

PÅRØRENDE I RUSMIDDELBEHANDLING FAVRSKOV RUSMIDDELCENTER 30. MAJ 2024



*Jens Wraa Laursen, cand. psych., aut.
Specialist i klinisk psykologi med voksne*

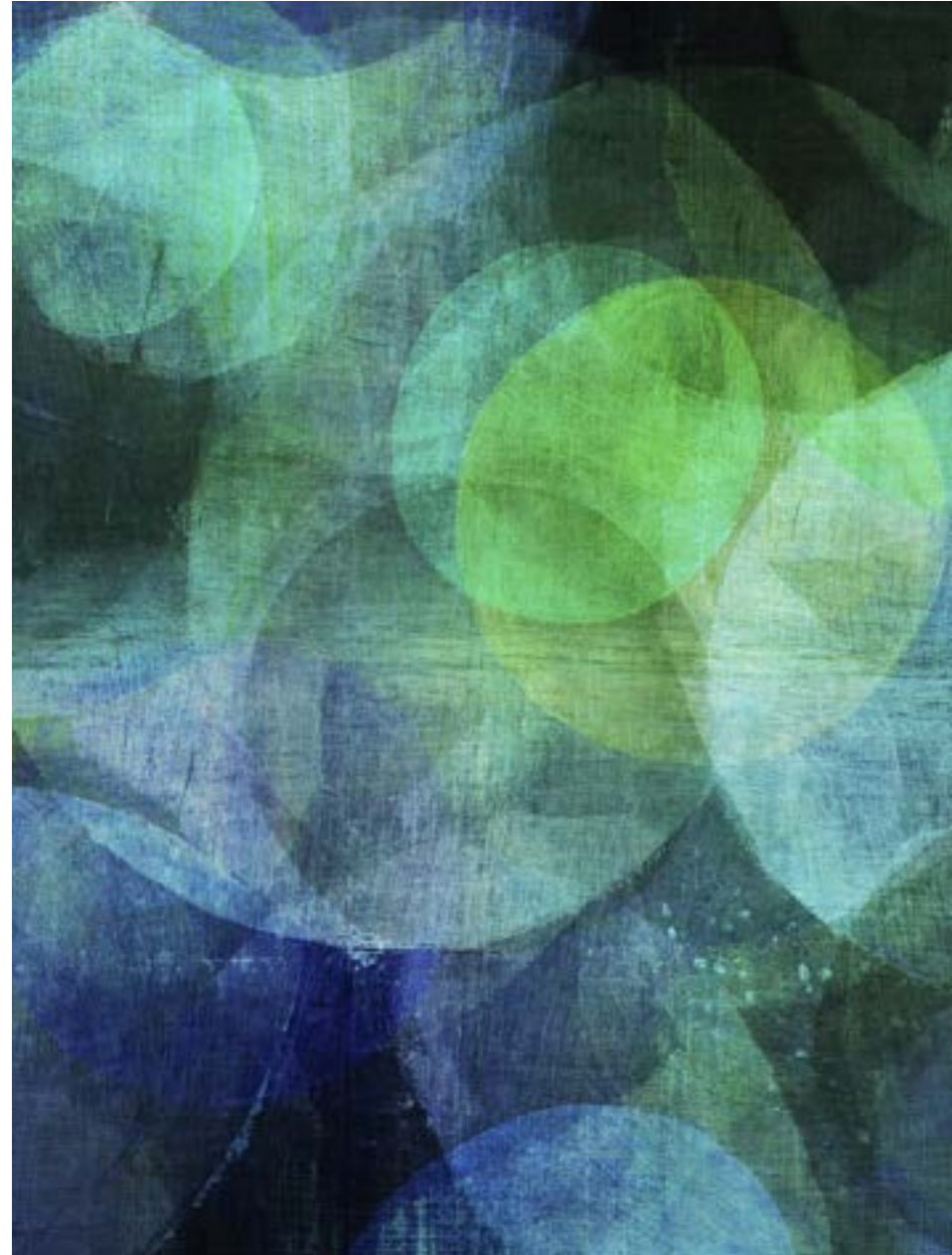


INDHOLD

- Øvelse (casebeskrivelse)
- Definitioner og dynamikker
- Bølgemodel
- Arbejde med værdier
- Problemløsning

