

Effektmåling

”Voksne børn af alkoholafhængige” – Trygfonden

Formålet med nærværende indsats har på det overordnede plan været at øge trivslen for den gruppe voksne, der er vokset op med en afhængig omsorgsperson. Tilbuddet har haft fokus på VBA’erens¹ generelle livskvalitet, VBA’eren som forælder og VBA’eren som partner. Baseret på tidligere erfaring og forskning er de enkelte indsatser bygget op omkring faste tematikker og problemstillinger.

Indsatsen er blevet vurderet ved hjælp af en effektmåling baseret på en førmåling og en eftermåling. Til denne effektmåling er der udarbejdet et spørgeskema med spørgsmål relateret til empirisk velkendte problemstillinger hos målgruppen². Dette spørgeskema har skalerede svarmulighederne på Likert skala fra 1-7.

Ligeledes er der blevet målt på den enkelte deltagers mentale sundhed via WEMWBS med 5 svarmuligheder samt på PTSD-symptomer via PTSD-8 med 4 svarmuligheder.

Der er i alt 96 deltagere³ i effektmålingen fordelt på de 3 behandlingstilbud på følgende måde:

VBA-gruppeforløb - DESKRIPTIVE STATISTIKKER

Udvalg

Deltagere, N = 57 (mænd: $n = 16$, kvinder: $n = 41$)

Hvem har/har haft et alkoholproblem

Far, $n = 28$

Mor, $n = 29$

Alder

Gennemsnit = 39.8 år

Range = 25-59 år

Aktuelt alkoholproblem bl. nærmeste

”Ja”, $n = 32$

”Nej”, $n = 23$

”Ikke svaret”, $n = 2$

¹ VBA benyttes som forkortelse for voksne børn af alkoholafhængige

² Bl.a. dokumenteret i rapporten ”Når historien bliver historie – evaluering af Landsforeningen Lænkens tilbud til Voksne børn fra familier med alkoholproblemer” af Helle Lindgaard

³ Herudover er der 9 partnere – hvis svar ikke medregnes i effektmålingen - hvilket giver et samlet deltagerantal på 105

VBA med partner - DESKRIPTIVE STATISTIKKER

Udvalg

Deltagere, N = 9 (mænd: $n = 2$, kvinder: $n = 7$)
+ 9 partnere

Alder

Gennemsnit = 39.8 år
Range = 29-47 år

Hvem har/har haft et alkoholproblem

Far, $n = 4$
Mor, $n = 3$
Andre, $n = 2$

Aktuelt alkoholproblem bl. nærmeste

"Ja", $n = 2$
"Nej", $n = 7$

Forældrespejlings-workshop - DESKRIPTIVE STATISTIKKER

Udvalg

Deltagere, N = 30 (mænd: $n = 12$, kvinder: $n = 18$)

Alder

Gennemsnit = 39.5 år
Range = 29-52 år

Hvem har/har haft et alkoholproblem

Far, $n = 11$
Mor, $n = 16$
Andre, $n = 3$

Aktuelt alkoholproblem bl. nærmeste

"Ja", $n = 12$
"Nej", $n = 18$

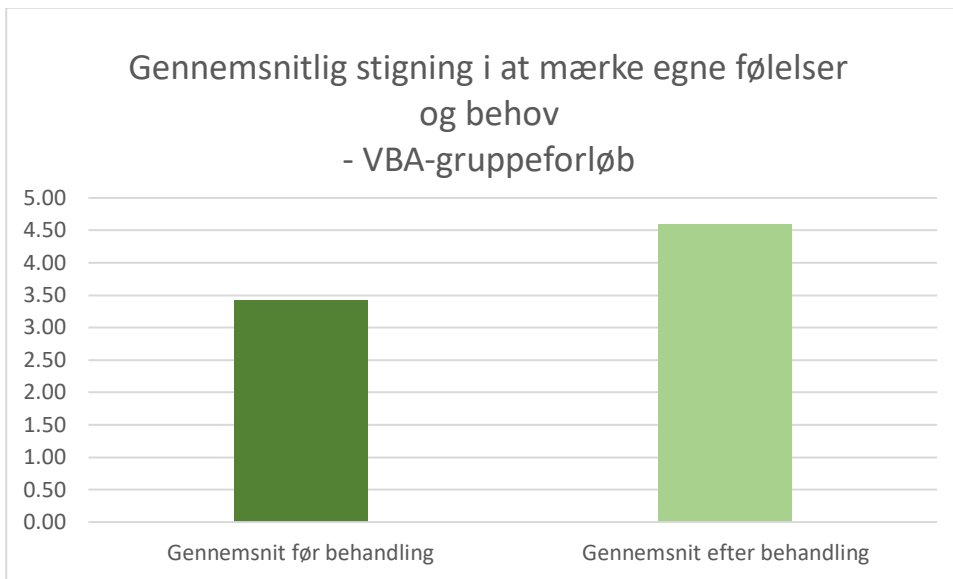
Nedenfor vil en række centrale punkter fra effektmålingen fremhæves. Ud fra et statistisk perspektiv kan flere af de nævnte fald og stigninger ikke karakteriseres som signifikante – de fremhæves dog alligevel som et udtryk for en udvikling. To steder er der tale om signifikant udvikling – mentalt velbefindende og PTSD.

At kunne mærke egne følelser og behov

At mærke og udtrykke egne følelser og behov er ofte en udfordring for VBA'eren. Evnen til at fornemme og identificere grundfølelser er ofte mangelfuld, og nærværende behandlingstilbud har derfor et særligt fokus på dette område.

