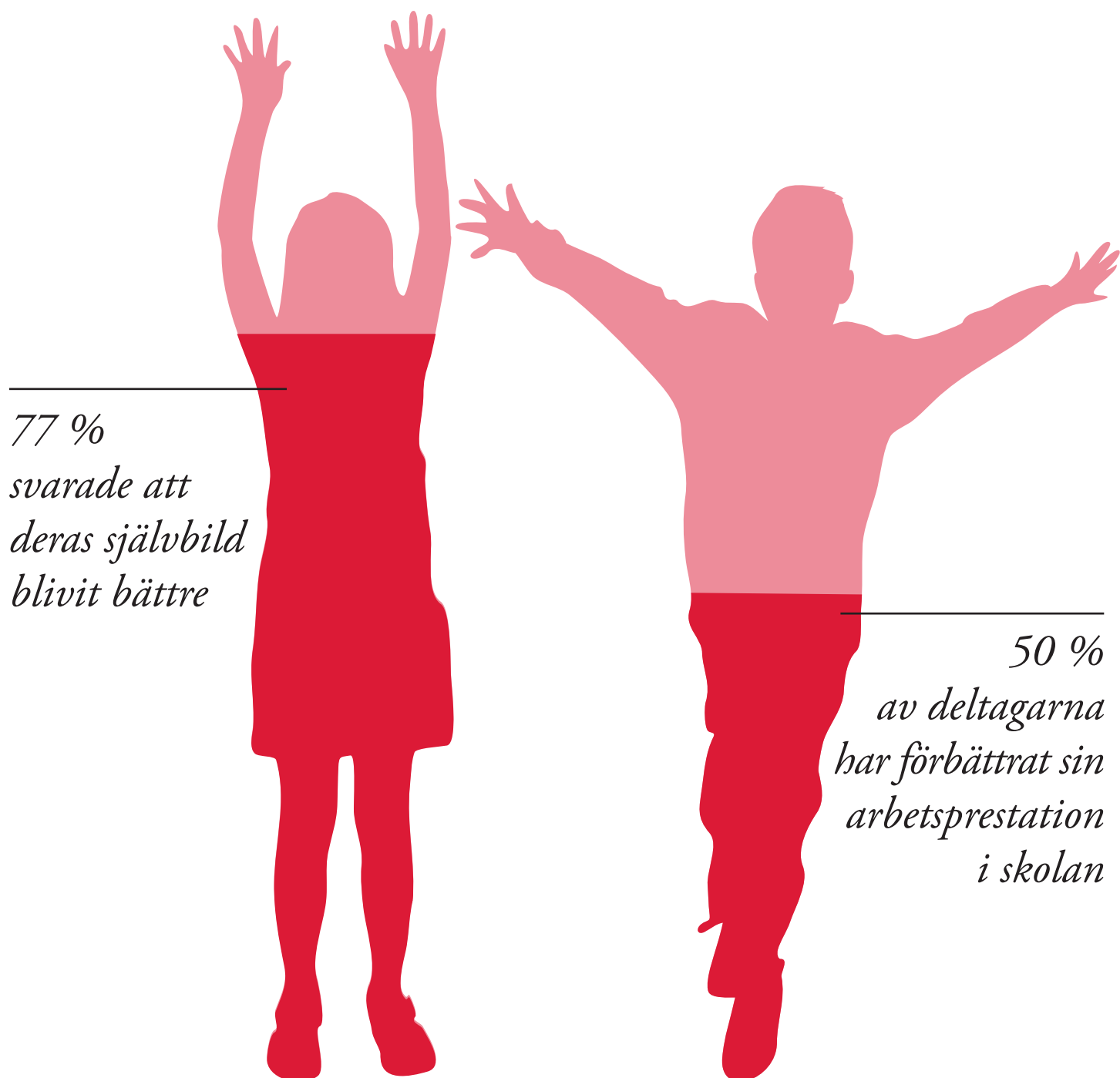


En utvärdering av Ersta Vändpunktens tonårsprogram



Ersta Vändpunkten
en del av Ersta diakoni

Tonåringarna lämnar Ersta Vändpunkten betydligt bättre rustade för sin vardag hemma och i skolan efter att ha deltagit i Ersta Vändpunktens tonårsprogram. 50 procent av deltagarna förbättrade sin arbetsprestation i skolan och 30 procent förbättrade sin närvaro i skolan. 77 procent svarade att deras självbild blivit bättre eller mycket bättre och 65 procent svarar att deras förhållande till andra familjemedlemmar har blivit bättre eller mycket bättre. Det är några resultat ur en utvärdering av Ersta Vändpunktens tonårsprogram som sammanställdes under 2013.

