

TUBA

INGEN SKAL
VOKSE
OP MED
FULDE
FORÆLDRE

✱ ÅRSSKRIFT TUBA 2011

MAN KAN IKKE LØSE ET PROBLEM, MAN IKKE FØRST HAR ERKENDT

Danmark har underskrevet WHO's Europæiske charter om alkohol fra 1995. Der står blandt andet, at alle har ret til at vokse op beskyttet fra de negative konsekvenser af alkohol og at alle - også den drikkenes pårørende - har ret til hjælp og behandling. Her 17 år senere vokser mindst hver tiende barn i Danmark op med forældre der drikker. Og langt de fleste skal kigge langt efter hjælp. Derfor må nogen blive ved med at insistere på det indlysende: Ingen skal vokse op med fulde forældre! Og gør man skal man ku få hjælp! Det gør TUBA så.

Det er vigtigt, at flere og flere taler om sagen. For man kan ikke løse et problem, som man ikke først har erkendt. Det er meget opmuntrende, at 2011 har budt på den hidtil største opmærksomhed på alkoholfamiliers vilkår. Flere bøger bliver udgivet med beretninger fra det virkelige liv. Flere film og skuespil arbejder med temaet. Der er udkommet endnu en vigtig rapport, denne gang fra CASA, om manglerne i kommunernes behandling af sager i alkoholfamilier. Flere socialordførere har offentligt tilkendegivet, at de ønsker at hjælpe til de unge sikres på finansloven.

Denne udvikling kommer af, at nogen fortæller og andre lytter. Vi tror, at en vigtig grund er, at flere unge ikke længere nøjes med at fortælle deres historie i TUBA, men også fortæller den i offentligheden. Det er som om, det er lidt mindre tabu at fortælle om sin opvækst med forældre, der drikker, og der er lidt flere som lytter.


I TUBAs 15 år har samtalen stået i centrum, når unge har opsøgt os. De har fortalt og vi har lyttet og hjulpet. Det har givet os en enorm erfaring og viden. Det har bla. betydet, at man i dag finder Danmarks bedste rådgivning til unge fra alkoholfamilier i TUBA. Tak for tilliden til alle jer, som har brugt og bidraget til TUBA i 2011.

Jesper Kurdahl Larsen
Leder, TUBA



"DET ER MEGET OPMUNTRENDE, AT 2011 HAR BUDT PÅ DEN HIDTIL STØRSTE OPMÆRKSOMHED PÅ ALKOHOLFAMILIERS VILKÅR"

Jesper Kurdahl Larsen, leder TUBA

 TUBAs vision er vokset ud af de unges fortællinger. TUBAs vision er at ingen skal vokse op med fulde forældre. Og gør man, skal man kunne få hjælp. TUBA arbejder for at alle unge mellem 14 og 35 år, som har forældre med et alkoholmisbrug, kan få kvalificeret hjælp, når de behøver det, samt muligheden for selv at blive en del af hjælpen og forebyggelsen for andre. TUBA kæmper for at det danske samfund ændres, så ingen vokser op med fulde forældre. I 2011 har vi arbejdet på det på flg. områder:

VI VIL HJÆLPE FLERE UNGE

Når hver tiende ung er belastet af forældres druk er der brug for langt flere rådgivningsmuligheder. Derfor har vi i 2011 arbejdet på at udvide vores online-rådgivning. Vi har i 2011 arbejdet på at øge antallet af pladser i vores terapi ved hjælp af frivillige fag-personer. Endelig har vi presset på for at starte nye afdelinger.

VI VIL HJÆLPE ENDNU BEDRE

Det er vigtigt for os, at unge kan få Danmarks bedste rådgivning i TUBA. Derfor

har vi arbejdet med kvalitetsudvikling på flere områder i 2011. Vi har udvalgt et nyt system til at håndtere vores terapeutiske indsats og få mest mulig feedback fra brugerne og deres forløb. Vi har indført en ny procedure, som skal sikre at terapeuterne bedre kan samarbejde og støtte hinanden i arbejdet med de unge. Endelig har vi medvirket til flere videnskabelige artikler om de unges livsvilkår og forandringer.

VI VIL FORMIDLE VORES VIDEN

Utrolig mange fagpersoner er i berøring

med unge fra alkoholfamilier og deres problemstillinger. Det gælder sundhedsplejersker, pædagoger, lærere, læger, sagsbehandlere, arbejdsgivere og undervisere. De efterspørger alle mere viden om, hvordan de bedst kan hjælpe. Vi har derfor holdt oplæg for ca. 1.000 fagpersoner i 2011, og vi har i 2011 forsøgt at få støtte til en egentlig kursusafdeling, som kan imødekomme de mange forespørgsler vi får.

VI SAMLER PÅ OPBAKNING

Det er ikke nok, at TUBA kan hjælpe og

unge ønsker TUBAs hjælp. Det er afgørende, at der er også er ressourcer til rådighed. Vi mener, de skal komme fra de offentlige og civilsamfundets midler. Det kan lade sig gøre når tilstrækkeligt mange danskere mener det er på tide, at vi gør noget. Derfor taler vi for sagen i alle de sammenhænge, vi kan komme til det. Igen i 2011 har vi især samarbejdet med en lang række medier om at sætte fokus på de unges vilkår.

VI SATSER PÅ FRIVILLIGE

Vi er i gang med at ændre vores selvop-

fattelse fra at være en organisation med ansatte, der gør alt selv til en organisation af ansatte, der engagerer frivillige på alle områder af vores virke. Det foreløbige mål er, at for hver ansat er der fire frivillige. Det er fordi opgavens størrelse kræver det. Fordi det kan øge vores kvalitet, kreativitet og fleksibilitet. Og fordi det kan styrke vores platform i samfundet. I 2011 forberedte vi en egentlig frivilligpolitik og forberedte os konkret på at bruge en ny slags frivillige - chat-rådgivere. De er nu i fuld gang, og der ser ud til at være god brug for dem.

WEBRÅDGVNINGEN GØR DET NEMMERE FOR DE UNGE SELV AT BRYDE TAVSHEDEN

TUBA ER NU OGSÅ ONLINE RÅDGVNING

I skrivende stund er der godt gang i TUBAs nyeste tilbud - online rådgivning. Hundredvis af unge har besøgt den nye side, og flere end forventet er allerede de første par dage blevet lyttet til og har fået råd og vejledning i chatrådgivningen. Vores ønske om at tilbyde let tilgængelig hjælp til de 75.000 unge, der ønsker hjælp, er nu meget tættere på målet. En stor del af 2011 gik med at forberede og udvikle webrådgivningen.