Særligt deltagelse i VBA-gruppeforløbet skaber udvikling her. Eftermålingen viser en udvikling fra et gennemsnit på 3,4 til 4,6⁴ – deltagernes evne til at mærke egne følelser og behov er altså steget med 35 %.

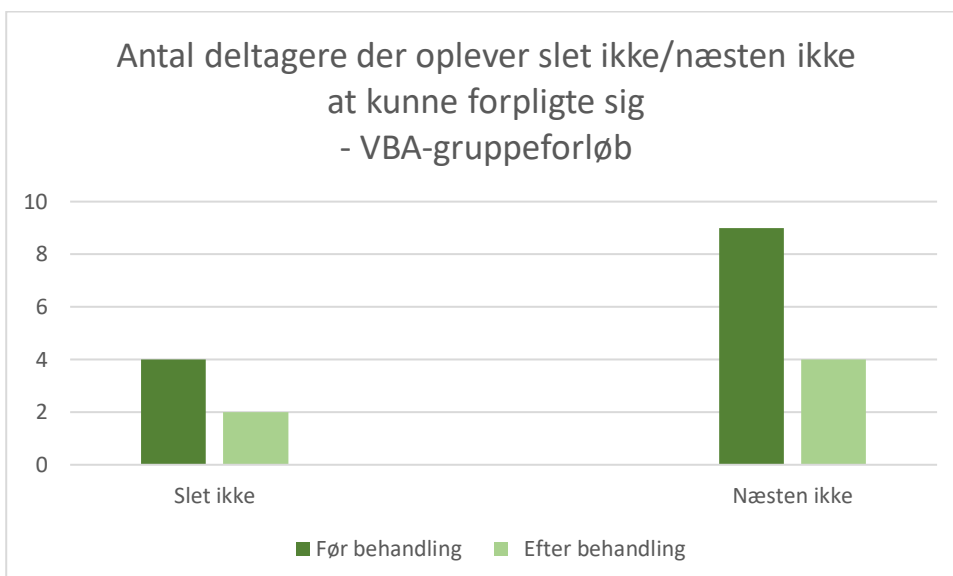
⁴ Disse tal refererer til Likert skalaens værdier fra 1-7



Den gennemsnitlige stigning i oplevelsen af at kunne mærke egne følelser og behov for deltagere i VBA-gruppeforløbet

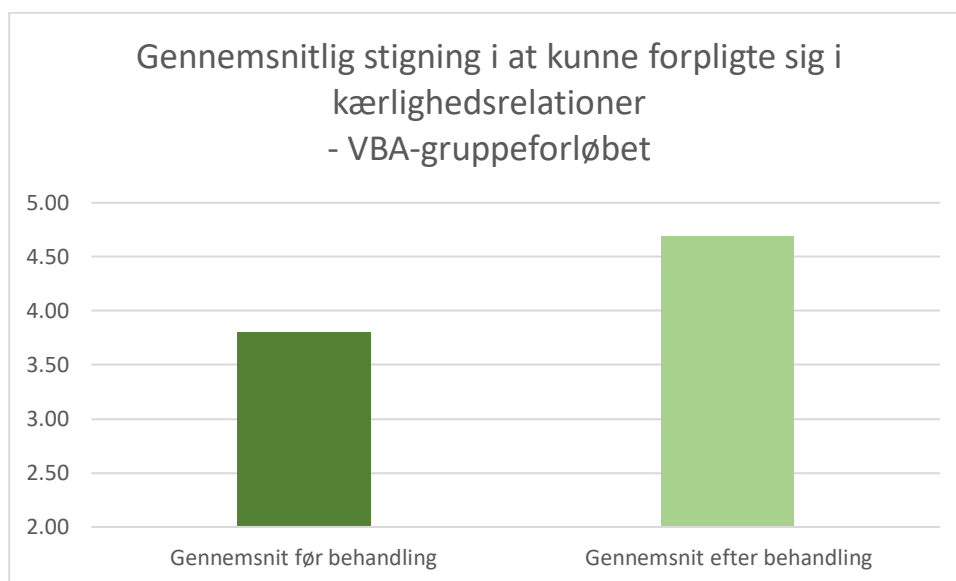
At kunne forpligte sig i kærlighedsrelationer

En stor del af voksne vokset op i familier præget af afhængighedsproblemer har svært ved at forpligte sig i kærlighedsrelationer. De kan bl.a. være bange for at blive svigtet og forladt. Således svarer 23 % af deltagerne i VBA-gruppeforløbet, at de *slet ikke* eller *næsten ikke* er i stand til at forpligte sig i kærlighedsrelationer. Ved forløbets afslutning er denne andel faldet til 11 %.



Fald i antal deltagere i VBA-gruppeforløbet der rapporterer *slet ikke* eller *næsten ikke* at kunne forpligte sig i kærlighedsrelationer

