterna om mobbning har ökat stort, med 48 procent 2016–2018. Ökningen är störst i samtal från yngre barn, i åldersgruppen 10–12 år är ökningen 73 procent. Sverige har länge haft en relativt låg förekomst av mobbning jämfört med andra länder, men den senaste upplagan av Skolbarns hälsovanor visade att alltfler barn uppger att de utsatts för mobbning [26]. Mobbning är en form av våld, och i de fall barn beskriver att mobbningen består av fysiskt eller psykiskt våld så dokumenteras det även där. Att Bris skiljer ut mobbning i dokumentationen handlar även om att det är ett använt begrepp av barn för våld mellan jämnåriga.

Begreppet mobbning är ingen juridisk term och återfinns inte i Sveriges nationella straffrättsliga reglering. Det finns alltså ingen särskild lag mot mobbning. Däremot kan mobbning innebära brottsliga handlingar som kan leda till åtal och konsekvenser enligt bland annat brottsbalken. Det finns olika lagrum (paragrafer) vilka kan aktualiseras när en person utsätts för en eller flera kränkningar, exempel på dessa är misshandel, olaga tvång, olaga hot, ofredande, förtal och fridskränkning.

Det är tydligt i Bris samtal med barn om mobbning att barn har vitt skilda erfarenheter, allt från att bli utfryst, verbalt kränkt till att utsättas för fysiskt våld. Liksom för andra former av våld finns en osäkerhet bland många barn om det som de blivit utsatta för verkligen räknas som våld eller som en kränkning. Barn funderar på var gränsen går, exempelvis på skillnaden mellan bråk och mobbning eller på att inte ha kompisar i skolan och på att vara mobbad.

Över hälften av samtalen som handlar om mobbning handlar också om skola. Även om mobbning sker på andra arenor, såsom på nätet, så är skolan den arena där barn upplever sig som mest utsatta. Men det finns inga vattentäta skott mellan mobbning som sker i skolan, på fritiden eller på nätet, utan många gånger återfinns utsattheten på flera olika arenor.

Även barn som har funderingar på om de själva är mobbare söker stöd från Bris. Funderingarna kan antingen komma från en egen insikt om eller oro för att en utsatt någon för mobbning eller ha uppkommit efter att ha blivit anklagad för att ha utsatt någon för mobbning. Gemensamt för barnen som funderar på om de själva är mobbare är att de känner skam, skuld och ånger. Bland barn som upplever sig ha blivit anklagade, kanske även oskyldigt anklagade, är känslor av orättvisa och ilska mer förekommande.

[26] Folkhälsomyndigheten, Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18.



Foto: Shutterstock

Barn som söker stöd hos Bris om mobbning har ofta svårt att våga tro att det kan bli bättre.

Att Bris kontakter om mobbning ökar bland yngre barn kan vara ett tecken på att barn i lägre årskurser har färre möjligheter att söka hjälp i sin närhet. Tillgången till elevhälsan är ofta lägre på mellanstadiet medan mer resurser läggs på högstadiet och gymnasiet. Barn i åldern 10–12 år beskriver att det är svårt att bli tagen på allvar av vuxna när barnet berättar om något svårt, det gäller mobbning såväl som psykisk ohälsa och annan utsatthet. Vuxna tenderar ofta att se på yngre barns problem som mindre problem vilket kan leda till att mobbning inte fångas upp och insatser uteblir.

Barn berättar om tappad självkänsla och bristande framtidstro

När barn berättar om konsekvenser av att utsättas för mobbning är den egna psykiska hälsan ofta i fokus. Barn beskriver allt från självmordstankar, självdestruktivitet och nedstämdhet. I barns beskrivningar återfinns också en påverkan på framtidstron och förmågan att känna optimism och hopp om förändring. Barnet har många gånger svårt att tro på att det kan bli bättre, och denna oro finns för många kvar lång tid efter att mobbningen har upphört och har därför en inverkan på i vilken utsträckning barnet vågar utveckla jämnåriga relationer.

En av de mest förekommande bristerna som barn berättar om inom skolan är utebliven hjälp från vuxna utifrån mobbning. Detta trots att alla vuxna på skolan, inte endast elevhälsan, har ett gemensamt ansvar att förebygga och stoppa mobbning. Barn beskriver hur de aktivt sökt hjälp men antingen blivit nekad den hjälp hen sökt, eller att hjälpen inte genomförts på ett sätt som hade potential att utgöra skillnad för barnet. Det är vanligt att barn uttrycker att ingenting har hjälpt eller att ingen har gjort något. När skolan inte har hjälpt finns exempel på vuxna i skolan som skyller ifrån sig, som fördelar ansvaret lika mellan det utsatta barnet och de barn som utsätter barnet för mobbningen, som nedvärderar barnets upplevelse av kränkningar till att motsvara kompisgnabb och menar att alla förtjänar flera chanser. Det finns också exempel där skolan har agerat mot mobbningen men där resultatet inte blivit som det var tänkt. Det kan handla om att den som utsatt barnet för mobbning har fått bestraffningar, som exempelvis avstängning, men att detta bara lett till att barnet blivit ännu mer illa behandlad och utsatt efteråt.

För barn som är utsatta för mobbning är det prioriterade att mobbningen upphör och att skolan blir en trygg plats. Ofta önskar barn att själva få byta skola. Ett eventuellt skolbyte är inte ett enkelt beslut för barnet och ofta förknippat med såväl ilska som sorg men bakomliggande orsak är ofta barnets dröm om att få en nystart på en annan skola, där ingen vet vad som

”Jag skrev ett brev till min lärare hur jag mådde. Vad folk har sagt i skolan och hur jag känner mig när dom säger det. T ex sa dom att jag var äcklig, ful, en hora m m. Men vet du vad läraren gjorde med det brevet. Jo hon slängde det. Hon frågade inte ens mig om det.”

hänt och där ingen har förutfattade meningar om en. Det finns olika hinder för barns möjlighet att byta skola; att föräldrar ska samtycka, att skolan ska vara behjälplig men kanske främst att det finns en annan skola att byta till.

Det är sällan barn som utsätts för mobbning själva önskar att en mobbare ska byta skola, detta är snarare ett vuxet perspektiv som lyfts fram. Det beror ofta på att barnet inte känner sig utsatt av en enskild mobbare, utan ofta finns det flera jämnåriga som vet, som sett, som stått passiva eller som deltagit men inte i samma utsträckning. Att en person lämnar skolan är därför inte alltid den chans till nystart som ett utsatt barn drömmer om. Idén om att flytta på en enskild mobbare är därför ett typiskt exempel på en lösning som vuxna föreslår utan att ha frågat barn.

Skolledningen har ett ansvar

Kränkande handlingar och beteenden ska aldrig accepteras i skolan oavsett vilka som är inblandade – lärare, elever eller rektorer – och detta ska klargöras på ett tydligt sätt i verksamheten. Skolledningen har ansvaret för att, tillsammans med till exempel elevskyddsombuden, visa att man på skolan inte tolererar att någon kränks eller mobbas. Värderingar och förhållningssätt behöver vara tydliga och uttryckas i både målsättningar, regler och praktiskt handlande. Skolan måste agera snabbt vid signaler om kränkning och mobbning och vidta åtgärder för att stödja den mobbade och se till att det inte sker igen. Rektorn har ett särskilt ansvar enligt skollagen för verksamheten. Rektorns ansvar gäller inte enbart undervisningen, utan även arbetsmiljön i skolan och vad gäller kontakter med föräldrar. Skolans läroplan slår fast att rektor har ett särskilt ansvar för skolans program för att motverka alla former av trakasserier och mobbning bland elever och anställda.

Enligt barn- och elevskyddslagen ska huvudmännen för de verksamheter som regleras i skollagen se till att det finns en likabehandlingsplan för varje enskild verksamhet, i syfte att främja alla barns lika rättigheter och förebygga och förhindra trakasserier och annan kränkande behandling.

Barn lever sina liv på nätet, där hittar de både vänner och stöd, men där finns också en risk för utsatthet för mobbning.



Foto: Shutterstock

Även Arbetsmiljölagen gäller i skolan, och ställer krav på att arbetsgivaren har rutiner för att förebygga och hantera de mobbningssituationer som uppstår. Elever från årskurs ett räknas som arbetstagare, skolledningen som arbetsgivare. Det betyder att elever, precis som vuxna i arbetslivet, har rätt till en trygg och säker arbetsmiljö. Enligt Arbetsmiljöförordningen måste skolan utan dröjsmål anmäla mobbning till Arbetsmiljöinspektionen. Arbetsmiljöverkets föreskrifter ställer krav på att skolledningen ska planera och organisera verksamheten så att kränkande särbehandling såsom mobbning, psykiskt våld, social utstötning och trakasserier förebyggs. Den som utsätts för kränkande särbehandling har rätt att snabbt få stöd och hjälp.

SEXUELLA ÖVERGREPP – STOR ÖKNING AV SAMTAL

Samtalen till Bris om sexuella övergrepp ökade med 43 procent från 2017 till 2018. Framför allt ökade antalet barn som sökte stöd kring sexuella övergrepp i samband med #metoo-uppropet i slutet av 2017, och har sedan fortsatt öka. I 88 procent av fallen är det en tjej som söker stöd. Definitionen av sexuella övergrepp på Bris är bred och innefattar sexuella trakasserier, sexuellt utnyttjande och sexuellt våld, såväl online som offline. När barn beskriver vad som hänt handlar det ofta om sexuella övergrepp som våldtäkt, eller sexuella handlingar med inslag av hot och våld. Ofta är det första gången som barnet vågar söka stöd och sätta ord på något som de kan ha burit inom sig under en lång tid.

Enligt MUCF, Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, har mer än var tionde ung person varit med om något sexuellt mot sin vilja, och särskilt vanligt är det bland unga tjejer. 22 procent av tjejerna i åldern 16–25 år uppger att de varit med om något sexuellt som de egentligen inte ville [27]. Enligt Nationellt centrum för kvinnofrid, NCK, utsätts unga kvinnor oftare för psykiskt och sexuellt våld. Förövare är främst en förälder, en partner eller en före detta partner.

En vanlig fråga från barn som hör av sig till Bris är om det som de varit med om räknas som övergrepp eller inte. Många barn känner stark skuld och skam och klandrar sig själva för att ha agerat, eller inte agerat, på ett visst sätt. Varför sa jag inte tydligt nej? Var jag för full? Får jag skylla mig själv? Likväl som barn funderar på vad som definierar ett övergrepp funderar de också på vad som kan tolkas som samtycke, och hur en ska visa att en inte vill ha sex. Det är vanligt att barnet berättar att hen inledningsvis sa nej men att detta nej inte respekterades och att barnet gav upp. Detta gör att barnet ofta funderar på om det som hände var ett övergrepp eller inte.

Det vanligaste när barn kontaktar Bris angående våld och övergrepp generellt och även sexuella övergrepp är att förövaren finns i barnets närhet och är en person som barnet har någon form av relation till, som en förälder eller annan närstående eller en jämnårig som barnet har en vänskaps- eller kärleksrelation med. I kontakter där barnet blivit utsatt av en jämnårig är det vanligt att det är någon som barnet har en relation med, antingen att de är vänner eller har en kärleksrelation. Det kan också vara en jämnårig släkting.

”Jag var egentligen inte intresserad att chatta om sex och sånt men när jag chattade med honom försvann mina ensamma känslor och deprimerande tankar. Men ändå känns det som om det är mitt fel för att jag aldrig sa stopp, att det är jag som borde skämmas.

Framför allt unga tjejer söker stöd från Bris för att de utsätts för fysiskt, psykiskt och sexuellt våld av unga killar i sina nära relationer. Många bär på en osäkerhet kring var gränsen för våld går. De bär ofta på en känsla av att ha blivit utsatta för våld men har samtidigt tvivel och osäkerhet kring vem som gjort fel, vilken rätt de har att säga nej, eller vid vilken tidpunkt det är okej att säga nej. Ofta lägger de skulden på sig själva och tycker att det som händer är deras eget fel.

Många tjejer som söker stöd från Bris på grund av utsatthet i sina nära relationer skulle vilja berätta och få hjälp av en vuxen, men hindras av samhällets attityder och normer. Det är svårt att berätta att den roliga grannkillen eller snälla klasskompisen inte är en särskilt snäll pojkvän. Många oroar sig för att situationen ska bli värre, att inte bli trodda, eller för ryktesspridning. Denna rädsla leder till ensamhet, isolering och känslan av att inte ha någon att vända sig till.

När barnet blivit utsatt för övergrepp från en vuxen är det ofta någon inom barnets egen familj eller nätverk, som föräldrar, bonusföräldrar eller andra närstående. Generellt är det vanligare att barn berättar om övergrepp från en vuxen inom barnets eget nätverk först flera år efter att övergreppen har skett. Det förekommer också att barn söker stöd från Bris efter att ha blivit utsatt för övergrepp från en för dem helt främmande vuxen person. Det kan vara någon som barnet kommit i kontakt med via nätet. I barns kontakter med Bris är det vanligast att barnet blivit utsatt av en manlig förövare.

Det händer att barn själva söker stöd hos Bris med en oro för att vara en förövare, för att ha utsatt en annan för ett sexuellt övergrepp. I dessa samtal är det vanligaste att barnet själv upplevde att båda ville och i efterhand fick veta att den andre hade en annan uppfattning. Detta blir svårt för barnet att hantera och påverkar även barnets förtroende för sin egen förmåga att vara i relation och tolka signaler.

I fem procent av samtalen om sexuella övergrepp finns en uttalad koppling till nätet. Många gånger säger barn inte så mycket om förövare eller hur och var de fick kontakt, så den relativt låga förekomsten betyder inte att så få barn upplever utsatthet på nätet, utan handlar snarare om hur barn uttrycker sig. När det finns en koppling till nätet är ett vanligt tema att ett barn

[27] Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, Fokus 15, 2015.

har skickat eller utpressas att skicka nakenbilder, som sedan kanske hotas att spridas vidare.

Barn kontaktar även Bris utifrån egna reflektioner över hur de använder nätet, hur de ibland söker sexuella kontakter med äldre män. Det är inte ovanligt att barn själva beskriver det som ett självskadebeteende som påverkar barnets psykiska hälsa negativt. Det kan slå över snabbt och gå från något som barnet upplevde var en relation i samförstånd till att bli en hotfull situation.

Barn beskriver kraftig ångest och känslor av skam och skuld

När barn beskriver sitt mående efter ett övergrepp beskrivs självmordstankar, självdestruktivitet, kraftig ångest. Många gånger är det kopplat till skam och skuld. Barn uttrycker också oro för att inte kunna få uppleva en sund och bra relation längre fram i livet.

I samtal där barnet har blivit utsatt för övergrepp av en person som hen fortfarandet behöver träffa, exempelvis en jämnårig, någon som går i samma skola, eller befinner sig i samma sociala sammanhang beskriver barnet att allt rivs upp om och om igen. Att med hjälp av samhällets stödinstanser bli skyddad från att träffa den som utsatt en för ett sexuellt övergrepp kan i teori vara lättare om förövaren är vuxen än om förövaren också är ett barn. Men många gånger berättar barn om fortsatt umgänge även med vuxna som utsatt dem för övergrepp, trots att föräldrar eller andra vuxna vet vad som hänt.

Många gånger är det dock ingen som vet, och Bris är bland de första som barnet berättar för. Fokus kan många gånger vara barnets psykiska hälsa, och senare i samtalet framkommer att barnet blivit utsatt för sexuella övergrepp.

HEDERSRELATERAT VÅLD OCH FÖRTRYCK – RISKEN ATT FÖRLORA SIN FAMILJ

Antalet barn som söker stöd kring hedersrelaterat våld och förtryck har varit ungefär detsamma för åren 2016-2018. Vanligast är att tjejer i åldersgruppen 16-18 år söker stöd.

Hedersrelaterat våld och förtryck har sin grund i kulturella föreställningar om kön, makt och sexualitet och kan ta sig olika uttryck. Kontrollen kan sträcka sig från begränsningar i vardagen, till exempel vad gäller val av kläder och umgänge, men även kopplas till begränsad rörelsefrihet till livsval såsom giftermål och utbildning. Hedersrelaterat våld och förtryck kan även bestå i hot om våld och övergrepp och i vissa fall leder detta till allvarliga skador såsom könsstympning och misshandel, men även dödligt våld.

Att utöva hedersrelaterat våld och förtryck mot en närstående bryter mot flera nationella och internationella regelverk. Svensk lagstiftning tar tydligt ställning mot våld och övergrepp. Detta avspeglar sig bland annat i stärkt skydd mot tvångsäktenskap och äktenskap med barn, lagen med förbud mot könsstympning, brottsbalken som innehåller Sveriges straffrättsliga lagar, lagen om kontaktförbud, föräldrabalken, lagen om vård av unga och socialtjänstlagen för att nämna några av de regelverk som kan bli aktuella vid hedersrelaterat våld och förtryck. Europakonventionen, kvinnokonventionen samt barnkonventionen ger även de ett tydligt stöd i arbetet mot hedersrelaterat våld och förtryck. Stöd återfinns även i Europarådets Istanbulkonvention samt i EU:s brottsofferdirektiv.

I samtal om hedersrelaterat våld och förtryck är det relativt vanligt att barn själva definierar det som händer som just hedersvåld, där de beskriver att de far illa och att förklaringen är föräldrars religiösa eller kulturella värderingar. Ofta har barnet då fått höra att hen bryter mot värderingar eller kulturella sedvänjor. Barn beskriver oro för vilka konsekvenserna kan bli om hen bryter mot uppställda regler, antingen baserat på egen erfarenhet, hot från familj eller närstående, eller utifrån kännedom om hur andra har drabbats. Det vanligaste är att det är en eller båda föräldrarna, eller ett eller flera äldre syskon, som utövar våldet. I Bris kontakter återfinns också samtal från barn, då främst pojkar, som känner sig pressade att upprätthålla familjens heder gentemot syskon eller kvinnliga familjemedlemmar fastän barnet själv inte delar dessa värderingar.

Som i alla samtal om våld befinner sig barn i olika skeenden i processen att söka hjälp. I samtal med barn som kommit långt i sin process och är beredd att ta hjälp från någon utomstående återfinns en hög medvetenhet om att barnet troligen kommer förlora all kontakt med familj och nätverk. Hoppet om att våldet ska upphöra på annat sätt än att barnet får skydd från de som utövar våldet är lågt. Här kan Bris se en skillnad mot andra samtal om våld i hemmet där barn kan uttrycka långtgående hopp om att våldet ska upphöra på andra sätt än att barnet behöver skydd i form av ett annat boende. Att konsekvenserna av att få hjälp och skydd ofta blir så avgörande för barnets liv visar vilken oerhört utsatt situation de befinner sig i. Vad gäller hedersrelaterat våld och förtryck behöver kunskapen öka i hela samhället, det förebyggande arbetet behöver stärkas och varje barn få stöd utifrån en bedömning av det enskilda barnets bästa. Bris välkomnar den tydliga markeringen i regeringsförklaringen i januari 2019 om att arbetet mot hedersrelaterat våld och förtryck ska stärkas.

OMSORGSBRIST – BARN SOM INTE FÅR DEN TRYGGHET DE HAR RÄTT TILL

Omsorgsbrist eller vad barnkonventionen kallar försummelse innebär att en vuxen, ofta under lång tid, skadar eller äventyrar barnets fysiska och/eller psykiska hälsa eller utveckling genom att inte ge barnet omsorg; som brist på mat, kläder, sjukvård, tandvård, stimulans, utbildning eller kärlek. Kontakterna

Definitioner

- **Sexuellt övergrepp:** Barnet är/har blivit utsatt för, bevittnat, är rädd för att utsättas för sexuella övergrepp, både inom familjen och i andra sammanhang eller har själv utsatt någon annan. Inkluderar sexuella trakasserier, grooming och sexuellt ofredande.
- **Definition av sexuellt övergrepp enligt FN:s barnrättskommitté (2014):** Definitionen innebär sexuella övergrepp mot barn att ett barn förmås eller tvingas att delta i någon olaglig eller psykiskt skadlig sexuell aktivitet. Det är också olagligt att använda sig av barn för kommersiellt sexuellt syfte, att framställa ljudinspelningar eller bilder av sexuella övergrepp på barn, barnprostitution, sexuellt slaveri, sexuellt utnyttjande i samband med resor, trafficking, handel med barn och tvångsäktenskap.
- **Hedersrelaterat våld och förtryck:** Barnet är/har blivit utsatt för, bevittnat, utsatt annan eller är rädd för hedersrelaterat våld och förtryck.



Foto: Shutterstock

Bris ser att mycket mer behöver göras för att skydda barn mot alla former av våld.

om omsorgsbrist har varit ungefär lika många årligen under åren 2016–2018. Liksom när det handlar om andra former av våld där en förälder eller annan nära vuxen är förövare finns starka känslor av skam, och en skadad tillit till andra människor som kommer påverka barnets förmåga att knyta egna sociala relationer i framtiden. Liksom för psykiskt våld kan det vara väldigt svårt för barnet att sätta ord på det hen utsätts för, och svårt för vuxna att uppfatta hjälpbehovet.

I barns samtal med Bris är lojaliteten med föräldrar ofta en försvårande omständighet både när det kommer till att faktiskt sätta ord på brister och framföra kritik mot föräldrar men också när det kommer till barnets möjligheter att förstå vilket stöd som behövs. Detta blir många gånger tydligt i samtal om omsorgsbrist eftersom det finns en koppling till andra svårigheter hos föräldern, som exempelvis psykisk ohälsa, fysisk ohälsa eller missbruk/riskbruk. Barnet kan många gånger förklara och därmed inför sig själv rättfärdiga omsorgsbristen med de svårigheter som hen är medveten om att föräldern har. Barn behöver därför andra vuxnas stöd för att förstå att det inte betyder att situationen ska förbli oförändrad. En omständighet som ytterligare försvårar för barn att söka hjälp är att omsorgsbristen sällan är konstant utan tvärtom står i direkt relation till ett föränderligt mående och funktionsnivå hos föräldern, vilket på sikt riskerar leda till att barn lär sig stå ut längre och längre perioder eftersom de har hopp om en kommande bra period.