Ersta Vändpunkten är en professionell mottagning för barn, unga, föräldrar och andra vuxna som lever i eller har vuxit upp i en familj med missbruk. Vändpunkten erbjuder flera olika former av insatser: pedagogiska program i grupp för olika åldrar, familjesamtal, enskild psykoterapi, sommarläger och rådgivning och krisstöd via telefon och besök på Vändpunkten. Verksamheten startade 1986 och arbetar utifrån övertygelsen att samhället behöver en professionell mottagning som är uppbyggd utifrån de anhörigas behov.

Ersta Vändpunkten utvärderar regelbundet sin verksamhet som en del av sitt kvalitetsarbete. Utvärderingen svarar både på vilken förändring deltagarna upplever som ett resultat av programmet, och hur Vändpunkten kan förbättra sin verksamhet. Följande är resultat ur en utvärdering av Vändpunktens tonårsprogram 2009-2011 som sammanställdes under 2013. Viktiga syften med programmet för tonåringar är att öka deras chans att klara skolan och fritiden, att öka deltagarnas självkänsla, ge kunskap om beroendesjukdomar och missbruk, stärka deltagarnas möjlighet att sätta gränser och hantera sin vardag. Viktiga syften är också att deltagarna ska få större förståelse för sina egna känslor och reaktioner, och att programmet ska öka möjligheten till bärande relationer med andra.

Skola – bättre prestation och närvaro

Barn som lever i en familj med missbruk löper större risk att misslyckas i skolan, i vissa studier upp till nio gånger högre risk¹⁾. Ett misslyckande i skolan är också en avgörande riskfaktor för eget missbruk senare i livet²⁾. Därför är det viktigt att en insats för de barnen också påverkar deras skolsituation och det är tydligt att de tonåringar som deltagit i Vändpunktens program som grupp förbättrar sin arbetsprestation i skolan och sin närvaro i skolan. 50 procent av deltagarna svarar att deras arbetsprestation i skolan blivit bättre eller mycket bättre (diagram 1). 41 procent upplever ingen förändring vad gäller arbetsprestation.

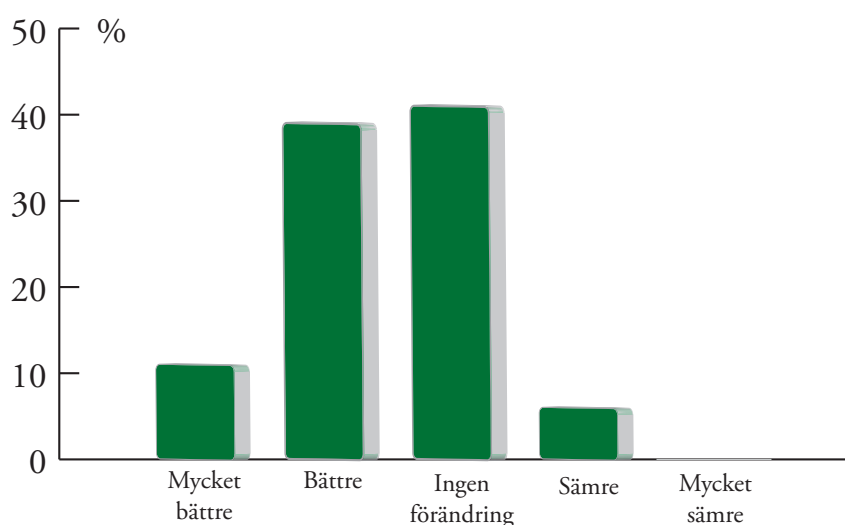


Diagram 1. Svar på frågan: "Har din situation i skola/arbete förändrats vad gäller arbetsprestation?"