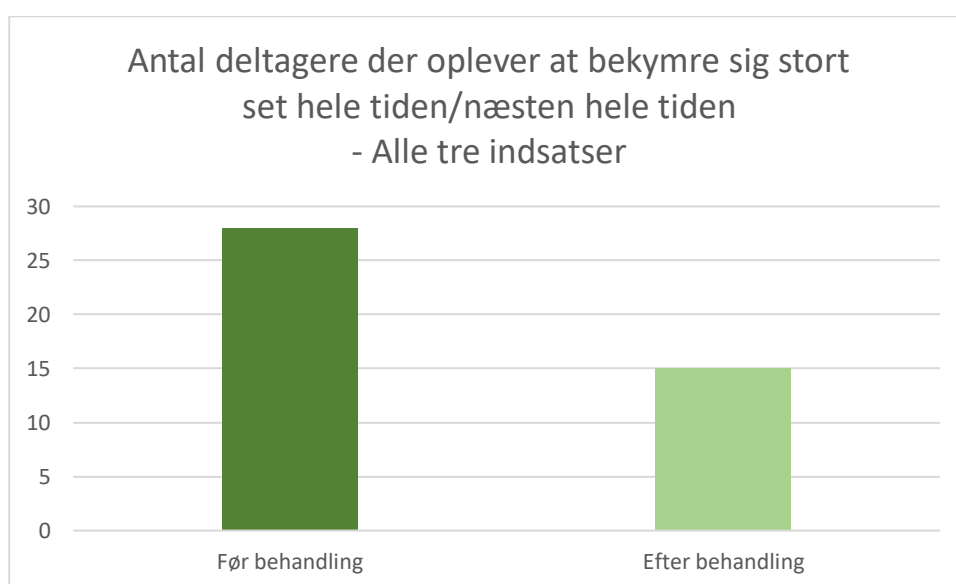
Overordnet ses i VBA-gruppeforløbet en stigning i evnen til at forpligte sig i kærlighedsrelationer fra et gennemsnit på 3,8 til 4,7 – altså en stigning på 24 %.



Den gennemsnitlige stigning i oplevelsen af at kunne forpligte sig i kærlighedsrelationer for deltagere i VBA -gruppeforløbet

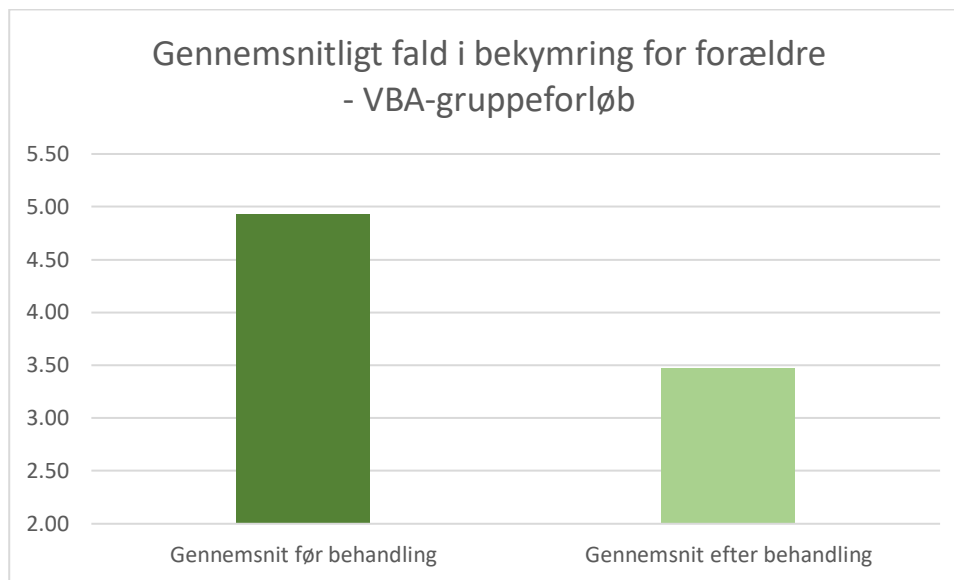
At bekymre sig for sine forældre

En afgørende konsekvens af opvæksten i en familie med alkoholproblemer er en stor bekymring hos barnet for den drikkende og/eller den ædru forælder. Denne bekymring følger ofte barnet ind i voksenlivet. Det ses således, at 1/3 af alle deltagere i de tre behandlingstilbud ved behandlingens begyndelse tilkendegiver, at de *stort set hele tiden* eller *næsten hele tiden* bekymrer sig for én eller begge forældre.



Fald i antal deltagere fra alle tre indsatser, der rapporterer at bekymre sig *stort set hele tiden* eller *næsten hele tiden*

Som tabellen ovenfor viser er antallet af deltagere der bekymrer sig *stort set hele tiden* og *næsten hele tiden* efter behandlingen næsten halveret. Der ses altså et fald i graden af bekymring for forældre. Dette gør sig særligt gældende i VBA-gruppeforløbet, hvor vi ser et fald i gennemsnittet for bekymring fra 4,9 til 3,5 altså 29 %.



Det gennemsnitlige fald i bekymring for forældre hos deltagerne i VBA-gruppeforløbet

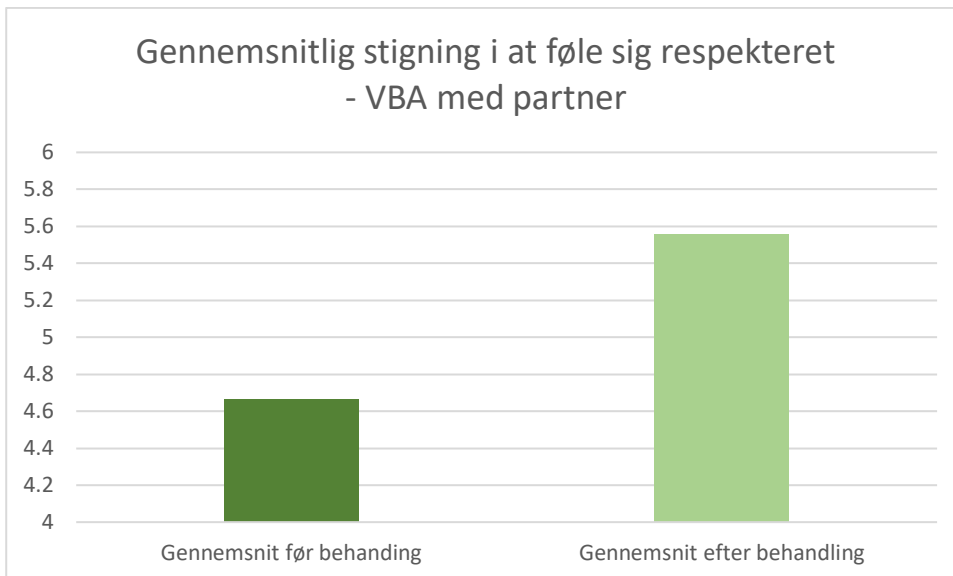
Dette fald handler selvsagt ikke om, at forældrenes adfærd eller misbrug nødvendigvis har ændret sig, men det peger på en ændring hos VBA'eren i en ny forståelse af afhængigheden, ansvaret for denne og omfanget af egen indflydelse.