HVORFOR ONLINE RÅDGVNING?

Ventelisterne bliver kun længere og længere i TUBA, de unge efterspørger og opsøger i stigende grad hjælp. Det er denne efterspørgsel der motiverer os til, at udbygge vores tilbud med onlinerådgivning.

Vi ved at 39% af de unge, der går i TUBA aldrig har talt med nogen om de problemer, de oplever som følge af deres forældres alkoholproblemer, før de er startet i TUBA. Med vores online rådgivning vil vi gerne give alle de mange unge, der lever i tavshed en lettilgængelig mulighed for at tale med en der lytter interesseret.

Vi ved, at hver tiende ung føler sig belastet af forældrenes alkoholproblemer, og at 75.000 unge i høj eller nogen grad ønsker sig hjælp til at håndtere de problemer, de har på grund af forældrenes alkoholproblemer, men vi ved også, at kun 14% af de unge som har oplevet problemer med alkohol i familien har fået hjælp som ung. Derfor taler vi sagen.

HVAD VIL VI MED WEBRÅDGVNINGEN

Frem for alt vil vi gøre det nemmere for unge at opsøge viden om det at vokse op i en familie med alkoholproblemer, og give de unge en så lettilgængelig hjælp og rådgivning som muligt.

Vi vil skabe et rum, hvor de unge kan finde genkendelse og spejle sig i andre unge fra familier med alkoholproblemer. Hvor de kan fortælle deres historier, snakke med hinanden og få råd og vejledning fra TUBAs rådgivere i lettilgængelige og trygge omgivelser. Vi vil give de unge en overkommelig mulighed for selv at bryde tavsheden.

Missionen med TUBAs online rådgivning er, at hjælpe unge fra familier med alkoholproblemer til et mere tilfredsstillende liv. Vi tror på, at unge kan få et mere tilfredsstillende liv, ved ikke at leve i tavshed med deres problemer.

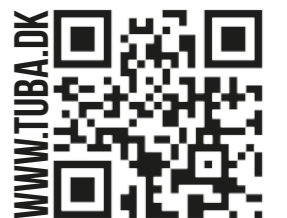
Vores målsætning i chatsamtalerne er, at støtte den unge til at nå nærmeste udviklingszone. Det gør vi ved at være opmærksomme på, at hvert møde med en ung i rådgivningen er noget særligt. Det der virker i det ene møde, fungerer måske ikke i det næste. Derfor rådgiver vi ikke ud fra bestemte regler eller systemer, men ud fra et menneskesyn som danner rammen om mødet mellem den unge og rådgiveren.



OM CAMILLA

Camilla Rode Jensen er koordinator af vores onlinerådgivning i TUBA. Hun har været med til at udvikle og tilpasse tilbuddet, så det passer til TUBAs værdier og visioner. Camilla er sammen med de ti første frivillige chatrådgivere klar ved chatten mandag, onsdag og torsdag fra 18-21.

39%
AF DE UNGE SOM HAR
SØGT HJÆLP I TUBA, HAR
ALDRIG TALT MED NOGEN
OM DERES PROBLEMER I
OPVÆKSTEN



DET SKETE I 2011

NYE LOKALER I KØBENHAVN

I januar 2011 holdt TUBA København flyttested til større lokaler. I København har vi derfor flere samtalerum og større undervisningslokaler, så vi kan huse flere unge. Tidligere har vi i mange tilfælde måttet afvise mange unge ved døren, når vi holdt arrangementer, fordi der ikke var plads til dem. Det sker kun meget sjældent nu.



STØTTEKONCERT MED STOR GENKLANG

Året 2011 blev skudt i gang med manér med en stor støttekoncert for TUBA i januar. Henrik Esbensen, Trine Christensen og Anna G. Nielsen arrangerede koncerten, der havde deltagelse af kendte kunstnere som Thomas Helmig, Peter AG og mange flere. Over 500 unge og støtter af TUBA sagen var mødt op og havde en forrygende og bevægende aften i Vega.



Overskuddet fra koncerten gik til TUBAs lokale arbejde i København.

TUBA PÅ MISBRUGSKONFERENCEN

I oktober var TUBA med to tidligere brugere af TUBA til KL's Misbrugskonference. Konferencen var for fagpersoner indenfor misbrugsbehandling og de unge fra TUBA fik talt med mange om perspektivet fra børn af alkoholmisbrugere.



NY BOG FRA TUBAS FAGKONSULENT

I forbindelse med Sundhedsstyrelsens alkoholuge (uge 40) udgav TUBAs faglige konsulent og forsker, Thomas Mackrill en bog, der giver læseren et unikt billede ind i unge fra alkoholfamiliers livsverden med tvivl og indre kampe. I bogen kan du blandt andet læse svarene på mange af de spørgsmål, der bliver stillet i brevkassen i TUBA.

Bogen hedder "Håndbog til Unge og Voksne fra Familier med Alkoholproblemer" på Dansk Psykologisk Forlag. Bogen bygger på TUBAs erfaringer og på forskning som er foregået såvel i TUBA regi som internationalt. Bogen giver en levende beskrivelse af de problemer som TUBA unge oplever med et fokus på hvordan man kommer videre med sit liv.



PRESSE 2011

TUBA BLEV NÆVNT OVER 50 GANGE I MEDIERNE I 2011



Børn af alkoholikere har ikke krav på hjælp, Kristeligt Dagblad, 24. november

Flertallet af børn i alkoholfamilier får ikke hjælp. TUBA fik i 2010 gennemført en repræsentativ befolkningsundersøgelse, som viste, at blot otte procent af de unge fra familier med alkoholproblemer mindes at have fået hjælp som børn. Undersøgelsen viste også, at hver femte person mellem 18 og 34 år mener, at deres forældres brug af alkohol altid eller af og til har været et problem. "Man må se i øjnene, at rigtig mange folk med alkoholproblemer ikke vil søge hjælp. Der er godt 140.000 alkoholafhængige i Danmark, og under 10 procent af dem er i behandling. Børnene i alkoholfamilier får ingen hjælp, hvis forældrene ikke søger hjælp, med mindre vi erkender, at vi er nødt til at betragte børnene og de unge som en selvstændig gruppe med selvstændige problemstillinger," siger Jesper Kurdahl Larsen.