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG FÖR STÄRKT SKYDD MOT VÅLD MOT BARN

För att stärka barns rätt till skydd mot alla former av våld behövs både mer kunskap, skärpt lagstiftning och bättre rättsliga processer för barn. Ett viktigt steg att ta är att förändra rådande lagstiftning för att täppa till de luckor som finns i varje barns skydd från våld, och för att förbättra barns möjlighet till rätt stöd och skydd.

Stärkt rättsligt skydd mot alla former av våld mot barn

Idag finns inga särskilda straffrättsliga regler när det gäller barn. Vad gäller fysiskt våld är det brottsbalkens bestämmelser om misshandel som kan bli aktuella, det vill säga samma bestämmelser som gäller för en vuxen. För att dömas för misshandel krävs det att barnet har tillfogats någon kroppsskada, sjukdom, eller smärta. Denna bestämmelse tar därmed inte sikte på alla former av våld. Att utsätta barn för att uppleva eller bevittna våld i hemmet är inte heller ett särskilt brott i svensk lag, trots att forskning visar att bevittnande av våld kan vara

Definition

Omsorgsbrist: Barnet är hjälpsökande utifrån att barnets omsorgspersoner brister i sin omsorg av barnet.

minst lika plågsamt och leda till minst lika allvarliga konsekvenser för barnet.

Det lagstiftade skyddet för barn som utsätts för våld innefattar enbart de former av våld som ingår i de allmänna straffbestämmelserna, så som misshandel och ofredande. Sveriges gällande lagstiftning är inte heltäckande vad gäller barnet rätt till att skyddas mot alla former utav våld. Lagen tar vidare inte tillräcklig hänsyn till att barnet befinner sig i en särskilt utsatt situation och till barnets beroendeställning i förhållande till den vuxne. Genomslaget för barnets bästa i brottmål är idag begränsat. I dagsläget råder ett tydligt vuxenperspektiv i brottmål, barn ges inte likvärdigt straffrättsligt skydd mot våld som en vuxen ges. Man ställer samma krav på ett barn som en vuxen till exempel vad gäller förmåga att beskriva smärta.

Inför att barnkonventionen blir lag 2020 ser Bris att hög prioritet bör ges till att se över rådande lagstiftning i syfte att Sverige ska leva upp till barns rätt till skydd mot alla former av våld som det definieras i barnkonventionen. Bris vill att det införs en särskild bestämmelse om misshandel av barn i brottsbalken då det finns ett tydligt behov av att särskilja våld mot barn från andra former av våld. Bris anser också att psykiskt våld som hot, trakasserier och att bevittna våld måste erkännas som våld i svensk lagstiftning och därmed göras straffbart. Studier visar att psykiskt våld och att bevittna våld är minst lika skadligt som fysiskt våld.

För de flesta sexualbrott mot barn börjar preskriptionstiden löpa först den dag barnet fyller 18 år. Det beror på att många inte berättar om sexuella kränkningar i barndomen förrän de har uppnått vuxen ålder. Dessa bestämmelser om preskription innebär att fler barn kan få upprättelse och fler gärningsmän kan bli fällda än tidigare, då brotten ofta hade preskriberats när barnet polisanmälde övergreppet.

Bris vill se att preskription avskaffas helt vad gäller samtliga sexualbrott mot barn. Detta för att det kan dröja många år innan brottsoffer vågar berätta om våld eller sexuella övergrepp de utsatts för som barn. Ännu längre tid kan det ta innan de utsatta vågar anmäla brottet. I de flesta fall är det någon närstående som är förövaren, vilket gör det ännu svårare för barnet att anmäla brottet. Skuld och skam, rädsla för

Bris vill se en särskilt bestämmelse om misshandel av barn i brottsbalken.



Foto: Shutterstock

och beroendeställning gentemot förövaren kan spela in. Vad gäller sexualbrott mot barn och unga bör fokus inom lagstiftningen vara att skydda barnet och ge barnet upprättelse i största möjliga utsträckning.

En barnvänlig rättsprocess

Arbetet med att göra barnkonventionen till lag behöver leda till en mer barnvänlig rättsprocess, med lagkrav på att barn alltid ska höras i processer som gäller dem själva, och där alla aktörer ska ha kunskap om barn. Att skapa en barnvänlig rättsprocess handlar om alltifrån att barnet får ett eget ombud från första stund, att processen präglas av ett språk som är anpassat till barnet, om att rutiner för uppföljning och information till barnet fungerar samt att rollfördelningen mellan parterna i processen är tydlig för alla inklusive barnet. Den rättsliga prövningen måste anpassas till barnets villkor och förutsättningar, för att stärka barnets position som juridiskt subjekt. Givetvis är det nödvändigt att säkerställa bästa möjliga balans mellan deltagande och skydd under en rättsprocess.

Bris förordar skärpta krav på målsägandebiträden och särskilda företrädare för barn. Ombudet ska vara en person som har en dokumenterad god juridisk kompetens och vara väl insatt i frågor som rör barn och barns behov. Särskilt i mål med barn bör det ställas mycket höga krav på det juridiska ombudets kompetens och personliga lämplighet. Enligt lagen [28] uppställs följande krav: ”Endast den får förordnas som på grund av sina kunskaper och erfarenheter samt personliga egenskaper är särskilt lämplig för uppdraget”.

Detta efterlevs dock inte i praktiken, utan det står domstolarna fritt att förordna den jurist/advokat de önskar. Tydligare och skärpta krav är nödvändigt för att säkerställa att barnet får det stöd hen har rätt till och behov av. Exempel på krav är att den som förordnas måste ha genomgått specifika utbildningar/kurser i bland annat barnrätt, och i att samtala med barn. Som ett led i detta skulle även obligatoriska kurser i barnrätt kunna ingå på juristutbildningen.

Bris vill se gemensamma nationella riktlinjer för Barnahus, vars syfte och intention är mycket god. Barnahus ska vara en trygg och barnvänlig miljö där barn som misstänks vara utsatta för brott får vara i centrum för utredningsprocessen. Syftet är att barnet ska få berätta sin historia på en plats och inte slussas runt mellan olika myndigheter och upprepa sin historia för flera personer. På plats ska åklagare, polis, läkare, socialtjänst och barnpsykiatrin finnas representerade. De flesta kommuner i landet är knutna till ett Barnahus, men de olika Barnahusen skiljer sig alltför mycket åt. En del tar enbart emot barn under femton år, andra tar emot alla under arton år och alla Barnahus har inte samtliga yrkeskategorier representerade. Det varierar hur mycket stöd och behandling barnen och deras familjer kan få, och det är inte acceptabelt att barn idag får så varierad tillgång till stöd och hjälp vid en juridisk process beroende på vart i landet man bor.

Kunskapshöjande insatser för vuxna och barn

Som ett led i det förebyggande arbetet mot våld och sexuella övergrepp mot barn är det även av stor vikt att arbeta med kunskapshöjande insatser. Barns medvetenhet om sina rättigheter måste höjas. Dels för att påverka attityder som verkar förebyggande, dels för att barn ska veta hur de ska agera om de utsätts för övergrepp. En annan viktig byggsten är att proaktivt diskutera relationer, sex och samlevnad i skolan, men även på övriga arenor där barnet befinner sig.

Kunskapen bland föräldrar och andra vuxna om alla former av våld måste också höjas. Alla vuxna behöver få information om vilka rättigheter barnet har, det svenska rättssystemet och hur man agerar vid misstanke om att ett barn utsätts för våld bör anmäla det till socialtjänsten. Som privatperson finns möjlighet till anonym anmälan, men det förutsätter att en inte berättar vem en är vid kontakt med socialtjänsten.

Bris ser att skolan och förskolan bör ha ett ansvar för att återkommande lyfta frågor om våld. För att öka kunskapen och förbättra arbetet med att förebygga och skydda barn från våld bör det upprättas nationell statistik över orosanmälningar till socialtjänsten, över hur många anmälningar som görs av professionella och i vilken omfattningar de leder till utredning.

Samtyckeskultur för minskade sexuella övergrepp

Bris ser att tidiga insatser, att vuxna samtalar med barn redan från förskoleåldern om rätten till sin egen kropp, och om normer och värderingar, är av stor vikt. Vuxna i skolan behöver ha kunskap och kompetens i frågor som rör rättigheter, normkritik och våld. Varje skola måste ha en fungerande elevhälsa som kan fånga upp och ge stöd till barn och unga som utsätts för trakasserier eller övergrepp. Kunskapshöjande insatser med anledning av den nya samtyckeslagstiftningen måste leda till en samtyckeskultur som stärker barn.

Behov av ökade insatser för en trygg skola

Ökningen av mobbning som syns i samtalen till Bris och i undersökningen Skolbarns hälsovanor är djupt problematisk och bör tas på allvar. Det blir tydligt att skolan inte förmår skapa en trygg miljö för många barn. Trygghetsarbetet

”Jag har pratat med lärarna men de ser det som att jag har gjort fel. Jag är så trött på att alla ger mig tomma löften och sympati. Jag behöver ingen sympati och jag behöver inga tomma löften, jag tänker inte anmäla till någon jäkla skolinspektion för jag kan både skolans och inspektionens processer och det tar flera månader. Vad kan jag göra innan jag flippar ur?”

[28] 5 § Lagen (1999:997) om särskild företrädare för barn



Foto: Shutterstock

Bris ser en oroande ökning av antalet barn som söker stöd på grund av mobbning.

måste ges betydligt högre prioritet med såväl stärkt kompetens som tid och resurser. Trygghetsarbetet behöver också vara en angelägenhet för alla som arbetar på skolan, där barn får komma till tals och arbetet utformas utifrån vad som fungerar för de enskilda barnen på den enskilda skolan.

Dessutom bör skolor arbeta långsiktigt för att förebygga mobbning och kränkande behandling. Framgångsrikt förebyggande arbete mot mobbning som forskningen har identifierat handlar framför allt om att sätta in insatser när mobbning upptäcks, vuxennärvaro på skolgården och att informera och arbeta tillsammans med föräldrar[29]. En aktuell svensk studie av Bitte Modin och medarbetare visar även på att skolor där lärarna hade höga förväntningar på att eleverna skulle lyckas i skolan hade omkring 25 procents lägre förekomst av mobbning. De fann också att skolor där lärarna var entusiastiska och stolta över sitt arbete med eleverna också hade lägre förekomst av mobbning[30]. Denna studie, liksom andra tidigare studier, tyder på att en skolas inriktning på att eleverna verkligen ska lyckas med skolarbetet också leder till minskad förekomst av mobbning. Andra delar av denna rapport visar också på försämringar i skolan. Det är möjligt att den ökade förekomsten av mobbning hänger samman med dessa försämringarna. Att stärka skolan och stötta och hjälpa fler elever att lyckas i skolan kan därför också förväntas minska förekomsten av mobbning. ◆

”När jag blir stor och skaffar barn ska jag göra 100 gånger bättre än vad mina föräldrar någonsin gjorde. Jag skulle aldrig hota mitt barn med att slå sönder det. Jag skulle aldrig säga till mitt barn att alla familjens problem är på grund av den. Jag kommer visa mitt barn all kärlek och glädje.”

[29] Ttofi MM, Farrington DP, Lösel F, Loeber R. Do the victims of school bullies tend to become depressed later in life? A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. Journal of Aggression, Conflict and Peace Research. 2011.

[30] Modin B, Låftman SB, Östberg V. Teacher rated school ethos and student reported bullying—A multilevel study of upper secondary schools in Stockholm, Sweden. International journal of environmental research and public health. 2017;14(12):1565.

4.
Skolan

Inlägg på Bris forum
Skickat den 28 december kl. 15.41

”Hej, min prestationsångest är grov, jag vill alltid visa att jag är bra och att jag kan och jag vågar inte misslyckas, vill alltid ligga på topp liksom. Jag vet att det egentligen kanske är svårt att alltid ligga på topp och vara bra i alla ämnen. Jag vet inte vad jag ska göra, min prestationsångest går liksom över i panikattacker då jag bara ligger och gråter och tycker allt är skit, då blir jag blockerad och får inget gjort och ångesten stiger. Sen går jag i 7:an så vi får betyg och jag har bra betyg men vägen dit har bestått av stress, ångest, illamående, psykisk ohälsa helt enkelt och jag vet inte hur mycket mer jag orkar, jag vill inte sänka mina betyg och jag vill visa att jag är bra. Mina föräldrar vet om det men inget hjälper. Jag mår hela tiden dåligt över skolan och jag känner bara, TOMHET. Jag vet inte vart jag ska ta vägen. Hjälp.. vad ska jag göra för att må bättre??”

4. Skolan

Under de senaste tre åren syns en ökande andel barn som söker stöd i frågor om skolan. Barns oro kring skolan tilltar, och många barn tampas med stress och prestationskrav kopplade till skolan även under loven. Det handlar både om pressen att lyckas, och om att vara utsatt och otrygg i skolan.

Ett barn tillbringar mer än 20 000 obligatoriska timmar i skolan under sin uppväxt. I barns samtal om skolan är vanliga teman stress och ångest, prestationsångest och oro för betyg. Det är också tydligt hur viktigt det är för barn att få trivas, känna sig trygga och bli sedda och respekterade. Samtalen om skolan ökade med 25 procent under åren 2016–2018, och under perioden har Bris haft över 14 000 kontakter med barn och unga om skolan. En tydlig trend är att fler barn idag söker stöd och vill prata om skolan även under sommarlov och jullov. Många barn är stressade och har svårt att släppa skolan. Många samtal handlar om stress och prestationsångest, om att inte trivas i skolan och om kränkningar i skolan. Det är tydligt att skolan påverkar barns mående, samtidigt som hur ett barn mår påverkar skolgången och skolresultat. Ofta påverkar olika faktorer varandra växelvis så att barnet själv har svårt att veta vad som kom först, och barn kan uppleva att problem i skolan leder till en ond spiral där vardagen och hela livet påverkas.

Utbildning är en rättighet enligt barnkonventionen, och i Sverige har barn numera skolplikt från 6 års ålder. Skolan ska ge varje barn en god start i livet, genom att främja barnets utveckling och lärande. Ingen annan verksamhet i samhället har så breda och långvariga kontakter med barn och unga, och skolan har en avgörande påverkan på ett barns liv. Att gå ut skolan med godkända betyg är en skyddsfaktor mot psykisk ohälsa, medan studier visar att risken

Definition

Barnet är hjälpsökande på grund av sin skolsituation. Inkluderar alla frågor/funderingar som rör skolan, som undervisning, arbetsmiljö, betyg etc.

Skolan är en stor del av alla barns liv.



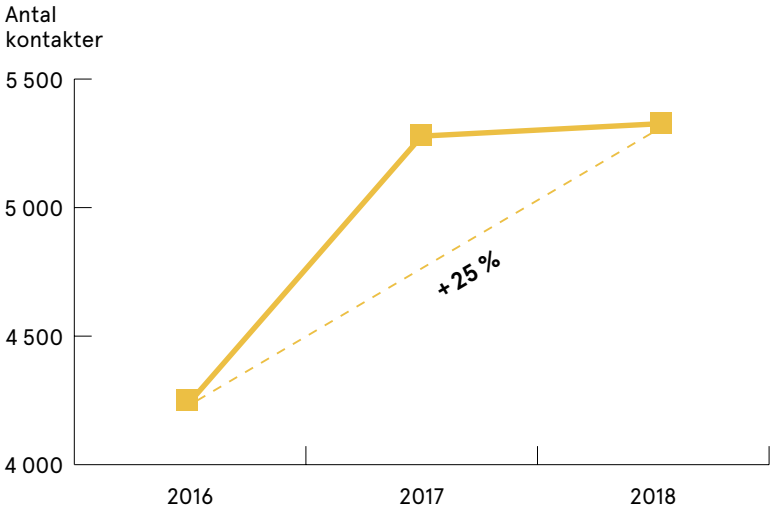
Foto: Shutterstock

för självmord ökar bland dem som inte klarar skolan [31].

Eftersom barn lever en stor del av sin vardag i skolan så blir hela barnkonventionen relevant för hur vi utformar skolan. Ett barns skolgång är ett tydligt exempel på hur barnkonventionens rättigheter lägger ett pussel där rättigheter förutsätter varandra. Om ett barn inte har alla sina rättigheter tillgodosedda så kommer barnet inte att kunna gå i skolan och tillgodogöra sig sin rätt till utbildning på samma sätt som alla andra. Det kan handla om barn som saknar fast bostad, barn som inte kan äta sig mätta hemma eller som har familjemedlemmar som inte mår bra och som barnet oroar sig mycket för vilket gör det svårt att koncentrera sig och prestera.

Vuxna i skolan spelar därför en väldigt viktig roll för barns möjlighet att tillgodogöra sig rätten till utbildning, men också för varje barns rättigheter. Därför har vuxna i skolan skyldigheten enligt lag göra bedömningar och anmäla vid oro för barn.

➜ Skolan



Allt fler barn och unga söker stöd om frågor som rör skolan.

BARNS BERÄTTELSER OM OTRIVSEL OCH OTRYGGHET

Barn som söker stöd hos Bris berättar om utsatthet, mobbning och kränkningar, om hur viktig den sociala samvaron är i skolan och hur lätt det är att vuxna underskattar det. För vissa barn är vänner i skolan det som avgör att barnet överhuvudtaget fortsätter gå dit. I de fall då den sociala samvaron blir ett hinder handlar det många gånger om komplicerade vänskapsrelationer som enligt barnen själva inte kan definieras som mobbning utan mer som en känsla av utanförskap, att inte få höra till och att inte känna sig trygg.

Att barn trivs och känner sig trygga i skolan är viktigt inte bara för att det är en rättighet i sig, det har också ett tydligt samband med förekomsten av psykisk ohälsa. Dessutom minskar möjligheten att tillgodogöra sig utbildningen och klara skolan, vilket också är en riskfaktor för framtida psykisk ohälsa. I den senaste upplagan av Skolbarns hälsovanor har andelen elever som trivs i skolan minskat i alla åldrar. Det visar sig både i frågor om hur bra elever tycker om skolan, och i frågor om hur snälla och hjälpsamma elever är mot varandra i skolan. Samtidigt ökar andelen elever som varit utsatta för mobbning [32]. Även Bris har tagit emot ett ökande antal samtal om mobbning under åren 2016–2018, vilket beskrivs utförligare i kapitlet om Våld, övergrepp och kränkningar.

I Skolverkets undersökning ”Attityder till skolan” uppgav 30 procent av eleverna i grundskolan och gymnasiet att de saknade arbetsro på minst hälften av alla lektioner [33]. För Bris berättar barn om koncentrationssvårigheter på grund av hög ljudnivå i klassrummet, och om lärare som inte lyckas skapa en lugn arbetsmiljö vilket leder till att konflikter mellan elever blossar upp.

Sedan 1990-talet har skolan i uppdrag enligt skollagen att arbeta med systematisk kvalitetsförbättring, men upprepade kartläggningar visar att det alltför ofta inte sker. Bris vill se att kommuner och huvudmän ålägger skolor att genomföra återkommande undersökningar av elevernas upplevelse av skolmiljön, liknande de som Skolverket gör på nationell nivå. Resultaten av undersökningarna bör delas med både elever och vårdnadshavare, och elever bör göras delaktiga i förbättringsarbetet.

DEN STÄNDIGA SKOLSTRESSEN

Drygt hälften av samtalen till Bris om stress handlar också om skolan, och stress är vanligast bland barn i åldern 16–18 år. Tonåringar beskriver att stressen påverkar hela deras livssituation. De har en bild av att deras framtidsutsikter står på spel om de inte presterar tillräckligt bra, och många beskriver en avsaknad av vuxenhjälp, och stress och ångest kring val av skola och gymnasieprogram. De senaste siffrorna i studien Skolbarns hälsovanor visar att stressen

[31] Björkenstam C, Weitoft GR, Hjern A, Nordström P, Hallqvist J, Ljung R. School grades, parental education and suicide – a national register-based cohort study. J Epidemiol Community Health. 2011;65(11):993-8.

[32] Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/2018.

[33] Skolverket. Attityder till skolan 2015. Stockholm: Skolverket.



Foto: Shutterstock

Det är tydligt i barns samtal att skolstressen finns i alla åldrar.

ökar även i yngre åldrar, men att den stora andelen stressade barn finns i åldern 16–18 år.[34]

Barn berättar för Bris om nervositet inför ett nytt läsår eller en ny termin, att vuxna omkring dem kan bidra till oron genom att prata om att kraven kommer öka i den nya årskursen eller hur viktigt det är att barnet ska lyckas i skolan. Många barn kämpar redan i tidig ålder med att hitta balans i livet, och pratar med Bris om hur de ska kunna kombinera skolarbete och fritidsintressen. De upplever att vuxna i skolan inte planerar och tar ansvar för att eleverna ska ha en hållbar skolsituation. Det är tydligt att skolstressen finns i alla åldrar och är utbredd bland gymnasieungdomar. Barn behöver få stöd och verktyg att hantera stressen.

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG

I regeringsförklaringen i januari 2019 aviserades att ämnesbetygen ska återinföras på gymnasiet, något som både Bris och elevrådsorganisationerna drivit på för eftersom kursbetygen har en stark koppling till gymnasieelevers stress. Samtidigt öppnar regeringen för möjligheten att införa betyg från årskurs 4, trots att den samlade kunskapen idag inte ger stöd för att tidiga betyg skulle vara gynnsamt. Studier visar att det snarare skulle öka skillnader mellan barn, där de högpresterande presterar ännu bättre medan de lågpresterande presterar sämre[35]. Det behövs en större översyn av hur faktorer som tidiga betyg, otydliga betygskriterier och förväntningar, och oro kring skolval och framtidsmöjligheter påverkar skolstressen.

