

Kandidatnummer: 6505

**BBABAC- Bacheloroppgave med forskningsmetode**

Litteraturstudie

Barn som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler



Universitetet  
i Stavanger

**Det samfunnsvitenskapelige fakultet**

**Bachelor i barnevern**

**Antall ord: 9998 ord**

## Innholdsfortegnelse

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1.0 INNLEDNING</b> .....   | <b>3</b>  |
| 1.1 BAKGRUNN FOR VALG AV TEMA .....   | 4         |
| 1.2 PRESENTASJON AV PROBLEMSTILLING .....   | 5         |
| 1.3 BEGREPSAVKLARINGER .....  | 6         |
| 1.3.1 Sårbare barn .....  | 6         |
| 1.3.2 Ungdom .....  | 6         |
| 1.3.3 Rusmisbruk/rus .....  | 6         |
| 1.3.4 Vold .....  | 7         |
| 1.3.5 Parentifisering .....   | 7         |
| 1.3.6 Resiliens .....   | 7         |
| 1.4 OPPGAVENS OPPBYGNING .....  | 8         |
| 1.5 FORMÅL MED OPPGAVEN .....   | 8         |
| <b>2.0 TEORETISK FORSTÅELSESRAMME</b> .....   | <b>8</b>  |
| 2.1 BRONFENBRENNERS BIOØKOLOGISKE MODELL .....  | 8         |
| 2.2 RUSMISBRUK OG FORELDREFERDIGHETER .....   | 10        |
| 2.3 PSYKISK HELSE OG SOSIAL FUNGERING .....   | 10        |
| 2.4 FOREBYGGENDE TILTAK .....   | 12        |
| 2.5 RISIKO OG BESKYTTELSESAKTØRER .....   | 13        |
| 2.6 OPPFØLGING JF. PÅRØRENDES RETTIGHETER .....   | 13        |
| 2.7 RESILIENS/ SALUTOGENESE .....   | 13        |
| <b>3.0 METODE</b> .....   | <b>14</b> |
| 3.1 VALG AV METODE .....  | 14        |
| 3.2 DATAINNSAMLING .....  | 15        |
| 3.3 ANALYSE .....   | 15        |
| 3.4 STUDIENS VALIDITET .....  | 15        |
| 3.5 PRESENTASJON OG SAMMENDRAG AV ARTIKLER .....  | 16        |
| <b>4.0 SAMMENDRAG AV ARTIKLER</b> .....   | <b>17</b> |
| 4.1 BARN SOM PÅRØRENDE UNDER PANDEMIEN: ERFARINGER FRA SAMTALETILBUDET BARSNAKK ETTER COVID-19 UTBRUDET I NORGE .....                   | 17        |
| 4.2 Å VÆRE TERAPEUT I EN UNNTAKSTILSTAND: SAMTALETHERAPI PÅ NETT UNDER KORONAPANDEMIEN TIL UNGE SOM HAR FORELDRE MED RUSPROBLEMER ..... | 18        |
| 4.3 BARNEMISHANDLING UNDER COVID-19: EN HURTIG KARTLEGGINGSOVERSIKT .....   | 18        |
| 4.4 HJELPE- OG VELFERDSTJENESTER UNDER COVID-19-PANDEMIENS FØRSTE FASE: FAMILIERS BEHOV, UDEKKEDE BEHOV OG HJELPESØKENDE ATFERD .....   | 19        |
| <b>5.0 FUNN OG DRØFTING</b> .....   | <b>19</b> |
| 5.1 HVILKE UTFORDRINGER OPPLEVDE UNGDOM SOM PÅRØRENDE AV FORELDRE SOM MISBRUKER RUSMIDLER UNDER PANDEMIEN? .....                        | 20        |
| 5.2 UTFORDRINGER KNYTTET TIL FAMILIESITUASJONEN UNDER ENDRINGENE I FORBINDELSE MED COVID-19-PANDEMIEN .....                             | 20        |
| 5.2.1 Rus/Vold .....  | 20        |
| 5.3 UTFORDRINGER KNYTTET TIL HJEMMESKOLE UNDER PANDEMIEN .....  | 24        |
| 5.3.1 Manglende oppfølging .....  | 26        |
| <b>6.0 AVSLUTNING</b> .....   | <b>28</b> |
| <b>LITTERATURLISTE</b> .....  | <b>29</b> |

## 1.0 Innledning

Barn som vokser opp med foreldre som misbruker rusmidler kan få psykiske og fysiske plager som vedvarer over tid eller livet ut. Det kan også påvirke deres fremtidige utvikling og trivsel (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 64). Ifølge Kvello (2022) påvirkes mellom 160 000 og 230 000 barn og unge i Norge av rusmiddelbruk i familien (s. 340), det understreker behovet for å ivareta barnas situasjon og behov. Det er derfor positivt at norske lover siden 2010 har definert og inkludert barn som pårørende, og at helsepersonell og helsetjenester har en plikt til å ivareta deres behov og rettigheter. Dette er viktig for å beskytte, støtte og oppdage barn som pårørende, og for å forhindre alvorlige negative konsekvenser som kan oppstå på grunn av foreldrenes rusmiddelmisbruk (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 182). Likevel kan det være utfordrende å ivareta disse barna på en tilfredsstillende måte, og mange barn blir ikke fanget opp av systemet. Årsaken til at barna ikke fanges opp kan skyldes ulike faktorer, som at rusmiddelmisbruk ikke alltid blir ansett som et problem av foreldrene, eller at andre voksne rundt barna ikke melder fra om bekymringene sine. Det kan også være at barna selv ikke ønsker å snakke om situasjonen, eller at det oppleves vanskelig for helsepersonell å håndtere situasjoner der barn er pårørende av rusmiddelbrukere på en tilstrekkelig måte, som påpekt i artikkelen "Uklare rammer" skrevet av Hjelmseth og Aune (2018). Studier viser også at det er utfordringer innenfor rusbehandling når det gjelder å ta vare på barn som pårørende, blant annet fordi behandlerne føler seg usikre på hvordan de skal kommunisere direkte med barna, og ofte antar at andre voksne i barnets liv ivaretar deres behov (Wangensteen et al., 2019). Dette betyr at det kan være vanskelig å sikre at barn som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler får den støtten og oppmerksomhet de trenger, selv med et lovverk som presiserer viktigheten av dette. Det er viktig å være klar over at disse barna kan oppleve en hverdag preget av kaos og frykt, og de kan bli utsatt for både vold og forsømmelse, uavhengig av om de fanges opp av systemet eller ikke. I tillegg til dette kan det være vanlig at disse barna tar på seg omsorgsoppgaver for både søsken og foreldre (Selbekk et al., 2021, s. 19).

I 2020 skapte Covid-19-pandemien ulike virkninger i verden. Store endringer ble iverksatt over natten, hvor eksempelvis skoler, barnehager og fritidstilbud ble stengt ned for å bremse utviklingen av smitte. I Norge ble befolkning anbefalt å begrense den sosiale kontakten, og

kun omgås den nærmeste familie i samme husstand. Foreldre som hadde anledning skulle utføre jobb hjemmefra, samtidig som de trådte inn i en «lærerstilling» overfor sine barn. Skolehverdagen ble for mange uforutsigbar og preget av hjemmeundervisning i over et år. Fritidsaktiviteter ble avbrutt, og man skulle begrense samvær med venner, samtidig som samværet med familien økte betydelig. De strenge restriksjonene under pandemien var vanskelige for mange, men kanskje enda mer utfordrende for de som allerede levde under vanskelige forhold, som barn med foreldre som misbruker rusmidler. Bufdir (2020a) definerte disse barna som spesielt sårbare for konsekvensene av pandemien, spesielt når skolene stengte og tilgjengeligheten til hjelpetjenester ble redusert (s. 11). Dette henger sammen med at skolen er en viktig arena for sosialt samvær utenfor hjemmet, og for noen kan den også være et trygt fristed når de opplever det utrygt hjemme (Hafstad og Augusti, 2020, s. 14). Enkelte barn ble pålagt nettundervisning, som igjen kan ha vist seg vanskelig å gjennomføre i et hjem preget av rusmiddelmisbruk. Andre barn kan ha savnet muligheten til å få en pause fra hjemmet og være sammen med jevnaldrende på skolen. Nyhetsbildet om mennesker som ble alvorlig syke og dødsfall relatert til viruset, kan også ha ført til økt bekymring.

### 1.1 Bakgrunn for valg av tema

Jeg har i denne oppgaven valgt å skrive om barn som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler. Barn under 18 år er pårørende når en foreldre er rusavhengig (Bergem, 2022). Bakgrunnen for valg av tema henger sammen med spennende forelesninger og pensum gjennom studieforløpet, samtidig erfaringer fra praksisopphold ved institusjoner som tilbyr spesialisert behandling for avhengighetslidelser. Jeg fikk under praksisperioden se hvordan restriksjoner relatert til koronapandemien endret seg over tid, og jeg fikk et dypere innblikk i hvordan pandemien hadde påvirket og fortsatt påvirket arbeidet på institusjonene. Ved siden av studie har jeg tatt ekstravakter innenfor rusfeltet, og mine erfaringer er i hovedsak knyttet til voksne over 18 år. Disse erfaringene har satt meg i dialog med flere foreldre som har, eller har hatt et rusproblem. Foreldrene hadde ulike livshistorier, hvor noen av dem fortalte at deres barn fortsatt bodde hjemme, mens andre var fratatt den daglige omsorgen jf Lov 18. juni 2021 nr. 97 om barneverntjenester (bvl) § 5-1. Alderen på barna varierte fra spedbarn til tenåringer, og noen av dem hadde også voksne barn.