DR 14. maj

Det kan være uendeligt svært for mennesker, der ikke har oplevet det på tæt hold, at forstå, hvordan det er at vokse op i et hjem, hvor promillerne styrer dagsordenen, fortæller Jesper Kurdahl Larsen, leder af TUBA.

Jyske Vestkysten, 23. februar. Henrik Prien, teamleder i region Syd

Vi er rigtig glade for, at kommunen støtter os, og vi arbejder rigtig hårdt på at blive et permanent tilbud. Det er jo sådan, at unge, der selv har et misbrug har krav på et tilbud. Hvorfor skulle unge, der er ofre for andres misbrug, ikke have det? spørger han.

TUBA PÅ FOLKEMØDE

TUBA var sammen med Blå Kors til Folkemødet på Bornholm i juni. 4 frivillige unge fra TUBA deltog og fik kontakt med masser af store og små politikere. Forbi var Claus Hjort Petersen, Lykke Friis, Villy Søvndahl, Per Ørum, vores borgmester Winnie Grosbøll. Så vi gjorde vores til at TUBA blev kendt på alle øverste niveau.



NYE ANSIGTER I TUBA



JEPPE BERG SANDVEJ
Jeppe startede i oktober i TUBAs afdelinger i Kolding og Sønderborg. Jeppe er psykoterapeut.



DITTE KAAGAARD
I november begyndte Ditte som psykolog i TUBA i Hjørring.



HENRIK PRIEN
I januar 2011 skiftede Henrik Prien fra vores afdelinger i Sønderborg og Aabenraa stilling til at være teamleder for hele region Syd i TUBA, der rummer afdelingerne i Odense, Kolding, Sønderborg og Aabenraa.



KATHRINE MARSING-ROSSINI
I maj begyndte psykoterapeut Kathrine Marsing-Rossini som barselsvikar i afdelingen. Kathrine er ansat frem til sommer 2012.



PETER KYHL OLESEN
I marts 2011 begyndte Peter Kyhl Olesen hos TUBA i København som administrativ medarbejder i en løntilskudsstilling. Peter arbejder ikke længere i TUBA.



CHRISTINA SINDBJERG
I marts begyndte Christina som psykolog i vores afdelinger i Aabenraa og Sønderborg.



HELENE KAABER
I august 2011 begyndte psykoterapeut Helene Kaaber i TUBA.

FACEBOOK - EN NY SIDE AF TUBA

I efteråret fik vi for alvor gang i vores Facebook aktivitet. Tidligere har vi haft en stor Facebook GRUPPE med mange medlemmer, men desværre meget lidt aktivitet. Gruppen ændrede vi til en side i stedet og nu er der færre medlemmer, men meget mere aktivitet. De omkring 1500 deltagere snakker og opmuntrer, deler erfaringer og gode nyheder på vores nye side. Vil du se med, er du velkommen på www.facebook.com/TUBADanmark.



HVER EN KRONE TÆLLER

Hver eneste krone gør en forskel i TUBA. Det er vores effekt og synlige arbejde for at hjælpe unge fra alkoholfamilier til et bedre liv, der får bidragydere, befolkningen og staten til at støtte TUBAs arbejde. Det er vi meget taknemmelige for i TUBA, og vi arbejder hver dag for at blive endnu bedre til at synliggøre vores arbejde og blive bedre og klogere på det, vi gør. Derfor er vi stolte af det lange, seje træk, vi har taget for at vinde tillid og forståelse for den nødvendige indsats for unge fra alkoholfamilier. Vi gør alt, hvad vi kan for at optimere vores arbejde, så de penge, som bliver skænket til TUBA, kommer så tæt på børn og unge fra alkoholfamilier som muligt.

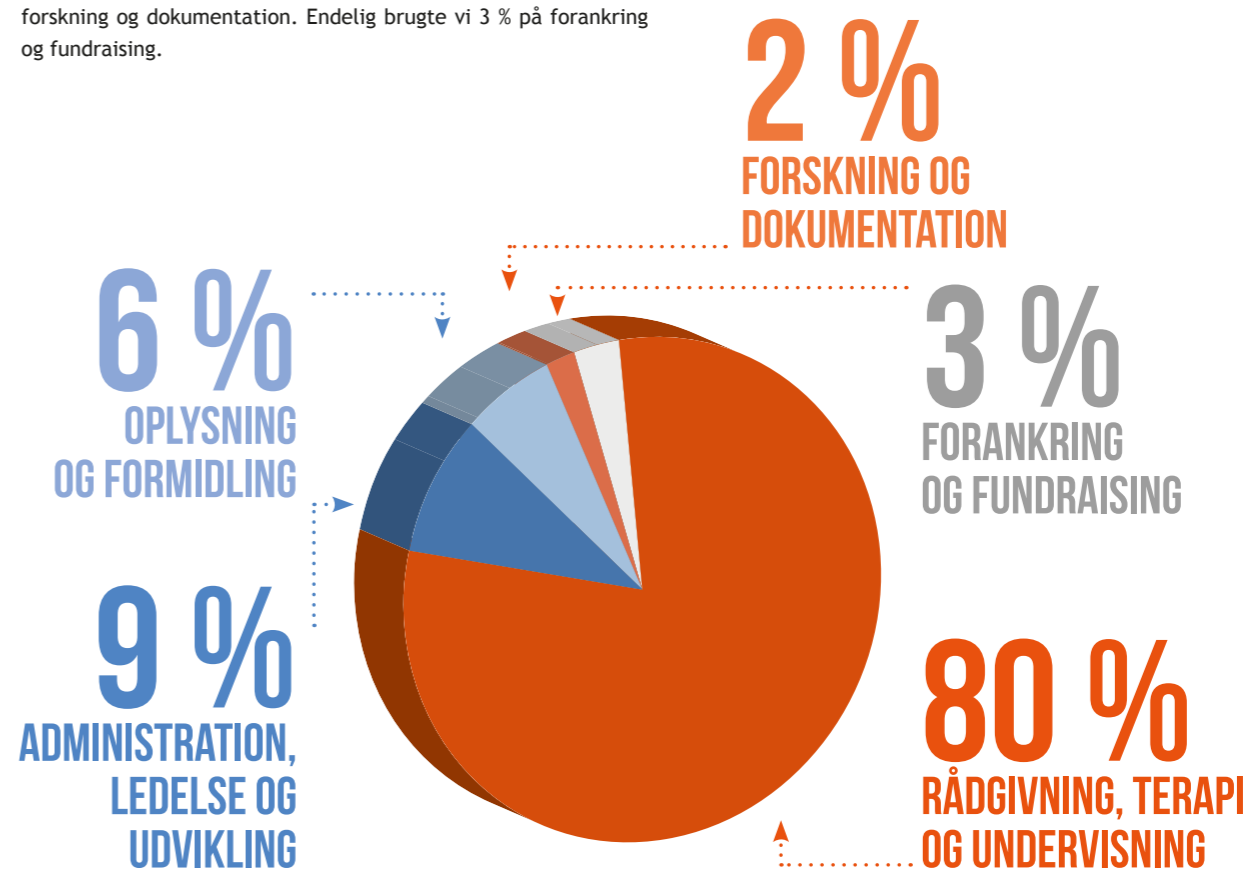
TUBA havde i 2011 indtægter på 14,6 mio. kr. To tredjedele kommer fra Satspuljen. Hver fjerde krone kommer fra kommunerne, som vi samarbejder med. Selvom det er sparetider, har vi alligevel oplevet at kommunerne betalte en halv gang mere i 2011 end året før. Det er også glædeligt, at næsten hver tiende krone kommer fra private tilskud fra fonde og privatpersoner.