CASEBESKRIVELSE

2-personers øvelse





PÅRØRENDETEMAER - DEFINITIONSOVERVEJELSER

- Pårørende - ikke en diagnose.
- Definition på rusmiddelproblem i familien:
 - Når rusmiddelbrug virker forstyrrende ind på de opgaver og funktioner, der skal varetages af familien.
 - Når de følelsesmæssige bånd forstyrres eller belastes af brugen af rusmidler.
- Rusmidlet bliver centralt, organiserende princip i familien.
- Familiens værdier og aktiviteter defineres af misbruget.
- Misbrugeren bliver omdrejningspunktet i familien.

➤ Frit e. Frid Hansen



ALMINDELIGE FØLGER AF RUSMIDDELBRUG DER INVOLVERER PÅRØRENDE

- Uforudsigelighed
 - emotionelt
 - adfærdsmæssigt
- Overgreb
 - Fysisk, psykisk, sexuel
- (Trusler om) selvmord
- Fravær, neglegt, svigt
- Regelinkonsistens
- Bifasisk fungeren
- Skam/tabu
- Dårlig økonomi
- Højt konfliktniveau
- Rolleombytning/roller udviskes
- Ansvarsforskubning
-

KAREN GLISTRUP

HVAD BØRN IKKE VED ... HAR DE ONDT AF

BRYD TAVSHEDEN



3. UDGAVE

HANS REITZELS FORLAG

HVORFOR ARBEJDE MED PÅRØRENDE

- Reducere aktuelle belastninger
- Reducere skadevirkninger
- Hjælpe til bedre copingstrategier
- Hjælp til pårørende har effekt på misbruger.
- Frit e. Karen Glistrup: [Pårørende] har ikke brug for behandling - de har brug for supervision.



Jens Wraa Laursen 2024

Problemfelt i voksenalder	Voksne børn fra alkoholfamilie (N=127)	Kontrolgruppe (N=189)
Psykkiske problemer (depression, angst o.l.)	36 %	6 %
Spiseforstyrrelse	14 %	7 %
Truet med selvmord	17 %	6 %
Forsøgt selvmord	13 %	4 %
Egen skilsmisse	21 %	10 %
Udsat for voldeligt overfald	13 %	4 %
Udsat for brand	10 %	4 %
Abort	24 %	15 %
Fået psykologhjælp	62 %	21 %
Deltaget i selvhjælpsgruppe	49 %	8 %
Indtaget lægeordineret medicin for et følelsesmæssigt problem	27 %	6 %
Modtaget behandling: Psykolog, selvhjælpsgruppe, læge/medicin for psykisk problem	79 %	27 %

