

Kognitiv terapi og misbrugsbehandling
2018
Stop Ung

Jens Waa Laurson
Cand. psych. aed.
Specialist i klinisk psykologi
www.pkf.name

Kognitiv misbrugsmodel

Typisk forløbsstruktur
Anamnese
Problem og mål
Psykoedukation
Tilbageføring
Opsøgende arbejde
Aflastning
Motivationsforberedelse

Skemaer

Problemløsning

Partnerskaber
Tilbud
Funktion
Tegn på succes
Kendte og nye

Hjælpemiddel eller brikke erstat
Vang 12 måneder du vil have brikke med
Tager du brikke med dig alle steder og alle dage
Kendte og nye

Modul 2
10/4-2018
Sokratisk dialog

Problemløsning

Problemløsning

Problemløsning

Modul 4
13. juni 2018
Motivation

Motivation

Motivation

Modul 3
16. maj 2018
Samtalestruktur/dagsordensætning

Typisk samtalestruktur
Hvad er det for et problem?
Opnævnt og formuleret
Problemløsning
Opsøgende arbejde
Aflastning
Motivationsforberedelse

Modul 5
Problem- og målliste

Problem og mål

Klientens problem

Modul 6
Misbrugsmodel og trængsel

Trængsel

Kognitiv terapi og misbrugsbehandling 2018 Stop Ung

**Jens Wraa Laursen
Cand. psych., aut.
Specialist i klinisk psykologi
www.pkf.name**

Form

Dag 1+2:

Kl. 8.30-16.00: Undervisning og
øvelser

Dag 6-10:

Kl. 8.30-10.00: Supervision - Gruppe 1

Kl. 10.25-11.55: Undervisning/træning

Kl. 11.55-12.35: Frokost

Kl. 12.35-14.05: Undervisning/træning

Kl. 14.30-16.00: Supervision - Gruppe 2

Dag 3-5:
Kl. 8.30-10.00: Supervision - Gruppe 1
Kl. 10.30-12.00: Undervisning/træning
Kl. 12.00-12.30: Frokost
Kl. 12.30-14.00: Undervisning/træning
Kl. 14.30-16.00: Supervision - Gruppe 2

Modul 6

Misbrugsmodel og tranghåndtering

Opsamling fra sidst

- Tal sammen to og to:
- Hvad har I fået øvet?
- Hvad lykkedes og hvad lykkedes ikke?
- Hvilket skema/metode skal repeteres?

Trang

- Et intenst begær efter noget bestemt
- Tidskyndelse
- Lyst
- Oplevelse af behov
- Inkarneret ønske
- Craving
- Trang ≠ abstinens



Hjemmeopgave

Vælg en eller flere teknikker fra modulet og brug det med beboer.

Supervisionsopfordring

Overvej og eksperimenter på hvad der fungerer, så brugte tekniker i din praksis.

Opsamling fra sidst

- Tal sammen to og to:
- Hvad har I fået øvet?
- Hvad lykkedes og hvad lykkedes ikke?
- Hvilket skema/metode skal repeteres?

Trang

- Et intenst begær efter noget bestemt
- Tilskyndelse
- Lyst
- Oplevelse af behov
- Inkarneret ønske
- Craving
- Trang ≠ abstinens



Afhængighedssyndrom

- Trang
- Svækket evne til at styre indtagelsen, standse eller nedsætte brugen
- Abstinenssymptomer eller indtagelse for at opheve eller undgå disse
- Toleransudvikling
- Dominerende rolle med hensyn til prioritering og tidforbrug
- Vedblivende brug trods erkendt skadevirkning
- ≥ 2 af ovenstående samtidig i mindst 1 måned eller gentagne gange inden for 1 år


Jens Waa Laurson, cand. psych., afd. Psykiologisk Kognitiv Fobes



Afhængighedssyndrom

- Trang
- Svækket evne til at styre indtagelsen, standse eller nedsætte brugen
- Abstinenssymptomer eller indtagelse for at ophæve eller undgå disse
- Toleransudvikling
- Dominerende rolle med hensyn til prioritering og tidsforbrug
- Vedblivende brug trods erkendt skadevirkning
- ≥ 3 af ovenstående samtidigt i mindst 1 måned eller gentagne gange inden for 1 år

