

TEKST: KARINA LUISE ANDERSEN

FOTO: DANIEL HJORTH

”Fra jeg vågner, til jeg går i seng, har jeg fokus på at hjælpe mødre og fædre med stof- eller alkoholproblemer, så de kan skabe en tryk barndom for deres børn”

*Anne-Camilla Nielskov
– Direktør i 'Fri af Misbrug'*



Karina Luise Andersen er cand. mag. og redaktør på STOF

ILDSJÆLENE

'Ildsjælene' er en artikelserie, hvor der i hvert nummer af STOF vil være et portræt af en medarbejder, der brænder helt særligt igennem i sit arbejde på rusmiddelfeltet. Hvis du kunne tænke dig at nominere en kollega til at blive portrætteret i serien, er du velkommen til at skrive en mail til stof@crf.au.dk, hvor du beskriver din kollegas navn, job og kontaktinformation samt et par linjers motivation om, hvorfor netop denne kollega bør portrætteres som en ildsjæl i STOF.



STOF NR. 47 / FÖRÅR 2024

"Hun stiftede foreningen ene kvinde for kun fem år siden og hjælper nu 300 børnefamilier om året".

Sådan skrev Marie Hundebøll Plum bl.a. til STOF, da hun nominerede sin kollega, 46-årige Anne-Camilla Nielskov, til at blive portrætteret i serien 'Ildsjælene'. Marie Hundebøll Plum er kommunikationsansvarlig i foreningen 'Fri af Misbrug', hvor Anne-Camilla Nielskov er direktør. Fri af Misbrug tilbyder gratis telefonisk rådgivning til børnefamilier, hvor en forælder har rusmiddelproblemer.

Anne-Camilla er uddannet socialrådgiver, har en kognitiv terapeutisk efteruddannelse og en master i Socialt Entreprenørskab. Hun har tidligere arbejdet i Mødrehjælpen og som rusmiddelbehandler i Københavns Kommune. Som Marie Hundebøll Plum nævner, så startede Anne-Camilla Nielskov Fri af Misbrug for fem år siden på baggrund af en idé, hun fik, mens hun var på barsel.

"Da jeg arbejdede som rusmiddelbehandler i Københavns Kommune, blev jeg ved med at møde mødre og fædre, som ville ønske, de havde turdet bede om hjælp noget før, men deres største frygt var at miste deres børn, hvis nogen fandt ud af, hvor slemt det stod til derhjemme. Derfor startede jeg en frivillig rådgivning hjemme ved køkkenbordet under min barsel, og det blev starten på Fri af Misbrug. Fri af Misbrug er tænkt som et omsorgsfuldt og trygt sted, hvor børnefamilier kan blive mødt og hjulpet videre. Og her fem år senere brænder jeg fortsat for, at vi hver dag skal forbedre opvækstvilkår for børn i familier berørt af misbrug af alkohol eller stoffer," fortæller Anne-Camilla.

Mennesker er forskellige, så det bør metoder også være

Filosofien bag Fri af Misbrug er ikke én bestemt behandlingsmetode, men det, som Anne-Camilla Nielskov og hendes kolleger vurderer, det enkelte menneske eller familie har behov for. Dog gør Fri af Misbrug brug af tre gennemgående metoder:

"Vi bruger to metoder til rådgivning af både mennesket med rusmiddelbruget og dets pårørende, nemlig den kognitive metode og den motiverende samtale, også kaldet MI. Begge metoder bruges til at undersøge, hvilke tanker og følelser der ligger bag en bestemt adfærd, og kan gøre et menneske med et problematisk

rusmiddelbrug mere bevidst om egne adfærdsmønstre," fortæller Anne-Camilla og uddyber:

"Den motiverende samtale bruges i de tilfælde, hvor en person fx oplever ambivalens ift. at stoppe eller fortsætte det problematiske indtag af rusmidler. Eller til en pårørende, hvor vedkommende kan opleve ambivalens ift., om de skal blive hos eller forlade den, der har et problematisk forbrug af rusmidler."