Närvaron i skolan förbättrades också som ett resultat av programmet. **30 procent svarade att deras närvaro i skolan blivit bättre eller mycket bättre** som ett resultat av programmet. För denna fråga finns en takeffekt då personer som redan har full närvaro inte kan förbättra den.

Exempel på kommentarer i fritext från deltagarna på frågan om skola och fritid:

”Jag har mått bättre och därför haft mer lust”.

”Gladare och stabilare. Kan slappna av och känna mig lugn”.

”Mådde dåligt i skolan förut, men inte nu”.

”Jag får ut mer tankar och svar på frågor här så orkar prestera”.

”Efter programmet har jag kunnat tänka på annat än den beroende”.

”Bättre betyg :)”

”Lättare att koncentrera sig om man är glad”.

”Jag kan fokusera bättre”.

”Jag har känt mig positiv till skolan”.

”Har sagt till flera att farsan drog och super, så de visar mer ...ja, typ förståelse eller hur man ska säga”.

”e mer med kompisar”.

”Har börjat sköta skolan och träna”.

”Har blivit lyckligare”.

”Jag gör mer läxor när jag har tid”.

”inte lika stressad”

”allt flyter på bättre”.

”Jag är mer fokuserad och mer glad att gå i skolan”.

”Jag är gladare”.

”Jag känner inte att jag måste vara bäst lika mycket”.

Aktivare fritid

Av deltagarna svarar 53 procent att deras aktiva fritid har blivit bättre eller mycket bättre (diagram 2), 38 procent upplevde ingen förändring.

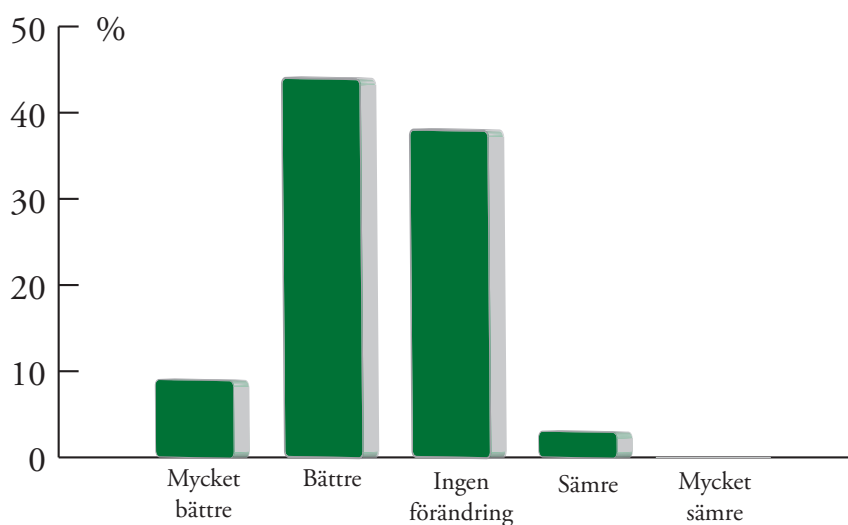


Diagram 2. Resultat för frågan: ”Har din situation i förändrats vad gäller aktiv fritid?”

Egenmakt/empowerment

De goda resultaten i utvärderingen när det gäller ökad självkänsla, ökad upplevelse av frihet, ökad kunskap om beroendesjukdomar, ökad förmåga att lita på sina egna reaktioner och känslor pekar mot att deltagarna ökat sin egenmakt/empowerment, i betydelsen av att förstå sin situation och kunna agera för att förändra den³⁾.

Förbättrad självbild

Av deltagarna i tonårsprogrammet svarar 77 procent att de tycker att deras bild av sig själva, självsäkerhet och självacceptans, blivit bättre eller mycket bättre som ett resultat av programmet. 23 procent upplevde ingen förändring (diagram 3). En negativ självbild är den vanligaste faktorn bakom nedstämdhet och depression hos barn som lever med missbruk i familjen⁴⁾, Och en förbättrad självbild minskar sannolikt risken för att personerna ska drabbas av depression som är relaterad till deras situation.