Alltför många barn och unga går idag igenom skolan utan att få fullständiga betyg. Över 10 procent lämnar grundskolan utan gymnasiebehörighet, och omkring 34 procent lämnar gymnasiet utan examen. Det leder dels till svårigheter att komma in på arbetsmarknaden, men är framför allt en hög riskfaktor för att drabbas av psykisk ohälsa. I barns kontakter med Bris finns också ett tydligt samband mellan psykisk ohälsa och hur det går i skolan.

Sverige har den lägsta andelen elever som erhåller gymnasieexamen jämfört övriga nordiska länder[36]. Brister avspeglas även i försämrade resultat i de internationella PISA undersökningarna, där Sverige visar dåliga resultat både för matematik, läsning, naturvetenskap samt förmågor som kreativitet, förmåga till kritiskt tänkande och till problemlösning[37, 38]. Det finns alltså flera tecken på att den svenska skolan fungerar mindre väl jämfört med övriga nordiska länder. I de länder där PISA-resultaten är bättre är också barns psykiska hälsa bättre än i Sverige[39].

Sett till allt detta finns starka skäl att arbeta för att fler barn och unga ska slutföra grund- och gymnasieskola med godkänd examen. Grundskolan ska inte underkänna barn, utan lära dem för livet. Inga tydliga framsteg har gjorts de senaste 15 åren. Ett skäl kan var att det finns olika ideologiska föreställningar kring hur skolan ska förbättras. Några menar att varje skola är unik och att det inte går att använda principer som är generellt giltiga medan andra hävdar motsatsen, att det genom forskning går att klargöra vilka åtgärder som ger de bästa effekterna på barnens lärande. Etiska överväganden talar för att barn har rätt till att få bästa möjliga undervisning. Det innebär att i prakten använda den omfattande internationella forskning som finns kring metoder för effektiv undervisning. Så är dock inte fallet idag i Sverige.

En förbättringsåtgärd som Bris ser är att Skolforskningsinstitutet, vars huvuduppgift är att göra systematiska översikter av praktiknära forskning om förskola, skola och vuxenutbildning, bör få både mer resurser och större genomslag för sitt arbete. ◆

”När vi ska redovisa hjälper min lärare aldrig till. Hela klassen kan bua, skratta, kalla mig dålig, säga att jag pratar för tyst eller bara prata med varandra och lyssna men hon säger aldrig åt dem. Hon säger bara åt mig att fortsätta.”

[34] Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/2018.

[35] Hattie J, Timperley H. The power of feedback. Review of educational research. 2007;77(1):81-112. Klapp A, Cliffordson C, Gustafsson J-E. The effect of being graded on later achievement: evidence from 13-year olds in Swedish compulsory school. Educational Psychology. 2016;36(10):1771-89.

[36] OECD. OECD.Stat 2018.

[37] OECD. PISA 2015 Results (Volume 1). Excellence and Equity in Education 2016.

[38] World Economic Forum. New Vision for Education – Geneva; 2015.

[39] Folkhälsomyndigheten. Varför har den psykiska ohälsan ökat bland barn och unga i Sverige? Utvecklingen under perioden 1985–2014. 2018.

5.
Vänner

Mottagare: Bris
Skickat den 1 augusti kl. 19.03

”Jag behöver hjälp. Mina vänner har helt lämnat mig. Jag har jättesvårt att skaffa vänner och dom enda vännerna jag har har jag varit kompis ända sen första året i skolan. Men dom har börjat vara med några andra ifrån en annan skola och skiter totalt i mig. Min allra bästa vän säger att jag är den enda som bryr sig när hon är ledsen men ändå så är hon med dom andra och jag bara saknar den gamla tiden så mycket. Jag har jättemycket ångest över detta. Jag vet inte vad jag ska göra. Har jättemycket problem med familjen och alltid när jag har varit ledsen så har ingen av mina kompisar brytt sig. Men jag har alltid försökt stötta dom och trösta dom och göra allt jag kan för att dom ska må bra men det är en helt annan sak när jag mår dåligt. Ingen orkar väl bry sig... så jag har typ inga vänner. Och jag vet inte vad jag ska göra. Jag mår jättedåligt över att det aldrig finns någon att prata med eller vara med för jag ser alltid folk på snap sova över med sina kompisar och vara ute och ha kul med sina kompisar och sånt och jag vill liksom också men ingen vill vara med mig känns det som...”

5. Vänner

Vänskap och sociala relationer är viktiga för alla människor. Att barn behöver stöd i sina jämnåriga relationer märks av att samtalen till Bris konstant legat på en hög nivå under 2016–2018. Det handlar både om vänskap och om ensamhet, och om vänskapsmönster i förändring i takt med digitaliseringen.

Ungefär 20 procent av barns samtal till Bris handlar om vänner i någon utsträckning. Förekomsten ökade något under 2017 men ligger på samma nivå 2016 och 2018, och totalt under perioden har nästan 15 500 kontakter varit barn som sökt stöd kring vänskap. Att prata om vänner är vanligast bland de yngre åldersgrupperna och minskar med stigande ålder, vilket delvis kan förklaras med att barns vänskapsrelationer ofta utsätts för prövningar under puberteten och tidiga tonåren, medan många är något mer trygga i sina relationer högre upp i åldern. Det är vanligare att tjejer söker stöd hos Bris om vänner än att killar gör det.

I Skolbarns hälsovanor finns flera frågor kring vilket stöd barn och unga upplever att de kan få från sina vänner. I alla åldrar är det en övervägande majoritet som svarar att de kan räkna med sina vänner, dela glädje och sorg med vänner och prata om problem med vänner. Samtidigt svarar 8,3 procent av de 15-åriga pojkarna, och 14,7 procent av de 15-åriga flickorna, att de oftast eller alltid känner sig ensamma.[40] För barn och unga som upplever att de saknar vänner och känner sig ensamma får det stora konsekvenser.

Det är också tydligt att digitaliseringen de senaste åren har lett till förändrade mönster för hur barn umgås med vänner. Den vanligaste formen bland barn och unga idag är att umgås med kompisar på nätet, enligt SCB:s undersökning Barn-Ulf. År 2017 angav 87 procent sådant umgänge minst en dag i veckan. Näst vanligast är att träffas på andra ställen än i hemmet vilket 80 procent angav 2017. Det har under perioden 2008–2017 blivit något mindre vanligt att träffas i det egna hemmet eller i kompisens hem[41]. Även i studien Skolbarns hälsovanor framgår att det vanligaste sättet för barn att ha kontakt med vänner är via nätet. Från 13 år och uppåt är det en majoritet av både tjejer och killar som svarar att de har kontakt flera gånger varje dag med vänner på nätet.[42]

Bris erfarenhet är att barn själva sällan skiljer på att umgås på nätet eller ”i verkligheten”, för dem handlar det om relationer som de upprätthåller på flera arenor. För många barn är nätet en möjlighet att hitta nya eller fler vänner som delar ens intressen och som kan stötta, om en upplever sig ha få vänner till exempel i klassen.

Definition

Barnet är hjälpsökande utifrån den inverkan vänskapsrelationer, såväl online som offline har på barnets mående, främst negativt på grund av t.ex. konflikter och ensamhet.

MÅNGA BARN MÄTER SITT VÄRDE I ANTAL VÄNNER

Att ha goda vänskapsrelationer är viktigt för barn, liksom för vuxna. Alla sociala relationer har en inverkan på en människas liv och mående. Det är ett grundläggande behov hos människor att få känna tillhörighet och närhet till andra. Rätten att ha relationer finns inte i barnkonventionen, men däremot finns rätten att inte fara illa i sina relationer.

Inneboende i relationer är att det är i de nära relationerna som sårbarheten finns, det är där de viktiga behoven kan bli tillgodosedda, men det är också där en kan fara väldigt illa och utsättas för våld, övergrepp och kränkningar. Eftersom en så stor del av en människas vardag handlar om relationer, och hela samhällsbygget vilar på kollektivism, att människor ska fungera i grupper och i samhället i stort, så är det vuxnas ansvar att rusta barn för det. Att barn och vuxna mår bra och klarar av att ha goda, meningsfulla, medmänskliga relationer är en förutsättning för hållbara och fredliga samhällen.

Det som är utmärkande när barn söker stöd hos Bris om jämnåriga vänskapsrelationer är att barn tenderar att mäta sitt värde i hur många eller hur nära vänskapsrelationer en har. Det framträder en bild av hur barns, och ofta även vuxnas, idealbild av hur barns sociala liv ”ska” se ut. Förväntningen är att barn ska ha många nära barndomsvänner, att de ska kunna prata om allt med varandra och att barn alltid ska kunna vara ”sig själva” i sina nära vänskapsrelationer. Dessutom är föreställningen att det gäller att ha många nära vänner, att du är mer värd ju större vänkrets du har. Det här blir problematiskt för många barn. Barn kan kontakta Bris med en oro för att de lider av social fobi eller social ångest. I samtal med Bris blir det ofta tydligt att det barnet beskriver från sin vardag är helt adekvat utifrån ålder, situation och förutsättningar. Oron har alltså ofta sin grund i att barn uppfattar att det finns en bild av vad som är normalt, men som inte stämmer.

Att leva i utsatthet eller lida av psykisk ohälsa har en stor inverkan på barnets möjligheter att ha fungerande vänskapsrelationer. I kontakten med Bris beskriver barn hur exempelvis ätstörningar påverkar vänskapsrelationer då vänner anpassar sig eller oroar sig och behandlar en annorlunda,

[40] Folkhälsomyndigheten, Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/2018.

[41] Statistiska centralbyrån. Undersökningar av levnadsförhållanden - ULF 2018.

[42] Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18.



Foto: Shutterstock

I barns samtal till Bris blir det tydligt hur viktigt det är med goda sociala relationer och att få ingå i ett sammanhang.

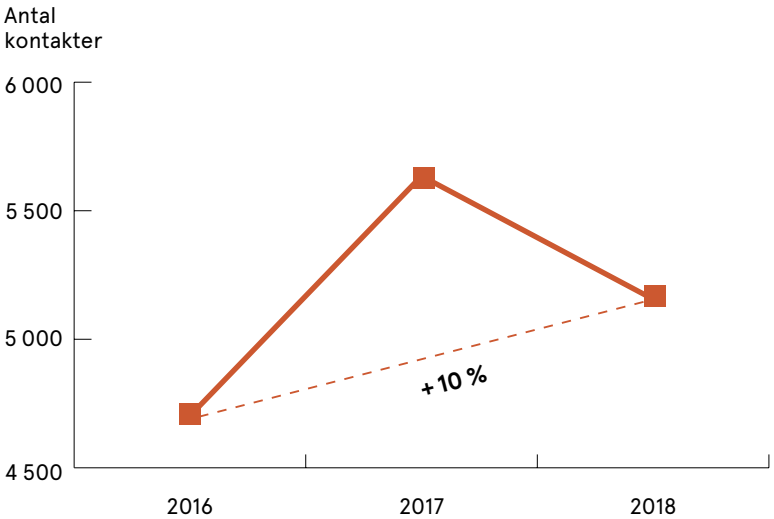
även långt efter att barnet blivit friskförklarat. Förekomsten av missbruk eller psykisk ohälsa i hemmet är också en försvårande faktor då barnet många gånger försöker skydda sina vänner och sig själv från att introducera vänner för föräldrarna vilket gör att umgänget behöver ske på annan plats än i det egna hemmet. Barn som är placerade i familjehem beskriver hur svårt det är att knyta relationer eftersom de inte vet hur länge de ska bo kvar, och ofta får flytta flera gånger. För barn i dessa särskilt utsatta situationer spelar goda sociala relationer utanför hemmet en mycket viktig roll, och när barn har svårt att tillgodogöra sig goda relationer påverkas såklart hela deras liv, som exempelvis möjligheten till en god psykisk hälsa, vardagen i skolan, och möjligheten att delta i fritidsaktiviteter.

I samtal som handlar om vänner och familjen är ett vanligt tema att familjesituationen på något sätt försvårar barnets vänskapsrelationer. Det kan handla om att föräldrar inte accepterar ens vänner, att ens föräldrar har andra regler än vad vännernas föräldrar har eller att liknande svårigheter som barnet upplever i vänskapsrelationer återfinns i den egna familjen.

VÄNSKAPSRELATIONER I FÖRÄNDRING MED DIGITALISERINGEN

Nätet är en viktig arena för barns jämnåriga relationer. I barns samtal med Bris återfinns främst negativa erfarenheter av relationer på

➜ Vänner



Ungefär 20 procent av barns samtal till Bris handlar om vänner i någon utsträckning.

nätet, vilket är förväntat eftersom barn kontaktar Bris utifrån något de har formulerat som ett problem. Många gånger nämns nätet eller sociala medier bara i bisatser, som en arena där något äger rum utan att för den skull ha någon betydelse för det barnet behöver hjälp med. Bland de positiva erfarenheter som lyfts återfinns glädje och tacksamhet över de relationer barnet har på nätet, att det går att hitta vänner, går att få stöd och att det är en arena där en kan få vara sig själv. Att ta kontakt via sociala medier beskrivs av barn som ett naturligt sätt att inleda en ny relation, oavsett om det är med en vän eller någon en är intresserad av.

Hur ett barns mående påverkas av sociala medier är en bred fråga, som dels handlar om vilka relationer barnet har på sociala medier, hur barnet använder sociala medier och vilket syfte det fyller för barnet. Forskningen ger ännu inget tydligt svar på hur den snabba digitala utvecklingen påverkar den psykiska hälsan bland barn och unga [43]. Vissa barn reflekterar med Bris kring sitt egen användande av sociala medier och hur ens eget mående påverkas medan andra inte gör det. Att vuxna blir mer medvetna och att sociala medier förs upp på agendan möjliggör för barn att prata om sina känslor och upplevelser. Den nackdel som barn kan uttrycka kopplat till vuxna och sociala medier är att vuxna har en bristande förståelse, inte förstår att vänskaper och relationer är ”på riktigt” eller bara ser risker med allting.

Att vara på nätet kan förstärka en känsla av ensamhet. Barn beskriver känslor av saknad och utanförskap som väcks när de ser vad andra skriver och postar. De beskriver också att de använder strategier som att sluta gilla någons bilder som ett sätt att visa på att man inte längre är vänner, eller inte längre bryr sig. Samtidigt beskriver många att de inte vet hur de ska tolka det om någon annan slutar gilla ens bilder.

I Bris kontakter återfinns också samtal med barn som är sårade för att ha blivit blockade, eller för att den en var intresserad av inte svarade. Barn beskriver också hur det är svårt att tolka relationers förändringar genom sociala medier; hur det som tidigare var nära relationer urholkas till att ”bara” ske på nätet. Även om relationer på sociala medier har många likheter med relationer till exempelvis klasskamrater eller jämnåriga som barnet träffar regelbundet så beskriver barn att deras eget, och andras, agerande ibland är annorlunda på sociala medier. Det kan dels handla om att en vågar mer på ett positivt sätt men också att barnet agerar impulsivt och sen ångrar sig.

Barn beskriver att de känner osäkerhet och avundsjuka i relationer på grund av hur deras vänner agerar på sociala medier. Det kan handla om att en ser på sociala medier att kompisar gör saker som en inte bjudits in till, eller att kompisen sagt att hen ska göra något helt annat än vad hen sen lägger ut på sociala medier, eller att vissa kompisar får mer utrymme på varandras sociala medier än andra får.

”Jag är rädd att hamna i konflikt med kompisar. Jag är rädd att den ska bli arg, sluta vara min vän, bli ledsen eller sur. Det gör att jag blir försiktig, rädd och orolig. Ibland gör jag saker jag inte vill för att jag är rädd att förlora min vän.”

Oron för att missa något, att inte höra till eller bli utanför återfinns även i relation till sociala medier. Det kan handla om att en inte får ha sociala medier för föräldrar, att en inte är insläppt i grupper där andra har gemenskap eller att en inte är vän med ”rätt” personer.

När det gäller barnets liv på nätet kan vuxna göra mycket bara genom att visa intresse för barnets aktiviteter på nätet. Vuxna kan behöva påminna sig om att det sällan är några vattentäta skott mellan vad som utspelar sig på nätet och exempelvis i skola eller på fritiden. När barn berättar om händelser eller känslor kopplade till sociala medier behöver vuxna lyssna och låta barn berätta. Ta barnets känsla på allvar utan att bagatellisera eller moralisera. Försök att förstå det barnet beskriver från barnets perspektiv och avvakta med att ge ditt vuxna perspektiv. En hjälp för att lättare kunna sätta sig in i barnet barnets situation och förstå hur barnet känner kan vara att fundera på hur du skulle ha känt om det som hänt barnet på sociala medier hände dig i dina relationer, för troligen är det precis så verkligt det känns för barnet eftersom sociala medier inte alltid innebär distans utan kanske tvärtom är en plats där barnet är mer självutlämnande än i andra relationer.

MÅNGA VUXNA OFÖRMÖGNA ATT STÖTTA NÄR BARN HAR KONFLIKTER

Många barn upplever att vuxna har svårt att stötta i frågor om jämnårig vänskap, och att vuxna i deras närhet inte tar vänskapsrelationer och konflikter på allvar. Vänskap väcker mycket och starka känslor hos barn och många barn kontaktar Bris för att få ventilera med en utomstående som kan upplevas som opartisk. Barn är vana vid att även deras eget agerande skärskådas av vuxna när de söker stöd utifrån en konflikt med en jämnårig. Vanliga frågor som barn får från vuxna i egna nätverket är vad barnet själv gjorde eller hade kunnat göra annorlunda. Barn är många gånger medvetna om sina egna brister men behöver också få utlopp för ilska, besvikelse och sorg utan att i samma stund vara beredd att reflektera över sitt eget beteende.

I skolan tillbringar barn många timmar tillsammans med andra jämnåriga, och skolan är en arena där vänskapsrelationer har central betydelse. Skolmiljön är också en utlösande faktor för många konflikter. Det kan exempelvis handla om avundsjuka, konkurrens, kränkningar och utanförskap som i kombination med låg vuxennärvaro försvårar barnets möjligheter att lösa konflikter som uppstår. Det kan vara

[43] How children interact with digital media. The Economist 2019-01-03



Foto: Shutterstock

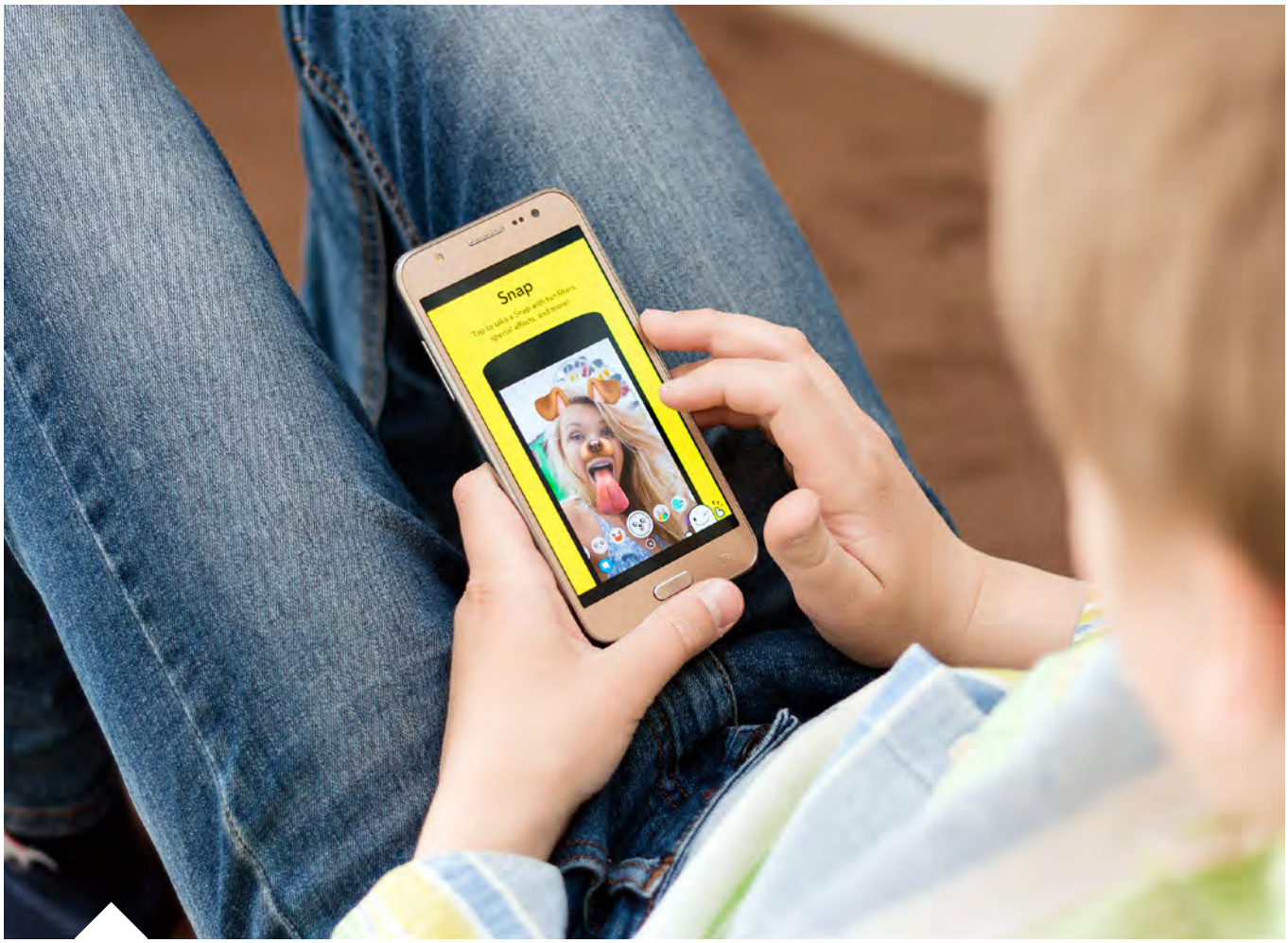


Foto: Shutterstock

Idag är det vanligast bland barn att umågs med vänner på nätet.