Anne-Camilla fortæller også, at Fri af Misbrug også bruger såkaldt 'Community Reinforcement and Family Training' – også kaldet CRAFT - til rådgivning af pårørende. CRAFT er en metode, der kan bruges, hvis den pårørende ønsker at blive i relationen og har brug for hjælp og støtte til at motivere deres pårørende til at ændre adfærdsmønstre og eventuelt søge behandling.

"De problemstillinger, som vi møder i Fri af Misbrug, er ofte yderst komplekse, og der kan være stor og varierende forskel på familiernes behov for hjælp og støtte. Vi ser derfor en styrke i at kunne hjælpe ved at tage afsæt i flere metodiske tilgange. **Vores rådgivere har gennem deres uddannelse tillært sig en høj faglighed, så de kan forholde sig reflekterende og nærværende til det, der sker under en samtale, og heraf aktivere deres metodiske værktøjskasse alt efter det behov, som det enkelte menneske eller familie har.** Derudover arbejder vi ud fra en helhedsorienteret tilgang og forsøger altid at afdække familiens samlede situation, samt hvem i deres netværk som kan støtte op om den forandring, der kan sikre barnet/børnenes tryghed. Det vil sige, at rådgiveren som hovedregel vil forsøge at inddrage den nære familie, venner eller andre tæt på," siger Anne-Camilla og uddyber:

"For mig er det ikke, hvor ofte du drikker, eller hvor meget du drikker, som definerer, om du har et skadeligt forbrug af alkohol. Selvfølgelig stiger skaderne ofte proportionelt, men jeg har fx også haft mange weekendafhængige i behandling. Hvis du ikke føler, du kan gå ud uden alkohol eller stoffer, hvis du fucker de mennesker, du elsker, op, hver gang du er påvirket, eller hvis du kommer alvorligt til skade i byen lørdag nat, kan det sagtens blive så skadeligt for dig, at du ønsker hjælp til at ændre det mønster. Og den skade, du oplever i dit og din families liv, vil vi gerne hjælpe dig med at reducere, og for at kunne gøre det skal vi kigge på dig og dine og

din families behov og ikke gå efter en specifik metode og 'one-size-fits-all'-løsning."

Anne-Camilla Nielskov fortæller, at de konkrete fokusområder i Fri af Misbrug først og fremmest er at forbedre opvækstvilkårene for børn i familier berørt af rusmiddelproblemer. Og derudover at formidle viden og skabe forståelse for de konsekvenser, der kan være af rusmiddelproblemer i en familie. Forebyggelse af de konsekvenser ligger også foreningens – og Anne-Camillas – hjerte nært, og ikke mindst ønsker de også at kunne bygge bro til kommunale, frivillige og andre sociale tilbud og derved forkorte den tid, børnene i familierne påvirkes af konsekvenserne.

"Det er almindeligt kendt, at det kan vare 10-12 år, før et menneske med afhængighed går i behandling. Mange søger aldrig hjælp. For børn kan det være hele deres barndom. Derfor er vi nødt til at hjælpe familierne bedre og tidligere," siger Anne-Camilla og fortsætter:

"Min erfaring er, at børnefamilier, der kæmper med misbrug, typisk ikke har opsøgt hjælpen tidligere, fordi de skammer sig eller måske frygter, at der bliver lavet en underretning til kommunen, og at børnene bliver anbragt. Måske har de også mistillid til systemet på grund af tidligere oplevelser. Det kan også være, at forældrene ser sig selv som velfungerende og uden behov for hjælp – og ofte fungerer de jo også i hverdagen, men stadig på en måde, hvor misbruget har konsekvenser. Andre gange har forældrene ikke opsøgt hjælpen, fordi de ikke ved, der er hjælp at få – og at de har ret til den hjælp."

Opsporing er et meget vigtigt fokus for Anne-Camilla Nielskov. Fri af Misbrug rådgiver lige nu 300 familier om året, men Anne-Camillas mål er 3000 familier om året, fordi hun mener, at omfanget af børnefamilier med brug for hjælp er så stort, at der er behov for hjælp i den skala.