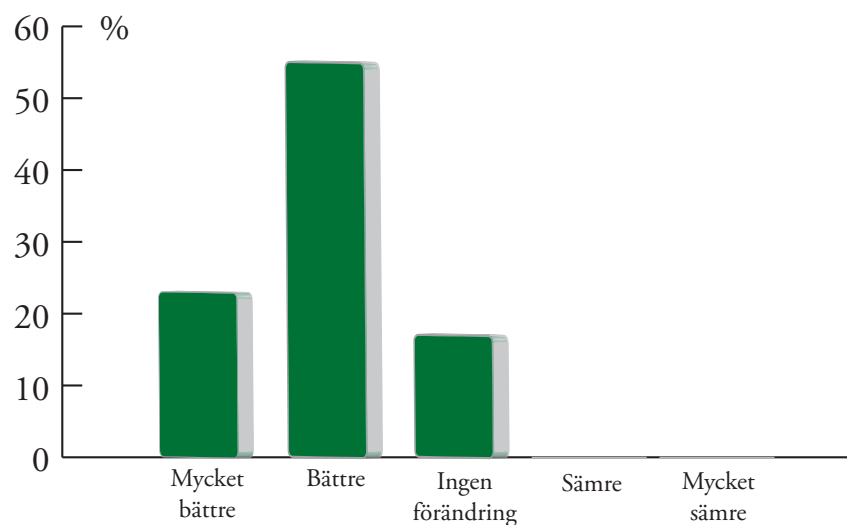


Diagram 3. Resultat för frågan: "Har din självbild (självsäkerhet och självacceptans) förändrats?"

Exempel på kommentarer från deltagarna:

"Jag tror på mig själv mer"

"Känner att jag är värd mer"

"Jag jobbar på det – mer medveten"

"Säger nej och ja ärligt"

"Förstår mina misstag bättre"

"Jag har blivit mycket självsäkrare och står upp för mig själv mycket mer"

"Jag har bättre självförtroende"

"Tror mer på mig själv"

Självförverkligande och frihet

Som ett resultat av programmet anger 68 procent av en förändring till bättre/mycket bättre när det gäller upplevelsen av frihet och möjlighet till självförverkligande (diagram 4). Barn i familjer med missbruk tar ofta på sig skulden för det som händer i familjen och skiljer sig signifikant åt från barn utan missbruk i familjen i upplevelsen av att negativa händelser/misslyckanden beror på inre negativa egenskaper hos dem själva, att de inte kan förändras och att det påverkar hela deras livssituation⁵). Ett viktigt resultat av programmet är därför att deltagarna känner större frihet och möjlighet till självförverkligande och förändring, i motsats till den hopplöshet många upplever.

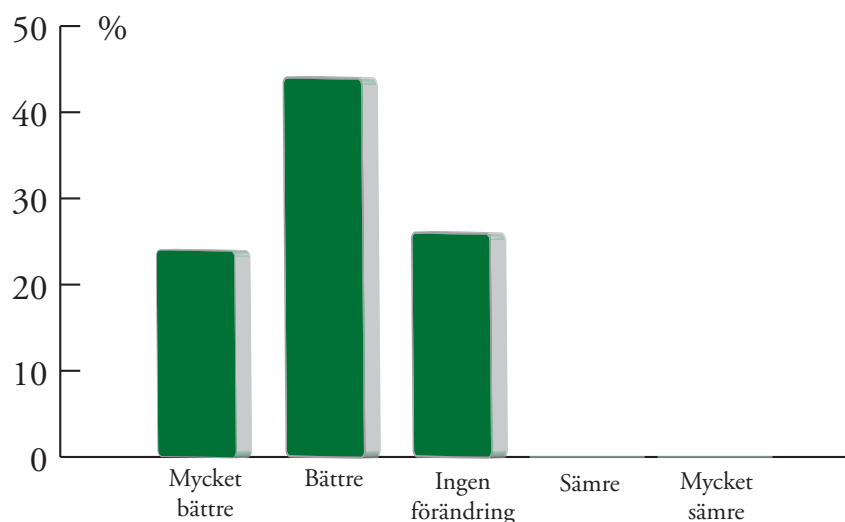


Diagram 4. Resultat för frågan: "Har din upplevelse av frihet och möjlighet till självförverkligande förändrats?"