”Jag har inga bra erfarenheter när det gäller vänskap för jag har i princip bara varit med om vänskap som slutar dåligt.”

påfrestande för många barn, medan andra barn beskriver hur vardagen i skolan är de bästa timmarna av ens dag. Det är tydligt att fungerande vänskapsrelationer i skolan ökar barnets trivsel och därmed har en positiv inverkan på såväl relationer som mående och skolgång.

Det enskilda barnets individuella förutsättningar och egenskaper påverkar barnets förmåga att skapa och upprätthålla vänskapsrelationer. Det handlar om självförtroende, förmåga att hantera humöret, mod att ta kontakt med andra men också om existentiella funderingar som om det är okej att byta vänner eller ”göra slut” med en vän. Barn är många gånger medvetna om vilka egenskaper de uppskattar i en vän men har ändå svårt att lämna en vänskapsrelation med någon som behandlar en illa utifrån en rädsla att ensamheten kommer kännas värre än att bli illa behandlad av en vän.

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG

I barns kontakter till Bris om de vardagliga utmaningarna med vänskapsrelationer finns sällan en närvarande och stöttande vuxenvärld. Det stöd samhällets olika instanser erbjuder kopplat till vänskap hör mer samman med utsatthet i form av mobbning och kränkningar. Utanförskap, ensamhet och konflikter lämnas barn ofta mer ensamma att hantera.

Idag finns inte någon självklar stödinstans dit barn som vill söka sig utanför sitt eget nätverk kan vända sig med frågor kopplat till vänskap och kärlek. Där fyller Bris en viktig funktion för många.

Även om barnet får stöd från vuxenvärlden kring sin livssituation så glöms barnets behov av stöd kring vänskapsrelationer alltför ofta bort. Här finns också möjlighet för samhället att göra mer, som att skapa lättillgängliga arenor där barn kan möta andra barn, bli en del av en grupp och en gemenskap. Det kan handla om sänkta kostnader för att delta i idrotts- och kulturaktiviteter, möjlighet att låna material och utrustning, och kanske att sänka kraven på föräldrars engagemang för att ett barn ska kunna spela i ett lag.

Barn behöver också stöd i att få förståelse för hur mycket barnet själv kan påverka sina vänskapsrelationer, och hjälp att avlastas från skam och skuld när det inte fungerar. Många barn är snabba med att dra slutsatsen att det är ens eget fel att hen inte har några vänner. Barn klassar sig själva som konstiga, annorlunda eller blyga och inte värda att ha goda vänner. Här behövs närvarande och stöttande vuxna.

Till sist, för att finna motivation att utvecklas i sina jämnåriga relationer behöver barnet känna framtidstro och ett hopp om att som det är just nu kommer det inte alltid vara. Detta får dock inte ske på bekostnad av att ta barnet på allvar och fundera kring hur det går att förändra situationen här och nu. ◆

6.
Att vara ung

Mottagare: Bris
Skickat den 19 oktober kl. 12.39

” Jag är så trött på att höra att ”man blir ledsen under puberteten” eller ”men det är vanligt under puberteten” för jag vet att det inte är ”vanligt” under puberteten att ungefär varje sekund tänka på att ta sitt liv. Låter det vanligt tycker du? Jag vet att något är konstigt med mig och det känns som att jag håller på att tappa bort mig själv. Ingenting känns kul. Jag känner mig överflödig, som att det egentligen inte spelar någon roll om jag är här eller inte. Jag har inte energi till att göra någonting eller ens bry mig om saker. Jag stänger in mig på mitt rum och lyssnar på musik, jag vill inte gå ut. Jag orkar inte skriva, prata eller umgås med vänner. Jag orkar inte gå till skolan, jag orkar inte lyssna, jag orkar inte umgås med mina vänner där, jag vill vara ensam, jag vill inte träffa människor. Jag har vänner men jag känner mig ändå otroligt ensam. Det känns som att jag förstör mina vänskaper när jag är såhär som jag är. Livet är så svårt, och jag är trött på att bli förminskad genom att få det berättat att det bara är för att jag är i puberteten.”

14 procent av kontakterna till Bris 2018 var barn som sökte stöd kring frågor som ”Hur vet jag att jag har hittat mig själv?” och ”Vem kan jag prata med om livets mening?” I kategorin ”Att vara ung” samlas frågor och tankar som människor kämpar med hela livet, men som många möter för första gången i tonåren.

Definition

Sedan 2017 är definitionen av kontaktområdet Att vara ung att barnet har varit hjälpsökande kring exempelvis känsloliv kopplat till tonåren, identitet, existentiella frågor, självförtroende, att passa in, puberteten, framtiden, ledsen utan specifik orsak etc. och att problemen inte främst är en konsekvens av en annan svårighet/omständighet i barnets situation. Tidigare var definitionen vidare vilket medförde en nedgång i antalet kontakter mellan 2017 och 2016. Denna förändring innebär att vi inte ser på utvecklingen över alla tre åren utan redovisar 2017 och 2018 då definitionen varit densamma.

Under 2018 har Bris haft 3 512 samtal med barn och unga som handlat om Att vara ung vilket är 14 procent av samtliga kontakter. Ämnet har minskat jämfört med år 2017, både bland tjejer och killar. Samtal kring att vara ung är något vanligare bland äldre barn. En anledning till att kontakter om Att vara ung har minskat kan vara att kontakter via mejl har minskat, och de kanaler där Bris är i närmare dialog med barn (chatt och mail) har ökat. I dialog med barn som mer detaljerat beskriver sitt hjälpbehov får kuratorn ofta veta mer och kan då lättare dokumentera samtalet under en mer specifik kategori.

MÅNGA BARN SAKNAR EN VUXEN I SIN NÄRHET ATT PRATA MED

Återkommande när barn söker stöd hos Bris är upplevelsen att det inte finns någon vuxen att prata med. Undersökningar visar också att alltför många barn upplever att de inte har någon vuxen som kan lyssna, och att fler äldre barn saknar en vuxen att vända sig till.

Enligt flera studier har de flesta barn i Sverige tillgång till en vuxen i sin närhet som de kan prata om problem och bekymmer med, och både flickor och pojkar upplever att de får stöd och hjälp i sin familj. Men bland äldre barn sjunker andelen som tycker att det är lätt att prata med föräldrarna, och som tycker att familjen stöttar. Bland äldre tonåringar blir det istället vanligare att vända sig till vänner för stöd, eller till vuxna utanför familjen. [44, 45]

BARN BEHÖVER STÖD ÄVEN KRING DET SOM ÄR VANLIG TONÅRSUTVECKLING

I tonåren börjar många barn fundera på frågor kring identitet, den egna självkänslan, pubertet och vuxenblivande. Att för första gången möta dessa känslor och tankar kan vara skrämmande och leda till funderingar på om en är sjuk eller onormal. Med åren utvecklar de flesta av oss strategier för att exempelvis stärka självförtroendet eller inte låta andras åsikter påverka hela vår självbild, men många barn har ännu inte kommit dit.

Att barn inte vet hur de ska hantera varken situationen eller känslorna är inte konstigt, och att förvänta sig att de på egen hand ska hantera frågor som även vuxna sliter med är att lägga ett stort ansvar på barn. Utifrån detta är Bris samtal på temat ett viktigt förebyggande arbete, där barn får sätta ord på sina känslor men också får hjälp att utveckla strategier. Samtidigt beskriver barn att det är svårt att hitta en samtalspartner att lyfta funderingarna med. De frågor barnen har ryms dock sällan inom de relativt snäva ramar som exempelvis elevhälsa och ungdomsmottagning verkar inom, och barn beskriver att de kan känna sig avvisade eller inte tagna på allvar. Även inom det egna nätverket med föräldrar och andra vuxna, upplever barn att det är svårt att få gehör och få prata till punkt. Många gånger är vuxna snabba med att förklara barnets känslor och tankar med att det är normalt och vanligt att känna så i tonåren, att en duger som en är eller att det kommer gå över. Det leder ofta till en krock mellan barnets förväntningar på samtalet, och den vuxnas idéer om vad som är viktigt att förmedla till barn som exempelvis berättar om dåligt självförtroende.

Det som hos Bris kategoriseras som samtal om att vara ung kan för barn upplevas som lika smärtsamt som psykisk ohälsa, och barnet kan också vara övertygat om att det hen upplever är psykisk ohälsa. Utifrån detta perspektiv är det viktigt att vuxna förmår se hela barnet och exempelvis utforska vilka konsekvenser barnets tankar och känslor kring sig själv, livet eller omgivningen får för såväl mående som livsval. I samtal med Bris beskriver barn hur ens sviktande självförtroende leder till att en väljer bort såväl fritidsaktiviteter som relationer och att det blir en ond spiral där barnet ifrågasätter sitt eget värde.

Många kontakter handlar enbart om kontaktområdet ”Att vara ung” men i ungefär 29 procent av kontakterna handlar de även om vänner och i 22 procent av samtalen om skolan. Ofta har samtalen en koppling till vänner, där det är vanligt att barn beskriver att självkänslan och självförtroendet är hinder för att skapa eller behålla vänskapsrelationer. Det kan också handla om en känsla av ensamhet trots att en är omgiven av vänner, en känsla av att inte passa in eller att vara helt ensam med att tänka och känna som en gör. Kopplat till skolan handlar det ofta om att ens prestationer påverkas negativt av att exempelvis vara blyg eller obekväm i olika situationer.

[44] Folkhälsomyndigheten. Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/2018.

[45] Mentor och ungdomar.se. Unga röster 2016.



Foto: Clinton Naik / Unsplash



Foto: Ant Rozetsky / Unsplash

Samtalen till Bris visar på ett stort behov för unga att få tidigt stöd i frågor kopplat till identitet och självbild.

”Jag känner att jag inte kan göra någonting med mitt liv just nu, jag bara vaknar på morgonen, går till skolan, går hem från skolan, pluggar, tittar på tv, och sen sover jag, för att vakna nästa dag, som är exakt likadan.”

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG

Allt som ett barn möter för första gången kan väcka känslor, funderingar och många gånger självtvivel. Under de två senaste åren har Bris har haft över 8 000 kontakter med barn och unga på ämnet ”Att vara ung”. Dessa samtal visar på ett stort behov hos barn och unga att få tidigt stöd kopplat till identitetsfrågor, puberteten, självförtroende och existentiella frågor. Det är frågor som förvisso är en naturlig del av livet, men där stöd och råd är viktigt för att kunna rusta sig att möta livet. Ämnet hänger därför tätt ihop med psykisk ohälsa, som är det vanligaste ämnet i barns samtal till Bris och där Sverige ser en oroande utveckling av ökande psykisk ohälsa bland barn och unga. Eftersom forskningen visar att barn som möter lagom svåra utmaningar och får stöd att hantera dem är de som bäst utvecklar motståndskraft och förmåga att hantera det livet för med sig, så kan samtal och stöd kring dessa frågor förmodligen även direkt förebygga psykisk ohälsa bland barn och unga [46,47].

Redan som små upplever barn känslor som oro, ängslan och nedstämdhet. Att uppleva negativa, obehagliga eller skrämmande känslor hör livet till, men vuxna kan hjälpa barn att hantera sådana känslor. Barns och ungas förmåga att hantera känslor utvecklas med stigande ålder, men de krav som ställs på de unga ökar i dagsläget i ännu snabbare takt. Detta innebär att besvär som ångest och oro ökar under tonåren och blir som vanligast i åldern 20–25 år för att därefter sjunka. Det är också i åldern omkring 20 år som självförtroendet är som lägst.

I ljuset av det hjälpbehov som barn uttrycker, och det vi vet om barns och ungas utveckling, blir det viktigt att fundera över hur vi bäst möter barns behov av tidigt stöd att hantera livet. Var ska ett sådant stöd finnas, och vad skulle det kunna bestå av? Här behövs insatser på flera nivåer, både i form av ett stärkt föräldraskapsstöd och i form av att skolan finner forum där barn kan prata med vuxna och varandra om existentiella frågor. ◆

[46] Seery MD, Holman EA, Silver RC. Whatever does not kill us: Cumulative lifetime adversity, vulnerability, and resilience. Journal of Personality and Social Psychology. 2010;99(6):1025-41.

[47] Shapero BG, Hamilton JL, Stange JP, Liu RT, Abramson LY, Alloy LB. Moderate childhood stress buffers against depressive response to proximal stressors: a multi-wave prospective study of early adolescents. Journal of abnormal child psychology. 2015;43(8):1403-13.

7.
Samhällets stödinstanser

Mottagare: Bris
Skickat den 15 april kl. 17.19

”Jag har gjort det alla säger att man ska. Jag har berättat allt om läget hemma till alla kuratorer och socialsekreterare. Ingen har gjort något och jag känner mig värdelös. Det känns som att det enda socialtjänsten ser är problem som ska lösas. De såg inte mig alls. De lyssnade inte på mig, vad jag sa och ville. Jag förstår inte varför socialtjänsten inte kan göra någonting? Det är nästan så att jag önskar att pappa slog mig istället för det han gör, för då kanske jag skulle få hjälp. Det enda som har hänt hittills är att pappa skrikit jättemycket på mig och att inget har löst sig. Allt har snarare blivit värre. Det känns som att ingen lyssnar på mig, på vad jag säger. De säger att de lyssnar med inget händer ju! Ibland känns det som att det är mitt fel att jag mår så här. Innan jag började gå på soc så pratade jag med skolkuratorn. Hon sa att jag inte kan förvänta mig att de vuxna ska lösa mina problem. Är det inte vuxnas ansvar att se till att ett barn känner sig trygg och säker?”

Barn som söker stöd kopplat till samhällets stödinstanser som exempelvis socialtjänst, elevhälsa eller BUP har ökat med 36 procent under 2016-2018. Det är alarmistiska samtal där barn berättar om brister och otillgänglighet.

Samtalen till Bris om samhällets stödinstanser har ökat kraftigt under de senaste tre åren. Efterfrågan på professionellt stöd är stort och många barn beskriver att trösklarna är höga till stödverksamheterna i ens närhet. Det är framförallt mellan 2017 och 2018 som samtalen där barn har eller önskar få hjälp från samhällets stödinstanser har ökat. Ämnet är vanligare bland äldre barn, från 13 år och uppåt. Vanligast är kontakter om socialtjänsten, elevhälsan och BUP, men ökningen syns även tydligt för kontakter om exempelvis ungdomsmottagningen och hälso- och sjukvården. Barns samtal till Bris handlar både om att det är svårt att få tillgång till det stöd och den hjälp barnet behöver, att barnet har en pågående stödkontakt men upplever att den inte fungerar, och att barnet undrar vad som skulle hända om hen försökte söka professionellt stöd. Det är tydligt att tillgången till stöd skiljer sig åt markant beroende på var i landet barnet bor, och att barn har olika kunskap om vilket stöd som finns att söka.

Allt detta är förstås problematiskt, eftersom barn har rätt till vuxenstöd för att kunna må bra, och rätt att få vård, eller skydd från våld och andra former av utsatthet när det behövs. Om hjälpen är otillgänglig, om bemötandet brister eller om barnet inte har tillräcklig information om var hjälpen finns att få är det en form av kränkning mot barnets rättigheter. Det stöd som samhället erbjuder behöver dessutom vara likvärdigt för alla barn oavsett var i landet barnet bor.

Ett vanligt tema i barns samtal till Bris om samhällets stödinstanser är en önskan från barnet att kunna söka stöd på sina egna villkor och utan att föräldrarna får veta det. Det kan handla om att kravet på föräldrars samtyckte blir ett hinder för barnet att få hjälp, exempelvis om föräldrar är i konflikt med varandra, eller om det är föräldrarna som är anledningen till att barnet far illa.

BARN BESKRIVER EN OTILLGÄNGLIG HÄLSO- OCH SJUKVÅRD

Under åren 2016–2018 har antalet barn som söker stöd kopplat till hälso- och sjukvården, elevhälsa och BUP ökat. När barn berättar om sina pågående kontakter med hälso- och sjukvården så handlar det ofta om brister. Det är i sig naturligt, eftersom barn kontaktar Bris med ett hjälpbehov, men att just dessa samtal ökat så kraftigt är alarmerande. Generellt beskriver barn en otillgänglig vård; skolkuratorer som bara är på plats någon gång per vecka, ungdomsmottagningar med enbart öppet på dagtid och långa väntetider till BUP. Gemensamt är att många barn uttrycker att det tar för lång tid, att de fått vänta länge efter första besöket – ofta upp till flera månader.

Definition

Barnet är hjälpsökande utifrån en pågående eller önskad kontakt med aktuell instans. En samlingskategori för kontakter som gäller Andra vuxna i skolan, Annat, Behandlingshem, BUP, Elevhälsa, Familjehem, Hälso- och sjukvård, Migrationsverket, Rättsväsendet, Socialtjänsten och Ungdomsmottagningen.

Elevhälsan brister i kontinuitet

Barns samtal till Bris om elevhälsan har under åren 2016–2018 nästintill fördubblats (89 procent). Att elevhälsan är kopplad till barnens vardag i skolan gör att det är en hjälpinstans som de flesta barn känner till, och att det är ett naturligt första steg att söka stöd där. En del barn upplever även att elevhälsan är relativt lättillgänglig för en första kontakt, och många är nöjda med bemötandet i den kontakten, men upplever sedan att ingenting händer efteråt. Barn berättar att allt känns hopplöst när de inte får det stöd de hoppats på.

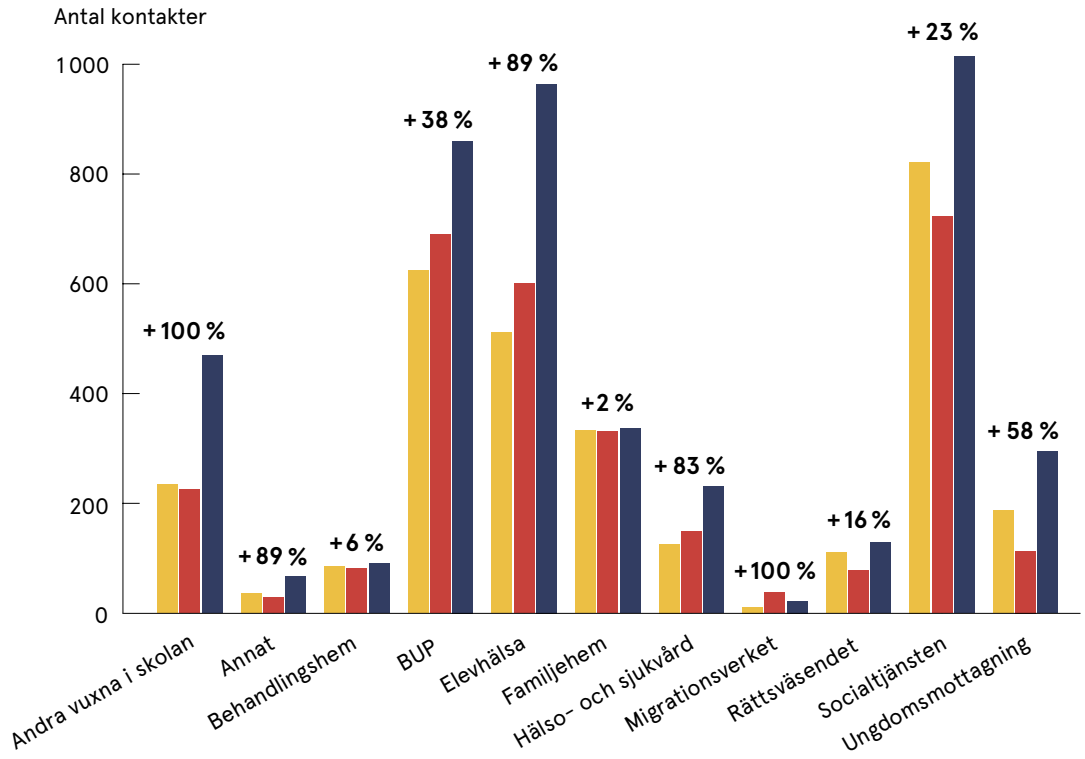
Det som barn beskriver för Bris som problematiskt i kontakten med elevhälsan handlar ofta om sekretess, att många barn har upplevt hur både föräldrar och andra vuxna i skolan fått veta allt om vad ett barn sökt stöd kring. Barn berättar också att elevhälsan ofta har ett starkt fokus på barnets skolgång och att det finns lite utrymme att prata om hur en faktiskt mår.

Barn beskriver praktiska hinder som försvårar möjligheten att få stöd från elevhälsan. Det handlar om skolkuratorer eller skolsköterskor som är fullbokade eller bara är på skolan någon dag per vecka, om funderingar på vad en ska säga till läraren eller klasskompisarna om den tid en får är under lektionstid. Barn beskriver också att den fysiska platsen för elevhälsan kan vara ett hinder. Ibland är elevhälsan lokaliserad i ensliga delar av skolan och andra gånger mitt i de mest elevtäta korridorerna.

Ett stort problem som barn lyfter är att tillgången till stöd från elevhälsan upphör vid lov och ibland även vid årskursbyten beroende på hur skolan är organiserad. Kontakt med elevhälsan medför därför låg kontinuitet. Under just dessa perioder ökar även barns samtal till Bris kring elevhälsan.