Samlet sett har disse erfaringene bidratt til økt interesse for rusfeltet, hvor jeg ble særlig nysgjerrig på hvordan pandemien hadde påvirket deres barn, og hvordan oppfølging og tilgang til hjelpemidler hadde endret seg. Temaet er svært viktig, spesielt med hensyn til at Rogaland A-senter ble nedlagt i mars 2023. Institusjonen tilbyde spesialisert behandling for avhengighetslidelser, samtidig tilbud til pårørende, blant annet i form av samtalegrupper, veiledning og oppfølging. Derfor er det svært viktig å belyse hvordan pårørende til personer med avhengighetslidelser kan få den nødvendige støtten og hjelpen de trenger, særlig når spesialiserte institusjoner som Rogaland A-senter nedlegges.

## 1.2 Presentasjon av problemstilling

Som barnevernspedagog har man et bredt spekter av arbeidsområder å velge mellom, inkludert skoler, barneverntjenesten, institusjoner for rusbehandling, barnehager og mer. Ved disse arbeidsplassene vil man møte på ulike barn, deriblant barn som har foreldre som misbraker rusmidler. På grunn av de store endringene pandemien medførte, har jeg som fremtidig barnevernspedagog valgt å rette søkelys på hvordan Covid-19-pandemien kan ha påvirket ungdom med foreldre som misbraker rusmidler. I den anledning utformes min problemstilling: «*Hvordan kan Covid-19-pandemien ha påvirket ungdom som pårørende av foreldre som misbraker rusmidler?*». Jeg har valgt å bruke ordet «kan» fordi man fortsatt ikke vet med sikkerhet, og forskningsfeltet er relativt nytt, så det vil være nødvendig å undersøke over tid for å få et klarere bilde av situasjonen. I sammenheng med ungdom som pårørende av foreldre som misbraker rusmidler og pandemi, refererer påvirkningen til hvordan pandemien har påvirket disse unge og deres livssituasjon, og kan være en viktig faktor å vurdere når man undersøker denne problemstillingen. Jeg har valgt å begrense studien til hovedsakelig norsk ungdom i aldersgruppe 13-17 år, og som lever i et hjem preget av rusmiddelbruk. Jeg vil undersøke de negative konsekvensene som ungdommene har opplevd som følge av koronarestriksjonene. Ved å ta i bruk litteraturstudie vil jeg besvare denne problemstillingen ved gjennomgang av 4 vitenskapelige artikler som tar utgangspunkt i Covid-19- pandemien, barn og ungdom.

### 1.3 Begrepsavklaringer

Covid-19-pandemien var en global epidemi som rammet store deler av verden og førte til strenge tiltak i mange land, inkludert Norge (Braut & Thelle, 2020). Sykdommen påvirket luftveiene og kunne i verste fall føre til død. Daværende statsminister Erna Solberg beskrev tiltakene i Norge som de «sterkeste og mest inngripende» som har vært i fredstid (Tjernshaugen et al., 2023). Pandemien er en sentral del av oppgaven, og jeg vil i denne delen av besvarelsen også presentere og definere relevante begreper som vil bli brukt videre i teksten. Dette for å gi leseren en bedre forståelse av hva oppgaven handler om.

#### 1.3.1 Sårbare barn

Sårbare barn er en betegnelse som kan romme mange forståelser, men generelt kan alle barn anses som sårbare i den forstand at de trenger god omsorg, støtte, hjelp og beskyttelse i sin utvikling. Begrepet kan knyttes til forståelse rundt risiko, beskyttelsesfaktorer og resiliens, og det skilles videre mellom ulike typer sårbarhet, som individuelle risikofaktorer og sosial utsatthet (NTNU, 2021, s. 10).

#### 1.3.2 Ungdom

Ungdomsårene er definert som en overgangsperiode mellom barndom og voksenliv, som vanligvis varer fra rundt 13 år til tidlig i 20-årene (Kvello, 2022, s. 12). Ungdomsårene er en fase preget av mange endringer, både fysisk, følelsesmessig og sosialt. Ungdommene utforsker sin egen identitet og uavhengighet, samtidig som de forbereder seg på å bli voksne og ta ansvar for sine egne liv. Det er en tid med mange utfordringer og muligheter, og det er viktig å gi ungdommene støtte og veiledning for å hjelpe dem å navigere gjennom denne perioden på en trygg og positiv måte.

#### 1.3.3 Rusmisbruk/rus

I denne oppgaven vil jeg undersøke hvordan rusmiddelbruk, både av alkohol og narkotika, kan påvirke familien og spesielt ungdom som vokser opp i slike omgivelser. Det er viktig å være klar over at rusmiddelbruk kan ha ulike konsekvenser avhengig av hvor mye og hvordan det brukes, og det finnes flere kriterier som brukes for å definere når et rusmiddelbruk kan anses som problematisk eller avvikende (Kvello, 2022, s. 337). Ifølge Wangensteen og Dalsrud (2023) er foreldres rusmiddelbruk problematisk når det oppleves

som en byrde for barna, uavhengig av hva foreldrene selv mener eller hvilke diagnoser som eventuelt er stilt.

#### 1.3.4 Vold

Vold kan defineres som en handling som påfører en annen person skade, smerte, lidelse eller frykt, og forekommer i ulike former som fysisk, psykisk og seksuell vold (Wangensteen & Dalsrud, 2024, s. 59). Begrepet er relevant for oppgaven fordi det vil bli undersøkt hvordan rusmisbruk i familien kan påvirke ungdom og deres risiko for å bli utsatt for vold og overgrep.

#### 1.3.5 Parentifisering

Handler om at barn trer inn i omsorgsroller som opprinnelig utføres av omsorgspersoner. Kvello (2022) viser til en omfattende forskning på risikofaktorer og ulike konsekvenser som parentifisering kan medføre. Han trekker frem både økt risiko for at disse barna som voksne inngår i relasjoner der de blir utnyttet, økt forekomst av selvmordstanker, depresjon og personlighetsforstyrrelser forekommer også. Videre kommenteres det forskningsfunn som viser at det blant ungdom med parentifisert atferd også er høyere forekomst av selvmordstanker og selvskading (s. 96).

#### 1.3.6 Resiliens

Resiliens handler ifølge Kvello (2022) om å tilpasse seg og håndtere utfordrende situasjoner på en positiv måte (s. 242). Det handler om å forstå at barnets utvikling påvirkes av en rekke faktorer, og at det er et dynamisk samspill mellom disse faktorene. Dette inkluderer barnets kognitive, emosjonelle og sosiale utvikling, nære relasjoner, hjelpeapparatet rundt barnet, samt sosioøkonomiske og kulturelle forhold (Wangensteen & Dalsrud, s. 77). En resiliens-tilnærming legger vekt på å styrke disse ulike faktorene og å bygge opp barnets evne til å håndtere vanskelige situasjoner og utfordringer på en positiv måte. Hva som vil være beskyttende overfor ungdommene generelt varierer.

Begrepene jeg nå har introdusert og definert vil være sentrale videre i oppgaven min når jeg skal undersøke hvordan ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler virker til å ha opplevd Covid-19-pandemien.

## 1.4 Oppgavens oppbygning

Så langt har jeg presentert temaet for oppgaven, forklart hvorfor jeg har valgt dette temaet og formulert en problemstilling. Deretter har jeg også begrepsavklart sentrale begreper som benyttes i oppgaven. I kapittel 2 vil jeg beskrive det teoretiske rammeverket for oppgaven. I kapittel 3 gjør jeg rede for metoden og analysemetoden som er brukt i oppgaven. I kapittel 4 vil jeg presentere mine funn, før jeg i kapittel 5 sammenligner og drøfter disse funnene i lys av det teoretiske rammeverket i kapittel 2. Til slutt vil jeg oppsummere og avslutte oppgaven.

## 1.5 Formål med oppgaven

Formålet med denne bacheloroppgaven er å undersøke hvordan Covid-19- pandemien kan ha påvirket ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler. Gjennom en litteraturstudie ønsker jeg at oppgaven skal bidra til økt forståelse og kunnskap om hvordan pandemien kan ha påvirket disse ungdommen, slik at man i fremtiden kan håndtere lignende situasjoner mer effektivt. Ettersom det er begrenset med forskning på området, vil det være forskningshull som det er viktig å være bevisst på.

## 2.0 Teoretisk forståelsesramme

I denne delen av oppgaven belyses teori som har relevans for min problemstilling.

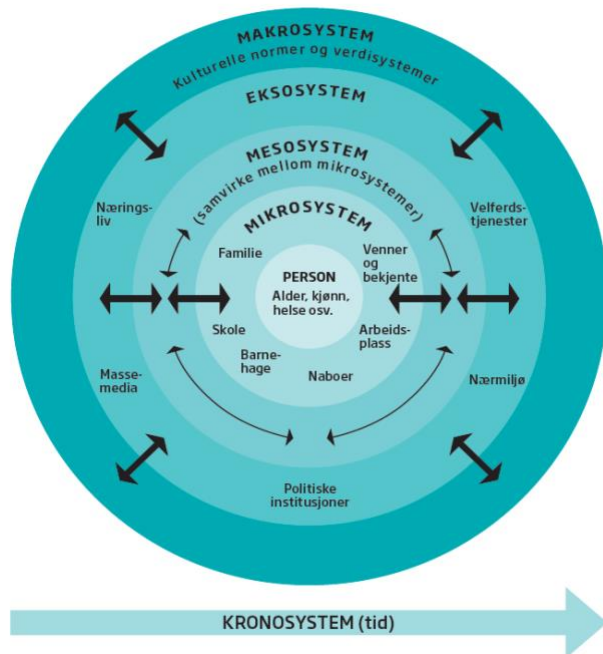
Bronfenbrenners utviklingsøkologiske modell presenteres kort, da denne teorien vil bidra til en bedre forståelse av hvordan Covid-19 kan ha påvirket ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler.