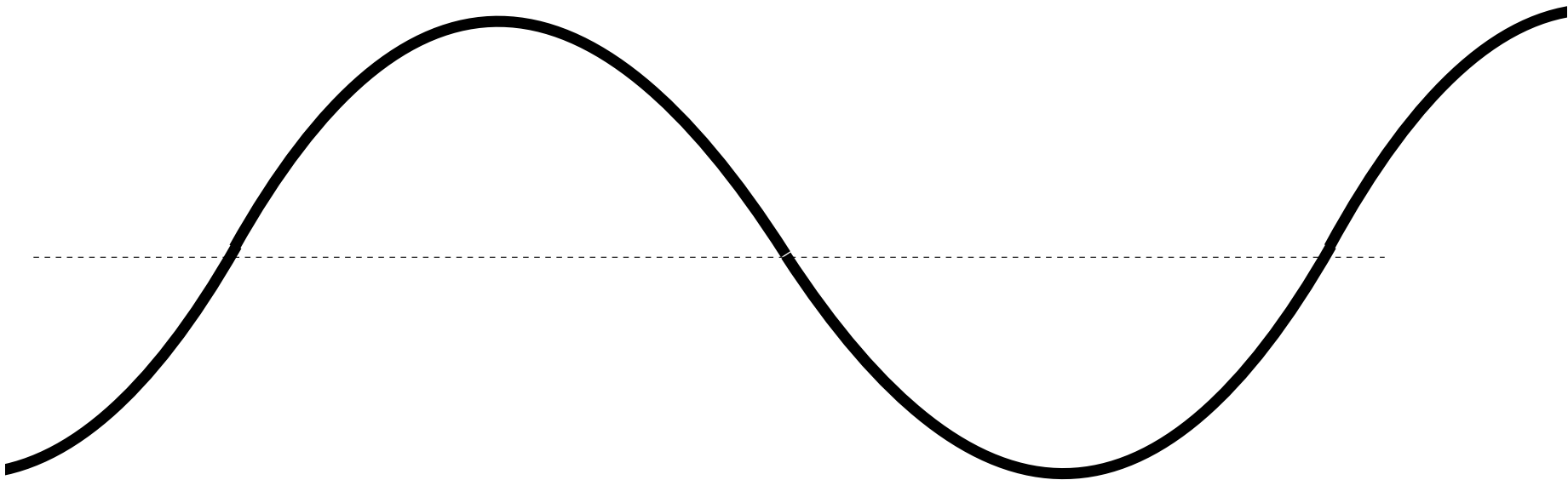
H. Lindgaard, 2008

Bølgemodel

Bølgen er et billede på de påvirkede (ovenfor stiplede linje) og promillefri (nedenfor stiplede linje) perioder.

På figuren noteres ovenfor strengen hvad der kendetegner den rusmiddelbrugende og under strengen hvad der kendetegner den pårørende i samme periode.