För höga trösklar till BUP

Kontakter om BUP, barn- och ungdomspsykiatrin, är vanligare bland äldre barn i åldersgruppen 16–18 år. Mellan åren 2016–2018 har samtalen till Bris om BUP ökat med 38 procent. Vanliga teman i dessa samtal är höga trösklar, tillgången på vård och problemet med att föräldrar informeras. I samtalen berättar barn



Kontakter om elevhälsan har ökat mest under perioden 2016–2018.

både om frivilliga kontakter med BUP och om tvångsvård, men också om kontakter som avslutats utan att barnet känner sig hjälpt eller ”frisk”, varpå barnet har en önskan om att antingen återuppta kontakten eller hitta en annan hjälpinstans som kan ersätta BUP. 86 procent av samtalen som handlar om BUP handlar också om psykisk ohälsa, om att barn har eller önskar kontakt med BUP för psykiska besvär.

I kontakter om BUP kopplat till barnets familjesituation handlar det dels om hur barnets mående påverkas av familjesituationen, men också om föräldrars inställning till BUP. Det är vanligt att samtal om BUP även handlar om andra stödinstanser som elevhälsan och socialtjänsten, vilket kan tolkas som att många barn som har kontakt med BUP även har, eller behöver få, kontakt med andra hjälpinstanser. Barn som berättar om avslutade BUP-kontakter ger exempel på hur de istället hänvisats till elevhälsa eller socialtjänst, men inte får rätt stöd där.

SOCIALTJÄNSTEN – KONSEKVENSERNA FÖR BARN NÄR DET BRISTER

När omsorgsförmågan brister hos vårdnadshavare är det socialtjänsten som ansvarar för att erbjuda stöd, råd och vid behov behandlingsinsatser. Under hela uppväxten utreder socialtjänsten någon gång 20 procent av alla barn i Sverige, och 10 procent får någon form av insats. Den sociala barn- och ungdomsvården i Sverige har stora problem, både med hög personalomsättning, brist på erfarna socialsekreterare, tids- och resursbrist och brister i bemötande när det gäller barns rätt att få möjlighet att påverka utredning och insats. Allt detta påverkar barns möjlighet att få rätt stöd, och speglas i barns kontakter med Bris om socialtjänsten. I den nationella brukarundersökningen inom individ- och familjeomsorgen som Sveriges kommuner och landsting genomförde 2017 angav dock 91 procent av barn och unga över 13 års ålder att de var nöjda med det stöd de fått från socialtjänsten i kommunen[48]. Det är både troligt och naturligt att de barn som kontaktar Bris kring socialtjänsten i hög utsträckning gör det för att de är missnöjda med exempelvis det stöd de fått eller inte fått. Trots att merparten av barn och unga över 13 år är nöjda med det stöd de får från socialtjänsten är det en varningsklocka att antalet barn som söker stöd, där de anser att socialtjänsten brustit, har ökat med närmare en fjärdedel mellan åren 2016–2018.

Socialtjänsten har ett dubbelt uppdrag, dels att ge råd och stöd i öppen verksamhet, och dels att ansvara för myndighetsutövning. Det är den

[48] Sveriges Kommuner och landsting. Brukarundersökning IFO 2017 / 2018.



Foto: Annie Spratt / Unsplash

sociala barn- och ungdomsvården som ansvarar för att ge barn och unga som far illa eller riskerar att fara illa skydd och stöd. Ett av socialtjänstens ansvarsområden är att medverka till att barn inte försummas eller misshandlas, och att se till att samhället tar över ansvaret som vårdnadshavare om barnet far illa i hemmet. Arbetet ska präglas av ett barnrättsperspektiv. För barn och familjer i särskilt utsatta situationer spelar socialtjänsten en oerhört viktig roll.

Barnkonventionen slår fast att varje barn har rätt till information, och att vara delaktig i beslut som rör en själv – det är en förutsättning för att kunna avgöra vad som är det enskilda barnets bästa. I portalparagrafen till socialtjänstlagen står att verksamheten ska bygga på respekt för barnets självbestämmanderätt, samt att vad som är bäst för barnet ska vara avgörande vid beslut eller andra åtgärder som rör barn[49]. Trots detta berättar barn dagligen om hur detta brister i kontakten med socialtjänsten.

BRISTER I DELAKTIGHET FRÅN ANMÄLAN TILL INSATS

När socialtjänsten möter barn ställer det stora krav på lyhördhet och förmåga att förstå det enskilda barnets särskilda förutsättningar och behov. Inte bara för att bedöma vilken insats barnet är hjälpt av, utan också för att kunna anpassa kontakten, göra barnet delaktig och ge barnet rimliga förutsättningar att kunna påverka utredning och insats. I barns kontakter om socialtjänsten går att spåra att socialtjänsten brister i att göra barnet delaktig i vad som händer, att barnet inte får information om tidsplan eller process framåt, att beslut fattas över huvudet och utan information till barnet och att barnet känner en känsla av att tappa kontrollen över sin situation. Det gäller hela vägen från orosanmälan till att socialtjänsten beslutar om eventuella insatser, och hur de sedan följs upp.

Det är sällan som kontakten med socialtjänsten sker på barnets egna initiativ, många gånger startar det med en anmälan från en annan professionell vuxen. Barn upplever därmed inte samma höga trösklar in till socialtjänsten som till exempelvis BUP, men de har heller inte en så positiv bild av vilken hjälp som går att få. Eftersom kontakten inte är barnets egen har barn få möjligheter att själva formulera sitt problem och sitt hjälpbehov, och inte heller så stor möjlighet att aktivt välja att tacka ja till det stöd som finns.

Ingången till socialtjänsten är istället ofta en orosanmälan gjord av kuratorn i skolan, ibland en lärare och någon gång rektorn. Det vanliga är att barnet själv har anförtrott sig till en vuxen i sin närhet, som har blivit oroad och tagit kontakt med socialtjänsten. För vuxna som möter barn i sitt arbete är det en lagstadgad skyldighet att anmäla oro för att ett barn far illa

[49] Socialtjänstlagen, SoL: kap 1§1–2.

till socialtjänsten, och vuxna runt ett barn spelar stor roll för att ett barn i en utsatt situation ska få hjälp. I Bris kontakter blir det ofta tydligt att det väcker stor oro hos barn när vuxna gör en anmälan utan att först informera barnet.

Inför det första mötet med socialtjänsten undrar många barn vad som ska hända med en själv och ens föräldrar. Barn som haft ett första samtal med socialtjänsten utan någon förälder, kan känna oro att allt det hen berättat senare kommer fram till föräldrarna. Barn som varit i kontakt med socialtjänsten tidigare berättar om hur det har hänt, att sådant de trott att de sagt i förtroende avslöjats för föräldrarna. Konsekvenserna eller oron för konsekvenser gör att barn ångrar att de berättat.

Bris får också berättelser om hur barn upplever socialtjänsten under pågående kontakt, hur socialtjänstens närvaro finns med i bakgrunden och påverkar stämningen i familjen. Det är barn som undrar och kanske oroar sig över vad som kommer att hända, när och om socialtjänsten ska agera. En del barn uttrycker besvikelse över att socialtjänsten inte agerar, trots att de vet att barnet behöver hjälp. Det, ibland långa, glappet mellan en orosanmälan och en första kontakt med socialtjänsten skapar oro. Så även långa tider av tystnad under pågående kontakt. Att inte veta vad som kommer att hända och när.

Barn beskriver utredningar där de inte får komma till tals, eller där de bjuds in att ge sina synpunkter väldigt sent i utredningen där det känns som om de vuxna redan bestämt sig utan att lyssna in barnet. Barns delaktighet förutsätter flera saker, bland annat kunskap och verktyg hos den som ska göra barnet delaktig, att barnet är noggrant informerat och att man avsätter ordentligt med tid. Brist på tid och information är några av de brister barnen pekar på. Och att inte göra barn delaktiga i processen får direkta konsekvenser i kvaliteten på stödet. En slutsats utifrån barnens beskrivningar är att barnrättsperspektivet tydligt behöver stärkas, där barnet är i fokus som rättighetsbärare. En liknande slutsats framkom i en undersökning genomförd av Allmänna barnhuset som visar att socialtjänsten idag är familjeorienterad, med för stort fokus på föräldrar på bekostnad av barnet. Och att när barnen inte kommer till tals tenderar utformningen av insatser att passa dåligt med de problem som kommit fram[50].

Barn riskerar att bli mer utsatta efter anmälan

Bris kuratorer försöker ofta motivera barn att våga lita på socialtjänsten och berätta om sina problem och behov, samtidigt som det förstås inte alltid är så lätt. Kan ett barn framföra kritik mot sitt familjehem utan att riskera dålig stämning eller i värsta fall, att bli omplacerad? Kan ett barn berätta om hur det egentligen är där hemma utan att det får obehagliga konsekvenser? Hinder för att berätta kan vara att det känns skamligt eller pinsamt att ha en dålig familj. Det kan också vara att barnet inte vill såra sina föräldrar, eller belasta en redan skör förälder ytterligare. Ibland är orsaken att barnet är rädd att bli straffad. Och vad händer om socialtjänsten inte tror på en?

När missförhållanden i hemmet uppdagas reagerar föräldrar på olika sätt. Många barn beskriver att situationen hemma blir än värre efter anmälan än innan. Föräldrarnas ilska över att barnet pratat om familjens problem kan ta sig utryck i att föräldrarna är anklagande, trakasserar och bestraffar barnet. Barn som får skulden berättar att de börjar tvivla på om de gjort rätt, tänka att det kanske ändå är de själva som är problemet. Många känner dåligt samvete, att de belastat redan belastade föräldrar.

”När jag berättade allt om mina ätstörningar för BUP så sa de att jag mest mår som en tonåring brukar göra och att de flesta tonårstjejer har lite problem med mat men att det går över. Sen poff tog den kontakten slut. Nu har jag satt upp ett mål på hur mycket jag ska gå ner för att bevisa för mig själv att jag har en ätstörning som jag behöver hjälp med.”

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG

En reformerad vårdkedja

Det finns många verksamheter och aktörer som ger stöd och vård till barn och unga, men det saknas en enhetligt organiserad vårdkedja, och möjligheten till vård och stöd ser väldigt olika ut runtom i landet. Det saknas nationella riktlinjer för exempelvis bemötande av barn i sorg.

De brister barn beskriver under pågående vårdkontakter är ofta en konsekvens av ett bristande helhetsperspektiv runt barnet, och brist på samverkan mellan berörda aktörer. Bris vill se en reformerad, sammanhållen vårdkedja för barn och unga för lättillgängligt, effektivt stöd utifrån varje barns behov. Bris förslag finns utförligt beskrivet i *Bris rapport 2018:1: Skola. Vård. Omsorg. Och den psykiska ohälsan*. I korthet handlar det om tre nivåer av vårdbehov, där elevhälsan, primärvården och barn- och ungdomspsykiatrin skulle kunna organisera sina kompetenser för att kunna svara upp mot behov på varsin nivå.[51]

Förslaget utgår från att vården skulle organiseras på 3 nivåer utifrån de behov som finns för unga med psykiska besvär. På nivå 1 finns behov av lättillgängligt stöd utan krav på psykoterapi eller medicinering. Här är elevhälsan den lämpligaste instansen, eftersom alla barn ska ha tillgång till stöd från elevhälsan utan att först ha fått godkännande av vuxna. På nivå 2 finns behov av psykoterapi, KBT eller annan behandling. En rimlig målsättning bör kunna vara att ungdomar med behov av psykoterapi ska kunna få detta behov tillgodosett inom

[50] Heimer A, Näsman E, Palme J. Rättighetsbärare eller problembärare? Barns rätt att komma till tals och socialtjänstens insatser. Stiftelsen Allmänna Barnhuset 2017.

[51] Bris rapport 2018:1. Skola. Vård. Omsorg. Och den psykiska ohälsan:37f. 2018.

”För ett tag sen när jag var hos läkaren upptäckte hon att jag hade skurit mig på mina armar när hon skulle ta blodtrycket. Hon sa att jag kunde berätta allt för henne för att hon hade tystnadsplikt, så jag berättade en del, men inte allt. Och sen när hon skulle hämta mina föräldrar igen så gick hon rakt ut till dom och berättade precis allt jag hade sagt till henne... tystnadsplikt var det ja.”

primärvården. Detta förutsätter i sin tur att primärvården anställer psykologer och socionomer med psykoterapeutisk kompetens i tillräcklig utsträckning. På nivå 3 finns behov av utredning av neuropsykiatriska tillstånd och andra komplicerade tillstånd, samt tillgång till medicinering. Här finns ingen lämpligare vårdgivare än den specialiserade barn- och ungdomspsykiatrin, som dock behöver tillräckliga resurser och rätt kompetens för att kunna erbjuda likvärdig vård.

En reformerad socialtjänst

Det råder ingen tvekan om att den socialtjänst som barn och unga idag möter behöver stärkas och reformeras, och de senaste åren har två viktiga utredningsuppdrag tittat på socialtjänstens uppdrag. Under 2018–2019 pågår en översyn av socialtjänstlagen, där ett tydligt uppdrag är att stärka barnets rättigheter. Regeringens utredare Margareta Winberg ska bland annat ta fram förslag för att förbättra socialtjänstens arbete med tidiga och förebyggande insatser, förtydliga kommuners ansvar och underlätta samverkan.[52] Ett viktigt arbete har också gjorts av den tidigare nationella samordnaren för den sociala barn- och ungdomsvården, Cecilia Grefve. Det arbetet resulterade i ett förslag om en övergripande reform av den sociala barn- och ungdomsvården, som är en del av socialtjänsten, med barnkonventionen som grund.[53]

För Bris är det tydligt att en avgörande förutsättning för att tillgodose barnets rätt till stöd och skydd är att barnet känner till sina rättigheter, hur och var hen kan få hjälp. Kännedom om socialtjänsten och dess uppdrag är också avgörande om barnet ska ha möjlighet att vara delaktig i och kunna påverka den hjälp hen kan få. Varje barn måste känna till sina rättigheter, vilken hjälp som finns och hur barnet kan få den. Detta måste socialtjänsten, tillsammans med andra viktiga aktörer runt barnet som exempelvis skolan, ta ansvar för.

Barnet som redan är i kontakt med socialtjänsten måste kunna förstå och ha möjlighet att påverka de processer och de beslut som rör hen. Socialtjänsten måste ta sitt ansvar och försäkra sig om att barnet så långt det är möjligt har förstått och erbjudits möjlighet att komma till tals. Barnet måste också känna till sin rätt att klaga exempelvis till IVO, Inspektionen för vård och omsorg, om socialtjänsten brister.

Socialtjänsten måste ha en rutin för att inga barn ska hamna i långa glapp, exempelvis mellan en orosanmälan och en första kontakt eller under pågående kontakt. Det är obehagligt att inte veta vad som händer, om något kommer att hända och i så fall när. Man måste också ha en rutin för att förebygga och följa upp att barnet inte drabbas av repressalier då föräldrarna fått veta att hen berättat om förhållanden hemma. Inget barn ska riskera bestraffningar för att hen vågat be om hjälp.

Socialtjänsten möter barn med alla sorters förutsättningar. Barn är olika, har olika behov, sätt att tänka och förstå. Men alla barn har samma rätt till information, delaktighet och inflytande. Barn som lever i familjer där omsorgen brister, barn som upplevt traumatiska händelser eller lever i otrygghet behöver ofta mycket mer för att kunna medverka på sina egna villkor. För att skapa relation med ett barn som inte har erfarenhet av vuxna som hjälpande, för att informera ett barn som lever i kaos och som fått utveckla sina egna förklaringsmodeller för hur tillvaron hänger ihop, för att ge reellt handlingsutrymme till ett barn som inte tidigare kunnat påverka särskilt mycket, krävs tid. För att varje enskilt barn, utifrån sina egna förutsättningar ska få det både barnkonventionen och socialtjänstlagen kräver, krävs tid. För en del barn mycket tid.

Bris vill se en modell för kontinuitet och helhetsansvar för placerade barn, att socialtjänsten ges möjlighet att ta ett långsiktigt ansvar för barnets välmående och utveckling. Detta till skillnad från idag där barnet har många kontakter, ofta tvingas flytta flera gånger och där ingen tar ansvaret för helheten kring barnet.

Bris vill också se en mer flexibel socialtjänst, med större möjligheter till insatser utan långa utredningar. Det gäller både stöd till familjer och större möjlighet för barn att själva få stöd utan föräldrars vetskap. ◆

[52] Socialdepartementet, Översyn av socialtjänstlagen, dir 2017:39.

[53] Barnets och ungdomens reform – Förslag för en hållbar framtid. Slutrapport från den nationella samordnaren för den sociala barn- och ungdomsvården. Regeringskansliet, Socialdepartementet, 2017.

8.
Kärlek

Mottagare: Bris
Skickat den 20 juni kl. 19.42

”Jag har väl ingen direkt fråga, men jag kände för att vända mig till någon och få någon annans syn på det här med kärlek. Jag och min kille har gjort slut. Först skulle vi bara ta en paus för att vi bråkade så mycket. En grej vi bråkade om är att jag lätt blir svartsjuk och har svårt att lita på andra människor. Nu har vi inte pratat på några veckor och jag verkar sakna honom så mycket mer än han saknar mig. Jag ser allt han lägger ut på Facebook och Snapchat, allt han gör med sina vänner, hur kul han har det nu. Hur bra han klarar sig utan mig. Han har verkligen inget behov av att prata eller umgås eller ens ha med mig att göra medan jag fortfarande tänker på honom varje dag. Hur ska jag gå vidare? För jag mår bara piss när jag hela tiden inser att det aldrig kommer bli vi två. Och hur ska jag göra för att inte vara så svartsjuk?”

Funderingar kring kärlek och relationer är en stor del av varje människas liv. Under åren 2016–2018 har Bris haft ungefär 3 000 kontakter varje år med barn som söker stöd i frågor om kärlek. Kärlek är ett privat ämne, och ofta är kuratorn på Bris den enda vuxna som får ta del av barnets funderingar.

Kärlek förekommer i cirka 11 procent av de kurativa kontakterna till Bris. Antalet kontakter om kärlek minskade något mellan 2016 och 2017 men har sedan legat på samma nivå. Samtal om kärlek är lika vanligt bland killar som tjejer, och ökar ju äldre barnen blir. I svenska studier av barn och unga saknas uppgifter om kärleksrelationer, vilket i sig kan tyckas anmärkningsvärt eftersom goda nära relationer är en så viktig del i människors liv, så även ungas.

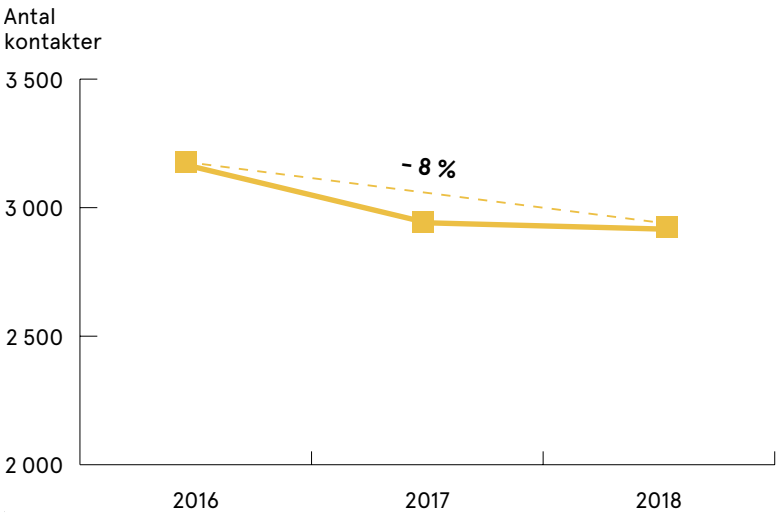
Barn som kontaktar Bris om kärlek har ofta pratat med jämnåriga om sina funderingar, men inte sökt sig till andra vuxna. Kärlek är ett privat ämne och många barn värnar om sin integritet, men när funderingar börjar uppta en stor del av barnets tid och ork så kan de välja att söka stöd från en vuxen. Många gånger är Bris då ett vuxet komplement till barnets jämnåriga nätverk.

När barn söker stöd hos Bris kring frågor om kärlek handlar det ofta om relationer, och sällan om frågor kopplade till sex och preventivmedel, tvärtemot vad vuxna ofta tror. I Skolbarns hälsovanor framgår att andelen 15-åringar som är sexuellt aktiva har minskat betydligt i Sverige de senaste 10 åren, och möjligen speglas detta i det faktum att kontakter om sex har minskat med 12 procent hos Bris under 2016–2018.[54]

Definition

Barnet är hjälpsökande utifrån kärlek i relation till en/flera specifika personer i barnets närhet, såväl online som offline

➜ Kärlek



Antalen kontakter om kärlek har minskat något mellan 2016 och 2018.

Kärleksrelationer, och funderingar kring kärlek och relationer, utgör en stor del av en människas liv. Liksom för vänskapsrelationer gäller att i nära relationer kan vi må bra, få viktiga behov tillgodosedda och känna närhet och tillit – men vi kan också fara illa och vara väldigt utsatta. Därför är det viktigt att se nära relationer och dess vikt för att barn såväl som vuxna ska kunna utvecklas, leva ett värdigt liv eller ett gott liv i det samhälle där vi finns.

Nära relationer, sexualitet och lust är inga mänskliga rättigheter, men det är för många människor grundläggande mänskliga behov. Varje barn har rätt att må bra och slippa utsättas för våld och övergrepp i sina relationer. I barns samtal till Bris är det tydligt att många barn har funderingar kring vad som är en sund och utvecklande relation, var gränsen för övergrepp och utnyttjande går. Eftersom statistiken visar att framför allt kvinnor i hög grad riskerar att fara illa i sina nära relationer, är det viktigt att arbeta förebyggande med både killar och tjejer och samtala om kärleksrelationer och rättigheter.