Exempel på kommentarer från deltagarna:

"Jag känner att det finns möjligheter"

"Tryggare och självständigare"

"Jag tror mer på mig själv"

"Det känns lättare när man har fått umgås med andra som har samma problem som jag"

"Jag kan vara mig själv"

"Har blivit friare"

"Ja, mer verktyg att jobba med"

Skyddsfaktorer

Resultaten från utvärderingen visar också att tonårsprogrammet stärker många av de skyddsfaktorer som är viktiga för att barn som lever under riskfyllda förhållanden ska klara sig bra^{5,6}). Till de skyddsfaktorer som tonårsprogrammet förstärker hör:

- Förbättrade relationer i familjen och med andra viktiga personer
- Förbättrad självförtroende
- Ökad tro på sig själv och på att kunna styra sitt liv
- Ökad förmåga att hantera känslor och reaktioner

Förbättrade relationer i familj och skola

Många deltagare upplever en positiv förändring i viktiga relationer efter tonårsprogrammet. 63 procent av deltagarna tycker att deras förhållande till vänner har blivit bättre eller mycket bättre. 44 procent svarar att deras förhållande till arbets- eller studiekamrater har blivit bättre eller mycket bättre. 49 procent svarar att deras förhållande till den beroende har blivit bättre eller mycket bättre och hela 65 procent svarar att deras förhållande till andra familjemedlemmar har blivit bättre/mycket bättre (diagram 5).

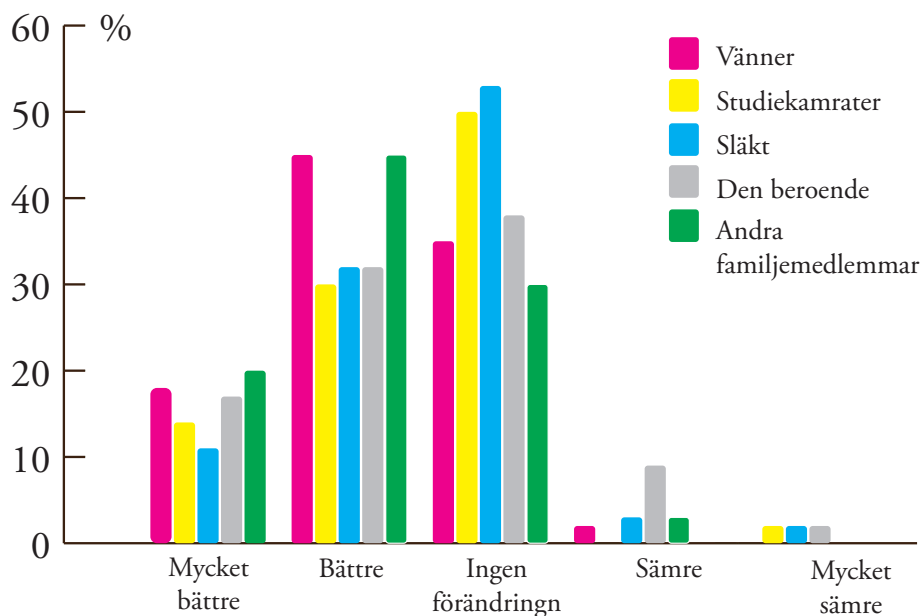


Diagram 5. Svansandel i procent på frågan: ”Har det skett någon förändring i ditt förhållande till vänner, arbets-/studiekamrater, släkt, den beroende och andra familjemedlemmar?”

Kunskaper om alkohol och kemiskt beroende.

Vändpunktens program är pedagogiska och förmedlar kunskap kring alkohol- och drogmissbruk. Med ökad kunskap har deltagarna lättare att förstå situationen med en beroendesjuk förälder. 94 procent av deltagarna svarar att programmet varit lärorikt eller mycket lärorikt när det gäller förståelse av alkoholism och kemiskt beroende (diagram 6).