VBA'eren i parforholdet

Som tidligere nævnt kan de nære relationer være udfordrende for mennesker vokset op i familier med afhængighedsproblematikker. En af indsatserne i nærværende tilbud er derfor også forløbet "VBA med partner", hvor VBA'eren inviterer sin partner med til et forløb på 5 mødegange. I dette forløb ses bl.a. en udvikling på følgende tre områder:

At føle sig mødt og respekteret ift din situation som VBA

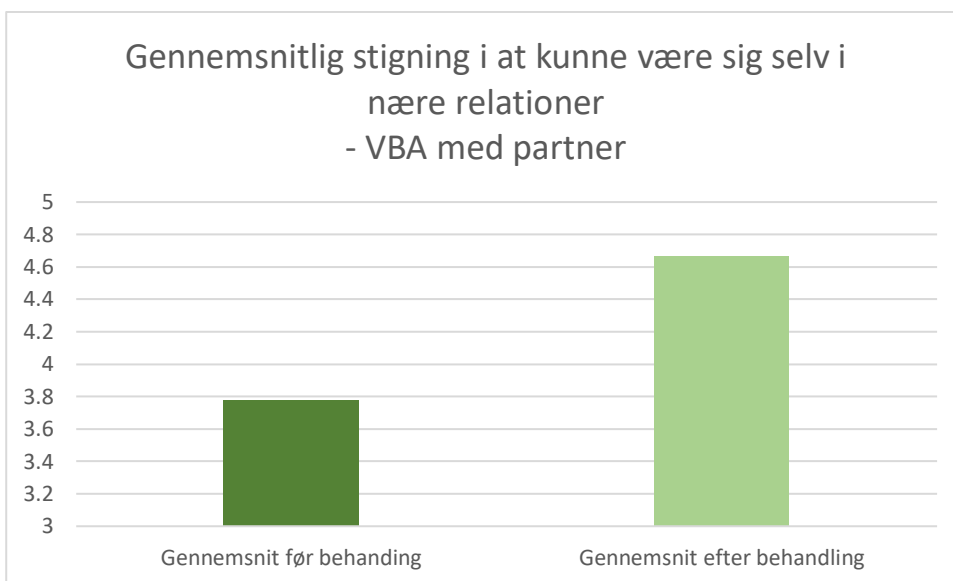
At invitere partneren ind til såvel psykoedukation som bearbejdning af centrale temaer for opvæksten i familier med afhængighed øger VBA'erens oplevelse af at føle sig mødt og respekteret. Der ses således en gennemsnitlig stigning fra 4,7 til 5,6 altså 19%.



Den gennemsnitlige stigning i oplevelsen af at føle sig respekteret ift det at være VBA for deltagere i VBA med partner

At kunne være sig selv i nære relationer

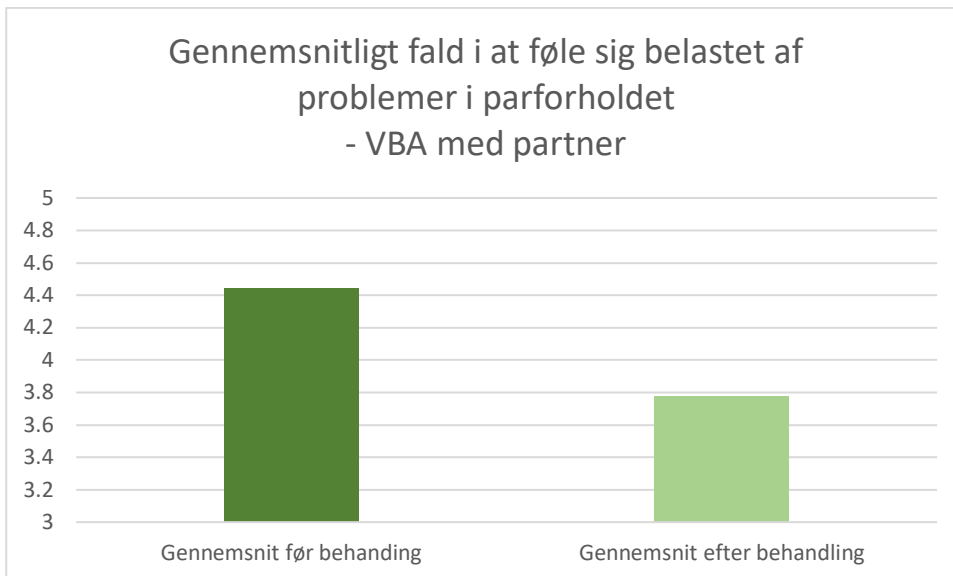
Partnerens deltagelse skaber også en udvikling i oplevelsen af at kunne være sig selv i nære relationer. Her ses en gennemsnitlig stigning fra 3,8 til 4,7 – altså en forbedring på 24 %.