### 2.1 Bronfenbrenners bioøkologiske modell

Bronfenbrenners bioøkologiske modell beskriver hvordan en persons utvikling påvirkes av forholdene i deres omgivelser, og modellen består av fem systemnivåer. Kronosystemet tar hensyn til hvordan individet og omgivelsene rundt dem endrer seg over tid og hvordan dette påvirker utviklingen. Mikrosystemet representerer de nære relasjonene og aktivitetene i en persons liv, som familie, skole, venner og andre aktiviteter (Kvello, 2022, s.27). Gjennom samspillet mellom disse systemene kan de enten ha positiv eller negativ innvirkning på



personens utvikling. For eksempel kan en støttende familie og god skolefungering gi positiv innvirkning, mens konfliktfylte relasjoner på skolen kan ha en negativ innvirkning på ungdommen.



Mesosystemet er to eller flere mikrosystemer som samhandler (Kvello, 2022, 27). For ungdom som pårørende kan dette innebære samspillet mellom skole og familie, der god kommunikasjon og samarbeid kan bidra til å styrke ungdommens læring og trivsel, mens konflikter eller manglende samarbeid kan påvirke ungdommens læring og trivsel negativt.

Eksosystemet påvirker ungdommens utvikling uten at ungdommen selv er direkte involvert (Kvello, 2022, s. 27). Selv om ungdommer ikke alltid er direkte involvert i beslutninger og handlinger i sine omgivelser, påvirker omgivelsene dem likevel i stor grad. For eksempel kan kontakt mellom hjem og skole, eller foreldrenes arbeidsplass ha en innvirkning på ungdommers liv. Dersom foreldrene mister jobben sin eller blir permittert, kan dette føre til økonomisk bekymring og en uforutsigbar situasjon for familien. En studie av Hafstad og Augusti (2020) viser at økonomisk usikkerhet kan føre til økt stress og angst hos foreldrene, som igjen kan påvirke deres evne til å gi god omsorg til barna sine (s. 46).

Makrosystemet beskriver de kulturelle og samfunnsmessige forholdene som påvirker en persons utvikling, og for ungdom som pårørende kan det være politiske, økonomiske og sosiale forhold som kan påvirke tilgjengeligheten av hjelpetjenester for familier med rusrelaterte problemer (Kvello, 2022, s. 27). For eksempel kan nedstengning av samfunnet i forbindelse av Covid-19- pandemien ha påvirket tilgjengeligheten og kvaliteten på hjelpetilbud i forbindelse med rusmisbruk. Endringer i lover og regler knyttet til barnevernet og helse- og sosialtjenester kan også ha betydning for familier og ungdommer som trenger

hjelp og støtte. Økonomiske forhold og arbeidsledighet kan også påvirke familier med rusrelaterte problemer, og dermed også påvirke ungdommenes oppvekstvilkår og tilgang på ressurser og støtte.

## 2.2 Rusmisbruk og foreldreferdigheter

Endringer som permitteringer eller oppsigelser kan medføre stress og økonomiske bekymringer i familier, og dette kan igjen føre til depresjon, aggresjon, frustrasjon og økt risiko for rusbruk. Bufdir påpeker at dette kan være en ukjent risikofaktor for både familien og deres omgivelser (2020a, s. 10). Foreldre med rusproblemer kan ha begrenset evne til å ta vare på barna sine, og manglende tilgang til behandling og støtte kan føre til svekkelse av foreldreferdigheter og redusert evne til å gi god omsorg til barna (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 65). Dette kan igjen påvirke barnas trygghet og forutsigbarhet. Det er derfor viktig å være oppmerksom på at disse barna bør ha tilgang til andre voksne som kan bidra til å skape trygghet og støtte for dem, som lærere, trenere eller andre voksne i nærmiljøet (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 33). Videre er det dokumentert at foreldre med rusproblemer har større sannsynlighet for å gi skadelig omsorg til sine barn og kan også være mer tilbøyelige til å utøve fysisk og seksuell mishandling (Freisthler mfl., 2014; Salo mfl., 2009; Salo mfl., 2010, sitert i Kvello, 2022, s. 347).

## 2.3 Psykisk helse og sosial fungering

Dårlig omsorg i tidlig alder kan ha store negative konsekvenser for ungdoms psykiske helse og sosiale fungering. Jo flere og alvorligere former for omsorgssvikt, mishandling eller overgrep, desto større blir konsekvensene. Begrepene omsorgssvikt, mishandling, vold og seksuelle overgrep har ulikt innhold, og det er derfor vanskelig å forutsi hvilke psykiske lidelser som kan utvikle seg. Ungdommens beskyttelsesfaktorer vil også spille inn. Selv om enkelte former for skadelig omsorg gir større sannsynlighet for visse vansker, er det mange faktorer som spiller inn og vil derfor variere fra person til person. En rekke psykiske lidelser kan oppstå som følge av skadelig omsorg, inkludert angstlidelser, depresjon, aggresjon, dårlig selvbildet, overvekt, personlighetsforstyrrelse og rusmiddelmisbruk (Kvello, 2022, s. 163-165). Forskere har undersøkt og funnet ut at kombinasjon av incest eller seksuelle overgrep i kombinasjon med fysisk mishandling kan bidra til økt sannsynlighet for amnesi og

dissosiering (Eisen mfl., 2007; Feldman-Summers & Pope, 1994, referert i Kvello, 2022, s. 293). Amnesi refererer til tap eller svekkelse av evnen til å huske informasjon, og kan blant annet forårsakes ved traumatiske livshendelser. Dissosiering refererer til en tilstand der en person opplever en midlertidig forstyrrelse i oppfatningen, bevisstheten eller identiteten sin, og kan forårsakes av blant annet stress og traumer (Kvello, 2022, s. 304). Dette viser at disse traumatiske opplevelsene kan ha dype og langvarige konsekvenser for offerets mentale helse og velvære. Forskning viser også at traumer som skyldes menneskelig handling, kan øke risikoen for negative mentale konsekvenser mer enn traumer som skyldes naturkatastrofer. Dette kan skyldes at traumer forårsaket av andre mennesker innebærer en form for svik som kan føre til økt mistillit og mistenksomhet overfor andre (Kvello, 2022, s. 183). Det er derfor viktig å være oppmerksom på og ta hånd om ungdom som opplever skadelig omsorg, slik at de kan få hjelp til å håndtere traumatiske opplevelser og forebygge negative konsekvenser for sin psykiske helse og sosiale fungering.

Selv om stress er en naturlig del av livet, kan langvarig stress ha alvorlige konsekvenser for både den psykiske og fysiske helsen. Stress kan påvirke den psykiske helsen og gi symptomer som angst, depresjon og utbrenthet. Den fysiske helsen kan svekkes gjennom høyt blodtrykk, hjertesykdommer og diabetes (Kvello, 2022, s. 164). Traumatiserte ungdom som lever under stress kan være hypersensitive for dagligdagse stimuli, noe som kan holde dem i konstant beredskap (Befring & Moe, 2017, s. 26). For og kunne tilby den enkelte ungdom tilstrekkelig hjelp vil det derfor vises fordelaktig med kunnskaper knyttet til hvordan traumer og stress kan påvirke hjernen og kroppen. Familiens fungering og relasjoner kan også påvirkes sterkt av stress, både hos foreldre og ungdommer. Foreldre kan oppleve det som vanskeligere å håndtere daglige utfordringer og oppgaver, inkludert å ivareta sine ungdommer. Dette kan spesielt være en utfordring for de som allerede har psykiske helseproblemer og/eller rusavhengighet, da stress kan øke risikoen for tilbakefall eller forverring av symptomer (Hafstad & Augusti, 2020, s. 14). Stress og traumer kan også påvirke ungdommers fungering i skolen negativt, og skolefravær og svekket fungering kan være indikasjoner på dårlig mental helse og sosial kompetanse. Engasjement fra foreldrene i ungdommens skolegang kan derfor spille en viktig rolle i å forebygge negative mentale konsekvenser og fremme god psykisk helse og sosial fungering hos ungdommene (Kvello, 2022, s. 182). I tillegg viser forskning at psykiske lidelser hos omsorgspersoner kan påvirke

barn og ungdom spesielt negativt når foreldrene mangler sosial støtte eller opplever negativ sosial støtte (Kvello, 2022, s. 199). Helsepersonell og hjelpeinstanser bør derfor vurdere familiers sosiale nettverk og tilby passende støtte og ressurser til familier som sliter med psykiske lidelser, for å kunne bidra positivt til omsorgsutøvelsen i familien.

## 2.4 Forebyggende tiltak

Å føle seg trygg er med på å øke selvbildet, gi en følelse av egenverdi og retten til å være seg selv. Alle mennesker trenger å føle seg trygge, og i henhold til FNs barnekonvensjon skal alle barn og unge under 18 år ha rett til en trygg og god oppvekst uansett bakgrunn og bosted (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 154). Forebyggende tiltak er viktig for å skape gode oppvekstvilkår for alle barn og unge. I 2019 lanserte Helsedirektoratet en nasjonal faglig retningslinje kalt «tidlig oppdagelse av utsatte barn». Retningslinjene skal øke kompetansen til ansatte i kommunene slik at de kan oppdage og hjelpe barn som lever under vanskelige forhold tidligere (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 91). Det er viktig at fagpersoner som jobber med barn og unge har kunnskap om beskyttelsesfaktorer og tegn på sårbare familier, inkludert de som har foreldre som misbruker rusmidler. Skoler, helsestasjoner, psykisk helsevern for unge, og andre tjenester som møter ungdom og deres foreldre, er alle viktige arenaer for å forebygge og oppdage bekymringer knyttet til trivsel, livskvalitet, helse og livssituasjon. Ved å fokusere på beskyttelsesfaktorer i ungdommens liv og styrke disse faktorene på ulike områder og nivåer, kan vi hindre at ungdommen utvikler alvorlige problemer som følge av foreldrenes rusproblemer. Dette inkluderer å skape helsefremmende miljøer for barna og å gi støtte og behandlingstiltak (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 92). I denne konteksten fokuserer forebygging på å hindre alvorlige problemer knyttet til ungdommens psykiske og fysiske helse, sosial fungering og læring som kan oppstå på grunn av foreldrenes rusproblemer. Målet er ikke bare å forebygge, men også å skape helsefremmende miljøer for barna. En helsefremmende tilnærming tar hensyn til beskyttelsesfaktorene i barnets liv og legger vekt på mestring, ressurser og livskvalitet, i tråd med Antonovskys salutogeniske teori (se avsnitt 2.7). Dette innebærer å styrke beskyttelsesfaktorene innenfor de ulike nivåene i Bronfenbrenners bioøkologiske modell, som inkluderer nær familie, venner, skole, fritidsaktiviteter, støtte og helsetjenester. Lovverk og reguleringer spiller også en viktig rolle i å beskytte barna. Samlet sett kan alle disse faktorene bidra til å forebygge alvorlige problemer og øke barns helse og livskvalitet

(Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 92). Hverdagen til ungdom som pårørende kan bære preg av usikkerhet og uforutsigbarhet, samtidig som beskyttelsesfaktorer vil kunne bidra til at utviklingen av alvorlige problemer ikke forekommer til tross for den belastende livssituasjonen (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 70).

