



Psykosocial behandling

Sven-Eric Alborn Leg.Psykolog, leg Psykoterapeut
Biträdande verksamhetschef
Beroendekliniken Sahlgrenska Universitetssjukhuset

Email: sven-eric.alborn@vgregion.se
Mobil: 0707516166

Psykologi

Människans:

- Beteende,
- Tankar
- Känslor
- Samspel med andra



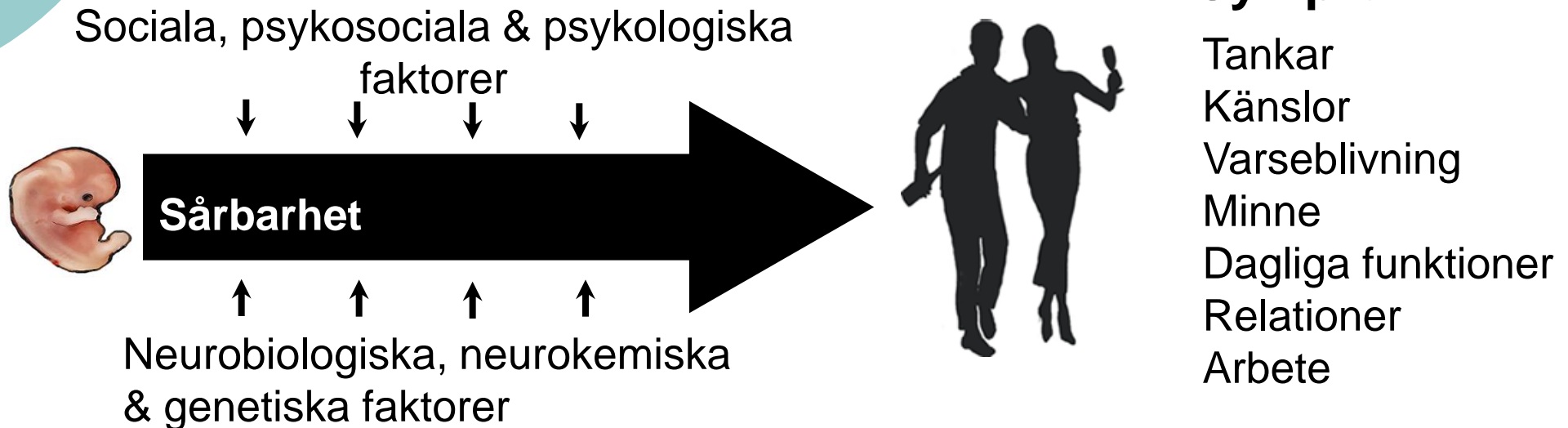
Sociologi

Mänskliga relationer och sociala processer på:

- Individ
- Grupp
- Samhällsnivå

Orsaker till missbruk och beroende

Multifaktoriell bakgrund



“Sjävläkning”

- Ca 3/4 delar eller fler- av alla människor som funnit en lösning på olika former av alkoholproblem har gjort det utan hjälp av vård eller behandling.
- En majoritet av alla som någon gång prövat olika narkotiska preparat – inklusive opiater – och upphört med detta, har gjort detta utan professionell hjälp.

(Nat. Riktlinjer för missbruks och beroendevård)

“Självläkning”

De som själva slutat:

- Mindre utsatt uppväxt
- Under missbruket varit mindre marginaliserade

De som har de svagaste sociala resurserna:

- Är de som har svårast att upphöra med missbruket, trots upprepad behandling

(Jan Blomqvist, Stockholms FoU-enhet)

Behandlingsbegreppet

Enl. Nationella riktlinjer för missbruks och beroendevård

- **Evidenskriteriet** (avser systematiska och teoretiska metoder med stöd iforskning).
- **Intentionskriteriet** (avsikten att hjälpa enskilda individer att komma från sitt missbruk eller beroende och inte återvända till det).
- **Kompetenskriteriet** (utövare av behandlingen ska ha lämplig kompetens).
- **Kriteriet om terapeutisk kontext** (praktik som utövas inom en verksamhet som är anpassad för terapeutiska och behandlande aktiviteter).