Den gennemsnitlige stigning i oplevelsen af at kunne være sig selv for deltagere i VBA med partner

At føle sig belastet af problemer i parforholdet

Det at inddrage partneren har ligeledes betydning for den generelle oplevelse af at føle sig belastet af problemer i parforholdet. Der registreres således et gennemsnitligt fald i belastningsgrad fra 4,4 til 3,7 – altså en reduktion på 15 %.



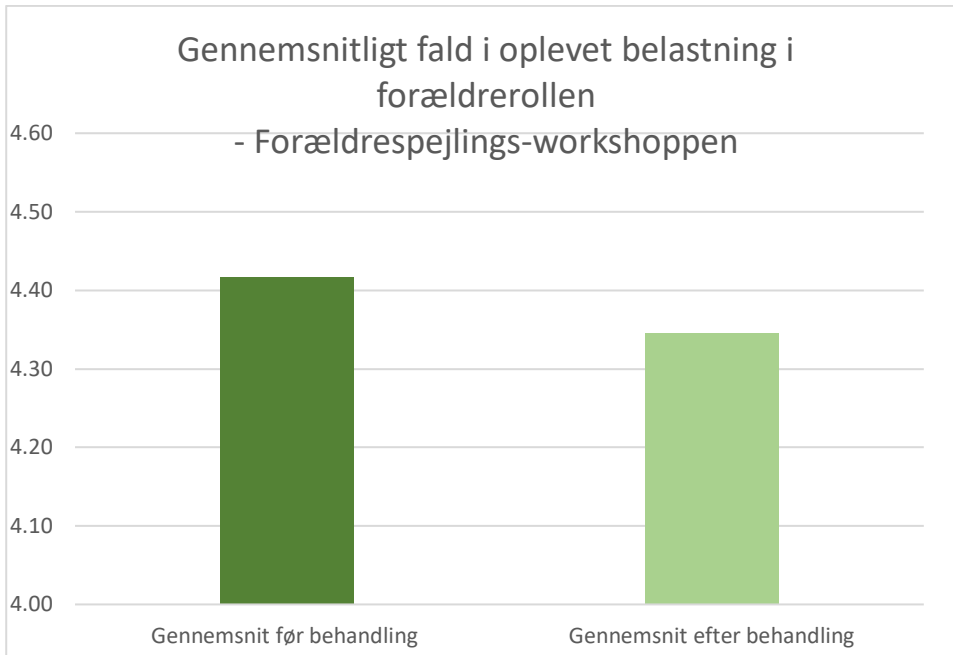
Det gennemsnitlige fald i oplevelsen af at føle sig belastet i parforholdet for deltagere i VBA med partner

VBA'eren i forælderrollen

At føle at man ikke slår til i sin forælderrolle er både sårbart og kan være behæftet med både skyld og skam. Det udfordrende i et tilbud som Forældrespejlings-workshoppen er, at deltageren for at skulle kunne forandre noget i relationen til sine børn, som udgangspunkt skal forstå, at noget ikke er hensigtsmæssigt. Først herefter kan man ændre forståelse, adfærd og skabe udvikling. Da Forældrespejlings-workshoppen forløber over to på hinanden følgende dage, kunne der derfor være en forventning om, at deltagerne ved eftermålingen kun var nået til erkendelsen af problemerne og derfor højst sandsynligt ville angive sig mere belastet end ved workshoppens begyndelse. Dette er dog ikke tilfældet.

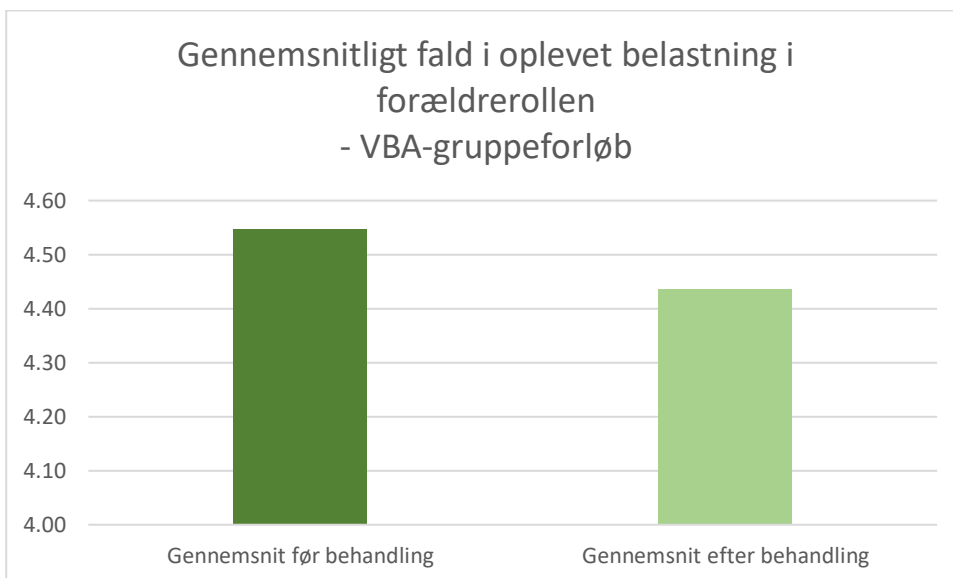
At føle sig belastet af problemer i forhold til det at være forælder

Faktisk er der et lille fald på 1,6 % i oplevelsen af *at føle sig belastet af problemer i forhold til at være forælder*. Altså har man i workshoppen formået at italesætte og arbejde med problematikkerne på en måde, som ikke har resulteret i, at deltagerne har følt sig forkerte eller som dårligere forældre.



