



## Behandlingsmetoder

Här följer en kortfattad redovisning av några av de behandlingsmetoder som används inom öppenvården i Vetlanda kommun.

### Motivation Intervju (MI)

MI rekommenderas av Socialstyrelsen som en samtalsmetod med god evidens.

I MI använder man sig av en noggrann lyssnarteknik och av givna samtalsredskap. Redskapen syftar till att lyfta fram och öka den egna motivationen och tro på sin egen förmåga att klara en förändring.

### Återfallsprevention (ÅP)

Återfallsprevention används i behandling av flera olika problembeteenden som missbruk av alkohol och droger, spelberoende och andra beteendeberoenden. Återfallsprevention är en vedertagen metod som utgår från kognitiv beteendeterapi, KBT och en metod som Socialstyrelsens nationella riktlinjer rekommenderar för behandling av narkotikamissbruk och för behandling av alkoholproblem. Metoden syftar till att kunna leva nyktert/drogfritt och att göra eventuella återfall så korta och lindriga som möjligt.

Kurser sker individuellt eller i grupp.

Kurserna i Återfallsprevention kan hållas individuellt eller i grupp.

En kurs i Återfallsprevention består av åtta kärnsessioner.

### IDS 100

Är ett kartläggningsinstrument som används för att kartlägga olika situationer som stimulerat till alkohol- eller drogkonsumtion.

### Drogkontroller

Används oftast utifrån uppdrag från någon annan myndighet eller om den som själv ber om hjälp önskar detta.

### HAP- Hasch programmet

Sedan mitten av 1980-talet finns i Sverige en behandlingsteknik, skapad av Lundqvist och Ericsson, för att hjälpa personer som använder cannabis. HAP är en kognitiv metod som används i öppenvård för att avvänja/avgifta personer som använder cannabis.



Behandlingen utgår från cannabis negativa inverkan på de tankefunktioner som individen använder för att lösa vardagliga problem och på abstinensprocessen. Behandlingsperioden som i princip pågår lika länge som abstinensfasen, sträcker sig över sex till tio veckor och innehåller en medicinsk, en psykologisk och en social fas.

Programmet är indelat i tre faser.

- Fas 1 som är de första två veckorna i programmet har en medicinsk inriktning med fakta om cannabis fokuserat på medicinska symtom.
- Fas 2 har en psykologisk inriktning. Känslor och affekter, inte relaterade till drogens effekt, växer fram. Med hjälp av droginventeringen kartlägger vi missbruksförloppet.
- Fas 3 har en social inriktning med planering framåt samt återfallsprevention. I denna fas ingår också känslomässig bearbetning och sortering.

Efter programmet erbjuds utifrån individuella behov fortsatt behandlingskontakt. Dessa samtal utgår från klientens behov och vad som framkommit under programmet.

### **KBT — Kognitiv beteendeterapi**

KBT är en psykoterapeutisk behandlingsmetod som innebär att man arbetar med att förändra tankar, känslor och handlingsmönster som inte är välfungerande och därför leder till psykisk ohälsa. KBT utgår från att mänskliga problem har sitt ursprung i hur individen ser på sig själv och sin omgivning, så kallat kognitivt perspektiv, och hur individen reagerar på miljön, beteendeperspektiv.

KBT är en strukturerad, aktiv och insiktsbefrämjande samtalsmetod där klient och behandlare gemensamt arbetar med att lösa klientens problem här och nu.

KBT utvecklades ursprungligen som en effektiv behandling av depression och ångest men har idag expanderat till att vara ett effektivt verktyg vid förändrings- och utvecklingsarbete i de flesta sammanhang.