WHO ICD-10



15¢

Understand
**PUBLIC
SCULPTURE**
instantly



with new
enhanced
and/or
crystals

**Act
Natural**
around your
**EX-HUSBAND'S
NEW BOYFRIEND**

modern medication
for very modern times

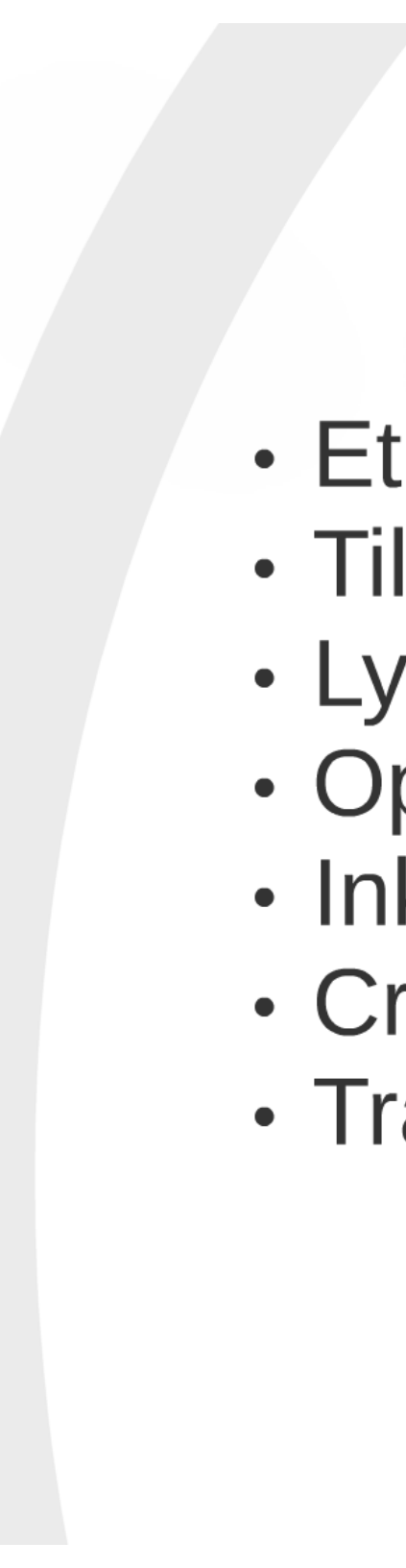


No. 1047

COMMUNICATE
effectively
with your
FATHER

CONTAINS MDMA



- 
- Et intenst begær efter noget bestemt
 - Tilskyndelse
 - Lyst
 - Oplevelse af behov
 - Inkarneret ønske
 - Craving
 - Trang ≠ abstinens
-



Hvordan registreres trang?