Det gennemsnitlige fald i oplevet belastning i forældrerollen hos deltagerne i Forældrespejlingsworkshoppen

I det store VBA-gruppeforløb er der også et fald i oplevelsen af *at føle sig belastet af problemer i forhold til at være forælder* på 2,4 %. Det kan altså tyde på, at det at afdække og bearbejde konsekvenser af belastninger i egen opvækst kan ændre og nuancere forståelsen af egen forældrerolle.



Det gennemsnitlige fald i oplevet belastning i forældrerollen hos deltagerne i VBA-gruppeforløbet

Mental sundhed

Der er i VBA-gruppeforløbet sket en signifikant bedring i deltagernes mentale sundhed⁵. Den mentale trivsel måles ud fra følgende elementer:

Jeg har følt mig optimistisk ift fremtiden

Jeg har følt mig nyttig

Jeg har følt mig afslappet

Jeg har klaret problemer godt

Jeg har tænkt klart

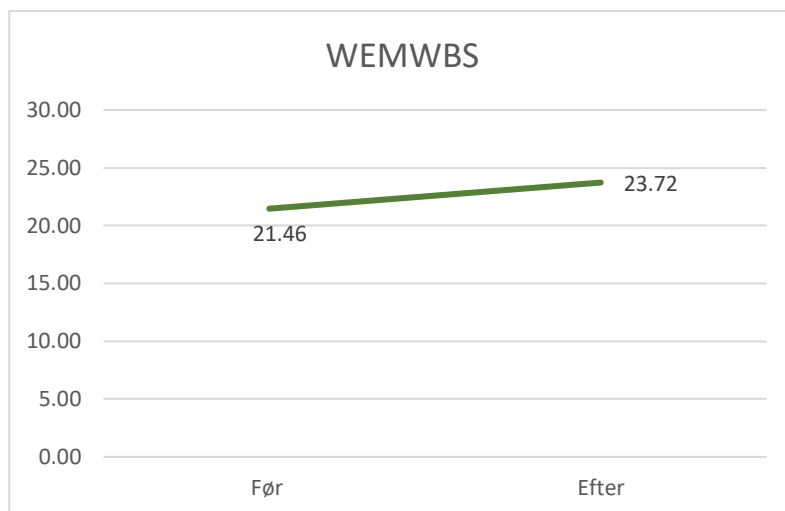
Jeg har følt mig tæt på andre mennesker

Jeg har været i stand til at danne min egen mening om ting

Hvert udsagn besvares på en Likert-skala med 5 punkter løbende fra *på intet tidspunkt* til *hele tiden*.

Det særlige ved denne måde at måle mental sundhed er, at der via disse udsagn både fokuseres på at *have det godt* og *fungere godt*⁶.

Effektmåling over VBA-gruppeforløbet viser altså en bedring i deltagernes mentale sundhed, som med sikkerhed kan tilskrives behandlingen.



Stigning i den samlede score for mental sundhed i VBA-gruppeforløbet.

⁵ Bedringen i VBA m. partner og Forældrespejlings-workshoppen er ikke signifikant, hvilket kan forklares med det korte tidsinterval indsatsen har strukket sig over og det lavere deltager-antal.

⁶ Mental sundhed er målt via WEMWBS – The Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale

PTSD

Der er i VBA-gruppeforløbet sket en signifikant bedring i deltagernes PTSD-symptomer⁷. PTSD måles ud fra følgende elementer:

Tilbagevendende tanker

Gentagne mareridt

Gentagelse af traumet

Reaktioner ved påmindelse om traumet

Undgåelse af tanker og følelser forbundet med traumet

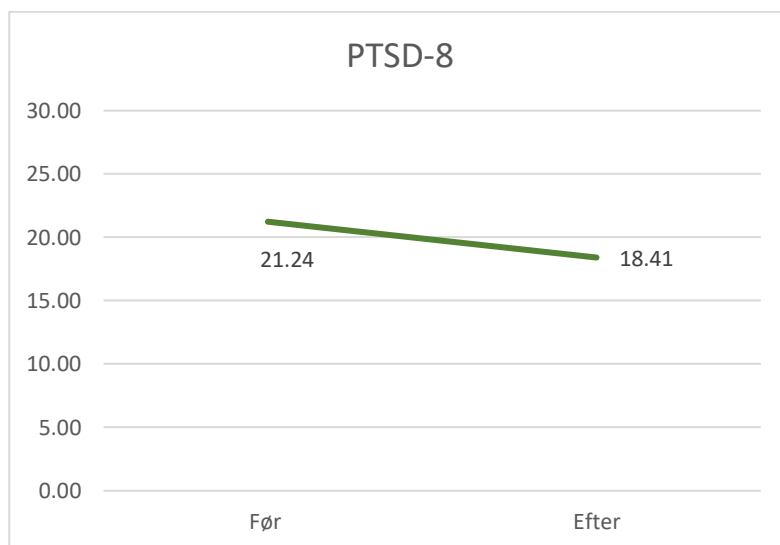
Undgåelse af aktiviteter forbundet med traumet

Følelsen af at være på vagt

At blive nemt forskrækket

Hvert udsagn besvares på en Likert-skala med 4 punkter løbende fra *slet ikke* til *for det meste*. Denne måde at måle PTSD fokuserer således både på de påtrængende symptomer, undgåelsesadfærd og overdreven vagtsomhed⁸.