BARN SÖKER STÖD I ”FÖRSTAGÅNGSSITUATIONER”

Vanliga teman när barn söker stöd hos Bris är förstagångssituationer, exempelvis första gången en ska bli ihop, göra slut, första bråket, första gången en blir sams, att berätta för föräldrar, att få sova över och liknande dilemman som barn söker råd kring. En annan vanlig fråga är hur en vet om någon annan är kär i en eller inte, om det finns några tecken eller något sätt att ta reda på det utan att själv säga något om hur en själv känner.

Barn beskriver också att de känner osäkerhet och avundsjuka i relationer på grund av hur deras partner agerar på sociala medier. Det kan handla om funderingar på hur mycket en får chatta eller snapa med andra, vad betyder det om ens partner pratar med en massa andra eller lägger till andra hela tiden? Kan en förbjuda det eller inte? Hur mycket kontroll får en ha över vad ens partner gör på nätet? Det kan också handla om att ens partner kontrollerar ens sociala medier, tvingar en att rensa, ta bort bilder eller vänner.

Barn kontaktar Bris om lycklig och olycklig kärlek, och beskriver starka känslor med starka ord. Det är himlastormande lycka och fjärilar i

[54] Folkhälsomyndigheten, Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18.



Foto: Shutterstock

magen om känslorna är besvarade, och bottenlös sorg om en relation tar slut eller ens känslor är obesvarade. Barn kan i samtalen använda starka ord, som att en inte vill leva längre, är deprimerad eller aldrig kommer att se någon mening med någonting men det barnet beskriver är oftast adekvat utifrån den sorg barnet upplever där och då. Barn som kommit längre i sin sorgeprocess eller fått distans till en tidigare kärleksrelation kan själva uttrycka förvåning över att det en dag vände, att det plötsligt inte gjorde lika ont längre och att det gick att bli kär igen.

När det gäller vänskapsrelationer finns en stark förväntan och mycket uppmuntran från vuxna om att barn ska kunna skaffa kompisar och ha nära vänskapsrelationer. Samma förväntan finns inte på att etablera kärleksrelationer, särskilt inte i lägre åldrar. Det kan göra barn nervösa inför att berätta om en kärleksrelation för en förälder. Vuxna vill ofta skydda barn mot olycklig kärlek och krossade hjärtan.

Barn som kontaktar Bris kan ha valt bort att prata med sina föräldrar, både för att det känns för privat, eller för att barnet tror eller vet att det kommer leda till en konflikt. Alla, oavsett ålder, äger sina egna känslor och en vuxen kan inte bestämma att ett barn inte får vara kär i en person. Däremot har vuxna omsorgspersoner ett ansvar för att barn är trygga och säkra, även i kärleksrelationer. De gånger konflikter uppstår mellan barns perspektiv och vuxnas perspektiv handlar det ofta om att vuxna gör bedömningen att relationen är en riskfaktor medan barnet inte delar den uppfattningen.

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG

Samtalen till Bris tyder på att många barn har frågor om kärlek högre upp i åldrarna, allra mest i åldersgruppen 16–18 år. Det handlar dels om att många inleder relationer för första gången i den åldern, men också om att relationerna ter sig annorlunda än de erfarenheter en kanske har sedan tidigare, och kanske känns som mer ”på riktigt”.

Det stöd samhället erbjuder idag kopplat till barns kärleksrelationer återfinns inom skolans sex- och samlevnadsundervisning, inom ungdomsmottagningens regi och i civilsamhället. De preventiva insatser som görs i form av sex- och samlevnadsundervisning, skolbesök från civilsamhället eller ungdomsmottagningen är generellt utformade. Fokus är ofta prevention, biologi och upplysning medan det barn efterfrågar i sina kontakter med Bris är ett individuellt perspektiv där barnet får stöd och råd utifrån sin specifika situation och relation. Här finns stora möjligheter till förbättring, och det är eftersträvansvärt att vuxna blir bättre på att stötta barn och förbereda dem på hur det är att ha nära kärleksrelationer, inte minst för att minska risken att barn och unga far illa.

Bris stöd är en lågtröskelverksamhet där inga frågor är för små eller för stora, och det ger en samlad bild av barns stödbehov. Den tydliga bilden när det gäller barns frågor kring det som kan beskrivas som ”förstagångssituationer” är att det är uppenbart att skolan och övriga samhället idag inte lyckas närma sig dessa ämnen. Det finns stora behov av att skapa forum där barns frågor och funderingar kring detta kan få ta plats, trygga rum där barn och unga kan dela erfarenheter och få stöd från vuxna. ◆



Foto: Shutterstock

Många barn och unga har frågor om kärlek även högre upp i åldrarna.

”Jag ser allt han lägger ut på facebook och snapchat, allt han gör med sina vänner, hur kul han har det nu. Hur bra han klarar sig utan mig. Han har verkligen inget behov av att prata eller umgås eller ens ha med mig att göra medans jag fortfarande tänker på honom varje dag.”

9.
Stress

Mottagare: Bris
Skickat den 12 mars kl. 22.30

”Jag är en sån person som stressar för nästan allting. Jag är stressad exakt hela tiden. Jag stressar över skolan, över att hålla i gång träningen, saker som händer i mitt liv, vänner, att jag hela tiden känner att jag måste vara med på allting så jag inte missar något. Jag hittar alltid någonting att stressa över. Det känns som om mitt liv rinner iväg och att jag inte hinner leva. Jag känner mig inte lika glad längre men jag vet inte vad jag kan göra åt det.

Ibland känns det som om tankarna tar över helt så att jag inte känner igen mina tankar alls, som om stressen är det enda som finns i mitt huvud. Dessutom har jag otroligt dåligt självförtroende. Allt blir ett misslyckande. Jag fokuserar alltid på det negativa med mig själv och blir så stressad redan innan jag ens försöker något för jag vet att jag kommer misslyckas.

Allt blir en ond cirkel av stress helt enkelt. Jag har pratat med mina föräldrar och de säger att jag måste ringa en kompis, försöka göra något kul men grejen är att jag verkligen inte orkar. Jag känner mig aldrig tillräcklig och det spelar ingen roll hur jävla många gånger andra säger att jag är det för jag tror inte på det.”

Under de senaste tre åren märks tydligt att stress är vanligt förekommande hos barn och unga. Totalt har Bris över 2000 kontakter varje år med barn som berättar om en hög stressnivå och avsaknad av strategier att hantera stressen.

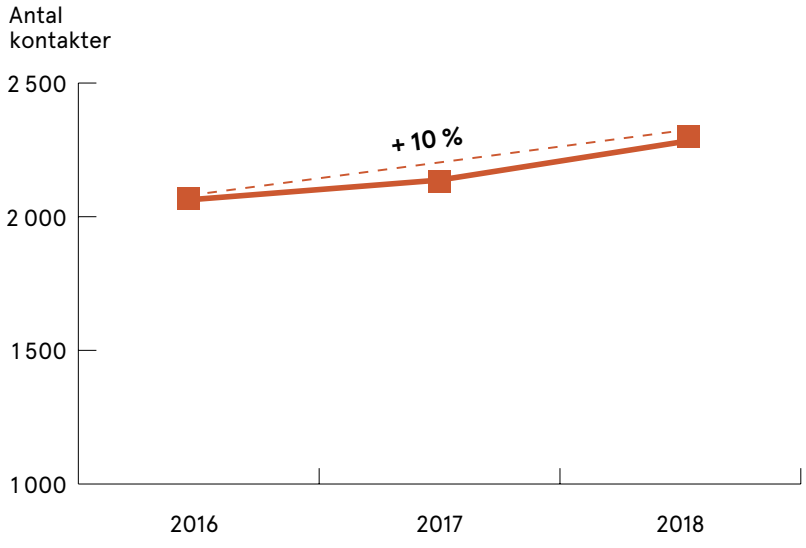
Barns kontakter till Bris målar bilden av en förstärkt social tävlan där de upplever hög press. De ska lyckas på livets alla arenor på samma gång. Det handlar om att vara lyckad utseendemässigt, om att lyckas i skolan, i sin sport eller sin fritidsaktivitet. Det handlar om att vara lyckad i sina relationer, att vara rolig och smart, och att få det bekräftat i sociala medier. Konkurrensen är tuffare för barn idag, och det tar sig uttryck i en ökande oro för framtiden, att barn tidigt känner ångest inför om de ska lyckas få jobb och bostad eller inte, och det leder till en hög prestationspress under gymnasieåren. Allt detta speglas i barns samtal till Bris om stress.

Stress förekommer i något högre andel av samtalen från barn som identifierar sig som tjejer än killar och förekomsten ökar också något med stigande ålder. Barns beskrivning av stress och hur stress känns ligger nära hur barn beskriver ångest och annan psykisk ohälsa och oron för att stressen kommer bli totalt övermäktig är stor. Barn vänder sig till Bris för att få hjälp att förstå vad det är en känner, om det är stress, ångest, ånger, oro, skuld eller vad mer måendet kan bero på. Bland de konsekvenser som stress leder till återfinns sömnproblem, förlorad aptit, huvudvärk, magont, minskad livslust och en upplevelse av att ens personlighet förändras och blir mer dämpad och negativ i takt med minskad ork och lust.

Definition

Barnet är hjälpsökande utifrån en upplevd stress som påverkar måendet.

→ Stress



Samtalen om stress ökar och är vanligare i de äldre åldersgrupperna.

SKOLSTRESSEN DET TYDLIGASTE SAMBANDET

När barn berättar om stress är känslan oftast kopplad till en prestation, situation, relation eller miljö. Drygt hälften av samtalen till Bris om stress handlar också om skolan, och stress är vanligast bland barn i åldern 16–18 år. Tonåringar beskriver att stressen påverkar hela deras livssituation. De har en bild av att deras framtidsutsikter står på spel om de inte presterar tillräckligt bra, och många beskriver en avsaknad av vuxenhjälp, och stress och ångest kring val av skola och gymnasieprogram. De senaste siffrorna i studien Skolbarns hälsovanor visar att stressen ökar även i yngre åldrar, men att den stora andelen stressade barn finns i åldern 16–18 år.[55]

Även fritiden och barnets relationer är faktorer som leder till stress. Stress och vänskap handlar exempelvis om att ens hinna prioritera och upprätthålla sina vänskapsrelationer utifrån allt annat som pågår i barns liv men också om att barnet upplever stress utifrån en konflikt, en förändring i relationen eller att relationen är kravfylld. Stress kopplat till familjen handlar även om hur relationen ser ut och vilken inverkan den har på barnets mående. Ett annat perspektiv som barn lyfter är att föräldrarna orsakar stressen genom att sätta för stor press på barnet utifrån prestationer på fritiden och i skolan.

Framtiden är något som många barn lyfter som en källa till stress. Ord som används förutom stress är oro, ångest och panik. Det kan handla om långsiktiga och kortsiktiga perspektiv på framtiden och ofta om existentiella frågor. Stress över framtiden och stress kopplat till prestationer hör ofta ihop i barns samtal med Bris. En prestation i skolan som inte motsvarar barnets egna eller andras förväntningar kan leda till att barnet börjar tvivla på sina framtidsutsikter i allmänhet. Långsiktigt uttrycker barn stress kopplat till vuxenlivet; var en ska bo, hur en ska försörja sig, om en kommer få fler vänner, bli kär, få egen familj. En studie från 2016 visade att många unga var oroliga för framtiden, och 33 procent kände oro

[55] Folkhälsomyndigheten, Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18.



Foto: Shutterstock

Många barn berättar att oro för framtiden är en källa till stress.

för att ens hitta ett jobb framöver[56]. En avhandling av Linda Hiltunen från 2017 där hon intervjuade barn och unga visar också att många unga kopplar skolprestationer till sina framtidsmöjligheter, både de som har höga betyg och de som är mindre skolmotiverade[57].

Barn kan också beskriva att de har svårt att tillåta sig att vara ung. När prestationskraven är höga så kan barn beskriva att det känns som att de kastar bort tid på att till exempel vara med vänner, titta på tv eller bara vara och att en istället borde fokusera på framtiden.

Ett annat tema är att barn hamnar i en ond spiral av stress. Stressen över att bli stressad kan vara det som utlöser en ohanterbar stress hos barn. Många barn förväntar sig att känna stress någon gång i livet och oron inför hur en ska hantera detta skapar stress redan på förhand. När barnet väl är stressad är det lätt hänt att dysfunktionella strategier leder till en ständig höjning av barnets stressnivå.

BARN SAKNAR STRATEGIER

Det är viktigt att skilja på bestående psykisk ohälsa och psykisk stress som går över. En påfrestande situation, en kris, som till exempel föräldrars skilsmässa, sjukdom i familjen eller närståendes död påverkar barnets hela livssituation och kan också ge symptom som är helt normala reaktioner utifrån det barnet går igenom och behöver hantera. Det är viktigt att inte sjukdomsförklara det som är normala reaktioner i livet eller känslor som är en del av barns och ungas utveckling och uppväxt. Samtidigt är det oerhört viktigt att tidigt fånga upp de barn och unga som lider av besvär som riskerar att bli bestående eller påverkar barnets funktionsförmåga. Lika viktigt är det att barnet får rätt stöd och hjälp att hantera sin situation så att en kris eller potentiell traumatisk händelse inte leder till psykisk ohälsa över tid hos barnet. Vuxna har därför ett ansvar för att minimera situationer där barn utsätts för osund stress som barnet inte förmår hantera på egen hand, och att avlasta barnet. Barnet behöver mötas utifrån sina individuella förutsättningar, ålder och situation. Om situationen som lett till stress hos barnet inte utgör en risk för barnets hälsa och utveckling och kan lösas av barnet själv behöver vuxna fokusera på hur de kan vara en möjliggörare och stötta barnet att med hjälp av sin egen handlingskraft ta sig igenom

[56] Novus. Sveriges ungdomar och framtiden; Från YOLO till oro. Novus och Linnéuniversitetet. 2016.

[57] Hiltunen. L. Lagom perfekt. Erfarenheter av ohälsa bland unga tjejer och killar. 2017.



Foto: Anastasia Dulgier / Unsplash

Många barn beskriver att de saknar strategier att hantera stressen.

”Jag är så trött på allt och alla. Jag är trött på stress, press, förväntningar. Jag vill bara kunna slappna av, vilket jag ofta inte klarar av för att jag stressar upp mig över att jag inte gör något viktigt eller något jag borde.”

utmaningen. Syftet är att som vuxen stärka och rusta barnet inför kommande utmaningar, inte att avlasta barnets stress genom att göra uppgiften åt barnet. Även om det är vad barnet vill i stunden riskerar det långsiktigt att underminera barnets tilltro till sin egen förmåga och handlingskraft.

Många barn beskriver att de saknar strategier att hantera stressen. Det kan handla om studieteknik, att ta hjälp av vuxna med hur en ska ta sig an en uppgift som behöver utföras men som känns övermäktig, men också om mer generella strategier för hur en kan lugna ner sig själv. En bidragande orsak till att barn många gånger saknar strategier är att få bär med sig sina framgångar, det vill säga de gånger barnet trots stressen klarat av situationen. När till exempel skolstressen slår till är det svårt att hitta lugnet och påminna sig om att det är en känsla en haft förut, påminna sig om vad en gjorde då som ledde till att det faktiskt gick bra eller åtminstone gick över.

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG

Många barn behöver bli snällare mot sig själva för att minska den egna stressnivån, och de behöver stöd från vuxna för att hantera det som stressar i tillvaron. Att vuxna ska klara av att ge det stödet är dock långt ifrån självklart, eftersom vuxna själva ofta kan ha svårigheter att hitta balans och hantera den egna stressade tillvaron. Att barn upplever sig stressade och pressade att prestera går att relatera till dagens samhällsklimat som även vuxna förhåller sig till och förmedlar till barn.

Gränsen där stress övergår till psykisk ohälsa kan många gånger vara smal, vilket tydligt framkommer i barnens samtal. Att sänka barns stressnivå är därför angeläget. Barns vardag i skolan är en viktig del i detta och behandlas i kapitlet om skolan, men frågan är bredare än så. Det behöver i ett holistiskt perspektiv utredas hur dagens samhälle påverkar barns mående. ◆

10. Vuxnas svårigheter

Mottagare: Bris
Skickat den 14 december kl. 02.15

”Jag kan inte sova för jag ligger på natten och undrar om min pappa kommer vara full eller nykter. Även fast pappa kan vara dum ibland så älskar jag honom. Eller jag älskar honom när han inte dricker. Han dricker varje dag och ibland har han blivit jättefull. Då blir jag alltid jätterädd. Jag skäms för en gång har mina kompisar sett när han var jättefull, arg och puttade mig. Jag blev inte skadad men det skrämmer mig att han blir en helt annan person. Han säger saker som han annars aldrig skulle säga och beter sig konstigt. Vem kan svara på hur jag ska få pappa att sluta dricka?

Ibland försöker jag tänka att han är vuxen, det är hans liv, hans ansvar men jag tänker ju inte låta honom dö och veta att jag kunde ha gjort något. Jag försöker, även om det kanske inte är nog. Jag tar hand om honom för att ingen annan i familjen kan. Jag hindrar honom att kvävas av sina egna spyor. Jag har blivit lite som en barnvakt och stannat hemma från skolan för att han inte kan vara hemma själv.”

10. Vuxnas svårigheter

Antalet barn som söker stöd på grund av vuxnas svårigheter har varit jämnt fördelat under åren 2016–2018. Oftast handlar det om vuxnas missbruk eller vuxnas psykiska ohälsa. Det är tydligt att barn påverkas när vuxnas svårigheter gör att de brister i omsorg.

Definition

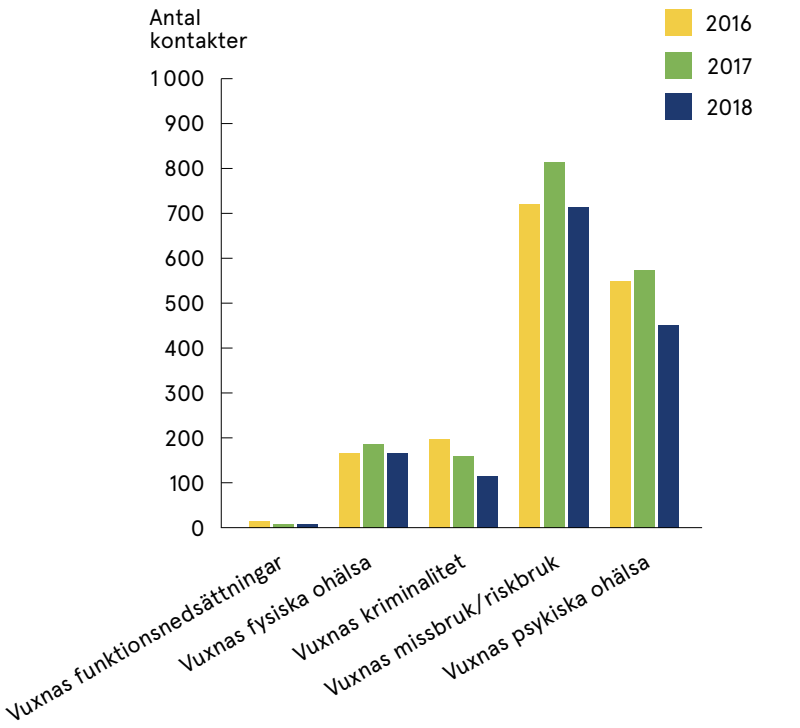
Vuxnas svårigheter är en samlingskategori bestående av Vuxnas funktionsnedsättningar, Vuxnas fysiska ohälsa, Vuxnas kriminalitet, Vuxnas missbruk/riskbruk och Vuxnas psykiska ohälsa.

Under åren 2016–2018 har omkring 5–6 procent av samtalen till Bris handlat om vuxnas svårigheter. Till grund för detta avsnitt ligger drygt 4 000 kontakter till Bris som på olika sätt handlar om barns upplevelser av vuxnas svårigheter. Ämnet är vanligare i telefon än i chatt och mejl, eftersom barn ofta behöver vara i dialog med en vuxen för att förmå sätta ord på vilka svårigheter som finns i familjen.

När vuxna brister i omsorg om barn så handlar det ofta om vuxnas egna svårigheter. Barn beskriver hur de påverkas när vuxna i deras närhet har psykiska eller fysiska problem. Många barn drar också paralleller mellan hur de själva mår och deras föräldrars hälsa eller ekonomiska situation. Vuxnas betydelse som risk- och skyddsfaktorer, både föräldrar men även andra viktiga vuxna i barns närhet, återkommer ofta i barns samtal till Bris. Bristande stöd i den egna familjen medför ofta behov av professionellt stöd men är också, enligt Bris erfarenhet, en vanlig orsak till uteblivet professionellt stöd eftersom barnet många gånger är i behov av föräldrarnas stöd för att få till stånd en fungerande kontakt med någon av samhällets stödinstanser. För barn som lever i utsatta situationer och som inte får det stöd i den egna familjen som barnet behöver, är det extra tydligt hur avgörande vuxna som finns i barnets vardag, till exempel i skolan, kan vara om de har tid och kunskap att kunna möta barn som behöver mer stöd.