## 2.5 Risiko og beskyttelsesfaktorer

Risikofaktorer er faktorer som øker sannsynligheten for negative utfall, mens beskyttelsesfaktorer er faktorer som kan redusere denne sannsynligheten. Risiko- og beskyttelsesfaktorer kan påvirke en persons utvikling og tilpasning, og kan også påvirke hvordan personen håndterer stress og belastninger i livet (Kvelling, 2022, s. 246).

Risikofaktorer som tidligere traumer, negativt familiemiljø og arv kan øke sannsynligheten for psykiske lidelser og rusmiddelmisbruk hos barn og unge (Wangensteen & Dalsrud, 2024, s. 74). Mobbing og trakassering fra jevnaldrende kan også være en betydelig risikofaktor. Beskyttelsesfaktorer som støtte fra familie og venner, positivt familiemiljø, og en trygg tilknytning til omsorgspersoner i barndommen vil kunne bidra til å redusere risikoen for psykiske problemer. I tillegg kan ungdommer med god selvtillit, positivt selvbilde og som trives godt på skolen ha bedre beskyttelse mot slike problemer (Kvelling, 2022, s. 253).

## 2.6 Oppfølging jf. pårørendes rettigheter

«Sårbare barn skal også i krisetid fanges opp, få hjelp og ivaretas» (Bufdir, 2020a, s. 8). Selv under pandemien skal ungdommers rettigheter følges opp i henhold til lovverket. Dette inkluderer rett til utdanning og beskyttelse mot vold. Pandemien kan ha påvirket foreldres evne til å opprettholde en trygg og stabil omsorgssituasjon, og forskning viser at den voksne befolkningen opplevde økt symptomtrykk knyttet til psykiske helseproblemer, samtidig som tilgangen til eksisterende hjelpetilbud ble redusert eller avbrutt under pandemien (Hafstad & Augusti, 2020, s.15). Dette kommenteres nærmere i kapittel 5; funn og drøfting.

## 2.7 Resiliens/ Salutogenese

Resiliens og salutogenese er relevant til å forstå hvordan ungdom som lever med foreldre som misbruker rusmidler kan håndtere stress og motgang på en god måte, og dermed redusere sjansen for å utvikle psykiske eller sosiale vansker. Å utvikle resiliens kan være

avgjørende for å håndtere utfordringer og motgang, og flere faktorer bidrar til å utvikle resiliens, som personlighetstrekk, oppvekstmiljø og tilgang på støttende sosiale nettverk. Foreldrenes omsorg for barnet er en av de viktigste faktorene, og en sensitiv, varm og stimulerende omsorg som responderer på barnets behov bidrar til å utvikle resiliens (Kvello, 2022, s. 243). For ungdom som lever under vanskelige forhold på grunn av foreldres rusmisbruk, kan det være behov for ekstra støtte og beskyttelse for å kunne utvikle resiliens, og det vil være nyttig for ungdommen å besøke venner eller familie for å få en midlertidig følelse av ro. Voksne kan også bidra ved å hente og bringe ungdommen til fritidsaktiviteter og invitere dem med på ulike aktiviteter. Økonomisk hjelp, sosial- og pedagogisk støtte fra en lærer kan også bidra til å opprettholde en trygg og stabil hverdag for ungdommen og deres familier (Wangensteen & Dalsrud, 2024, s. 78). Salutogenese setter søkelys på hva som gjør mennesker friske, ikke bare hva som gjør dem syke (Antonovsky, 1987, sitert i Kvello, 2022, s. 245). Salutogenese kan hjelpe til med å identifisere ungdommenes ressurser og styrker, og hvordan disse kan brukes for å fremme deres helse og trivsel. Å anvende salutogenese kan bidra til å forebygge negative konsekvenser av pårørendebyrden, som for eksempel stress og psykiske plager. Antonovsky (1987) beskriver motstandsressurser som gode økonomiske forhold, et velfungerende sosialt nettverk og god selvregulering, som gir oss ulike utgangspunkter til å håndtere sykdom og andre prøvelser. Sentralt i teorien er begrepet "sense of coherence" (SOC), som består av tre dimensjoner: troen på at situasjoner er påvirkelige, opplevelsen av logikk og forutsigbarhet, og troen på at situasjoner er overkommelige. SOC kan også ha relevans for å forklare hvorfor noen mestrer stress og vansker bedre enn andre (Antonovsky, 1987, sitert i Kvello, 2022, s. 245). Dermed kan kunnskap om resiliens og salutogenese bidra til å forstå og hjelpe ungdom som lever med foreldre som misbruker rusmidler på en mer effektiv måte.

## 3.0 Metode

### 3.1 Valg av metode

For å besvare min problemstilling benyttes litteraturstudie som metode. Dette innebærer at jeg undersøker vitenskapelige artikler som belyser min problemstilling (Thidemann, 2020, s. 75). Det kunne vært interessant og intervjuet barn for å få deres egne erfaringer og perspektiver, men det er ikke mulig innenfor rammene av denne oppgaven. En litteraturstudie vil kunne belyse forskjellige perspektiver og synspunkter fra et bredt spekter

av kilder, og gi en bedre forståelse av hvordan pandemien har påvirket ungdom som pårørende av foreldre med rusmiddelproblemer.

### 3.2 Datainnsamling

Studien bruker databasene Oria og Idunn til å foreta litteratursøk. Inkluderingskriteriene var vitenskapelige og fagfellevurderte artikler som var publisert innen de fem siste årene. Norsk språk ble valgt for å inkludere forskning som er relevant for den norske konteksten, men en av de inkluderte artiklene baserer seg på studier fra USA. Dette valget ble gjort fordi situasjonen varierende mellom land, og verdifull informasjon relatert til pandemien kunne hentes fra amerikanske studier. Gjeldende lovverk og offentlige retningslinjer blir også belyst. Søk som ble foretatt for å finne relevant forskning om emnet vises i tabell 1. Jeg har også inkludert 1052 sider selvvalgt pensum.

### 3.3 Analyse

Studien benyttet en innholdsanalyse for å systematisk tolke artiklene og besvare min problemstilling. Jeg analyserte artiklene ved og ta i bruk tabell med oversikt over de inkluderte artiklene, da det ga en bedre oversikt, og til god hjelp for å finne funn (Thidemann, 2020, s. 95). Studiens funn viser at Covid-19-pandemien har ført til økning i rusmiddelbruk hos foreldre med rusproblemer, noe som igjen påvirket foreldreferdigheter og ungdommens opplevelser. Nedstengningen av skoler, fritidsaktiviteter og andre hjelpetilbud kan ha gjort det vanskeligere å få hjelp og støtte, og ungdommene måtte tilbringe mer tid i familier hvor rusmisbruk var et problem. Dette har ført til forverret livssituasjon for enkelte av ungdommene som allerede var belastet av foreldrenes rusmisbruk. Ut ifra analysen ser det ut som at Covid-19-pandemien har hatt negative konsekvenser for ungdom som pårørende av foreldre med rusproblemer.

### 3.4 Studiens validitet

Ettersom koronapandemien er et relativt nytt fenomen kan det hende at utfordringene og konsekvensene av pandemien vil endre seg i løpet av de neste årene. Derfor bør det tas i betraktning at funnene fra denne undersøkelsen kan ha begrenset gyldighet på lengre sikt, da aktuell problematikk kan endre seg. Jeg valgte artiklene som var mest relevant på

bakgrunn av min problemstilling, men kan heller ikke utelukke at en mer omfattende søkeprosess kunne gitt meg andre eller flere artikkelfunn.

**Tabell 1** funn i litteratursøk 26.02.2023

| søk | Database                     | Søkeord                      | Avgrensning        | Antall treff | Sammendrag lest | Fulltekst lest | Artikler brukt |
|-----|------------------------------|------------------------------|--------------------|--------------|-----------------|----------------|----------------|
| S1  | Oria, Norske fagbokbibliotek | Covid-19 OG pårørende        | Artikkel           | 5            | 2               | 2              | 2              |
| S2  | Idunn                        | Covid-19 OG hjelp OG Sårbare | Forskningsartikkel | 33           | 4               | 3              | 2              |

### 3.5 presentasjon og sammendrag av artikler

De fire artiklene er satt inn i tabell 2. Et sammendrag av artiklene presenteres under tabellen.