Socialstyrelsens definition

Skiljer mellan psykosocialt stöd & behandling



Psykosocialt stöd: stödjande insatser som främst är ägnade åt att förbättra den enskildes sociala situation och livssituation i övrigt

Psykosocial behandling: systematiska & teoretiskt grundade [beprövade] teorier/metoder som används för att hjälpa individen från sitt missbruk/beroende

Att sluta missbruka

- Kämpa mot det fysiska beroendet
- Göra slut med sin stora passion
- Klara situationer ensam
- Bryta med den gamla bekantskapskretsen
- Skaffa nytt umgänge
- Ny identitet
- Lära sig nya färdigheter
- "Nytt arbete"
- "Byta social klass"
- Ofta en lång och smärtsam process

HABILITERING / REHABILITERING

(latin: Ha´bilis)

- **Habil**
Tjänlig, skicklig
- **Habilitering**
Utveckling av ny förmåga
- **Rehabilitering**
Återvinnande av förlorad förmåga

Rehabilitering från missbruk

- Komplex problem som kan lösas både med och utan olika former av professionell hjälp.

Rehabilitering från missbruk

- Tillfrisknande är en långsiktig process som kräver anpassning av insatsernas intensitet, omfattning och karaktär till individens förutsättningar, livssituation, utvecklingsfas och motivation.

Rehabilitering från missbruk

- Professionell hjälp behöver nödvändigtvis inte alltid syfta till att bota. För vissa kan den vara en pådrivande faktor för att väcka, bana väg för, stärka och behålla individens egna ansträngningar att åstadkomma en förändring.

Behandling vid psykiatrisk samsjuklighet

Nationella riktlinjer för missbruks och beroendevård

- Hälsa- och sjukvården och socialtjänsten - gemensamt ansvar för personer med missbruk och beroende och samtidig psykiatrisk sjukdom
- Behandlingen för problemen skall ske samtidigt och i samordnade former

Behandling vid psykiatrisk samsjuklighet

Nationella riktlinjer för missbruks och beroendevård

- Finns ingen evidensbaserad specifik behandling för samsjuklighet
- Använda metoder som visat effekt vid behandling av missbruk och beroende respektive psykiatrisk störning och sjukdom
- Tillräckligt långvarig behandling

Psyksocial behandling - struktur

Bedömning/matchning–rätt patient till rätt insats.

Överenskommelse–mål, syfte och ramar för kontakten.

Etablerande av arbetsallians

Bearbetande av Beteendemönster, Tankar,
Känslor och/eller Relationer.

Avslutning

Uppföljning–utvärdering

Vilka behandlingar har effekt

- Psykosocial behandling
- Läkemedesbehandling
- Samordning av insatser vid psykiatrisk och somatisk samsjuklighet
- Mer omfattande psykoterapeutiska insatser ger bättre kvarhållande i behandling

Gynnsamma faktorer vid behandling

Tre faktorer visar positiva effekter både för alkohol- och narkotikabehandling:

- a) Tydlig struktur i behandlingen
- b) Fokus på missbruket eller beroendet
- c) Tillräckligt lång behandling för att ge effekt

Gemensamma principer och förhållningssätt Som kan förstärka effekten av effektiva metoder.

- Betrakta den enskilde som medaktör i förändringsprocessen
- Upprätta en fungerande terapeutisk relation
- Anpassa olika insatser till den enskildes personliga och sociala förutsättningar och fas i förändringsprocessen
- Samverka med olika "läkande krafter" i hans eller hennes levnadsmiljö.

(Nationella riktlinjerna)

Psykosociala behandlingsformer som uppfyller dessa kriterier och bedöms vara verksamma vid missbruk/beroende.

- Rådgivande och motivationsinriktad behandling
- Kognitiv beteendeorienterad behandling
- Psykodynamisk behandling
- Par/familjeterapeutisk behandling
- 12-steps behandling

Vilken behandlingsinriktning är bäst?