Det är rimligt att anta att fler barn som haft kontakt med Bris än de som väljer att berätta om sina erfarenheter ändå lever i familjer där såväl missbruk som psykisk ohälsa och kriminalitet förekommer. Dels beror det på att barnet själv väljer vad hen vill berätta i kontakten med Bris men också att barn tenderar att lyfta så konkreta händelser eller behov som möjligt. Psykisk ohälsa hos en förälder är exempelvis mindre konkret och därmed svårare att beskriva än ett missbruk där barn ofta sätter ord på den fysiska handlingen att dricka alkohol, köpa alkohol eller spår av flaskor för att nämna några exempel. I familjer där det förekommer såväl missbruk, psykisk ohälsa och våld tenderar barn i samtal med Bris att fokusera på våldet och därmed kommer samtalet att handla om hur barnet ska få skydd, snarare än att kartlägga om det finns andra faktorer som bidrar till ytterligare utsatthet, som missbruk eller psykisk ohälsa. Bris primära mål i samtal med barn som lever i utsatthet är att länka barnet till någon av samhällets övriga stödinstanser.

➜ Vuxnas svårigheter



Vuxnas missbruk är det vanligaste ämnet i samtal om vuxnas svårigheter.

VUXNAS MISSBRUK VANLIGASTE SAMTALET

Barn som söker stöd kring vuxnas missbruk och riskbruk står som ensam underkategori för drygt hälften av samtalen om vuxnas svårigheter under perioden 2016–2018. Barn som växer upp med missbrukande föräldrar är en riskgrupp för psykisk ohälsa, och lever i en utsatt situation som kan påverka allt i livet, från skolgång till trygghet i hemmet. Siffror från Folkhälsomyndigheten visar att vart femte barn påverkas negativt av att en vuxen i barnets närhet använder alkohol eller droger.

Barns samtal till Bris ger en samstämmig bild av att det finns ett stort stödbehov för barn som far illa av vuxnas missbruk, och som ofta glöms bort av samhället. När Systembolaget nyligen genomförde en Sifo-undersökning svarade en dryg tredjedel av de vuxna att de någon gång



Foto: Shutterstock

märkt ett återkommande problematiskt användande av alkohol hos en förälder med barn under 18 år. En tredjedel av de vuxna hade inte agerat trots att de märkt detta [58].

SMÄRTSAMT FÖR BARN ATT BERÄTTA OM OMSORGSBRISTER

Barn i olika åldrar kan ha olika funderingar kring sina föräldrars svårigheter. Yngre barn kan ha börjat förstå att föräldern inte är som alla andra föräldrar, och söker stöd från Bris för att få veta om något är fel eller om det är normalt. Ju äldre barnet blir desto mer stärkt har hen ofta hunnit bli i att det inte är okej att ha det som barnet har det. I dessa samtal är ilska och frustration mer förekommande. Oberoende av ålder känner barn sig ofta ambivalenta mot sina föräldrar, eftersom de också är lojala med dem. Vems ”fel” det är och vem som bär ansvar är också något som barn lyfter som problematiskt. Ett missbruk beskrivs av vissa barn som ett aktivt val som föräldern borde kunna bryta, och helt enkelt välja att vara förälder före att dricka. Samtidigt är många barn medvetna om att missbruk är att se som en sjukdom och att det inte är säkert att ens förälder kan sluta utan hjälp från andra vuxna. Psykisk ohälsa kan vara än svårare att förhålla sig till för att föräldern inte kan hjälpa att hen är sjuk. Barnets lojalitet sätts på prov och barnet slits ofta mellan att vara arg, besviken och ledsen samtidigt som hen vill skydda föräldern från att dömas av andra. Barn tar också på sig eget ansvar och uttrycker funderingar på om det är ens fel att ens förälder missbrukar, eller om det är något en själv gjort som gör att föräldern är sjuk.

De gånger föräldrar har diagnostiserade fysiska eller psykiska sjukdomar är det lättare för barn att sätta ord på hur föräldraförmågan påverkas och även dess inverkan på barnets mående. Många barn berättar att de saknar information från den vuxnes läkare eller socialsekreterare vilket gör att de bara har förälderns beskrivning att förhålla sig till och står ensam med många av sina funderingar, trots att hälso- och sjukvårdslagstiftningen säger att information till barn särskilt ska uppmärksammas i dessa fall.

Barns lojalitet gentemot föräldrar sträcker sig långt och även i utsatta situationer letar barn efter det som fungerar och försöker skydda sina föräldrar mot deras brister. Barn vet att de behöver sina föräldrar för att klara sig. Även om barn tycker att det är avlastande när föräldrar pratar om exempelvis psykisk ohälsa känner de ofta ett behov av att skydda föräldern mot att känna sig som en dålig förälder. Att inte känna

”Min mamma är sjuk och jag vet att jag behöver hjälp. Men jag är så rädd att förlora mamma. Att folk ska bli arga på henne eller kanske inte förstå alls, bli arga på mig och inte bry sig eller hjälpa mig.”

[58] Kantar Sifo, webbintervjuer 2001 personer, 25-79 år, november 2018.

sig älskad av sina föräldrar och att inte få tillräcklig omsorg är smärtsamt för barn att berätta. Normen är att alla föräldrar älskar sina barn och vill deras bästa och när det inte känns så eller när en förälder inte förmår ge barnet den omsorg hen behöver söker barnet ofta förklaringen hos sig själv och tar på sig skulden för föräldrarnas brister. Allt detta leder till att det ofta tar lång tid för barn att berätta om svårigheter hos vuxna som inte är lika konkreta som exempelvis missbruk eller våld.

BRIS ÅTGÄRDSFÖRSLAG

I barns samtal med Bris framkommer att föräldrars omsorgsbrist leder till att vuxenansvar överlämnas till barnet. Vanligt förekommande är att barnets förälder/föräldrar missbrukar och att barnet därför tar ansvar för omsorgen om såväl sig själv som den vuxna. Det förekommer också att föräldrar delger barnet för mycket information om vuxna privata angelägenheter, som mående, ekonomi och relationer exempelvis och att barnet tar på sig att försöka lösa den vuxnas problem. Att se barnet i den vuxnas svåra situation handlar om att prata med barnet, att låta barnet komma till tals men också hjälpa barnet att förstå att den vuxnes svårigheter faktiskt har haft en inverkan på barnet och att det barnet kanske uppfattat som ens ansvar eller som något naturligt i alla familjer i själva verket är något barnet skulle ha behövt hjälp med och kanske också skydd mot.

Barn beskriver återkommande att det finns vuxna som vet men inte gör något. Ibland beskrivs det som en lättnad eftersom det okända som väntar om någon får veta hur en har det med sina föräldrar många gånger är mer skrämmande än den utsatthet barnet lever i men samtidigt är barn medvetna om att de har rätt till omvårdnad och omsorg från en vuxen.

Generellt ser Bris att kunskapsnivån om orosanmälningar bör höjas. Det gäller alla vuxna, både professionella som omfattas av anmälningsplikt, och privatpersoner som bör anmäla eventuell oro för att ett barn far illa. Att anmäla sin oro över ett barn till socialtjänsten ses av många som en sista utväg. För barnet kan det vara vägen till nödvändig förändring. När föräldrar och vårdnadshavare inte klarar av att uppfylla barnets behov eller när de på något annat sätt står maktlösa inför en situation där ett barn far illa är det samhällets ansvar att göra en insats. Både barnet och närstående kan behöva olika former av skydd, stöd och hjälp. Ju förr socialtjänsten kan ingripa och erbjuda skydd och stöd samt tillgodose rätt behandling, desto bättre. ◆

Orosanmälan

Alla vuxna har ett ansvar som säger att de bör anmäla sin oro vid misstanke om att ett barn far illa. Professionella som möter barn i sitt yrke har anmälningsplikt.

Anmälan görs genom att kontakta socialtjänsten i barnets kommun. Socialtjänsten är skyldig att göra en akut skyddsbedömning av om barnet behöver ombedelbart skydd. Därefter görs en förhandsbedömning inom 14 dagar, och vid behov inleds en utredning. Utredningen bedömer barnets behov av skydd, stöd och hjälp och ligger till grund för beslut om eventuella insatser. Beslutet utgår från barnets rättigheter och föräldrarnas eller vårdnadshavarnas förmåga att tillgodose barnets bästa.

Det är ofta svårt för barn att berätta om när föräldrar brister i omsorgsförmåga.



Foto: Shutterstock

Kontaktinnehåll i barns samtal med Bris

	Antal 2016	Antal 2017	Antal 2018	Totalt 2016-2018	Skillnad % 2016-2018
Psykisk ohälsa	**9 493**	**9 402**	**9 770**	**28 665**	**3 %**
Depression	1 038	1 007	1 005	3 050	-3 %
Diagnoser	497	632	660	1 789	33 %
Nedstämdhet	5 771	4 165	3 601	13 537	-38 %
Självdestruktivitet	1 575	1 993	2 580	6 148	64 %
Självmord	1 345	1 742	2 239	5 326	66 %
Ångest	2 168	2 868	2 978	8 014	37 %
Ätstörningar	769	1 033	1 133	2 935	47 %
Familj och familjekonflikter	**6 216**	**6 924**	**6 681**	**19 821**	**7 %**
Familjekonflikter	3 246	3 005	2 789	9 040	-14 %
Familjen	3 699	4 581	4 342	12 622	17 %
Våld, övergrepp och kränkningar	**4 244**	**5 145**	**5 575**	**14 964**	**31 %**
Fysiskt våld	1 217	1475	1527	4219	25 %
Hedersrelaterat våld & förtryck	137	108	132	377	-4 %
Mobbning	1 480	1 930	2 183	5 593	48 %
Omsorgsbrist	658	829	666	2 153	1 %
Psykiskt våld	1 034	1 347	1 683	4 064	63 %
Sexuella övergrepp	710	813	1012	2 535	43 %
Skolan	**4 245**	**5 278**	**5 325**	**14 848**	**25 %**
Vänner	**4 702**	**5 635**	**5 156**	**15 493**	**10 %**
Att vara ung*	**–**	**4531**	**3 779**	**8 310**	**-17 %**
Samhällets stödinstanser	**2 418**	**2 328**	**3 297**	**8 043**	**36 %**
Andra vuxna i skolan	235	225	470	930	100 %
Annat	35	28	66	129	89 %
Behandlingshem	85	81	90	256	6 %
BUP	624	690	860	2 174	38 %
Elevhälsa	511	600	964	2 075	89 %
Familjehem	332	331	337	1 000	2 %
Hälso- och sjukvård	126	149	231	506	83 %
Migrationsverket	11	37	22	70	100 %
Rättsväsendet	110	77	128	315	16 %
Socialtjänsten	822	722	1 014	2 558	23 %
Ungdomsmottagning	187	113	295	595	58 %
Kärlek	**3 157**	**2 941**	**2 917**	**9 015**	**-8 %**
Stress	**2 066**	**2 137**	**2 279**	**6 482**	**10 %**
Vuxnas svårigheter	**1 470**	**1 536**	**1 310**	**4 316**	**-11%**
Vuxnas funktionsnedsättningar	14	7	8	29	-43 %
Vuxnas fysiska ohälsa	167	186	166	519	-1 %
Vuxnas kriminalitet	197	160	114	471	-42 %
Vuxnas missbruk/riskbruk	721	813	713	2 247	-1 %
Vuxnas psykiska ohälsa	550	574	450	1 574	-18 %
Övriga kategorier					
Oro för annan	1 464	1 092	1 302	3 858	-11 %
Kropp & utseende	1 234	1 105	1 111	3 450	-10 %
Sorg & kris	678	916	1 080	2 674	59 %
Skilda föräldrar	995	1 221	1 049	3 265	5 %
Sex	895	733	792	2 420	-12 %
Onlinerelaterade frågor	578	607	738	1 923	28 %
Fysisk hälsa & ohälsa	521	621	643	1 785	23 %
Mens & graviditet	703	620	590	1 913	-16 %
Sexualitet & könsidentitet	465	500	566	1 531	22 %
Fritid	699	657	556	1 912	-20 %
Bris	510	475	437	1 422	-14 %
Missbruk/riskbruk	242	285	317	844	31 %
Funktionsnedsättning	313	253	316	882	1 %
Juridiska frågor	240	335	294	869	23 %
Ekonomisk utsatthet	161	175	167	503	4 %
Kriminalitet	116	140	149	405	28 %
Normativa begränsningar	313	272	145	730	-54 %
Diskriminering	105	147	78	330	-26 %

* Kontaktområdet Att vara ung omdefinierades år 2017 varför en jämförelse endast görs mellan 2017 och 2018.

Bris verksamhet

Bris kämpar för en bättre barndom. Med barnkonventionen som grund stöttar Bris barn i utsatta situationer, mobiliserar samhället för barnets rättigheter och påverkar beslutsfattare för ett samhälle där varje barn känner till sina rättigheter och där barnets rättigheter tillgodoses.

Sedan 1971 har Bris kämpat för att göra livet bättre för barn i utsatthet, och driva förändring för ett bättre samhälle för alla barn i Sverige. 1980 startade Bris välkända hjälptelefon för barn och unga, och idag har Bris ett brett stöderbjudande för barn. Allt stöd på Bris är idag professionellt och vuxenlett, och Bris kuratorer är alla utbildade socionomer eller psykologer.

Arbetet bedrivs utifrån den barnsyn som uttrycks i barnkonventionen. Den innebär att varje barn erkänns, respekteras och skyddas som rättighetsbärare. Varje barn har en individuell personlighet, egna behov, intressen och en personlig integritet. Bris bemöter barnet som kompetent och kapabelt.

I alla frågor som rör barnet är det barnets rättighet att bli hörd och få sin åsikt respekterad och beaktad. Det är dock aldrig barnets ansvar att ensam lösa de svårigheter hen står inför eller att möjliggöra att rättigheter tillgodoses. Detta ansvarar vuxna i barnets närhet för, varför Bris vid behov bistår barnet med att få tillgång till en vuxen som ser, förstår och agerar för barnets bästa.

BRIS TRE VERKSAMHETSBEN

Bris erbjuder professionellt stöd till alla barn under 18 år utifrån barnets behov, direkt via chatt, mejl, telefon och i stödgrupper. Bris ger också indirekt stöd till barn genom Bris vuxentelefon där vuxna får stöd och svar på frågor om barn, samt Bris stödlinje för vuxna inom idrotten som söker stöd eller känner oro för ett barn i en idrottsförening.

Bris mobiliserar samhället för barnets rättigheter, alltifrån medlemmar till kommuner, organisationer och andra samhällsaktörer. Under 2016 startades ”Bris nätverk – mötesplatsen för barnets rättigheter.” Nätverket är uppbyggt utifrån Bris fem regionkontor i Umeå, Stockholm, Linköping, Göteborg och Malmö. Bris nätverk möjliggör möten, dialog och samverkan mellan professionella från olika delar av samhället, den ideella, privata eller offentliga sektorn – och är en källa till inspiration och erfarenhetsutbyte. Nätverket består idag av omkring 4 000 medlemmar i hela Sverige.

Bris verksamhet handlar också om att påverka beslutsfattare för att på så sätt bidra till att stärka barnets rättigheter. Bris bedriver ett strategiskt opinions- och påverkansarbete med fokus på beslutsfattare och myndigheter, och arbetar också för att nå ut till allmänheten för att hela samhället ska ha bättre kunskap om barnets rättigheter och kunna bidra till att de tillgodoses. Bris deltar i referensgrupper och politikermöten, skriver remisser och bidrar med expertis. Genom att göra barns röster hörda, samt bidra med analys och åtgärdsförslag, arbetar Bris för att stärka barnets rättigheter på alla samhällets arenor.

Bris verksamhet finansieras via insamling från privatpersoner, företagssponsring, stöd från kommuner och olika stiftelser samt medlemsavgifter. Bris möjlighet att stötta barn och att arbeta för att stärka barnets rättigheter står i direkt relation till de insamlade medlen och varje krona gör skillnad i verksamheten. Att bedriva ett aktivt insamlingsarbete är därför också en central del av Bris verksamhet.

Bris stöd online

Bris kuratorer är tillgängliga i chatt, mejl och telefon varje dag. Barnet kontaktar Bris utifrån ett hjälpbehov som barnet har där och då. Gemensamt för dessa barn är att de väljer att söka sig utanför sitt eget nätverk och vänder sig till Bris som ett komplement till eller som en ersättning för andra viktiga vuxna i barnets närhet. Kontakten med Bris är på barnets villkor och barnet bestämmer vilken information hen vill delge om sig själv, sin situation och sina behov. Fokus i kontakterna är det som fungerar, det friska och det som kan förändras. Barn och

unga ges stöd i den egna situationen och får möjlighet att sätta ord på sina tankar och känslor. Målet och förhoppningen är att ett samtal med Bris ska bidra till en ökad förståelse för sin egen situation och att barnet får en idé om vad hen behöver för att må bättre. Att bli bekräftad och tagen på allvar samt att erbjudas handlingsalternativ bidrar till hopp om att förändring är möjlig. Kuratorernas uppgift är att ge känslomässigt och praktiskt stöd och att informera om barnets rättigheter och om samhällets stödinsatser, samt vid behov agera på uppdrag av barnet.

Verksamheten utgår från ett salutogent perspektiv och grundar sig på vedertagen forskning om utvecklingspsykologi, anknytningsteori, systemteori och kris och trauma. Till detta kopplar Bris metoder som är särskilt verksamma för verksamheten och målgruppen.

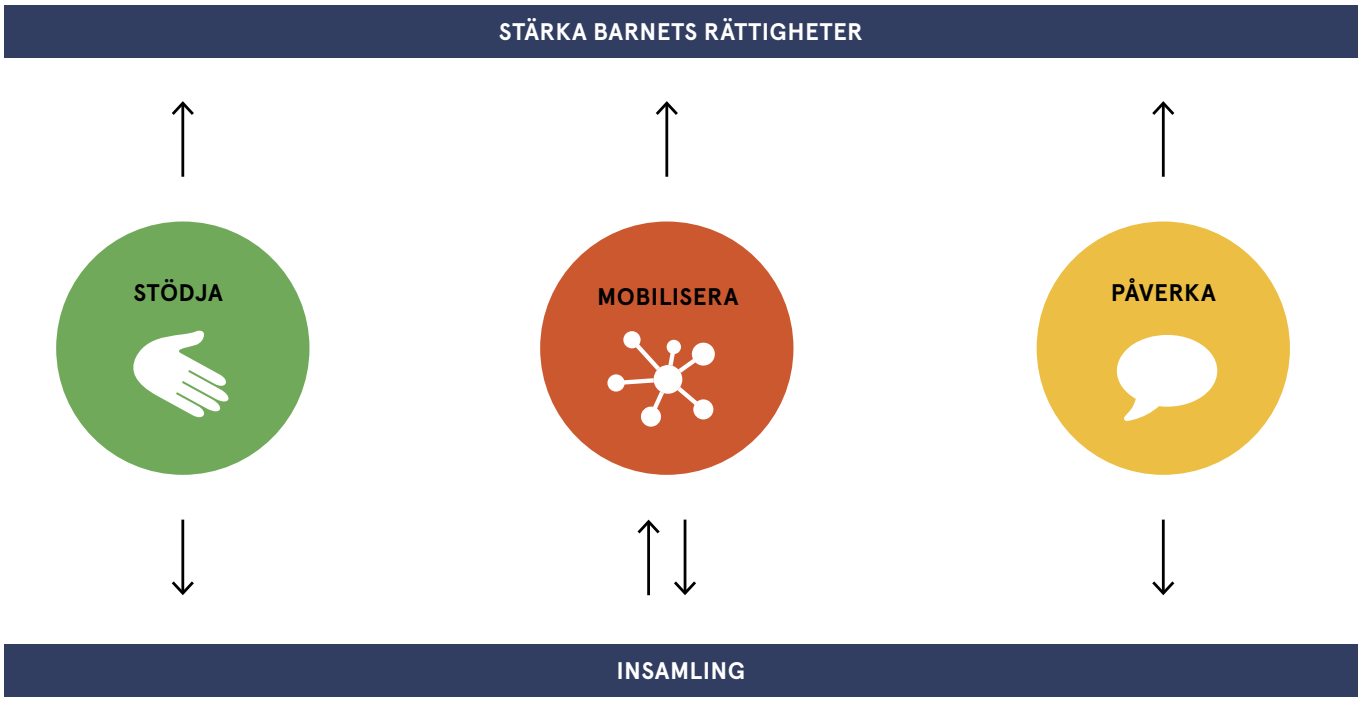
Under 2017 har Bris hänvisat till vidare hjälp för barnet i cirka 38 procent av de kurativa kontakterna. Av dessa kontakter handlade 45 procent om psykisk ohälsa. En del av de kontakter som barn har med Bris leder vidare till vad Bris kallar uppdragsarbete, där Bris kuratorer tar på sig att hjälpa barnet vidare, upprätta anmälningar (oftast till socialtjänsten), och att företräda barnet i kontakt med olika myndigheter.

Bris gruppstöd

Bris arbetar nära och stödjer barn i särskilt utsatta situationer genom gruppstöd. Gruppstödet är ett långsiktigt stöd för barnet som syftar till att stärka barnets KASAM, det vill säga känsla av sammanhang, samt att fungera som en skyddsfaktor för psykisk ohälsa över tid. Genom gruppstödet ges barnet möjlighet att möta andra barn i liknande situation, och via kognitiva metoder, psykoedukation och emotionellt stöd få verktyg att hantera sitt liv på kort och på längre sikt. Till gruppstödet kopplas också individuellt stöd. Gruppstödet bedrivs i nära samarbete med forskning och anpassas till respektive målgrupp. Idag erbjuder Bris gruppstöd till barn i familjer där en förälder begått självmord, till familjehemsplacerade barn, barn med erfarenhet av flykt, och barn till föräldrar med psykisk ohälsa eller aktivt missbruk.