Vi brugte 15,4 mio. kr. i 2011. 80 % blev brugt på rådgivning, terapi og undervisning til de unge. Vi bruger cirka en tiendedel af omkostningerne på administration, ledelse og udvikling. 6 % bruges på oplysning og formidling af vores viden. 2 % blev brugt på forskning og dokumentation. Endelig brugte vi 3 % på forankring og fundraising.

DET BRUGER VI PENGENE TIL I TUBA

Hvor kommer pengene fra?	Tusinde kr. i 2011
Driftsbevillinger	3.635
Tilskud SATSpuljemidler	10.143
Tilskud og gaver, private, organisationer og fonde	1.415
Indtægtsgivende virksomhed	181
	14.600
Hvad går pengene til?	
Rådgivning, terapi og undervisning	11.047
Oplysning og formidling af viden	842
Fundraising og forankring	359
Administration, udvikling og ledelse	1.225
	15.400

Det planlagte underskud i 2011 blev dækket af forrige års overskud.





"DA JEG VAR 8, VAR DER NOGLE KVIKKE MENNESKER PÅ MIN SKOLE, DER BEMÆRKEDE AT DER VAR NOGET RIVENDE GALT I MIN FAMILIE"

Julie, tidligere TUBA-bruger



KUN DET PERFEKTE VAR GODT NOK

Julie har klaret alting selv, siden hun var lille og boede sammen med sin alkoholiske mor. Da hun kom til TUBA følte hun, at alt var håbløst.

Julie blev taget for butikstyveri i en tøjforretning, da hun var 18 år. Bøden var ikke det store problem, men episoden fik hele hendes verden til at bryde sammen.

"Det allerværste var, at jeg havde svigtet mine plejeforældres tillid. Hvordan skulle jeg få forklaret dem, at det slet ikke var sådan, jeg ville være."

Det var en veninde, der havde lært Julie, hvordan de kunne stjæle ved at tage tøjet med ind i prøverummet. Det var først, da det blev opdaget, at hun for alvor tænkte over, at det egentlig var tyveri. Og for en pige, der altid gerne har villet være perfekt, var en plet på straffeattesten næsten ikke til at bære.

"Jeg var nødt til at sige det til mine plejeforældre. De havde en masse spørgsmål, og opfordrede mig til at ringe og fortælle det blandt andet til min arbejdsgiver. Jeg skammede mig, og jeg græd, men jeg gjorde det. Det er noget af det sværeste, jeg nogensinde har gjort."

Det blev startskuddet til, at Julie startede i TUBA, hvor hun både har gået i individuel terapi og gruppeterapi.

"Noget af det vigtigste, jeg har fået med, er, at det er ok ikke altid at kunne klare alting selv og at have behov for andre menneskers hjælp og omsorg. Og så har jeg mødt andre, der har det på samme måde som jeg selv."

Julie har altid været vant til at klare sig selv. Hun boede sammen med sin mor, og da hun var fem år, fik hun en lillesøster. Julie fik lov at bestemme, at det nye familiemedlem skulle hedde Christina. Men hun fik også et stort ansvar for den lille.

"Nu havde jeg ikke bare ansvaret for mig selv, men også for en baby. Der er mange ting, jeg ikke kan huske fra jeg var barn. Men det var tit mig, der skiftede hende, trøstede hende og kom hende i bad. Det blev jeg nødt til, fordi min mor sov, og jeg ikke kunne vække hende."

"Hun sov meget. Når hun var vågen, var vi tit med på værtshus. Vi kom der så ofte, at jeg kendte bartenderne, og jeg kan også huske, at vi var på besøg hos nogen af hendes venner, der drak meget." Julie fulgte med og prøvede altid at være den søde og artige pige.

"Sådan kunne min mor bedst lide det - og når mor var glad, var jeg glad."

Julie og hendes lillesøster kom i familiepleje, da Julie var otte år, fordi pædagogerne i skolefritidsordningen slog alarm. De to børn havde hidtil boet alene sammen med moren, og Julie har aldrig kendt sin far. Da hun var 13 år, blev hun anbragt i familie nummer tre.

"Det var første gang i mit liv, jeg oplevede tryghed i min barndom - og da var jeg næsten teenager."

Familien havde to voksne børn og en søn, der var et år ældre end Julie. Plejeforældrene interesserede sig for, hvad Julie gerne ville og spurgte til, hvordan hun havde det.

"Jeg vejede alt for meget, da jeg kom til dem. Uden at de sagde, at jeg skulle tabe mig, sørgede de bare for, at jeg fik sund mad, og vi tog på mange cykel- og gåture. Jeg kunne mærke, at de interesserede sig for mig."

Sønnen i plejefamilien blev som en storebror, som hun kunne spejle sig i og se, at det var ok selv at have en mening og sige den højt.

"Han kunne jo godt sige, hvad han gerne ville. Han sagde, når han havde lyst til at være længere ude om aftenen. Og han kunne endda finde på at brokke sig over maden. Jeg var bare glad for, at der var mad på bordet."

Men hun kæmpede stadig for at være den perfekte pige. I gymnasiet var hun tilfreds med karakteren 12, men 10 var noget skidt. "Jeg blev handlingslammet af mine egne ambitioner. Fordi alting skulle være perfekt, kunne jeg ikke nå det. Og så faldt karaktererne. Jeg tror ikke, jeg var kommet gennem gymnasiet uden hjælp fra TUBA."