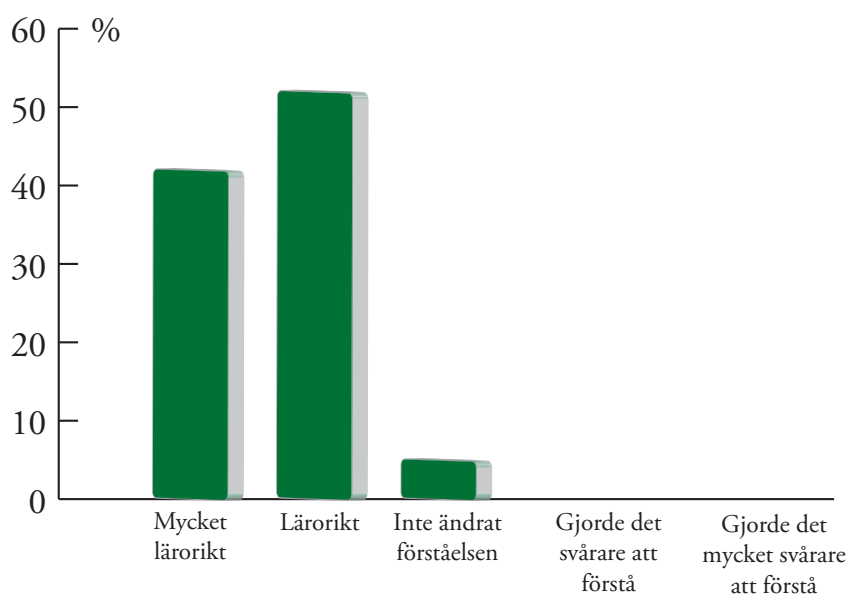


Diagram 6. Svansandel i procent på frågan: ”Har programmet varit lärorikt när det gäller förståelse av alkoholism/kemiskt beroende?”

Betydelsen av tiden på Vändpunkten

Utvärderingen omfattar också en rad frågor där deltagarna får svara på om tiden på Vändpunkten haft betydelse för olika förmågor eller områden i deltagarnas liv. Gemensamt för de frågorna är att de speglar deltagarna möjligheter till och färdigheter i relation till andra människor, som att förstå sina egna reaktioner, lita på sina känslor, sätta gränser och säga nej, känna större gemenskap med andra och våga stå för sina åsikter.

Haft betydelse för att förstå mina reaktioner bättre

70 procent av deltagarna tycker att deras tid på Vändpunkten varit betydande eller haft mycket stor betydelse för deras möjlighet att förstå sina reaktioner bättre (diagram 7).

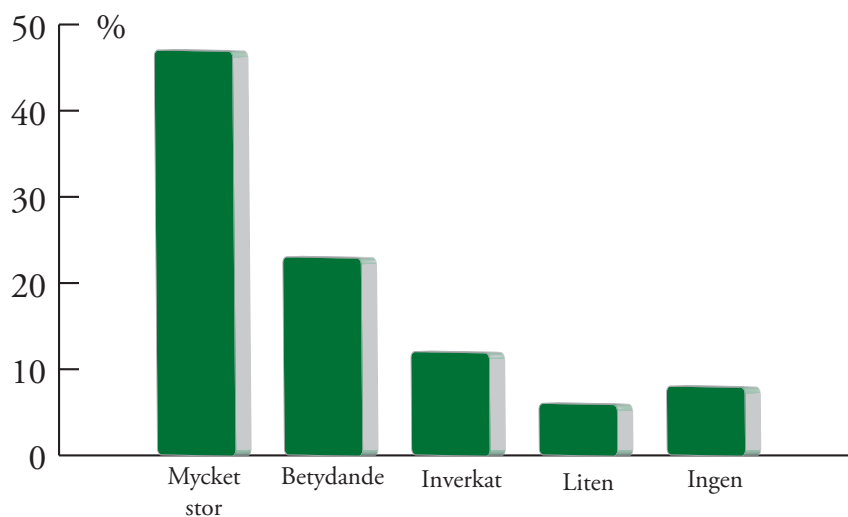


Diagram 7. Andel svarande i procent på frågan: "Hur stor betydelse tiden på Vändpunkten haft för att förstå sina reaktioner bättre?"

Haft betydelse för att lita på mina egna sinnen/känslor

74 procent av deltagarna anser att tiden på Vändpunkten varit betydande eller haft mycket stor betydelse för dem när det gäller att lita på sina egna sinnen och känslor.