"Alene i Københavns Kommune estimeres det, at der er 15.000 børn, som vokser op i en familie belastet af alkohol eller stoffer. Vores opsporingsindsats har fokus på omsorgsfuldt at skabe kontakt til disse familier. Når vi har fået kontakt med familierne, hjælper vi dem omsorgsfuldt og trygt videre – fx brobygger vi til andre tilbud, herunder kommuner, behandlingstilbud og hjælpetilbud til pårørende," fortæller Anne-Camilla og uddyber:

"Som udgangspunkt brobygger vi håndholdt ved at tage den første kontakt og skabe en aftale med et navngivet menneske i den pågældende organisation. Derfor bruger jeg også tid på at have dialog med samarbejdspartnere i kommuner, andre civilsamfundsorganisationer og private tilbud. Vi skal ikke stå i stedet for kommunernes tilbud til familier med rusmiddelproblemer, men derimod være et supplement til opsporingen ved at drage nytte af de fordele, vi har som frivillig social forening, hvor vi er i kontakt med mennesker på mange forskellige måder."

Fokus på mønsterbrud er vigtigt

Anne-Camilla har selv erfaringer som pårørende til et familiemedlem med rusmiddelproblemer, og det har haft afgørende betydning for, at hun i dag brænder så meget for sit arbejde med rusmiddelrådgivning og -behandling til børnefamilier. En særlig mærkesag for hende er mønsterbrud.

"En tredjedel af børn fra hjem med misbrug udvikler selv misbrug som voksne. Det mønster skal vi bryde. Vi skal til at kigge op! Og bruge nogle af vores kræfter på at kigge efter tegn hos forældrene. For hvis vi formår at skabe en tillidsfuld og omsorgsfuld dialog med mor eller far, så har vi samtidig "fundet" mange af de børn, som er i risiko for mistrivsel. FØR de udviser tegn på mistrivsel," siger Anne-Camilla og uddyber:

"Faktisk ved 56 procent af danskerne ikke, at de kan få gratis rådgivning, hvis de har rusmiddelproblemer. Det vil jeg gerne gøre noget ved. Og jeg vil ønske, at flere danskere og fagprofessionelle tog fat i børnefamilier med et misbrug og gav dem nummeret til en alkohol- eller stofrådgivning. For rapport efter rapport har peget på, at for at kunne tilbyde udsatte børn og unge relevant støtte, skal vi kigge efter tegn hos børnene. Det er jeg naturligvis enig i, men jeg vil gerne opfordre til, at vi "vender opsporing på hovedet" og begynder aktivt at bruge den viden, vi har om risikofaktorerne, til at "se" børnenes problemer, før de selv begynder at vise tegn på dem."

Anne-Camilla Nielskov ser mange udfordringer på rusmiddelområdet, som kan være barrierer for, at børnefamilier med rusmiddelproblemer får den hjælp, de har behov for.

"Jeg synes, det er problematisk, at rusmiddelområdet er så fragmenteret og kvaliteten så svingende både i de offentlige og private tilbud.

Vi mangler samlede politiske handleplaner – især på stofområdet. Vi skal have flere forældre i alkohol- og stofbehandling, og det skal ske tidligere, for i dag er kun 4 procent af forældre med misbrug i behandling. Det tal skal være meget højere. Derudover skal alle kommuner kunne tilbyde hjælp til pårørende til alkohol- og stofafhængige. De pårørende er en ressource, som skal aktiveres. Derudover prioriteres der ikke nok ressourcer til opsporing, afstigmatisering, rådgivning, forskningsbaseret viden om og statistik på området og meget andet. Jeg oplever desuden også, at stofområdet økonomisk er prioriteret lavere nationalt end alkoholområdet,” siger hun.

Selv har hun ingen tvivl om, hvad hendes prioriteter i hendes arbejde er:

”Da jeg er direktør i Fri af Misbrug, går en del af min tid med ledelse af ansatte og frivillige, dialog med eksterne samarbejdspartnere, fonde, vores bestyrelse, politikere og mange andre. Men overordnet set er mit overordnede mål med alt, hvad jeg gør i mit arbejde, at fra jeg vågner, til jeg går i seng, har jeg fokus på at hjælpe mødre og fædre med stof- eller alkoholproblemer, så de kan skabe en tryk barndom for deres børn.”