Alla inriktningarna har god och "likvärdig" terapeutisk effekt under förutsättning att de fokuserar på den enskildes drogproblematik

Socialstyrelsen gör därför ingen rangordning

MEN i praktiken är inte alla behandlingsinriktningarna "passande" eller "lämpliga" för alla patienter

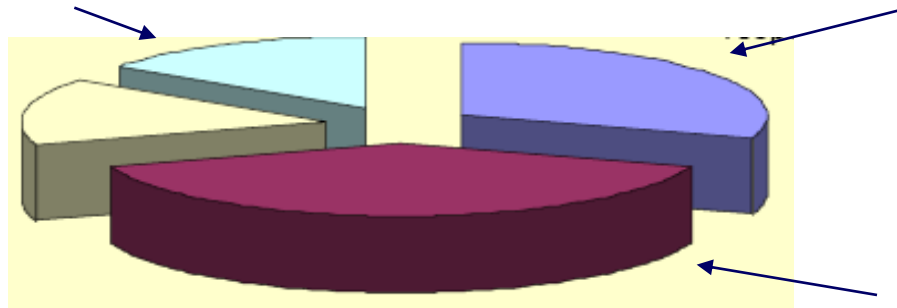
Val av insatser måste därför oftast individanpassas, om möjlighet finns, utifrån:

- ålder och kön
- psykisk funktionsnivå
- omfattning av missbruket och typ av missbruk
- m.m.

Lamberts metaanalys av faktorer som förklarar utfall i psykoterapi

Klientens förväntan på terapins effekt (vetskap om terapins anseende); **15 %**

Den terapeutiska relationen (empati, respekt, värme m.m.), dvs. gemensamma faktorer; **30 %**



Metoder & tekniker **15 %**

Utomterapeutiska faktorer (jagstyrka, miljöstöd m.m.); **40 %**

METOD eller RELATION?

(Lambert m.fl. 1992)

Psykosociala behandlingsformer som bedöms vara verksamma vid missbruk/beroende

Rådgivande och motivationsinriktad behandling (MI)

Rötter i bl.a. humanistisk, kognitiv och inlärningspsykologi

Patientcentrerad och "icke styrande" metod som genom att utforska och lösa upp ambivalens bygger upp den inre motivationen inför en förändring, för att sedan stärka patienten att aktivt gå in i en förändringsprocess

PSYKOSOCIAL BEHANDLING

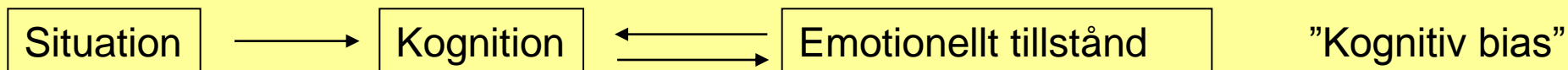
Kognitivt beteendeterapeutiska metoder

Kognitivt beteendeterapeutiska metoder

Integrativ form av beteendeterapeutiska och kognitiva behandlingsmetoder

Antagandet är att olika svårigheter i den aktuella livssituationen har sitt ursprung i inlärningspsykologiska och kognitiva processer

Terapin inriktar sig därför på att undersöka och förändra beteende och tankar

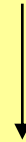


Kognitiv teori

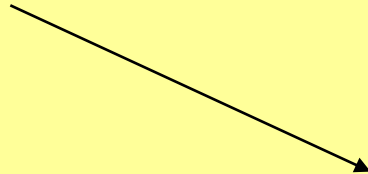


Kognitiv
psykoterapi

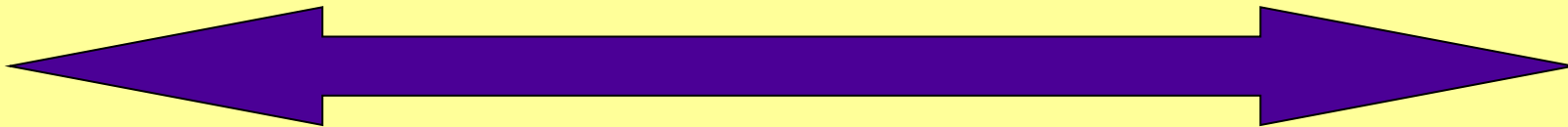
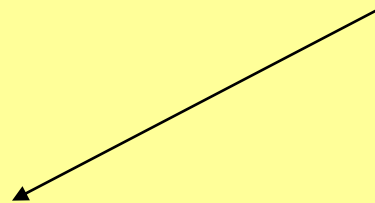
Inlärnings- och
behavioristisk teori



Beteendeterapi



KBT



PSYKOSOCIAL BEHANDLING

Kognitiv terapi

Psykiska störningar har sitt ursprung i dysfunktionellt tänkande eller arbetsmodeller (Kognitioner). I kognitiv terapi försöker man förändra dysfunktionella arbetsmodeller

Inlärda uppfattningar om en själv och omvärlden representeras av scheman och grundantaganden.