Hun er nu blevet student og arbejder som barnepige i Odense. Hun er stadig glad for sin plejefamilie og for sin rigtige mor, der er holdt op med at drikke. Det er fortsat en udfordring for Julie, at hun synes, hun skal klare alting selv. Men hun er blevet bedre til at søge råd.

"TUBA har gjort en kæmpe forskel i mit liv og gør det stadig. Jeg er kommet langt, men har stadig brug for, at der er nogen til at gribe mig, hvis jeg falder."

TUBAS SAG FÅR FLERE STEMME

I 2011 fik vi flere at tale med. Flere talte om hvordan det er at vokse op med forældre der drikker. Fra Fetterlein til forskningsverdenen. Fra Peter Ingemann til Christiansborg. Vi er glade for at have flere at tale med om vores sag. For de unge føles det som en befrielse at nogen tør at tale om det tabu, de så længe har levet med. Den samme følelse får vi i TUBA, når vi ser at stemmerne rejser sig landet over. Jo flere der taler, jo nemmere er det at indse det åbenlyst vigtige i vores arbejde. Herunder er et udsnit af noget af, hvad vi har set og hørt om livet i alkoholfamilier i 2011.

SØNNER AF ALKOHOLMISBRUGERE FØLGER I FÆDRENES FODSPOR

Doktor Joachim Knopp har i et unikt forskningsprojekt fulgt sønner af alkoholiske fædre, fra de fødes til de kommer op i fyrrerne og kortlagt en uhyggelig tendens. Disse drengebørn bliver langt oftere alkoholmisbrugere end andre.

CASA - AFDÆKKER PROBLEMATISK SAGSBEHANDLING AF ALKOHOLSAGER I KOMMUNER

En rapport fra Center for Alternativ Samfundsanalyse, CASA, viser at alkoholmisbrug alt for let for lov til at udvikle sig i børnefamilier. En analyse af en række kommuners behandling af alkoholsager i børnefamilier viser at, problemerne bagatelliseres af sagsbehandlere, som hverken har viden eller muligheder for at gøre noget ved dem. Det er ikke en nyhed for os i TUBA, der har talt med de her børn, der i gennemsnit har levet i 12 år med alkoholproblemer derhjemme. Men det glæder os, at andre nu også taler med.

Sønner går i fordrukne fædres fodspor



Det er undersøgelsens hypotese, at alkoholproblemer ikke bliver tilstrækkeligt belyst, og at den komplekse problemforståelse i socialforvaltningen ikketrøds alkoholbehandlingsindsats, stadig primært set og behandlet som et symptom, selvmedicinering eller vikelighedsflugt, og ikke som et særskilt problem.

Analysen er udarbejdet på baggrund af 14 bornesager fra 5 kommuner samt 6 interview med sagsbehandlere og i alt 17 interview med alkoholbehandlingskyndige. Alle de medvirkende kommuner har særligt fokus på alkohol og børnefamilier og har foretaget foranstaltninger, der skal forbedre indsatsen i forhold til alkoholproblemer.

Analysen viser, at der i kommunerne er kommet større fokus på ønsket om udredninger, krav til kommunale institutioners alkoholpolitik, uddannelse af nogle personer, der skal hjælpe i opsporingen og støtten til børn i familier med alkoholproblemer, ansættelse af børnefamiliesagkyndige i nogle kommuner, nye tilbud osv. Fokus på alkohols negative konsekvenser for børn skærpes.

Analysen viser imidlertid, at alkohol som problemstilling er svært at sætte på dagsordenen i vid udstrækning alene og/eller bagatelliseres. Fokus på alkoholproblemer sættes til side af fx familiekonflikter eller opvejning af forældrenes almenne og praktiske forældrekompetencer og omsorgsevner for børn.

TV-VÆRT SÆTTER FOKUS MED SINE ERINDRINGER

TV-vært Peter Ingemann udgav i begyndelsen af 2011 sin bog Ingemanns Land - en stærkt personlig beretning om forholdet til sin far. Peters far havde et alkoholproblem.

Peter er siden bogudgivelsen blevet ambassadør for TUBA. Om sin motivation for posten siger han:

"Jeg følte mig helt utroligt alene som barn til trods for, at jeg havde min mor og min søster - og endda min alkoholiske far at tale om problemerne med. Jeg troede ikke, der var andre end mig, der havde en barndom som min. Det var der desværre, og det er der i høj grad også i dag. Gid vi talte om alkoholisme! Det vil TUBA, og jeg gerne gøre noget ved."

NY BOG FRA JOURNALIST OG BARN AF ALKOHOLMISBRUGER

For journalist Helge Kvam skulle der gå 45 år, inden han fortalte nogen, at hans far var kvartalsdrinker. Det svarer til at lukke øjnene for, at du har en flodhest væltende rundt i din stue, mener han, og opfordrer i interviewbogen "Flasken var vigtigere end mig" andre til at bryde tabuet. Flere unge fra TUBA optræder i bogen. Bogen udkom i slutningen af 2011.

POLITIKERE VIL HAVE TUBA PÅ FINANSLOVEN

Ordførere fra såvel regeringen som oppositionen vil have varig finansiering til at hjælpe børn af alkoholikere og få mere fokus på alkoholfamilier i kommunerne. Det er ikke i orden, at børn lever med deres forældres alkoholproblemer i årevis uden nogen hjælp at hente. I 2011 hørte vi for første gang toppolitikere tale om TUBAs finansiering i medierne. Alle ordførere fra SF, S, DF og Venstre vil have netop TUBA på finansloven i et krav om hjælp til børn i alkoholfamilier.



VREDEN ER MIT FORSVAR

Når Lenas mor og stedfar blev fulde, var Lena tit bange. Men hun kunne også blive så vred, at hun var nødt til at handle.

En dag da Lena er 11 år får hun nok. Nok af druk, nok af moderens slagsmål med kæresten og nok af at være bange. Med sin stedfar i hælene stikker hun af og flygter gennem gader og stier hen til en veninde.

"Jeg ved ikke, hvorfor det præcis var den dag, jeg sagde fra. Men jeg føler, det var den første gang i mit liv, jeg stod op og gjorde noget for mig selv."

Som så mange andre dage havde Lena kunnet følge, at moderen og stedfaderen Carsten fik mere og mere at drikke, og stemningen blev mere og mere anspændt. Hun vidste af erfaring, hvordan det kunne risikere at udvikle sig.