Effektmåling over VBA-gruppeforløbet viser altså en bedring i deltagernes PTSD-symptomer, som med sikkerhed kan tilskrives behandlingen.



Fald i den samlede score for PTSD i VBA-gruppeforløbet.

⁷ Bedringen i VBA m. partner og Forældrespejlings-workshoppen er ikke signifikant, hvilket kan forklares med det korte tidsinterval indsatsen har strukket sig over og det lavere deltager-antal.

⁸ PTSD er målt via HTQ-Harvard Trauma Questionnaire – den danske version udarbejdet af Ask Elklit PTSD-8.

Evaluering af behandlingen

Som afslutning på hver enkelt indsats har deltagerne evalueret behandlingen via 6 nedenstående udsagn⁹:

Behandlingen hjalp mig

Hvis en ven havde brug for denne form for hjælp, ville jeg anbefale ham/hende denne behandling

Behandlerne forstod det vigtigste af mine bekymringer og problemer

Jeg følte mig tilpas informeret om formålet, og målet til behandlingsforløbet.

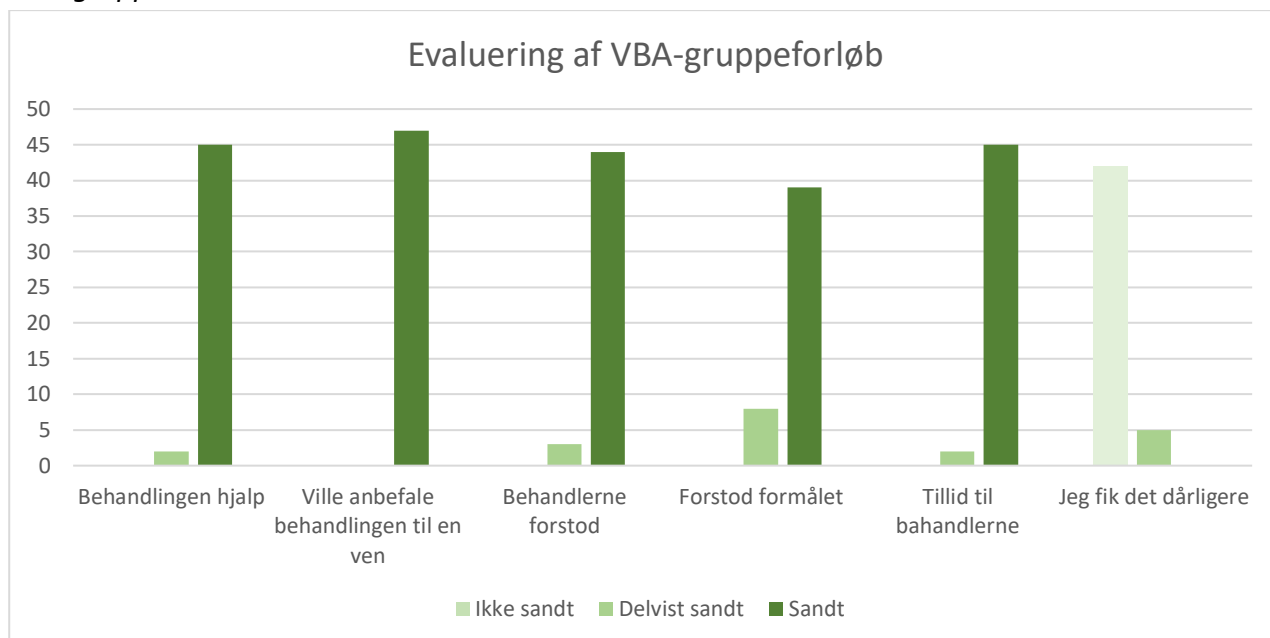
Jeg havde tillid til behandlerne

Behandlingen medførte, at jeg fik det dårligere

Hvert udsagn kan besvares via tre svarmuligheder *ikke sandt, delvist sandt* og *sandt*. Nedenfor ses tabeller over evalueringen af de tre behandlingsindsatser.

Generelt kan man sige, at der i alle tre indsatser scores meget højt på *Jeg havde tillid til behandlerne* og *Hvis en ven havde brug for denne form for hjælp, ville jeg anbefale ham/hende denne behandling*. Der ses enkelte *adversive effects*¹⁰ – 6 deltagere på tværs af de tre indsatser har således rapporteret *delvist sandt* i forhold til at *behandlingen medførte at de fik det dårligere*. *Adversive effects* af behandlingen er forventelige, idet deltagerne får indblik i egne udfordringer på områder, som de tidligere måske har valgt ikke at forholde sig til.