Grundantagandena är ofta kategoriska och övergeneraliserande. Om grundantagandena inte är korrekta, leder det ofta till svårigheter i olika situationer. Detta kan leda till s.k. negativa automatiska tankar.

PSYKOSOCIAL BEHANDLING

Psykodynamiskt orienterad behandling

Psykisk ohälsa uppkommer då människor inte har fungerande sätt att hantera sina upplevelser, känslor, tankar och/eller relationer till andra. Intrapsykiska konflikter uppstår mellan drifter, normer och vad verkligheten möjliggör

Symtomen (t.ex. ångest och depression) kan vara uttryck för en inre och/eller yttre konflikt. Om den bearbetas så att den får en konstruktiv lösning minskar eller försvinner eller minskar symtomen. Man kan också få redskap att bättre hantera sitt liv.
"Medvetandegöra det omedvetna"

PSYKOSOCIAL BEHANDLING

Familjeterapi

Arbetar med familjesystemet för att lösa problem, bemästra svåra livssituationer och komma vidare i kriser

Grundar sig på systemteori: dvs. mänskligt handlande och problem uppstår och sker i ett ömsesidigt samspel mellan andra människor (kan inte förklaras av den enskilde individens inneboende egenskaper)

”Helheten är mer än delarna tillsammans”

PSYKOSOCIAL BEHANDLING

12 stegsbehandling

Olika program för att hjälpa människor med olika typer av beroenden. Baserade på AA:s tänkande och 12 steg för förändring.

Utgår från att beroende är en obotlig men behandlingsbar sjukdom.

Med hjälp av stöd från nyktra/drogfria personer med Beroendesjukdommar, skall individen i 12 steg, komma till insikt om sin sjukdom och dess konsekvenser och därigenom få kraft att återta kontrollen över sig själv och sitt liv. Andlig inriktning, men inte religiös.

Kognitivt förhållningssätt, inslag av vissa psykologiska teorier (systemteori, inlärningsteori, kognitiv teori, psykodynamik m.m.)