**Tabell 2** Analyse

| Tittel   | Forfatter                 | Hensikt  | Metode   | Utvalg   | Forskningsfunn   |
|--|---------------------------|--|--|--|--|
| Barn som pårørende under pandemien: erfaringer fra samtaletilbud BaRsnakk etter covid-19-utbruddet i Norge.                  | Mikow & Endresn (2021)    | Artikkelen tar for seg gjentakende temaer og trender i samtale fra perioden 16. mars til 15. mai, og ser på hvordan barn med rus i nære relasjoner opplevde perioden hvor man måtte være mye hjemme, og skole og fritidsaktiviteter var stengt. Analyserer viktige utfordringer for barn og unge, og se på hvordan pandemien påvirket deres livssituasjon. | Kvantitativ metode.<br><br>Registrering av statistikk for hver enkel samtale mottatt i chattetjenesten, men risiko for at en enkelt bruker kan påvirke resultatene (f.eks. hvis de er ensomme) | Fra chattetjenesten Barn av Rusmisbrukere var det 20 frivillige.<br><br>738 chat-henvendelser, (økning på 41,1 % fra samme periode året før)   | Blant de spurte identifiserte 60% seg som jenter, med 63% i aldersgruppen 13-23 år, 22% eldre og 15% yngre. To tredjedeler redegjorde for foreldres som ruset seg, og temaet rus stod for over 60% av samtale. Psykisk helse og dagligliv var temaer i over 50% av samtale, mens emnet vold stod for ca. 20% av samtale. |
| Å være terapeut i en unntakstilstand: Samtaleterapi på nett under koronapandemien til unge som har foreldre med rusproblemer | Trondsen & Manskow (2021) | Undersøkte avdelingsledernes opplevelse av overgangen fra fysisk samtaleterapi til videobasert samtaleterapi 2-3 uker etter nedstengningen, 12. mars. 2020.  | Kvalitativ studie, hvor det ble brukt en semistrukturert intervjuguide. Studien sammenlignet ledere med og uten nettbasert terapierfaring før pandemien for å                                  | Seks avdelingsledere med psykologbakgrunn (familieterapeut, psykolog, psykologspesialist) jobbet som ledere og terapeuter ved kompasset. Tre hadde nettbasert terapierfaring, mens to manglet slik erfaring. | Lederne ved Blå Kors Kompasset opplevde at overgangen kom brått, men generelt gikk bra. Restriksjonene ga både utfordringer og muligheter, blant annet når det gjaldt å utføre samme oppgaver på en ny måte, å opprettholde nærhet til brukerne på   |



|   |                         |  |   |   |   |
|---|-------------------------|--|---|---|---|
|   |                         |  | muliggjøre erfaringsutveksling i liknende situasjoner.  | En kunne ikke delta i gruppen og deltok individuelt.  | avstand og å være tilgjengelige for dem.  |
| Barnemishandling under covid-19: en hurtig kartleggingsoversikt   | Nøkleby et al., (2021). | Gir oversikt over tilgjengelig forskning om mishandling av barn og unge under covid-19-nedstengningen, med fokus på studier som ble gjennomført i USA. Artikkelen hadde som mål å identifisere om det var noen endringer i forekomsten av barnemishandling under covid-19-pandemien, og hvilke faktorer som kan ha vært assosiert med økt risiko for mishandling av barn og unge under denne perioden. | En forenklet form for systematisk kunnskapsoppsummering ble brukt for å fremskynde resultatpublisering. Metoden inkluderte ikke en systematisk syntese av studieresultater eller vurdering av risiko for systematiske skjevheter. | Artikkelen presenterer og baseres på sju amerikanske studier som omhandler mishandling av barn og unge under covid-19-nedstengningen. Fem av studiene var longitudinelle og basert på registre, mens to var tverrsnittstudier. Seks av studiene inkluderte barn og ungdom i alderen 0-18 år, og data ble samlet inn i første halvdel av 2020. | Undersøkelsen viser en nedgang i rapporterte og iverksatte barnevernssaker etter Covid-19-utbruddet, men det kan være mulig at faktiske tilfeller av mishandling har økt på grunn av nedstengning av skoler, fritidstilbud og helsetjenester som gjør det vanskelig å oppdage og rapportere tilfeller av mishandling.                     |
| Hjelpe- og velferdstjenester under covid-19-pandemiens første fase: Familiers behov, udekkede behov og hjelpesøkende atferd | Holt et al., (2021)     | Formålet med studien var å undersøke hjelpebehovet i potensielt sårbare familier under covid-19-pandemien, spesielt når skoler og barnehager var stengt.   | Longitudinell studie.   | 2831 familier i langtidsstudien "FamilieForSK". Artikkelen vektlegger en Covid-19-undersøkelse gjennomført blant 689 foreldre i april-mai 2020. Familiene var knyttet til familieverntjenesten, rekruttert fra 37 kontorer mellom desember 2017 og august 2019.   | Studien viser at flere faktorer påvirker familiers hjelpebehov i kriser med endret hverdag og økt sosial distansering. Mange familier opplevde utilstrekkelig eller utilgjengelig hjelp under pandemien. Spesielt familier med økte psykiske utfordringer trengte hjelp, men kontaktet ofte ikke hjelpeinstanser selv om behovet var der. |

## 4.0 sammendrag av artikler

### 4.1 Barn som pårørende under pandemien: erfaringer fra samtaletilbudet BaRsnakk etter Covid-19 utbruddet i Norge

Artikkelen beskriver erfaringene fra BaRsnakk-chattjenesten, en gratis og anonym tjeneste som ble opprettet i 2010 for ungdom med rus i nære relasjoner. Tjenesten styres av

organisasjonen Barn av Rusmisbrukere og driftes av frivillige som har gjennomgått en omfattende skoling over en helg, hvor de får innblikk i arbeidet til organisasjonen, og får mer kjennskap omkring samtaleteknikker og tematikken overfor barn som pårørende (Mikov & Endresen, 2021, s. 138- 139). Studien baseres på 738 chat-henvendelser fra to måneder under strenge smittevernstiltak (Mikov & Endresen, 2021, s. 139). BaRsnakk-chattjenesten er et tilbud der ungdom kan få hjelp og støtte til å håndtere utfordringer knyttet til rus i nære relasjoner. Studien viser at ungdom som pårørende av foreldre med rusproblemer har møtt store utfordringer under pandemien, inkludert økt risiko for rusbruk, vold og overgrep i familien og redusert tilgang på sosial støtte. Det er også bekymringer om mulige brudd på FNs konvensjon om barnets rettigheter, spesielt for de mest sårbare ungdommene.

#### 4.2 Å være terapeut i en unntakstilstand: Samtaleterapi på nett under koronapandemien til unge som har foreldre med rusproblemer

Blå Kors Kompasset er en frivillig organisasjon som tilbyr spesialisert terapi til unge mellom 14-35 år, som bor med eller har vokst opp med foreldre som misbruker rusmidler. Terapitilbudet på nett var ikke fullt etablert før pandemien, og de fleste terapeutene hadde ingen erfaring med videosamtaler i praksis (Trondsen & Manskow, 2021, s. 126). For å undersøke denne innføringen av videobasert terapi startet Nasjonal senter for e-helseforskning et 3-årig forskningsprosjekt før pandemien inntraff. Prosjektets mål er å evaluere erfaringene til brukerne, terapeutene og organisasjonen. Artikkelen presenterer resultater fra første kvalitative delstudiet, som vektlegger ledernes opplevelse med overgangen til videobasert samtaleterapi under pandemien. (Trondsen & Manskow, 2021, s. 127). Intervjuene varte i 1,5 timer, hvor også tilbakemeldinger fra hvordan brukerne opplevde endringene ble delt.

#### 4.3 Barnemishandling under covid-19: en hurtig kartleggingsoversikt

Artikkelen gir en oversikt over fem studier som undersøkte forekomsten av barnemishandling under Covid-19-pandemien. Fire av studiene rapporterte om en nedgang i innrapportert eller anmeldt mishandling av barn på mellom 7,95 og 43,5 prosent. Tre av studiene målte også en nedgang i igangsatte barnevernssaker på mellom 28,8 og 61 prosent (Nøkleby, et al., 2021, s. 63). To av studiene undersøkte lokale variasjoner i

mishandlingsrater og fant en generell nedgang, men også noen økninger i områder med høy strukturell risiko (Nøkleby, et al., 2021, s. 64). Samlet sett viser studiene en nedgang i mishandling av barn under Covid-19 pandemien, men det er også noen lokale variasjoner og faktorer som påvirker nedgangen. Forskerne mener at nedgangen i rapportert mishandling sannsynligvis skyldes manglende oppdagelse og rapportering, snarere enn en faktisk nedgang i forekomsten. De argumenterer for at det er en økning i mishandling på grunn av pandemiens belastninger på familiene, og at nedgangen i rapportering skyldes nedstengningen, spesielt av skolene (Nøkleby, et al., 2021, s. 61). Artikkelen konkluderer med at flere studier er nødvendig for å bedre forstå de komplekse årsakene til nedgangen i barnemishandlingsaker under pandemien. (Nøkleby, et al., 2021, s. 66).

#### 4.4 Hjelpe- og velferdstjenester under covid-19-pandemiens første fase: Familiers behov, udekkede behov og hjelpesøkende atferd

I denne artikkelen har forskere undersøkt familiers hjelpebehov under Covid-19 pandemien, de fant ut at familiene med høyere nivå av psykiske vansker og destruktive foreldrekonflikter hadde større behov for hjelp. Videre viste resultatene at familiene med mindre sosial støtte og mindre positivt samspill i familien hadde mindre sannsynlighet for å ta kontakt med hjelpeinstansene, selv om de hadde behov for det (Holt et al., 2021, s. 1). Støttende bånd og relasjoner innad i familien ble identifisert som en faktor som beskyttet mot hjelpebehov (Holt et al., 2021, s. 4). Få studier har undersøkt bruk av hjelpetjenester blant barn og unge under pandemien, og ingen norske eller nordiske studier har undersøkt familiers hjelpebehov eller bruk av tjenester ifølge en oversikt fra Folkehelseinstituttet (Holt et al., 2021, s. 3). Artikkelen ser på sammenhengen mellom familiens behov for hjelp og faktorer som foreldrestress, foreldrekonflikter, bekymringer, økonomiske belastninger og psykiske plager hos både barn og foreldre (Holt et al., 2021, s. 4). I studien deltok kun mor i 390 av familiene, kun far i 154 av familiene, mens begge foreldrene deltok i 145 av familiene. I to av familiene var begge foreldrene mødre (Holt et al., 2021, s. 5).