VBA-gruppe

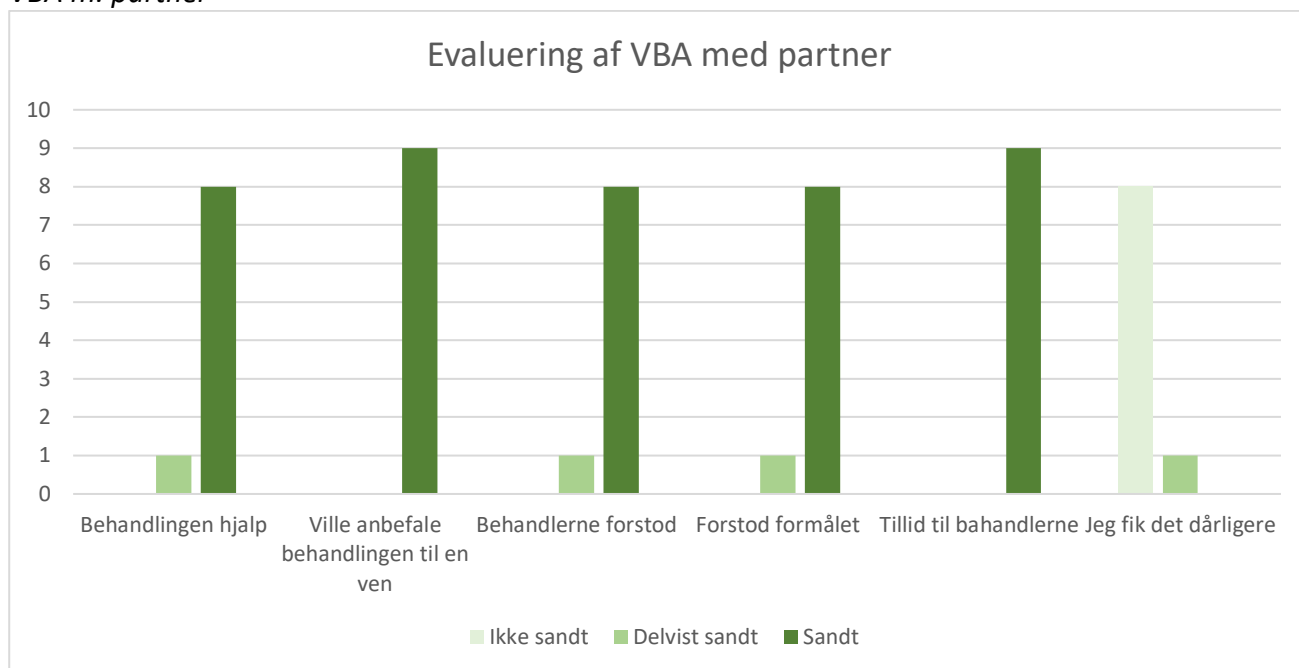


Som det ses ville 100 % af deltagerne i VBA-gruppeforløbet anbefale behandlingen til en ven.

⁹ Spørgeskema udviklet af Daniel Bach Johnsen på baggrund af Experience of Service Questionnaire

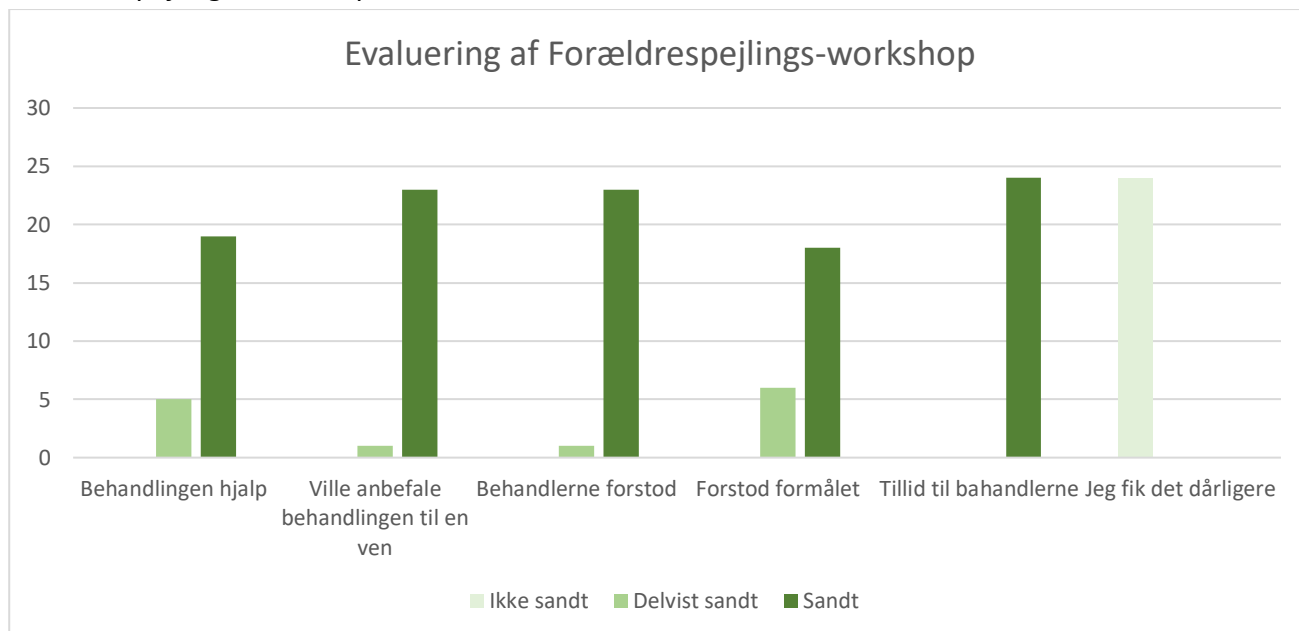
¹⁰ Adversive effects er en behandlings negative virkning

VBA m. partner



I VBA med partner har samtlige deltagere oplevet tillid til behandlerne.

Forældrespejlings-workshop



Ingen deltagere i Forældrespejlings-workshopen fik det dårligere af behandlingen¹¹.

¹¹ Igen understreger dette, at behandlerne har formået at afdække og behandle det meget sårbare emne "min forældrerolle" på en måde, som ikke har udløst uhåndterbar skyld eller skam.