"Jeg kunne mærke knuden i min mave vokse. Hvad skulle jeg gøre, hvis de blev uvenner og kom op at slås eller hvis der skulle være fest? Jeg var bange, og jeg begyndte at ryste." Lena skældte sin mor ud over, at de drak. Det endte med, at de blev rygende uvenner. Med sløret stemme og med en ånde, der stank af guldøl, kaldte Lenas mor sin datter for "en lille primadonna".

"Så sprang jeg op. Jeg ville bare væk. Min mor prøvede at stoppe mig og greb fat i min arm. Det lykkedes mig at slippe fri og komme ud på gaden. Jeg hørte hende råbe "fang hende" til Carsten." Lena løb, og stedfaderen løb efter hende. Hun vidste ikke helt, hvor hun skulle løbe hen. Men hun besluttede sig hurtigt til at løbe hjem til en veninde.

"Angsten fyldte hele mit sind. Jeg turde ikke løbe hen til min far. Jeg turde heller ikke løbe den direkte vej hjem til min veninde. Så det blev et vanvidsløb gennem Ålborg Øst. Heldigvis kunne jeg løbe fra den halvstive mand."

Da Lena efter flugten tumlede ind gennem døren til sin veninde, skyndte moren sig at låse døren. "Jeg var så forpustet, og mit hjerte bankede som et godstog i brystet. Dorit (venindens mor, red.) kunne slet ikke forstå, hvad jeg sagde, eller hvad der var sket."

Da Lenas stedfar en halv time senere bankede på, nægtede venindens mor at udlevere Lena. "Han vidste, jeg var der. Dorit måtte virkelig stå fast på, at han ikke kunne få mig med. Det endte med, at jeg gik ud og sagde, at jeg ville blive."

Venindens hjem har altid været Lenas tilflugtssted, når der var problemer derhjemme. Venindens familie kendte til forholdene hjemme hos Lena, hvor stedfaren Carsten blandt andet ernærede sig ved at være pusher.

Der kom mange mærkelige mennesker i huset. Når de voksne var hjemme, holdt de mange gange fester og blev fulde og skæve. Andre gange tog moren på værtshus, og Lena var alene hjemme. "Han slog også min mor, og hun skulle altid undskylde sine mærker med, at hun var gået ind i en dør."

Kort efter flugten flyttede Lena fra sin mor og stedfar og hjem til sin biologiske far. Hun har ikke tal på, hvor mange gange, hun er flyttet gennem sin opvækst. Men det er mange. Forældrene gik fra hinanden, da hun var tre-fire år. Hun blev skilt fra sin lillebror, der kom til at bo med faren, mens Lena flyttede med moren. Siden boede de mange forskellige steder i Nordjylland.

FARS NYE KÆRESTE

I begyndelsen gik det godt med at være flyttet ind hos faren. Han havde nemlig fået en ny kæreste.

"Det var som at komme i himlen. Connie var rigtig sød og skabte et normalt hjem med spisestue og varme. Det plejede at være møgbeskidt."

Med Connie i huset var Lena meget gladere for at bo dér, end hos moren og stedfaren. Men forholdet mellem faren og Connie gik i stykker efter nogle år. Da moren gik på afvænnings og tilsyneladende blomstrede op, flyttede Lena tilbage til hende med et håb om, at det nu ville gå bedre. Glæden varede imidlertid kort. Moren begyndte at drikke igen. Carsten, der i mellemtiden havde været i fængsel, kom ud og flyttede ind igen. Og Lena ville flytte hjemmefra.

"Jeg var så vred, at jeg ikke vidste, hvad jeg skulle stille op. Men det er også den vrede, der er mit forsvar og har fået mig til at handle og gøre noget for mig selv."

Kommunen ville have hende til at flytte ind i et bosted med andre udsatte unge.

"Det var lige præcis det, jeg ikke ville. Jeg ville jo væk fra alt det druk og fra alle dem, der havde problemer. Min vrede var den drivkraft, der gjorde mig i stand til at tage den kamp med kommunen."

Det lykkedes i stedet Lena at få en et-værelses lejlighed, som hun elskede.

Hun har altid været bevidst om, at hun ikke ville være ligesom sine forældre. Moren lider i dag af alkohol-demens, har alzheimer og bor på et plejehjem. Lena er selv blevet mor til to små børn på tre og fem år.

"Det er dem, mit liv handler om i dag. Jeg vil give dem den barndom, jeg aldrig selv har fået."

"JEG VED IKKE, HVORFOR DET PRÆCIS VAR DEN DAG, JEG SAGDE FRA"

Lena, tidligere TUBA-bruger

HVAD GØR DU, HVIS DU GERNE VIL HJÆLPE?

I Lenas barndom var det Dorrit, venindens mor, der var en sikker havn, når det kogte over derhjemme.

Kender du også et barn i en alkoholfamilie? Hvad gør du, hvis du gerne vil hjælpe?

- inviter barnet hjem, og lad det vide at det altid er velkomment
- tilbyd dit venskab
- vis interesse for barnet generelt. Lyt nysgerrigt og opmærksomt
- gør hyggelige/rare ting sammen med barnet
- giv barnet håb om et bedre liv

- tro ikke at problemet kan løses på én gang
- pres ikke barnet til at tale om problemerne
- respekter når barnet er loyal overfor forældrene
- spørg eksperterne når du er i tvivl - Ring til TUBA eller læs mere på tuba.dk

Husk - du gør en mærkbar forskel ved at gøre noget. I 2011 har TUBA samarbejdet med Blå Kors om kampagnen Næstehjælperne, der skal ruste flere danskere til at hjælpe børn i alkoholfamilier. Læs mere om hvad du kan gøre på næstehjælp.dk

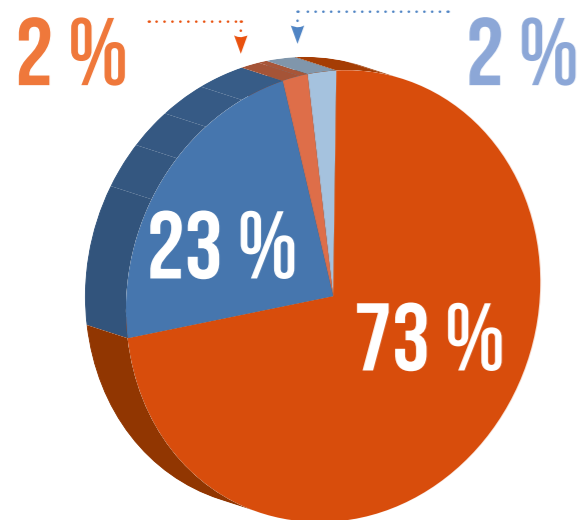
STOR EFFEKT AF TUBAS ARBEJDE MED UNGE FRA ALKOHOLFAMILIER

TUBA måler hvert år effekten af den terapi/rådgivning, unge gennemgår i TUBA regi ved brug af validerede skalaer.