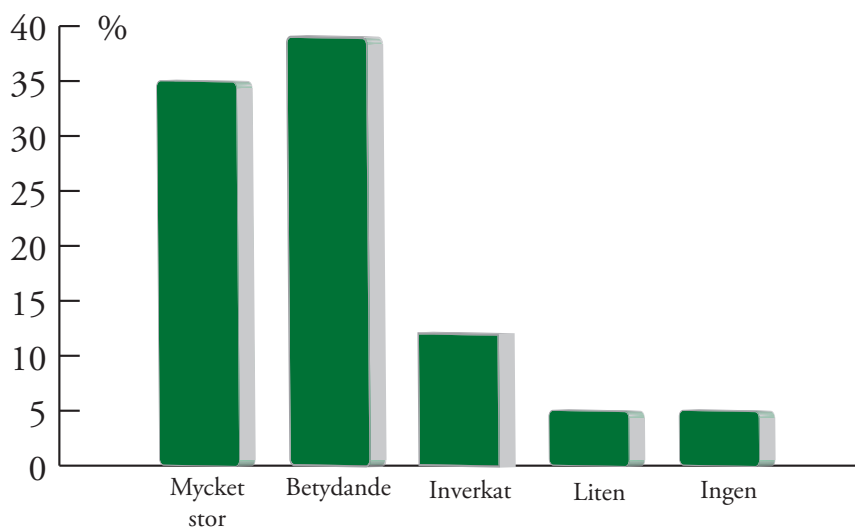


Diagram 8. Andel svarande i procent på frågan: "Hur stor betydelse tiden på Vändpunkten haft för att lita på sina egna sinnen/känslor?"

Haft betydelse för att sätta gränser och säga nej

74 procent av deltagarna svarar att deras tid på Vändpunkten varit betydande eller haft mycket stor betydelse för dem när det gäller att bättre sätta gränser och säga nej (diagram 9).

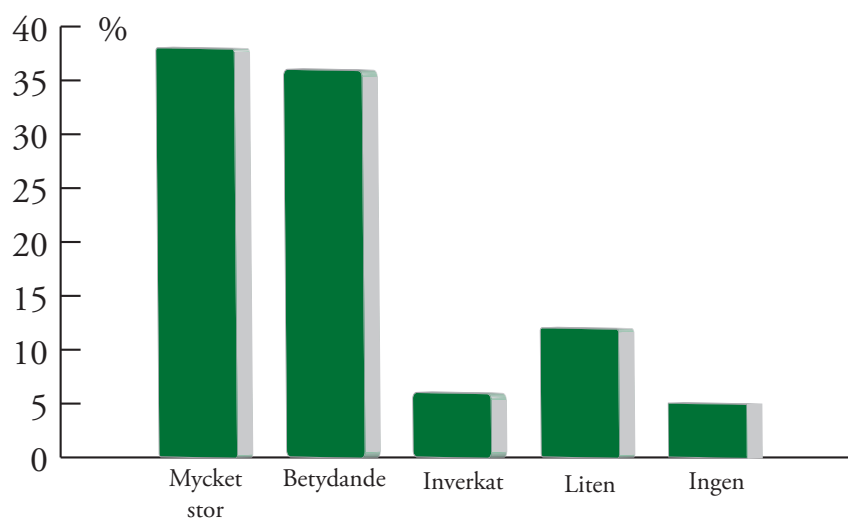


Diagram 9. Andel svarande i procent på frågan: "Hur stor betydelse tiden på Vändpunkten haft för att bättre sätta gränser och säga nej?"

Haft betydelse för att känna större gemenskap med andra

67 procent av deltagarna svarar att deras tid på Vändpunktens varit betydande eller haft mycket stor betydelse för dem när det gäller att känna större gemenskap med andra (diagram 10).