#### 5.0 Funn og drøfting

I dette kapittelet blir funnene fra de ulike analyserte artiklene presentert og drøftet i lys av problemstillingen. Funnene blir delt inn i ulike kategorier av utfordringer som identifiseres

under analysen. Teori blir også brukt for å støtte og drøfte funnene. Funnene og drøftingen blir presentert parallelt for å unngå repetisjon.

## 5.1 Hvilke utfordringer opplevde ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler under pandemien?

*Problemstilling «Hvordan kan covid-19 pandemien ha påvirket barn som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler?»*

Jeg vil se på de utfordringene ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler har møtt under covid-19-pandemien. Først fokuserer jeg på utfordringene knyttet til familiesituasjonen, der rus/vold og parentifisering er sentrale temaer. Deretter vil jeg se på utfordringene knyttet til hjemmeskole, manglende oppfølging, og hvordan dette kan påvirke disse ungdommenes liv.

## 5.2 Utfordringer knyttet til familiesituasjonen under endringene i forbindelse med Covid-19-pandemien

### 5.2.1 Rus/Vold

Før pandemien kan foreldre ha opplevd god mestringsfølelse i omsorgssituasjonen, hvor de fikk støtte og behandling fra samfunnet, og deres ungdommer møtte jevnaldrende og støttende voksne gjennom fritidsaktiviteter. Imidlertid endret pandemien situasjonen for mange familier. Foreldre kan ha mistet jobben og den støtten de tidligere fikk utenfra, noe som kan ha ført til økt stress og rusbruk som en konsekvens. Dette kan være ukjente risikofaktorer for familier og påvirke foreldreferdighetene (Bufdir, 2020a, s. 10). Endringer i dette miljøet kan ha stor innvirkning på barnas utvikling, og det er koblet til mikrosystemet i Bronfenbrenners økologiske modell.

Artikkel 2 påpeker at personer med rusproblemer har hatt det verre under pandemien på grunn av økt rusbruk (Trondsen & Manskow, 2021, s. 126). Dette stemmer overens med artikkel 1 som antyder at foreldrenes rusbruk har økt under pandemien (Mikov & Endresen,

2021, s. 146). I lys av disse funnene, og teorien som beskriver hvordan rusbruk kan påvirke foreldreferdigheter (Wangensteen & Dalsrud, s. 65), er det klart at pandemien kan ha hatt en betydelig innvirkning på ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler. Det er vanskelig å forutsi nøyaktig hvordan ungdommer i slike situasjoner vil reagere, da dette ifølge Kvello (2022) vil variere individuelt, og avhenger av faktorer som risiko- og beskyttelsesfaktorer og ungdommens resiliens. Både varigheten og alvorlighetsgraden av foreldrenes rusmiddelbruk vil påvirke utfallet, det samme gjelder støtten ungdommen mottok fra familie, venner og samfunnet. Likevel er det viktig å være oppmerksom på at slike opplevelser kan ha en negativ innvirkning på ungdommens psykiske helse, og kan føre til psykiske lidelser som angst, dårlig selvbilde og rusmiddelbruk (se avsnitt 2.3).

Artikkel 1 og 3 gir innblikk i omfanget av barnemishandling under pandemien, og peker på hvordan denne situasjonen kan påvirke ungdom som pårørende av foreldre med rusproblemer. Det er viktig å påpeke at vold og overgrep også forekommer i «normale tider», men at den enkelte ungdom kan ha opplevd enda større belastninger i en allerede utfordrende familiesituasjon. Ungdom som opplever å bli mishandlet, kan ifølge Kvello (2022) møte større mentale utfordringer enn de som har opplevd naturkatastrofer. Grunnen er at mishandlingen innebærer et svik fra en person ungdommen skulle kunne stole på, og dette kan føre til at ungdommen utvikler mistillit, blir mistenksom og får problemer med å knytte nære relasjoner (s. 183). I lys av dette er det viktig å vurdere hvordan økningen av barnemishandling under pandemien kan forsterke de negative mentale konsekvensene for ungdom som pårørende av foreldre med rusproblemer. Dette understreker viktigheten av å tilby støtte og hjelp til disse ungdommene, både for å håndtere traumene de har opplevd og for å begrense de mulige langvarige effektene på deres psykiske helse. Gjennom å gi tilstrekkelig hjelp og støtte, kan vi bidra til å redusere risikoen for at ungdommene utvikler psykiske lidelser eller selv begynner med rusmidler.

Artikkel 1 påpeker at vold og overgrep kan øke i krisetider, noe som understøttes av BarSnakk som viser økning i uønskede seksuelle tilnærminger fra foresatte mot ungdommer under pandemien. Spesielt i perioden fra 16. mars til 15. mai 2020 ble incest diskutert i 43 av samtalene, en stor økning fra samme periode i 2019 da det ble diskutert i kun 6 av samtalene (Mikov & Endresen, 2021, s. 142). Flere ungdommer rapporterte om økt

oppmerksomhet fra foreldre om kroppen deres, som kunne utvikle seg til fysiske handlinger og seksuelle tilnærminger (Mikov & Endresen, 2021, s. 142). Disse funnene kan ses i sammenheng med samfunnets overordnede påvirkninger, som kulturelle, økonomiske og politiske faktorer, og hvordan de kan påvirke menneskene i makrosystemet. I tillegg kan pandemiens økonomiske nedgangstider, isolasjon og stress ha ført til økte spenninger og belastninger i familier, som kan bidra til økt risiko for vold og overgrep. Kvellos (2022) teori viser at foreldre med rusproblemer har større sannsynlighet for å utøve skadelig omsorg og seksuelle overgrep mot sine barn (s. 347). Slike handlinger kan ha alvorlige konsekvenser for ungdommene på kort og lang sikt, og kan føre til ulike psykiske lidelser (Kvello, 2022, s. 160). Imidlertid kan beskyttelsesfaktorer, resiliens og salutogenese spille en viktig rolle i å hjelpe ungdommene med å håndtere og komme seg gjennom disse utfordringene, og ved å styrke disse faktorene kan vi bidra til å redusere risikoen for varige negative konsekvenser og støtte ungdommene i deres videre utvikling og vekst. Studier viser også at kombinasjon av incest/overgrep og fysisk mishandling øker sannsynligheten for amnesi og dissosiasjon, noe som viser at traumatiske opplevelser kan ha dype og langvarige konsekvenser for ofrenes mentale helse og velvære (se avsnitt 2.3)

Artikkel 3 viser at antall rapporterte og igangsatte bekymringsmeldinger har gått ned etter utbruddet av Covid-19, til tross for forskning som tilsier at mishandling faktisk kan ha økt under denne perioden. Dette kan skyldes nedstengningen av skoler, helsetjenester og fritidstilbud som gjorde det vanskeligere å oppdage og rapportere tilfeller av barnemishandling (Nøkleby et al., 2021, s. 65). En rapport fra NTNU viser også at det var en kraftig reduksjon i antall bekymringsmeldinger i starten av pandemien i Norge, etterfulgt av økning utover høsten 2020, hvor meldingene som ble rapportert var mer alvorlige (NTNU, 2021, s. 30). Dette viser at nedstengningen av samfunnet kan ha hatt negative konsekvenser for ungdom som utsettes for mishandling, siden det ble vanskeligere å oppdage og rapportere slike tilfeller. Derfor er det nødvendig å øke bevisstheten om barnemishandling og styrke tiltakene for å beskytte barn og ungdom, spesielt i perioder med begrensede ressurser og utfordrende omstendigheter. Det er viktig å ta med seg lærdommen videre for å styrke støttesystemer og beskyttelsesmekanismer for ungdom i vanskelige tider, og for å sikre at rapportering og hjelpetjenester for barnemishandling opprettholdes og styrkes, selv i situasjoner med nedstengning og begrensninger.

Under normale forhold ville ungdommene hatt kontakt med ulike voksne på forskjellige arenaer, som lærere eller idrettstrenerne. Disse voksne kan imidlertid ha blitt mindre tilgjengelige eller helt utilgjengelige under pandemien, og den forutsigbarheten de tidligere ga ungdommen kan ha blitt erstattet med enda mer uforutsigbarhet (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 33). Mangel på sosial støtte i slike situasjoner kan påvirke ungdommens utvikling på flere områder, inkludert emosjonell, motorisk, kognitivt og sosial utvikling (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 28). Ungdomstiden er i seg selv krevende (se avsnitt 1.3.2), og denne situasjonen kan forverre utfordringene ungdommene står overfor, og blant annet påvirke deres selvfølelse, identitet og evne til å etablere og vedlikeholde sunne relasjoner med andre.

#### *2.2.1.1 Parentifisering*

Artikkel 1 viser at noen ungdommer valgte å være hjemme for å ha kontroll, samtidig som de utførte dagligdagse oppgaver som egentlig skulle vært foreldrenes ansvar (Mikov & Endresen, 2021, s.146). I enkelte tilfeller kan dette valget være påvirket av skolestengninger og begrenset tilgang til støtte for sårbare grupper, som igjen kan føre til at ungdommer blir påtvunget en omsorgsrolle de ellers ikke ville hatt (Kvello, 2022, s. 94). Artikkel 2 påpeker at pandemien har ført til at tilgjengelige støttetjenester for pårørende av rusmiddelmissbrukere er blitt redusert (Trondsen & Manskow, 2021, s. 126). Dette har ført til at ungdom har måttet ta enda mer ansvar hjemme og håndtere situasjonen alene, noe som kan forverre situasjonen overfor både ungdommen og foreldre.