PSYKOSOCIAL BEHANDLING

De 12 stegen

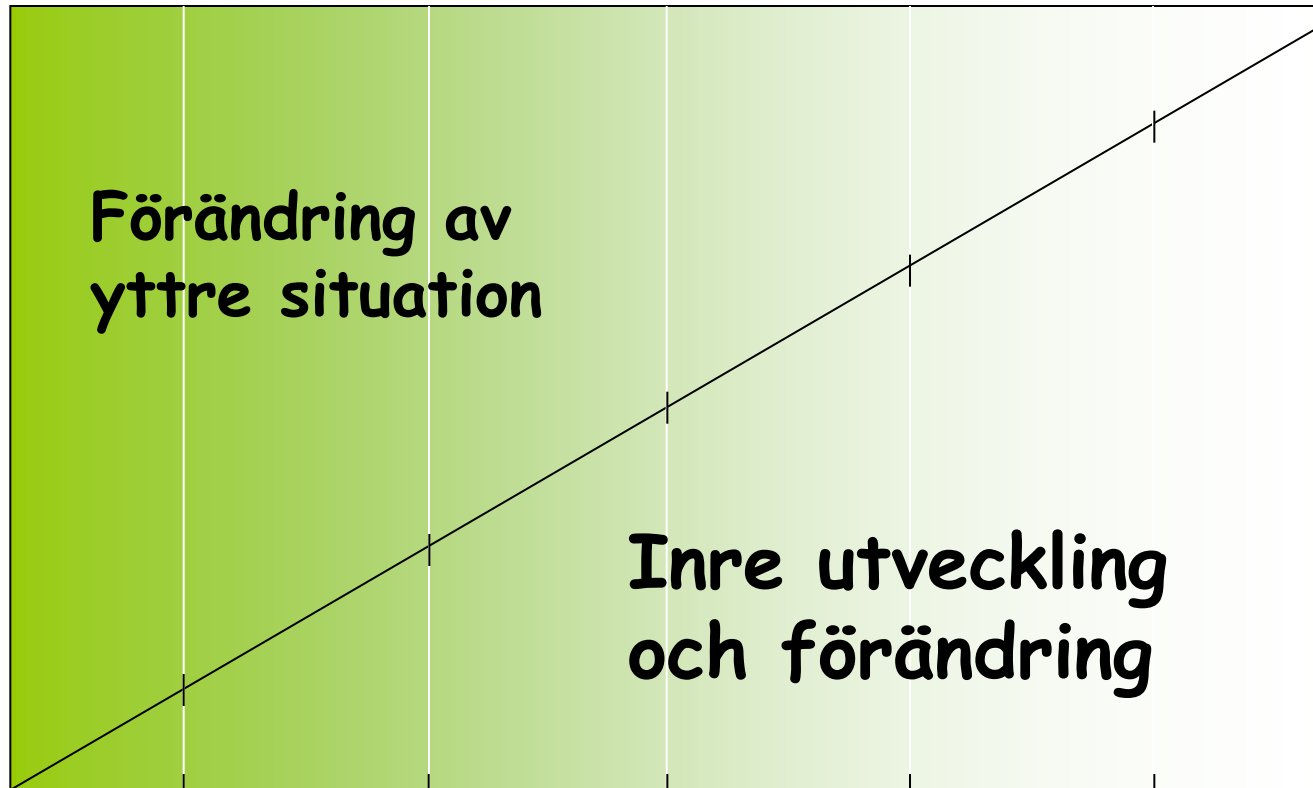
1. Vi erkände att vi var maktlösa inför alkoholen - att våra liv hade blivit ohanterliga.
2. Vi kom till tro att en kraft, större än vi själva, kunde hjälpa oss att återfå vårt förstånd.
3. Vi beslöt att lägga vår vilja och vårt liv i händerna på Gud, sådan vi själva uppfattade Honom.
4. Vi företog en genomgripande och oförskräckt moralisk självrannsakan.
5. Vi erkände inför Gud, oss själva och en medmänniska alla våra fel och brister och innebörden av dem.
6. Vi var helt och hållet beredda att låta Gud avlägsna alla dessa karaktärsfel.
7. Vi bad ödmjukt Honom att avlägsna våra brister.
8. Vi gjorde upp en förteckning över alla de personer vi hade gjort illa och var beredda att gottgöra dem alla.
9. Vi gottgjorde alla dessa människor, så långt det var oss möjligt, utan att skada dem eller andra.
10. Vi fortsatte vår självrannsakan och erkände genast när vi hade fel.
11. Vi sökte genom bön och meditation fördjupa vår medvetna kontakt med Gud - sådan vi uppfattade Honom - varvid vi endast bad om insikt om Hans vilja med oss och styrka att utföra den.
12. När vi, som resultat av dessa steg, själva hade haft ett inre uppvaknande försökte vi föra detta budskap vidare till andra alkoholister och tillämpa dessa principer i alla våra angelägenheter.

Konceptuell nivå

Mc Lachlan

- **Låg nivå**
Aktivt vägledande behandling.
Fast struktur.
- **Hög nivå**
Icke styrande behandlingsformer

Terapeutiskt kontinuum



Förändring av
yttre situation

Inre utveckling
och förändring

- Socialt stöd
- Omvårdnad
- Abstinens-
Behandling
- Psyko-
farmaka

- Stödterapi
- Psykosocial-
behandling
- Psyko-pedagogisk
behandling
- Nätverksarbete
- MI
- Antabus

- KBT
- Återfalls-
prevention
- Familje-
terapi
- Campral
- Revia
- Subutex
- Metadon

- Kognitiv
terapi
- DBT
- Psyk.dyn
strukturerad
terapi
- 12-steg
- Interpers.
terapi

- Psykodyn
amisk
Insikts-
terapi