En "komplex" følelse

Følelsesmæssigt

- glad/opstemt/irritabel/vred

Kropslig

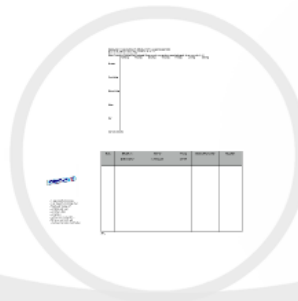
- spændinger/kilden/uro

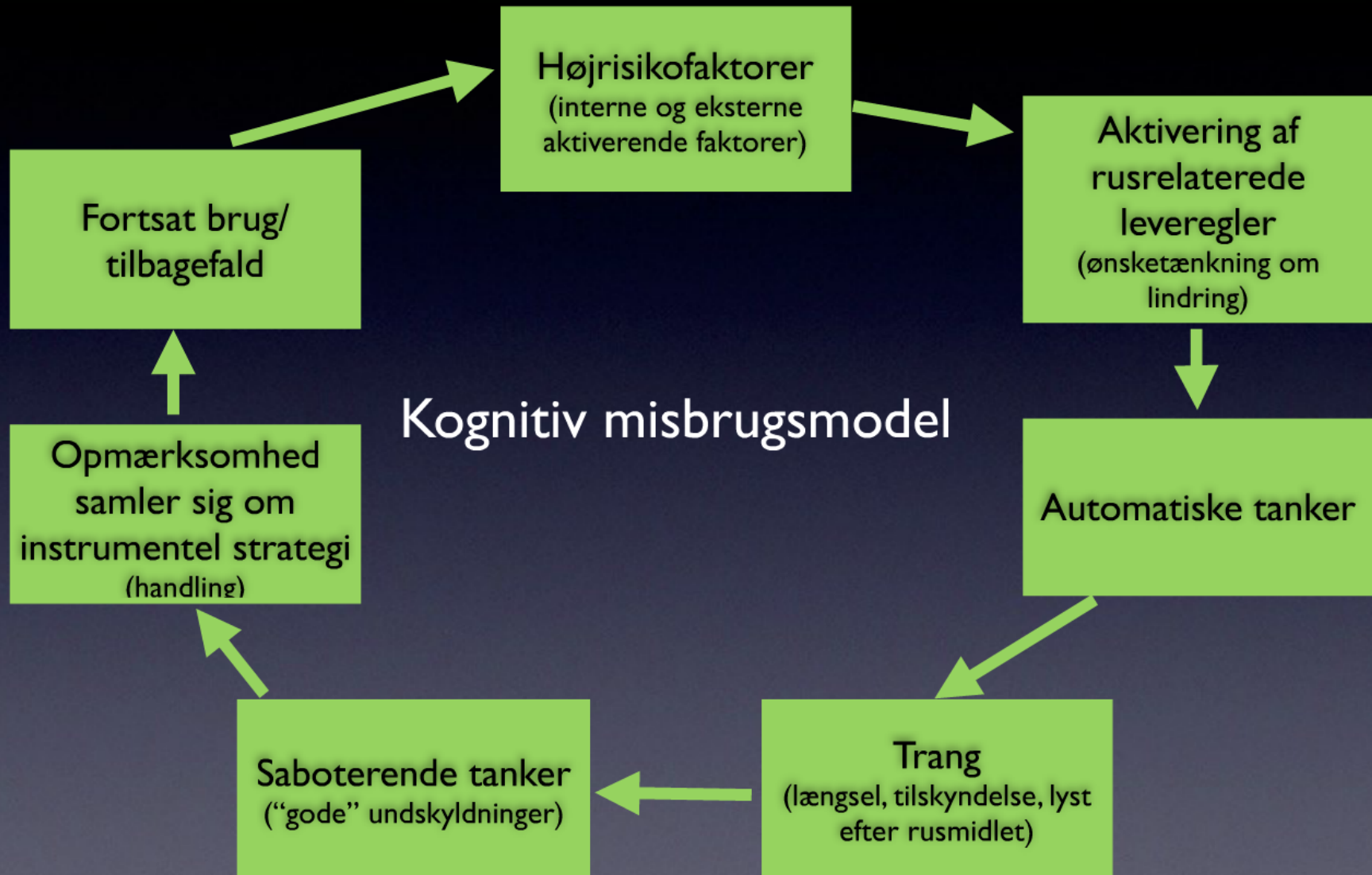
Tankemæssigt

- forventninger/katastrofetanker

Opmærksomhedsmæssigt

- koncentrationsbesvær/"skyklap"





Kognitiv misbrugsmodel

Ugeskema til registrering af aktivitet, forbrug og trangperioder

Noter med stikord intervallets primære aktivitet

Noter evt. forbrug i intervallet.

Noter trangens omtrentlige varighed (timer og min.) samt dens sværhedsgrad på en skala fra 0-10.

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Morgen							
Formiddag							
Eftermiddag							
Aften							
Nat							

Dato	Situation (ydre/indre)	Tanker (om rusen)	Trang (0-10)	Alternative tanker	Resultat

Dato	Situation (ydre/indre)	Tanker (om rusen)	Trang (0-10)	Alternative tanker	Resultat
Inspirationsspørgsmål					
	<p>Hvad skete der lige da du bemærkede trangen eller at den steg? Hvad mærkede du? Hvordan havde du det lige da du bemærkede trangen? Hvem eller hvad var du i nærheden af? Hvad var der sket lige inden?</p>	<p>Hvad gik gennem hovedet af dig lige der? Hvad fik dig til at tænke på at bruge dit rusmiddel? Hvilken forventning havde du til at bruge rusmidlet i den situation? Hvad skulle rusmidlet "gøre godt for" eller hjælpe dig med? Hvad fik det til at virke som en god eller hjælpsom ide at ryge/drikke/spise dit rusmiddel?</p>	<p>Hvor stærk var trangen? Hvor sad den i kroppen? Hvordan følte det?</p>	<p>Hvad kunne du have tænkt om situationen eller det at bruge rusmidlet, der kunne have hjulpet dig til at kunne handle anderledes? Hvad kunne du have tænkt, der evt. kunne have dæmpet trangen?</p>	<p>Hvordan ville du gerne kunne have håndtere situationen? Hvad kunne du have gjort, der ville have mere hensigtsmæssigt? Hvad ville der ske, hvis du i situationen havde kunne tænke dine alternative tanker? Hvordan ville din trang have været, hvis du havde kunnet tænke de alternative tanker?</p>

Hjemmeopgave

Vælg en eller flere teknikker fra modulet og brug det med beboer.

Supervisionsopfordring

Overvej supervision på hvad der forhindrer at bruge kognitiv terapi i din praksis.