

# Vuxna barn till alkoholister

Publicerad 12.12.2005. Uppdaterad 17.3.2010

Föräldrarnas alkoholbruk och attityder till alkohol påverkar barnet och inverkar på barnets egna alkoholvanor. Föräldrar kan uppmuntra till måttlighetsdrickande eller nykterhet, men kan också ge en alkoholistisk modell för drickandet. Dessutom kan ett barn lära sig att man löser problem och kriser med alkohol. Ett sådant inflytande kan visa sig på olika sätt trots att barnet senare i livet eller till följd av faktorer utanför barndomshemmet kanske utvecklas i annan riktning.

I alkoholistfamiljer med långvariga, svåra problem märks effekterna mycket tydligt. Man har kunnat konstatera att barn från alkoholistfamiljer löper dubbelt så stor risk - till och med fyra gånger så stor risk - att alkoholiseras som andra. För stor konsumtion förekommer i tre fall av fyra. Man har också märkt att barn till alkoholister har en tendens att gifta sig med alkoholister. Även barnbarnen löper en tredubbel risk att alkoholiseras.

Föräldrars drickande kan få effekter på det biologiska, psykologiska eller sociokulturella planet. Trots biologisk ärftlighet finns det ingen speciell "spritgen" i människans kropp som gör en människa dömd att alkoholiseras. Att växa upp i en alkoholistfamilj eller i någon annan miljö med mycket alkohol avgör inte barnets framtida öde, men ger en benägenhet som i förening med andra omständigheter kan leda till alkoholism. En sådan utveckling kan på många sätt förebyggas eller avstyras.

Vuxna barn till alkoholister kan använda alkohol på många olika sätt. Alkoholen kan få en särställning också i den meningen att det vuxna barnet får en utpräglat negativ inställning till alkohol eller känner ångest vid tillfällen där det bjuds på alkohol. Risken för över- eller problemkonsumtion bör alltid beaktas precis risken för ett faktiskt alkoholberoende. Det gäller att ge akt på sina alkoholvanor. Om man får problem är det bäst att skära ner på drickandet eller sluta helt. Problem i vuxen ålder och svårigheter som härstammar från alkoholistfamiljen kan också redas ut med professionell hjälp eller i grupper för vuxna barn till alkoholister. Boken "Matka vapauteen" för vuxna barn till alkoholister kan användas som hjälp i dessa grupper.

Information om grupper för vuxna barn till alkoholister:

<https://www.aal.fi/>

**Ari Saarto**

utvecklingschef, A-klinikstiftelsen

*Uppdaterad 17.3.2010*

Janne Takala och Minna Magnusson, arbetsgruppen för projektet En glasskör barndom

[Läs mer ►](#)

I projektet [En glasskör barndom](#) framhävs barnets perspektiv och barnets behov av hjälp sätts i första rummet.

link

Källa till **webbadress**: <https://paihdelinkki.fi/sv/databank/informationssnuttar/missbruk-i-familjen/vuxna-barn-till-alkoholister>