Artikkel 1 og 2 viser at pandemien kan ha økt risikoen for at ungdommer som pårørende av foreldre med rusproblemer ble påtvunget en omsorgsrolle som egentlig ikke tilhørte dem, spesielt når skoler var stengt og tilgangen til støtte begrenset. Dette kan ifølge Kvello (2022) ha alvorlige konsekvenser for deres mentale helse, inkludert økt risiko for utvikling av eksternaliserende og internaliserende vansker, samtidig økt risiko for suicidalitet (s. 96). I tillegg kan det å påta seg for mye ansvar og leve i en utrygg og uforutsigbar hverdag føre til at ungdommen opplever mangel på kontroll over egen situasjon. Dette kan øke stressnivået og bidra til utvikling av angst og depresjon (Kvello, 2022, s. 164). Parentifisering kan også påvirke ungdommens selvbilde og øke risikoen for utvikling av lav selvfølelse og personlighetsforstyrrelser (Kvello, 2022, s. 96). Disse funnene viser at pandemien skapte nye

utfordringer for ungdom som allerede var sårbare, og at det er behov for økt bevissthet og tiltak for å beskytte og støtte disse ungdommene. Konsekvensene av parentifisering kan ha alvorlige og langvarige konsekvenser for ungdommens liv og fremtidige helse, og det er viktig å ha disse utfordringene i tankene når det settes tiltak for å beskytte og støtte disse ungdommene.

### 5.3 Utfordringer knyttet til hjemmeskole under pandemien

Artikkel 1 indikerer at hjemmeundervisning kan ha hatt størst innvirkning på ungdommens liv under pandemien, spesielt for ungdom som allerede var i en sårbar situasjon. En konsekvens av at skolene stengte og kravet om å omgås færrest mulig var at disse ungdommene mistet muligheten til å komme seg ut og møte venner, noe som kan ha ført til økt ensomhet og isolasjon (Mikow & Endresen, 2021, s. 141). Hjemmeskole kan ha påvirket ungdommenes følelser av ensomhet og manglende støtte og videre påvirket deres mentale helse og velvære på mikronivået. På mesonivået kan hjemmeskole ha påvirket deres relasjoner med familie og venner, og ført til økt konflikt eller at ungdommen følte seg isolert fra sine sosiale nettverk. På makronivå kan hjemmeskole ha påvirket skolene og samfunnet, da manglende tilgang til digitale enheter eller sosial støtte kan ha ført til at noen elever ikke fikk den støtten de trengte for å lykkes med hjemmeskole.

Dette viser hvordan hjemmeskole under pandemien kan ha hatt en innvirkning på individ og samfunn på flere nivåer i Bronfenbrenners bioøkologiske modell. Selv om ungdom fikk hjelp og støtte under hjemmeskolen, kan det hende at denne hjelpen og støtten ikke var tilstrekkelig for å håndtere de utfordringene ungdommene møtte. For lignende situasjoner i fremtiden kan det derfor være fornuftig å tilby mer omfattende og tilpasset støtte og hjelp til disse ungdommene på flere nivåer. En tilpasset støtte og hjelp kan være å tilby digitale enheter og teknologi, psykologisk støtte og rådgivning, og ekstra støtte og oppfølging fra skolene. Dette vil bidra til å styrke ungdommenes resiliens og beskyttelsesfaktorer, og fremme deres langsiktige utvikling på mikronivået og i deres sosiale og samfunnsmessige miljøer.

«Med fullt hus og rusa foreldre kunne brukerne fortelle at det var både slitsomt, skummelt og vanskelig å være så mye hjemme» (Mikow & Endresen, 2021, s. 141). Sitatet viser en belastende livssituasjon for ungdommen, og i lys av teori om sårbare barn, resiliens og



bronfenbrenners økologiske modell, representere situasjonen usikkerhet og uforutsigbarhet. En rapport påpeker at ungdom i hjem med rusmisbrukende foreldre er spesielt utsatt for risikofaktorer og sosial utsatthet (NTNU, 2021, s. 10), noe som kan påvirke deres psykiske, fysiske og sosiale fungering. Resiliens er ungdommens evne til å håndtere vanskeligheter, og kan styrkes gjennom beskyttelsesfaktorer som støtte, trygghet og hjelpe- og støttetjenester, som videre vil bidra til å dempe de negative konsekvensene av den belastende situasjonen (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 70). Bronfenbrenners modell viser hvordan utvikling påvirkes av ulike miljønivåer, fra hjemmemiljøet (mikrosystemet) til samfunnet og kulturen (makrosystemet). Ungdommens belastende situasjon kan forstås som et resultat av både mikrosystemet (hjemmet med rusa foreldre) og makrosystemet (pandemien som har ført til økt rusmiddelmisbruk og reduserte støttetjenester).

Enkelte ungdommer hadde en vanskelig og utfordrende opplevelse med hjemmeundervisningen, og noen fortalte om foreldre som hadde ødelagt eller fjernet utstyret de trengte for å delta i undervisningen hjemmefra (Mikov og Endresen, 2021, s. 141). Dette kan tolkes som en påvirkning fra eksosystemet, der foreldrenes handlinger har en negativ innvirkning på ungdommenes skolehverdag og mulighet til å delta i hjemmeundervisningen. Dette kan skyldes økende stress og frustrasjon i hjemmet, og kan ha hatt en betydelig negativ innvirkning på ungdommenes trivsel og muligheter til å følge undervisningen. Dette er i tråd med funn fra artikkel 4, som viser at foreldres psykiske vansker kan bli en risikofaktor som påvirker familiens fungering på en annen måte enn normalt under pandemien. Bekymring, stress og sosial isolasjon kan forsterke vanskelighetene, og det kan ha en større innvirkning på familiens hverdag og ungdommenes liv på grunn av økt familietid og større krav til oppfølging av barna i forbindelse med hjemmeskolen (Holt et al., 2021, s. 12). Ifølge Hafstad og Augusti (2021) kunne skolen ha fungert som en beskyttelsesfaktor i den uforutsigbare situasjonen hele Norges befolkning stod ovenfor, i stedet økte skolestengningen risikoen for elever som allerede befant seg i sårbare situasjoner (s. 23). Dette ville også samsvart med forskning som viser at gode møteplasser for barn og unge er svært viktige, og at støtte og hjelp fra andre er avgjørende når situasjonen hjemme ikke er til å holde ut (Kaufås et al, sitert i Mikow & Endresen, 2021, s. 142).

I lys av dette kan det påpekes at skolenedstengningen muligens er et brudd på FNs konvensjonen om barns rettigheter. Barnekommisjonen fastslår at barn har rett til å oppleve trygghet gjennom tilgang til helsetjenester, utdanning, beskyttelse mot diskriminering og rett til å uttrykke seg og bli hørt i saker som angår dem (Wangensteen & Dalsrud, 2024, s. 154). Artikkelforfatterne Mikov og Endresen (2021) uttrykker bekymring for brudd på barns rettigheter som følge av strenge smittevernstiltak som innskrenket barns rett til skolegang, lek, fritid og deltakelse i kulturlivet (s. 147). Ifølge Bufdir (2020a) spiller skolen en viktig rolle til å gi unge en trygg arena med struktur og sosial læring som de ikke kan få på andre måter (s. 10). Innføringen av strenge smittevernstiltak førte til en rekke begrensninger for ungdommens hverdag og aktiviteter, og ved å begrense tilgangen til disse aktivitetene kan det argumenteres for at smittevernstiltakene har hatt en negativ innvirkning på barns rettigheter. Smittevernstiltakene kan ha gitt konsekvenser for deres utvikling, trivsel og helse. Jeg mener samtidig at det kan argumenteres for at smittevernstiltakene har bidratt til å beskytte ungdom mot smitte og dermed også beskytte deres rettigheter til helse og trygghet, noe som understøttes av det lave antallet unge som ble innlagt med alvorlige Covid-19-sykdom (Folkehelseinstituttet, 2021, s. 6). Det er derfor viktig å veie de ulike hensynene mot hverandre når man vurderer konsekvensene av hjemmeskole og andre smittevernstiltak for ungdoms rettigheter og velvære.

### 5.3.1 Manglende oppfølging

Pandemien har vært en krevende tid for mange elever, og noen har slitt med å tilpasse seg nye måter å lære på, og møte kravene som ble stilt. Ifølge artikkel 1 har restriksjonene under pandemien påvirket tilgjengeligheten av hjelpetilbud for ungdom som pårørende, noe som kan ha gjort det vanskeligere for dem å få hjelp og støtte (Mikow & Endresen, 2021, s. 142). Dette støttes også opp av artikkel 4 som påpeker at nedstengningen under pandemien førte til redusert tilgang til ulike helse- og omsorgstjenester for familier, inkludert Familieverntjenesten (Holt et al., 2021, s. 2). Selv om Bufdir (2020a) gjorde en innsats for å ivareta sårbare barn og unge i krisetider (s. 8), opplevde likevel enkelte elever at de følte seg overveldet og stresset. I tillegg var det utfordrende å finne en balanse mellom å være ærlig om sin situasjon, samtidig som de ikke ønsket å avsløre for mye om hjemmesituasjonen (Mikow & Endresen, 2021, s. 144). Slike situasjoner kan ha fremmet enda mer stress overfor ungdommene.

Artikkel 2 påpeker at digitale tjenester innenfor psykisk helse og rusfeltet kan være en mulighet for å gi hjelp og støtte til ungdom som pårørende, spesielt i en tid hvor fysisk oppmøte er begrenset. Likevel er det viktig å huske på at anonyme tjenester har begrensninger når det gjelder individuell oppfølging (Trondsen & Manskow, 2021, s. 128). Derfor er det viktig å ha et helhetlig støttesystem rundt familien, slik at ungdommer som lever i en familie med rusproblemer får den nødvendige oppfølgingen og støtten de trenger (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 33). Et slikt støttesystem kan omfatte ulike tjenester som skoler, helsestasjoner og andre tjenester som møter ungdom og deres foreldre, og som kan bidra til å forebygge og oppdage endringer eller bekymringer (se avsnitt 2.4).