Indirekt stöd via vuxna

Bris erbjuder ett indirekt stöd till barn via vuxna. Stödet till vuxna består både av information på bris.se där sidorna för vuxna om barn tillhör de mest välbesökta, men också av information i sociala medier, i böcker och i rapporter. På vardagsförmiddagarna kan vuxna som är oroliga för ett barn i sin närhet ringa Bris vuxentelefon – om barn. Både privatpersoner och professionella kontaktar Bris vuxenstöd. Via Brisakademin utbildar Bris vuxna i allt från att samtala med barn till att motverka nätmobbning. Bris gruppstöd arbetar även för att stärka nätverken runt barnen, genom exempelvis familjeinriktade insatser där även föräldrar ges stöd, och genom information och föreläsningar till vuxna runt barnen i gruppstödet. ◆



Bris vision är ett samhälle där barnets rättigheter tillgodoses och där varje barn känner till sina rättigheter.

Agenda 2030

Bris och de globala målen för hållbar utveckling

Genom det dagliga arbetet för ett bättre samhälle för barn bidrar Bris till måluppfyllelsen av de globala målen för hållbar utveckling i Agenda 2030. Att barns rättigheter tillgodoses är avgörande för hållbara och fredliga samhällen.

På ett toppmöte i FN i New York i september 2015 antog världens stats och regeringschefer överenskommelsen ”Förändra vår värld: Agenda 2030 för hållbar utveckling”. Agendan gäller från januari 2016 till 2030 och innehåller en handlingsplan med 17 mål och 169 delmål som ska leda världen mot en hållbar framtid. Agendans mål är universella och gäller alla länder, även Sverige.

Målen är odelbara och utgår från tre dimensioner av hållbar utveckling: den ekonomiska, sociala och miljömässiga. Under de kommande 15 åren kommer Agenda 2030 bidra till handlingar och politik som får en avgörande betydelse för mänskligheten. Flera av målen och delmålen rör barns rättigheter direkt och kompletterar barnkonventionen. De är därför särskilt angelägna för Bris. Bris bidrar på olika sätt till måluppfyllelsen av Agenda 2030 både i Sverige och globalt. Vi stödjer barn som har det svårt på olika sätt och vars rättigheter kränks, vi gör barns röster hörda i samhället och vi påverkar politiker och beslutsfattare i Sverige, och globalt genom vår internationella paraplyorganisation Child Helpline International (CHI), för att säkerställa att varje barn får sina rättigheter tillgodosedda.

Mellan 2017 och 2021 kommer Bris särskilt att fokusera på att bryta trenden med den ökande psykiska ohälsan hos barn och unga, vi kommer på olika sätt att stödja barn som flytt och arbeta för alla barns rätt att slippa våld. Bris fokuserar därför i första hand på Agendans mål 3 om att Säkerställa hälsosamma liv och främja välbefinnande för alla i alla åldrar, mål 5 om Jämställdhet och mål 16 om Fredliga och inkluderande samhällen. ◆



Kontakt-
innehåll

Definitioner kontaktinnehåll

Bris dokumenterar varje samtal i 54 kontaktområden. Ett samtal kan handla om flera ämnen, och i snitt dokumenteras 2,5 kontaktområden per kurativ kontakt.

Att vara ung
Vägledande är att barnet har varit hjälpsökande kring exempelvis känsloliv kopplat till tonåren, identitet, existentiella frågor, självförtroende, att passa in, puberteten, framtiden, ledsen utan specifik orsak etc. och att problemen inte är en konsekvens av en annan svårighet/omständighet i barnets situation.

Andra vuxna i skolan
Barnet är hjälpsökande kring en pågående eller önskad kontakt med annan vuxen i skolan än lärare eller elevhälsa i stödjande syfte – ej undervisning. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Annan professionell
Barnet är hjälpsökande kring en pågående eller önskad kontakt med annan professionell än de alternativ som finns att välja bland i samlingskategorin Samhällets stödinstanser. Anges i fritext. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Behandlingshem
Barnet är hjälpsökande utifrån pågående placering vid HVB-hem/SiS. Kontakter från barn som önskar bli placerade eller är orolig för en kommande placering återfinns under kategorin Socialtjänsten. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Bris
Fakta och informationsfrågor som rör Bris stödverksamhet, hur det fungerar, anonymitet, öppettider etc.

BUP
Barnet är hjälpsökande utifrån en pågående eller önskad kontakt med BUP.

Depression
Barnet är orolig/hjälpsökande utifrån en depression, såväl diagnostiserade som funderingar. Ingår i samlingskategorin Psykisk ohälsa.

Diagnoser
Barnet är hjälpsökande utifrån att hen har en diagnos, eller vill/ska utredas utifrån en tanke om eventuell diagnos (ej neuropsykiatriska, se funktionsnedsättning). Ingår i samlingskategorin Psykisk ohälsa.

Diskriminering
Barnet är hjälpsökande utifrån all form av diskriminering, både i familjen, skolan, andra arenor.

Ekonomisk utsatthet
Barnet är hjälpsökande utifrån sin upplevelse av familjens/sin egen ekonomi.

Elevhälsa
Barnet är hjälpsökande kring en pågående eller önskad kontakt med elevhälsan, inkluderar hela elevhälsovårdsteamet. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Familjehem
Barnet är hjälpsökande utifrån en pågående eller beslutad placering i familjehem. Kontakter där barnet önskar bli eller är orolig att bli familjehemsplacerad återfinns inom kategorin socialtjänsten. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Familjekonflikter
Barnet är hjälpsökande utifrån sin familjesituation som är konfliktfylld men utan inslag av våld eller hot. Barnet kan både vara delaktig i eller ha bevittnat konflikter mellan vuxna och barn, vuxna och vuxna eller barn och barn. Ingår i samlingskategorin Familj & familjekonflikter.

Familjen
Barnet är hjälpsökande kring sin familjesituation med fokus på relationer, saknad, boende men ej konflikter eller skilsmässa som är egna kategorier. Ingår i samlingskategorin Familj & familjekonflikter.

Fritid
Barnet är hjälpsökande utifrån frågor och funderingar som rör barnets fritid, tiden utanför skolan som t.ex. fester, fritidsaktiviteter etc.

Funktionsnedsättning
Barnet är hjälpsökande utifrån diagnostiserade eller önskad utredning av fysiska/neuropsykiatriska funktionsnedsättningar som påverkar barnets vardag och liv.

Fysisk hälsa & ohälsa
Barnet är hjälpsökande utifrån hälsorelaterade frågor som rör kroppen, t.ex. sjukvårdsfrågor, sjukdomar, svåra sömnproblem etc.

Fysiskt våld
Barnet är/har blivit utsatt för, bevittnat, utsatt annan eller är rädd för fysiskt våld, både inom familjen och i andra sammanhang. Ingår i samlingskategorin Våld, övergrepp & kränkningar.

Hedersrelaterat våld & förtryck
Barnet är/har blivit utsatt för, bevittnat, utsatt annan eller är rädd för hedersrelaterat våld och förtryck. Ingår i samlingskategorin Våld, övergrepp & kränkningar.

Hälso- och sjukvård
Barnet är hjälpsökande utifrån en pågående eller önskad kontakt med hälso- och sjukvården, både utifrån egen hälsa eller nätverkets hälsa. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Juridiska frågor
Barnet är hjälpsökande utifrån frågeställningar kopplat till lagar och rättigheter, t.ex. vad en får och inte får göra utifrån ålder, vad som krävs för att få göra en viss sak eller när en har rätt att flytta hemifrån.

Kriminalitet
Barnet är hjälpsökande utifrån egen eller andra barns kriminalitet. Barnet kan vara förövare, offer, vittne.

Kropp & utseende
Barnet är hjälpsökande utifrån funderingar om kropp och utseende, t.ex. vikt, bröst, finnar etc.

Kärlek
Barnet är hjälpsökande utifrån kärlek i relation till en/flera specifika personer i barnets närhet, såväl online som offline.

Mens & graviditet
Barnet är hjälpsökande utifrån funderingar rörande mens, graviditet etc. Ofta faktafrågor.

Migrationsverket
Barnet är hjälpsökande utifrån en pågående eller önskad kontakt med Migrationsverket, såväl egna kontakter som familjens kontakt. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Kontaktinnehåll

Missbruk/riskbruk
Barnet är hjälpsökande kring eget eller andra barns missbruk/riskbruk av alkohol, droger, receptbelagda läkemedel, spel, sex, datorspel etc.

Mobbning
Barnet är hjälpsökande utifrån mobbning. Kan vara utsatt, utsätta andra eller bevittna. Gäller all form av mobbning oavsett arena. Ingår i samlingskategorin Våld, övergrepp & kränkningar.

Nedstämdhet
Barnet är orolig/hjälpsökande kring sitt mående och beskriver sig som ledsen/nedstämd. Ska ej förväxlas med att barn kan vara ledsna utifrån en svår livssituation eller yttre omständighet. Ingår i samlingskategorin Psykisk ohälsa.

Normativa begränsningar
Barnet är hjälpsökande utifrån att barnets liv/valmöjligheter begränsas utifrån egna, samhällets, kulturella eller religiösa normer.

Omsorgsbrist
Barnet är hjälpsökande utifrån att barnets omsorgspersoner brister i sin omsorg av barnet. Ingår i samlingskategorin Våld, övergrepp & kränkningar.

Onlinerelaterade frågor
Barnet är hjälpsökande utifrån utsatthet/aktiviteter/relationer som uttalat sker online. Barnet kan ha bevittnat, blivit utsatt eller själv ha utsatt andra.

Oro för annan
Anges om kontakten enbart handlat om oro för annan, och inte något alls om kontaktarens situation, gäller främst i mejlen eller vid fakta/information.

Psykiskt våld
Barnet är/har blivit utsatt för, bevittnat eller utsatt någon annan för psykiskt våld, både inom familjen och i andra sammanhang. Ingår i samlingskategorin Våld, övergrepp & kränkningar.

Rättsväsendet
Barnet är hjälpsökande kring en pågående eller önskad kontakt, såväl egen som indirekt genom exempelvis föräldrars kontakt med t.ex. polis, åklagare och domstol. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Sex
Kontakter där barnet sökt hjälp utifrån funderingar om sex, skydd, onani, porr etc. Ej sexuella övergrepp.

Sexualitet & könsidentitet
Kontakter där barnet söker hjälp utifrån funderingar om ens egen sexualitet och/eller könsidentitet.

Sexuella övergrepp
Barnet är/har blivit utsatt för, bevittnat, är rädd för att utsättas för sexuella övergrepp, både inom familjen och i andra sammanhang eller har själv utsatt någon annan. Inkluderar sexuella trakasserier, grooming och sexuellt ofredande. Ingår i samlingskategorin Våld, övergrepp & kränkningar.

Självdestruktivitet
Barnet är hjälpsökande utifrån eget eller annat barns självdestruktivitet. Ingår i samlingskategorin Psykisk ohälsa.

Självmord
Barnet är hjälpsökande utifrån egna eller annat barns funderingar på självmord, suicidförsök eller förlust i suicid. Ingår i kategorin Psykisk ohälsa.

Skilda föräldrar
Barnet är hjälpsökande utifrån positiva eller negativa känslor/påverkan utifrån föräldrars skilsmässa, t.ex. bonusföräldrar, vårdnad, boende, umgänge etc.

Skolan
Barnet är hjälpsökande på grund av sin skolsituation. Inkluderar alla frågor/funderingar som rör skolan, som undervisning, arbetsmiljö, betyg etc.

Socialtjänsten
Barnet är hjälpsökande utifrån en pågående eller önskad kontakt med socialtjänstens samtliga enheter, även familjerätten och vuxenenheter som föräldrar har kontakt med. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Sorg & kris
Barnet är hjälpsökande utifrån sorg- & krisreaktioner, exempelvis utifrån förlust/dödsfall/sjukdom/skilsmässa i familjen eller nätverket.

Stress
Barnet är hjälpsökande utifrån en upplevd stress som påverkar måendet.

Ungdomsmottagning
Barnet är hjälpsökande utifrån en pågående eller önskad kontakt med Ungdomsmottagningen. Ingår i samlingskategorin Samhällets stödinstanser.

Vuxnas funktionsnedsättningar
Barnet är hjälpsökande utifrån en upplevelse av en vuxens funktionsnedsättningar. Ingår i samlingskategorin Vuxnas svårigheter.

Vuxnas fysiska ohälsa
Barnet är hjälpsökande utifrån en upplevelse av en vuxens fysiska ohälsa, t.ex. cancer eller hjärt- och kärlsjukdomar. Ingår i samlingskategorin Vuxnas svårigheter.

Vuxnas kriminalitet
Barnet är hjälpsökande utifrån en upplevelse av en vuxens kriminalitet, t.ex. föräldrar som sitter i fängelse eller har begått brott. Ingår i samlingskategorin Vuxnas svårigheter.

Vuxnas missbruk/riskbruk
Barnet är hjälpsökande utifrån en upplevelse av en vuxens missbruk/riskbruk av alkohol, droger, spel etc. Ingår i samlingskategorin Vuxnas svårigheter.

Vuxnas psykiska ohälsa
Barnet är hjälpsökande utifrån en upplevelse av en vuxens psykiska ohälsa, t.ex. depression, ätstörningar, suicidtankar/försök. Ingår i samlingskategorin Vuxnas svårigheter.

Vänner
Barnet är hjälpsökande utifrån sina vänskapsrelationer, såväl online som offline som påverkar barnets mående, främst negativt som t.ex. konflikter och ensamhet.

Ångest
Barnet är hjälpsökande utifrån egen eller annat barns ångest/panikångest. Ingår i samlingskategorin Psykisk ohälsa.

Ätstörningar
Barnet är hjälpsökande utifrån egna eller annat barns ätstörningar, såväl diagnostiserade som funderingar. Ingår i samlingskategorin Psykisk ohälsa.

Källor

VETENSKAPLIG LITTERATUR

Benoit L, Cottin P, Moro MR (2018). What is a "Maison des Adolescents"? A history of integrated youth health care services in France. Early Interv Psychiatry. 2018;12(5):1000-1005.

Björkenstam C, Weitoft GR, Hjern A, Nordström P, Hallqvist J, Ljung R (2011). School grades, parental education and suicide - a national register-based cohort study. J Epidemiol Community Health. 2011;65(11):993-8.

Bremberg S (2015). Mental health problems are rising more in Swedish adolescents than in other Nordic countries and the Netherlands. Acta Paedicatrica. 2015;104(10): 997–1004.

Dey M, Reavley NJ, Jorm AF (2016). Young people's difficulty in talking to others about mental health problems: An analysis of time trends in Switzerland. Psychiatry Res. 2016;237:159-65.

Halford WK, Bodenmann G (2013). Effects of relationship education on maintenance of couple relationship satisfaction. Clinical Psychology Review. 2013;33(4):512-25.

Hattie J, Timperley H (2007). The power of feedback. Review of educational research. 2007;77(1):81-112.

Hiltunen, L (2017). Lagom perfekt. Erfarenheter av ohälsa bland unga tjejer och killar. Linnéuniversitetet.

Hjern A, Allebeck P (2002). Suicide in first- and second-generation immigrants in Sweden: a comparative study. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol. 2002;37(9):423-9.

Högberg G, Bremberg S (2018). Antidepressant medication increase the rate of self-harm injuries. An ecological study of 18 OECD countries. European Journal of Public Health. 2018; Published 2018-12-24.

Jablonska B, Lindberg L, Lindblad F, Rasmussen F, Ostberg V, Hjern A (2009). School performance and hospital admissions due to self-inflicted injury: a Swedish national cohort study. Int J Epidemiol. 2009;38(5):1334-41.

Klapp A, Cliffordson C, Gustafsson J-E (2016). The effect of being graded on later achievement: evidence from 13-year olds in Swedish compulsory school. Educational Psychology. 2016;36(10):1771-89.

Modin B, Låftman SB, Östberg V (2017). Teacher rated school ethos and student reported bullying—A multilevel study of upper secondary schools in Stockholm, Sweden. International journal of environmental research and public health. 2017;14(12):1565.

Oldehinkel AJ, Ormel J, Verhulst FC, Nederhof E (2014). Childhood adversities and adolescent depression: a matter of both risk and resilience. Dev Psychopathol, 26(4 Pt 1):1067-75.

Seery MD, Holman EA, Silver RC (2010). Whatever does not kill us: Cumulative lifetime adversity, vulnerability, and resilience. Journal of Personality and Social Psychology. 2010;99(6):1025-41.

Shapero BG, Hamilton JL, Stange JP, Liu RT, Abramson LY, Alloy LB (2015). Moderate childhood stress buffers against depressive response to proximal stressors: a multi-wave prospective study of early adolescents. Journal of abnormal child psychology, 43(8):1403-13.

Sund A, et al. (2004). Psychosocial correlates of depressive symptoms among 12–14-year-old Norwegian adolescents. Child Care Health Dev, 30(2):186-7.

Sveriges Kommuner och landsting, SKL. Brukarundersökning IFO 2017/2018.



Foto: Giandrea Villa / Unsplash

Källor

Thompson R, Litrownik AJ, Isbell P, Everson MD, English DJ, Dubowitz H, et al. (2012). Adverse Experiences and Suicidal Ideation in Adolescence: Exploring the Link Using the LONGSCAN Samples. Psychol Violence, 2(2).

Ttofi MM, Farrington DP, Lösel F, Loeber R (2011). Do the victims of school bullies tend to become depressed later in life? A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. Journal of Aggression, Conflict and Peace Research. 2011;3(2):63-73.

LAGAR OCH REGLER

FN:s konvention om barnets rättigheter, 1989.

Hälso- och sjukvårdslag (2017:30).

Lagen (1999:997) om särskild företrädare för barn.

Skollag (2010:800).

Socialtjänstlag (2001:453).

ÖVRIGA KÄLLOR

Bremberg S, (red.) (2004). Nya verktyg för föräldrar. Förslag till nya former av föräldrastöd. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.

Bris rapport 2016:1. Räknas det här som våld?

Bris rapport 2017:1. Barns psykiska ohälsa – det är dags att bryta trenden.

Bris rapport 2017:3. Barn som flytt – en riskgrupp för psykisk ohälsa.

Bris rapport 2018:1. Skola. Vård. Omsorg. Och den psykiska ohälsan.

BRÅ (2018). Skolundersökningen om brott 2017. Om utsatthet och delaktighet i brott. Stockholm: Brottsförebyggande rådet.

Folkhälsomyndigheten (2016). Förebyggande insatser till barn i familjer med missbruk, psykisk sjukdom och våld. En systematisk översikt av översikter.

Folkhälsomyndigheten (2018). Utvecklingen av psykosomatiska besvär, skolstress och skoltrivsel bland 11-, 13-, och 15-åringar.

Folkhälsomyndigheten (2018). Varför har den psykiska ohälsan ökat bland barn och unga i Sverige? Utvecklingen under perioden 1985-2014. Stockholm.

Folkhälsomyndigheten (2019). Skolbarns hälsovanor i Sverige 2017/18. Stockholm.

Heimer A, Näsman E, Palme J (2017). Rättighetsbärare eller problembärare? Barns rätt att komma till tals och socialtjänstens insatser. Stiftelsen Allmänna Barnhuset.

Institute for Health Metrics and Evaluation. Global Burden of Disease - compare 2018. https://vizhub.healthdata.org/gbd-compare/.

Kantar Sifo, webbintervjuer 2001 personer, 25-79 år, november 2018.

Mentor och **ungdomar.se**. Unga röster 2016.

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor, MUCF (2015). Fokus 15.

Novus (2016). Sveriges ungdomar om framtiden; Från YOLO till oro. Växjö: Novus och Linneuniversitetet.

OECD. OECD. Stat 2018. http://goo.gl/3z4b0.

OECD (2016). PISA 2015 Results (Volume 1). Excellence and Equity in Education 2016.

Skolverket. Attityder till skolan 2015. Stockholm: Skolverket; 2016.

Socialdepartementet (2017). Barnets och ungdomens reform – Förslag för en hållbar framtid. Slutrapport från den nationella samordnaren för den sociala barn- och ungdomsvården.

Socialdepartementet, Översyn av socialtjänstlagen, dir 2017:39.

Socialstyrelsen (2014). Att utveckla grunddata och indikatorer. För barn och unga med psykisk ohälsa och personer med omfattande eller komplicerad psykiatrisk problematik.

Socialstyrelsen (2014). Barn som far illa eller riskerar att fara illa.

Socialstyrelsen (2017). Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna. Till och med 2016. Stockholm.

Socialstyrelsen. Statistikdatabas för dödsorsaker 2019.

Statistiska Centralbyrån, Undersökningar av barns levnadsförhållanden, 2018. http://www.scb.se.

Statistiska Centralbyrån, Undersökningar av levnadsförhållanden – ULF 2018. http://www.scb.se.

Stiftelsen Allmänna Barnhuset (2017). Våld mot barn 2016. En nationell kartläggning.

Sveriges Kommuner och Landsting, www.väntetider.se.

The Economist (2019). How children interact with digital media. The Economist 2019-01-03

World Economic Forum. New Vision for Education - Geneva; 2015.

Youth Wellness Hubs Ontario. Youth Wellness Hubs 2018. https://youthhubs.ca/en/.

OM BRIS

Bris, Barnens rätt i samhället, är en av Sveriges ledande barnrättsorganisationer som varje dag kämpar för ett bättre samhälle för barn. Folkrörelsen Bris startade 1971 och bidrog till att Sverige fick världens första förbud mot barnaga. Med barnkonventionen som grund stöttar Bris barn i utsatta situationer, mobiliserar samhället för barnets rättigheter och påverkar beslutsfattare för ett samhälle där varje barn känner till sina rättigheter och där barnets rättigheter tillgodoses.

Arenavägen 61
122 77 Johanneshov
Box 101 47, 121 28 Stockholm
Telefon: 08-598 888 00

www.bris.se
Instagram: @bris116111
Facebook: www.facebook.com/BRIS
Twitter: @BRISpress
Swish: 9015041

Barn kan kontakta Bris på
telefon, chatt och mejl.
Telefonnummer: 116 111

Chatt och mejl: www.bris.se

BRIS