Vi spørger selvfølgelig de unge, der går i TUBA, og denne landsdækkende undersøgelse ser på 230 unge, der afsluttede deres forløb i TUBA i 2011. Vores effekt tal fra 2011 viser, at medarbejderne i TUBA er dygtige til at hjælpe unge fra familier med alkoholproblemer med sociale og psykiske problemer. Vi er særlig gode til

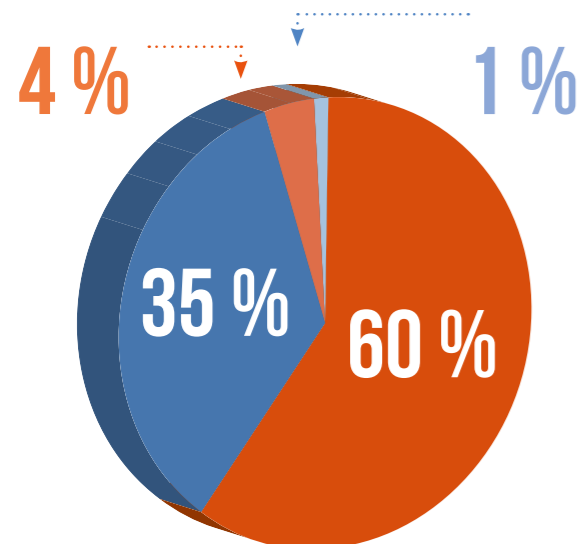
at afhjælpe symptomer på depression og post traumatisk stress. Læs hele undersøgelsen på www.tuba.dk/hjaelp-der-hjaelper.

Samtidigt viser tallene, at de unge er tilfredse med TUBAs indsats.



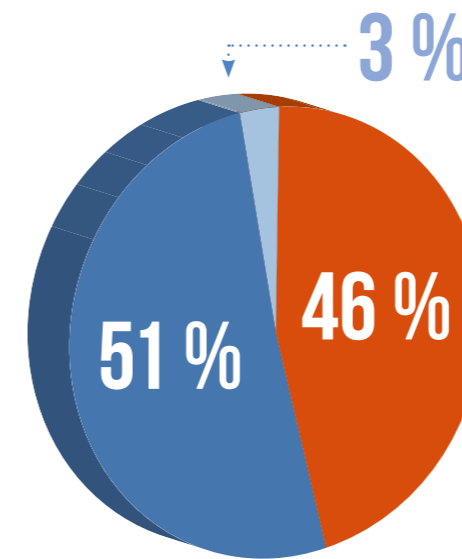
DE UNGES TILFREDSHED MED TERAPI OG RÅDGIVNING I TUBA

73% MEGET TILFREDSSTILLENDE
23% TILFREDSSTILLENDE
2% UTILFREDSE
2% VED IKKE



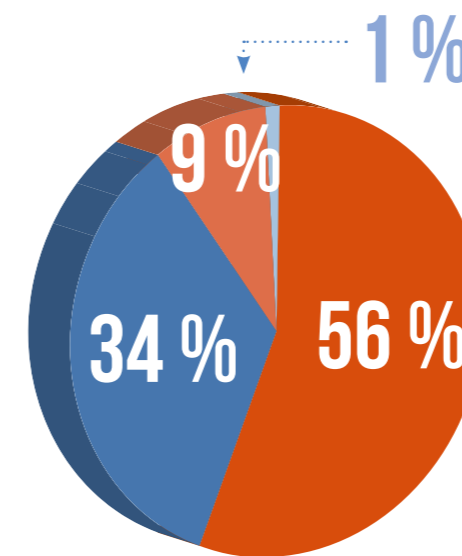
ÆNDRING AF FORHOLDET TIL SIG SELV EFTER TUBA TERAPI

60% MEGET FORBEDRET
35% NOGET FORBEDRET
4% UÆNDRET
0% FORVÆRRET
1% MANGLENDE DATA



EVNE TIL AT HÅNDTERE EGNE PROBLEMER EFTER TUBA TERAPI

46% I HØJ GRAD FORBEDRET
51% I NOGEN GRAD FORBEDRING
3% I MINDRE GRAD FORBEDRET
0% I RINGE GRAD FORBEDRET



SYN PÅ FREMTIDEN EFTER TUBA TERAPI

56% MEGET FORBEDRET
34% NOGET FORBEDRET
9% UÆNDRET
1% FORVÆRRET

* TUBA I TAL

Siden 1997 har TUBA gjort mange erfaringer med hvordan man bedst hjælper unge fra familier med alkoholproblemer. Antallet medarbejdere i TUBA med mange års erfaring indenfor området stiger år for år, og derved øger TUBA løbende sit samlede viden om området.

I 2011 var der 11 TUBA afdelinger i Danmark. På landsplan var 1420 unge var til samtale. I gennemsnit havde TUBA kontakt

med 733 unge hver måned. Der var 785 nyhenvendelser og 9239 terapeutiske/rådgivnings sessioner. Ved årets afslutning var der 438 unge på venteliste. TUBA er ved at iværksætte en række foranstaltninger for at nedbringe ventetiden. I Norge er der i 2011 åbnede yderligere to TUBA afdelinger under navnet "Kompasset" i Trondheim og Oslo. De 4 afdelinger i Norge hører administrativt under Blå Kors i Norge.



**"MINE VENNER SYNES,
MIN FAR VAR DEN
SJOVESTE I VERDEN.
JEG SYNES, HAN
VAR PINLIG"**

RASMUS,
tidligere TUBA-bruger

FORVENTNING

RIGTIG UDENPÅ – FORKERT INDENI

Farens alkoholmisbrug har altid fyldt meget for Rasmus - og gør det stadig, selvom de ikke har boet sammen de seneste fem år.

RASMUS ER COOL

Han går i det rigtige tøj, hører det rigtige musik og har de rigtige venner. I folkeskolen hang han ud med dem, der var gode til at spille fodbold. I gymnasiet var han med blandt dem, de andre godt gad høre på - og som også kunne snakke med om kunst og filosofi. Udadtill har han altid haft styr på tingene. Indeni føler han sig langt fra så tjekket.