Artikkel 4 påpeker at det var et stort behov for hjelp og støtte blant familier med økte belastninger og psykiske vansker, men at disse familiene ofte er de som ikke oppsøker hjelp (Holt et al., 2021, s. 14). I en tid med økt stress og belastning for mange familier kan det være avgjørende å tilby riktig hjelp og støtte for å fremme deres velvære og trivsel. Som samfunn må vi derfor vektlegge å være empatisk og støttende, og ha en bred tilnærming til å oppdage og tilby hjelp til de som trenger det.

Selv om flere ungdommer har klart seg bra under pandemien (Kjøs, 2021), er det viktig å huske at ikke alle ungdommer har like gode forutsetninger for å utvikle resiliens og salutogenese. Tidligere erfaringer med støtte og beskyttelse kan ha spilt en rolle i hvordan noen ungdommer har håndtert situasjonen som pårørende til foreldre som misbruker rusmidler (Wangensteen & Dalsrud, 2023, s. 150). Men det kan også være ungdommer som på grunn av traumer, sorg eller andre livserfaringer har hatt behov for ekstra støtte og oppfølging. Derfor er det viktig å tilby tilstrekkelig med hjelpetjenester og støtte til ungdommer som trenger det, spesielt når det er begrensninger i tilgangen til tradisjonelle støtte- og hjelpetjenester. Videre har stress vist seg som en sentral faktor for mange ungdommer, og nevnes i tre av artiklene. Det kan derfor tyde på at stress har vært en sentral konsekvens av hjemmeskole og nedstengning for ungdom og deres familier. Ifølge Kvello (2022) kan stress føre til alvorlige konsekvenser både fysisk og psykisk (s. 164), og det er derfor viktig at stress tas på alvor og at det tilbys tilstrekkelig støtte og hjelp til de ungdommene som trenger det. For å sikre at ingen ungdommer blir etterlatt eller glemt i

krisetider, må det tilbys tilpasset og individuell hjelp. Dette krever en helhetlig tilnærming og et samarbeid mellom ulike hjelpetjenester og instanser, samtidig en kontinuerlig evaluering av tilbudene for å sikre at de er effektive og tilpasset ungdommenes behov.

## 6.0 Avslutning

Gjennom denne oppgaven har jeg undersøkt utfordringene som ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler har møtt under covid-19-pandemien. Jeg har sett på de ulike aspektene ved situasjonen, fra de vanskelige familiesituasjonene der rus og vold er en realitet, til de utfordringene som oppstår i forbindelse med hjemmeskole og manglende oppfølging. Ved å bruke litteraturstudie som forskningsmetode har jeg fått innsikt i ungdommenes opplevelser og erfaringer, og jeg har reflektert over hvilke slutninger jeg kan trekke ut fra funnene mine.

Mine funn viser at ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler har møtt betydelige utfordringer under pandemien, og at disse utfordringene har påvirket ungdommene på ulike nivåer av Bronfenbrenners modell. Pandemien har ført til økt risiko for rusbruk, vold og overgrep i familier med ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler, samtidig redusert tilgang på sosial støtte fra voksne utenfor hjemmet. Det er viktig å øke bevisstheten om disse risikoene og styrke tiltakene for å beskytte ungdommenes psykiske helse og sikre tilgang på hjelp og støtte. Avslutningsvis vil jeg påpeke at min undersøkelse av utfordringene ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler har møtt under pandemien kan bidra til å øke forståelsen av denne gruppen og deres behov for støtte og hjelp. Jeg håper mine funn kan være til nytte for både forskning og praksisfeltet, og at de kan bidra til å videreutvikle tiltak og strategier for å støtte ungdom som pårørende av foreldre som misbruker rusmidler.

Mine funn er basert på et utvalg artikler på dette området. Det er samtidig viktig å bemerke at vi fortsatt står i en tidlig fase av pandemien, og at det gjenstår mye forskning på området.

## Litteraturliste

Befring, E. & Moen, B.-E. (2017). *Ungdom, læring og forebygging* (2.utg.). Cappelen damm akademisk.

Bergem, A. K. (2022). Barn som pårørende får ikke oppfølgingen de trenger. *Sykepleien*, 110, Artikkel e-88379. <https://sykepleien.no/sites/default/files/pdf-export/pdf-export-88379.pdf>

**\*9**

Braut, G. S. & Thelle, D.S. (2022). pandemi. *I store norske leksikon*.  
<https://sml.snl.no/pandemi>

Bufdir (2020a). *Statusrapport 1. Utsatte barn og unges tjenestetilbud under Covid19 pandemien*. Oslo: Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. Hentet fra  
<https://www.regjeringen.no/contentassets/3f92f45f0b384e0da0b2d89a9f55b7b6/statusrapport-.pdf>

**\*36**

Folkehelseinstituttet. (2021). *Covid-19. Rapport om situasjonen i skoler høsten 2021*.  
<https://vetinst.brage.unit.no/vetinst-xmloi/bitstream/handle/11250/2830829/Astrup-2021-Smi.pdf?sequence=2>

Hafstad, G. S. & Augusti, E.M. (2020). *Barn, ungdom og koronakrisen* (rapport 2/2020). Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress.  
[https://www.nkvts.no/content/uploads/2020/12/Rapport\\_2-20.pdf](https://www.nkvts.no/content/uploads/2020/12/Rapport_2-20.pdf)

**\*74**

Hjelmseth, M. & Aune, T. (2018). Uklare rammer gjør det vanskelig å ivareta barn som pårørende. *Sykepleien forskning*, 13, Artikkel e-65521.  
<https://sykepleien.no/forskning/2018/02/uklare-rammer-gjor-det-vanskelig-ivareta-barn-som-parorende>

**\*15**

Holt, T., Helland, M. S. & Larsen, L. (2021). Hjelpe-og velferdstjenester under covid-19 pandemien: første fase: familiers behov, udekkede behov og hjelpesøkende atferd, *Tidsskrift for velferdsforskning*, 24(2), 1-18.

<https://www.idunn.no/ezproxy.uis.no/doi/epdf/10.18261/issn.2464-3076-2021-02-03>

Kvellido, Ø. (Red). (2022). *Barn i risiko: skadelige omsorgssituasjoner* (2.utg). Gyldendal Akademisk.

**\*576**

Kjøvs, P. (2021). *Livskvalitet, psykisk helse og rusmiddelbruk under Covid-19-pandemien: Utfordringsbilde og anbefalte tiltak.*

<https://www.regjeringen.no/contentassets/f3f79f0e0acf4aebaa05d17bfdb4fb28/rapp-ort-fra-ekspertgruppe-livskvalitet-psykisk-helse-og-rusmiddelbruk.pdf>

Mikov, P., & Endresen, M. (2021). Barn som pårørende under pandemien: erfaringer fra samtaletilbudet BaRsnakk etter covid-19-utbruddet i Norge. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 18(2), 138-147. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2021-02-06>

NTNU. (2021). *Livskvalitet, psykisk helse og rusmiddelbruk under Covid-19-pandemien: Utfordringsbilde og anbefalte tiltak.*

[https://www.ntnu.no/documents/1272526675/1281525946/NTNU\\_Covid\\_rapport\\_Ko\\_rr2.pdf/78e1de91-41b2-8043-9561-ea4fd2b2f8c0?t=1617781896470](https://www.ntnu.no/documents/1272526675/1281525946/NTNU_Covid_rapport_Ko_rr2.pdf/78e1de91-41b2-8043-9561-ea4fd2b2f8c0?t=1617781896470)

Nøkleby, H., Berg, R. C., Muller, A. E., & Ames, H. M. (2021). Barnemishandling under covid 19: en hurtig kartleggingsoversikt. *Nordisk velferdsforskning*, 6 (1), 56-68.

<https://www.idunn.no/doi/full/10.18261/issn.2464-4161-2021-01-06>

Selbekke, A. S., Faugli, A., Kaufås, E., Lævås, M., & Ruud, T. (2021). Kunnskapsoppsummering om situasjonen og hjelp til barn og partnere av personer med rusproblemer. Akershus universitetssykehus.

<https://www.ahus.no/Documents/Helsefaglig/Kunnskapsoppsummering%20om%20barn%20og%20partnere%20til%20personer%20med%20rusproblemer.pdf>

**\*115**

Thidemann, I.-J. (2020). Bacheloroppgaven for sykepleierstudenter: Den lille motivasjonsboken i akademisk oppgaveskriving (2.utg.). Universitetsforlaget.

Tjernshaugen, A., Hiis Halvard., Bernt, J. F., Braut, G. S., & Bahus, V. B. (2023). koronapandemien. *I store norske leksikon*. <https://sml.snl.no/koronapandemien>

Trondsen, M. V. & Manskow, U. S. (2021). Å være terapeut i en unntakstilstand: samtalerapi på nett under koronapandemien til unge som har foreldre med rusproblemer. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 18(2), 125-137.  
<https://www-idunn-no.ezproxy.uis.no/doi/10.18261/issn.1504-3010-2021-02-03>

Wangensteen, T., & Dalsrud, M. K. (2023). *Når foreldre ruser seg*. Universitetsforlaget.

**\*217**

Wangensten, T., Jansen, S. D., & Halså, A. (2019). Foreldreskap og rus- den tause skammen. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 16(1), 5-15.

<https://www-idunn-no.ezproxy.uis.no/doi/10.18261/issn.1504-3010-2019-01-02>

**\*10 sider**

**\*Selvvalgt litteratur: 1052 sider**