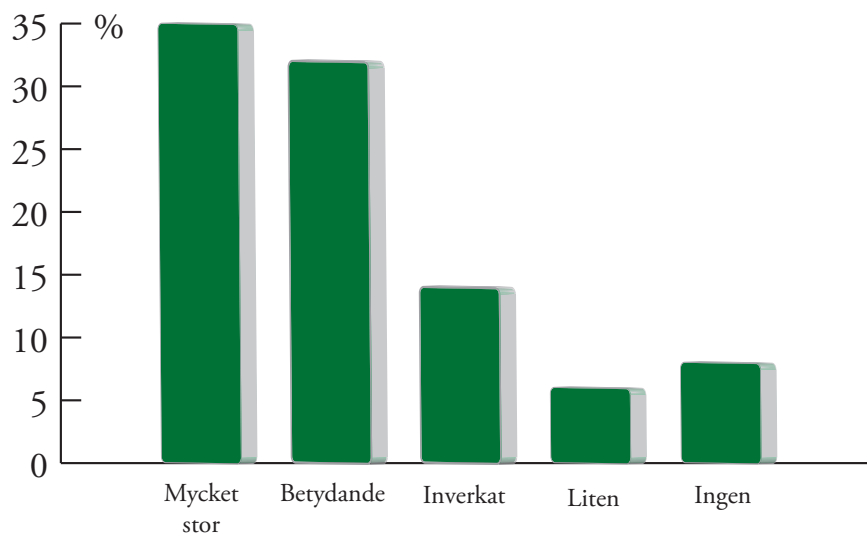


Diagram 10. Andel svarande i procent på frågan: "Hur stor betydelse tiden på Vändpunkten haft för att känna större gemenskap med andra?"

Sammanfattning

Utvärderingen visar att Vändpunktens tonårsprogram haft stor betydelse både för deltagarnas skolsituation, deras självbild och deras viktiga relationer. Utvärderingen visar också tydligt att deras egna känslor och reaktioner blivit lättare att förstå och hantera för dem, möjligheten att känna gemenskap med andra har ökat. Kunskapen om alkohol- och drogberoende har ökat. Sammantaget ger utvärderingen en tydlig bild av att deltagarna som grupp har förbättrat sina möjligheter till psykisk hälsa och med stor sannolikhet minskat risken för eget missbruk. Programmet har också förstärkt flera viktiga skyddsfaktorer hos barnen. Utvärderingen visar att risken för depression sannolikt har minskat då en negativ självbild är den främsta faktorn bakom depression hos barn i missbruksfamiljer. Mycket viktigt är också att ingen av deltagarna upplevde en försämring vad gäller självbild, förmåga att hantera känslor eller upplevelse av frihet. Resultaten pekar därför mot att det inte är skadligt att delta i en grupp, även om man inte upplever någon förändring till det bättre. Tonåringarna lämnar Ersta Vändpunkten betydligt bättre rustade för sin vardag hemma och i skolan efter att ha deltagit i Vändpunktens tonårsprogram.

Bo Blåvarg

Leg psykolog

Verksamhetschef Ersta Vändpunkten

Fotnot: Antal deltagande i utvärderingen är 65 personer i åldrarna 13-16 år. De deltog i Ersta Vändpunktens tonårsprogram 2009-2011 och utvärderingen fylldes i efter att programmet avslutats.

Referenser:

1. Diaz et al (2008). Children of alcoholics in Spain: from risk to pathology. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43 (1), 1-10.
2. Gauffin et al (2013). Childhood socio-economic status, school failure and drug abuse: a Swedish national cohort study. *Addiction*, 108 (8), 1441-1449.
3. Spencer, Grace (2014). Young people and health: Towards a new conceptual framework for understanding empowerment. *Health*, 18 (1), 3-22.
4. Drucker, P M. & Greco-Vigorito, C. (2002). An exploratory factor analysis of children's depression inventory scores in young children of substance abusers. *Psychological Reports*, 91, 131-141.
5. Perez-Bouchard et al (1993). Attributional Style in Children of Substance Abusers. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 19 (4), 475-489.
6. Lagerberg, Dagmar & Sundelin, Claes. Risk och prognos i socialt arbete med barn. *Forskningsmetoder och resultat*. Gothia förlag, Stockholm 2000.
7. Andershed, Henrik & Andershed, Karin. Normbrytande beteende i barndomen. Vad säger forskningen? Förlagshuset Gothia, Stockholm 2005.
8. Lindstein, Thomas. Vändpunkten – ur barnens och ungdomarnas perspektiv. Förlagshuset Gothia, Stockholm 2001.

”Mådde dåligt
i skolan förut
men inte nu”



Ersta Vändpunkten
en del av Ersta diakoni

www.erstavandpunkten.se