"Jeg har altid haft store problemer med min selvtillid og været meget nervøs for, hvordan andre mennesker ser mig. I virkeligheden har jeg altid haft svært ved at finde ud af, hvem jeg selv er." Derfor kommer Rasmus nogle gange til at gøre ting, som han måske egentlig ikke har lyst til.

"Jeg har en tendens til at "go with the flow". Jeg er for eksempel nogle gange taget med de andre i byen, selvom jeg ikke rigtig havde lyst. Men ellers var jeg bange for, de ville synes, jeg var kedelig."

Som barn gav Rasmus også sjældent udtryk for, hvad han selv havde lyst til. Han håbede, faren ville holde op med at drikke. Men han sagde ikke noget. I stedet prøvede han at tie stille og få måltiderne til at gå så roligt som overhovedet muligt. Og så ellers komme væk hjemmefra og i fritidsklubben eller hen til nogle kammerater. Han prøvede at undgå at have venner med hjem. Det var for pinligt.

"Mine venner synes, min far var den sjoveste i verden. Jeg synes, han var pinlig. Han fortalte sjofle historier og elskede at snakke om pik og patter. Det syntes jeg ikke, at en far skulle. Han var mere barnlig, end vi børn var."

Når vennerne var gået, og faren blev endnu mere fuld, var han ikke længere den sjove. Så blev han ubehagelig og aggressiv. Moren blev ked af det, og storesøsteren sur.

"Min far brugte aldrig fysisk vold. Men han var verbalt voldelig og kunne finde på at råbe svin eller idiot efter os, hvis der var noget, der ikke passede ham."

Rasmus blev for alvor opmærksom på, at alt i familien ikke var, som det skulle være, da han var omkring ti år. Familien havde været ved stranden og var på vej tilbage til bilen, da forældrene begyndte at skændes.

"Min storesøster trak mig med hen til en bænk lidt væk fra vores mor og far og sagde: "så er den gal med far igen". Den episode står meget klart for mig."

Derefter eskalerede farens druk. Til sidst var han fuld næsten hver eneste dag. Da Rasmus var 15 år kom han en dag hjem og fandt sin far døddrukken på sofaen og med åbent benbrud. "Der var flasker og cigaretskodder overalt. Han sad i sofaen, og en knogle stak ud af benet på ham. Da jeg spurgte ham, om det gjorde ondt, stirrede han bare på mig med blanke øjne og mumlede et eller andet, jeg ikke kunne forstå."

Drengen prøvede at ringe til sin mor, men fik ikke fat i hende. Han fik ringet efter en ambulance, der kom og hentede faren. Senere fik familien at vide, at han havde en alkohol-promille på 5, og at han havde været død, hvis ikke han var kommet på sygehuset og blevet pumpet ud.

Episoden blev den dråbe, der fik morens bæger til at flyde over. Forældrene blev skilt, og Rasmus flyttede med sin mor. Siden har han ikke boet sammen med sin far. Men han fylder stadig meget i familien, selvom Rasmus ikke ser ham særlig tit.

"Vi kalder ham Gud," siger Rasmus med reference til bogen "Gud taler ud", der handler om en dominerende og fortrukket far, der styrer hele sin familie. "Vi snakker meget om ham, når vi er sammen. Der er stadig meget, der kommer til at handle om ham." Rasmus er i dag 21 år og bor hos sin mor. Han arbejder i en børnehave og nærer ikke længere noget håb om, at faren holder op med at drikke.

"Det gode er, at det er noget vi snakker om, og at det ikke er nogen hemmelighed. Første gang jeg fortalte det til en god ven, gik jeg i 8. klasse. I dag ved alle mine venner, at den opvækst er en del af mig."

Han synes selv, han i dag er blevet meget bedre til at sætte grænser og finde ud af, hvad han selv vil. I en periode gik Rasmus i terapi i TUBA.

"Det vigtigste jeg fik med mig derfra er en fornemmelse af, at jeg selv valgte at gøre noget ved problemet. Og at det er vigtigt at anerkende, at de sår, jeg har min fra min barndom, altid vil være der. Men jeg kan lære at takle det, så jeg kan leve med det."

HVOR FINDER DU OS ...

KØBENHAVN

Vesterbrogade 69, 1.tv.
1620 København V
Tlf. 43 96 20 80
E-mail: kbh@tuba.dk

NYKØBING F

Langgade 7, 1.
4800 Nykøbing F
Tlf. 29 68 96 20 / 29 68 96 21
E-mail: nykobing@tuba.dk

AARHUS

Frederiksgade 75, 1.
8000 Aarhus C
Tlf. 86 11 88 90
E-mail: aarhus@tuba.dk

HJØRRING

Vendelbogade 47
9800 Hjørring
Tlf. 40 22 83 56 / 29 68 96 30
E-mail: hjoerring@tuba.dk

FREDERIKSHAVN

Nytorv 15
9900 Frederikshavn
Tlf. 40 22 83 57 / 51 28 90 88
E-mail: frederikshavn@tuba.dk

AALBORG

Urbansgade 22, 1.tv.
9000 Ålborg
Tlf. 30 93 91 17
E-mail: aalborg@tuba.dk

BORNHOLM

Snellemark 51, 2.
3700 Rønne
Tlf. 21 19 51 98 / 21 19 51 99
E-mail: bornholm@tuba.dk

ODENSE

Kong Georgsvej 27, 2.
5000 Odense
Tlf. 21 19 51 95
E-mail: odense@tuba.dk

KOLDING

Ny Vestergade 3, 3.
6000 Kolding
Tlf. 30 85 81 78 / 30 85 81 79
E-mail: kolding@tuba.dk

AABENRAA

Ramsherred 31A, 1.
6200 Aabenraa
Tlf. 29 68 96 33
E-mail: aabenraa@tuba.dk

SØNDERBORG

Perlegade 44, 1.
6400 Sønderborg
Tlf. 30 85 81 79 / 29 68 96 33
E-mail: soenderborg@tuba.dk

TUBA ADMINISTRATION

Suensonsvej 1
8600 Silkeborg
Tlf. 86 81 15 00
CVR nr: 30338421
E-mail: tuba@tuba.dk

TUBA DANMARK

Frederiksgade 75, 1
8000 Århus
E-mail: tuba@tuba.dk



WWW.TUBA.DK

- hvis du har lyst til at snakke



WWW.TUBA.DK