Frit e. V. Abrahamsen: Slingrevals



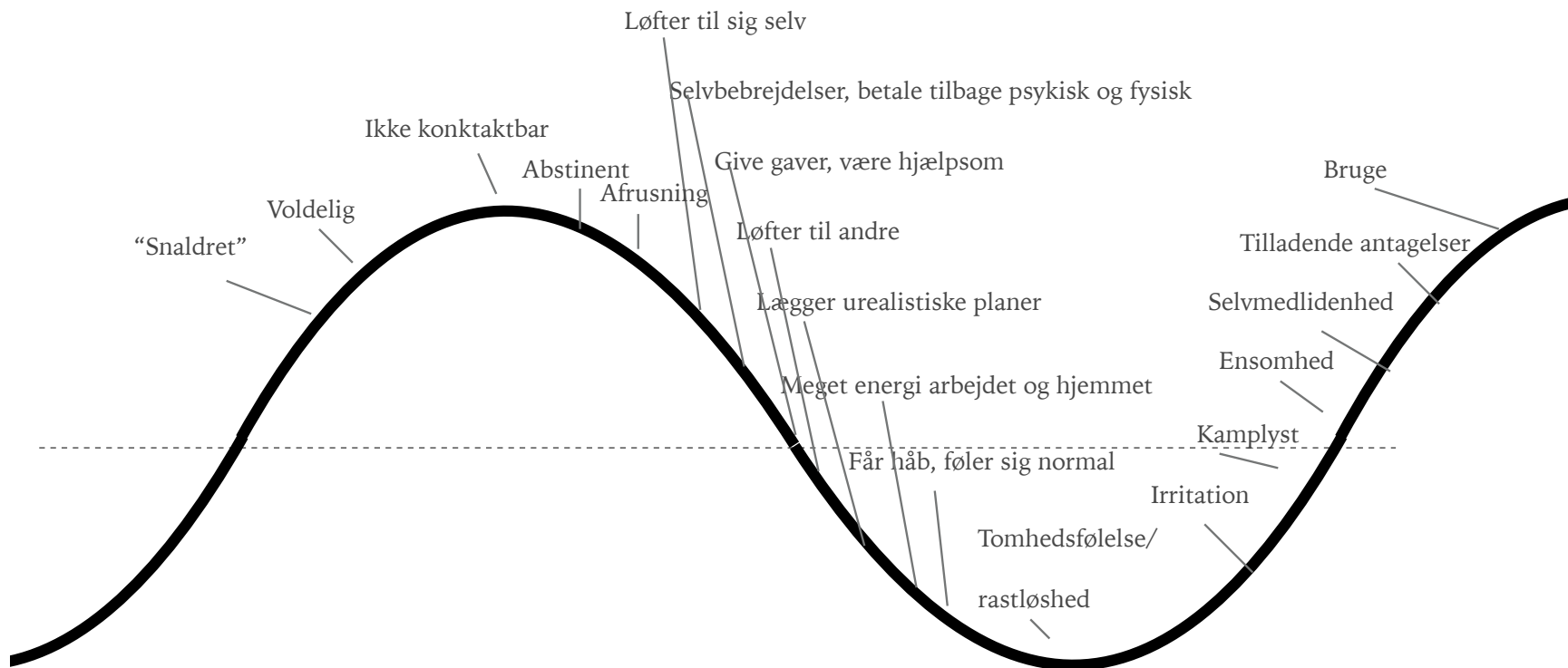
Bølgemodel

Bølgen er et billede på de påvirkede (ovenfor stiplede linje) og promillefri (nedenfor stiplede linje) perioder.

På figuren noteres ovenfor strengen hvad der kendetegner den rusmiddelbrugende og under strengen hvad der kendetegner den pårørende i samme periode.

Frit e. V. Abrahamsen: Slingrevals

Den brugende



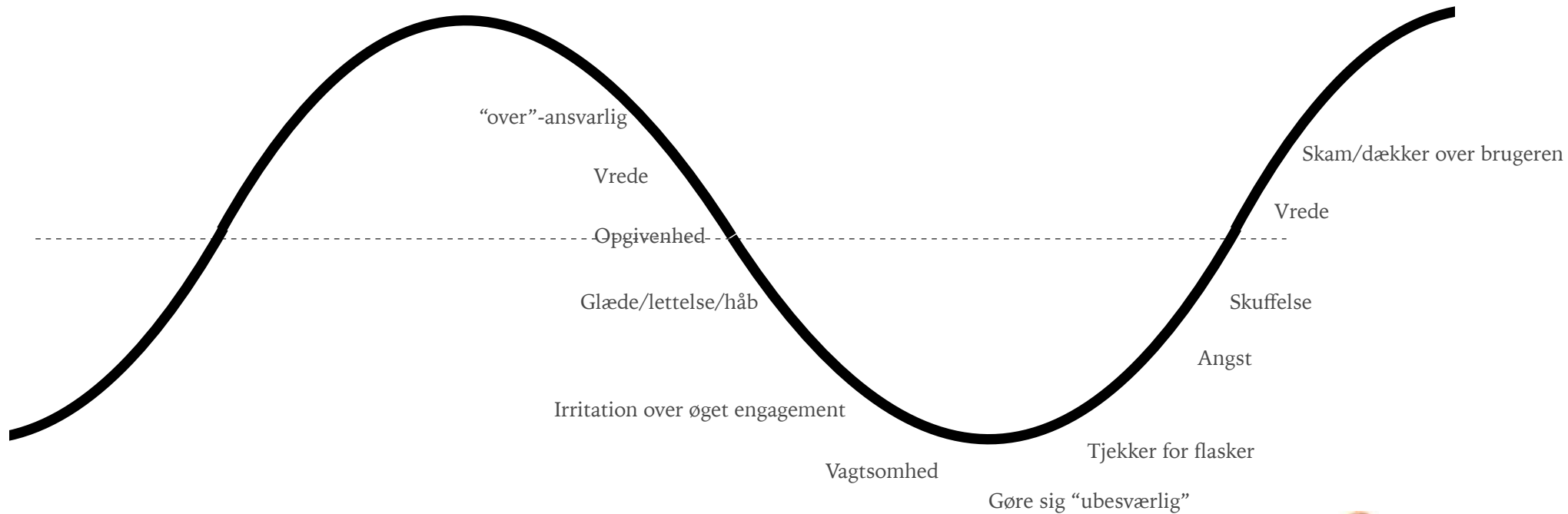
Bølgemodel

Bølgen er et billede på de påvirkede (ovenfor stiplede linje) og promillefri (nedenfor stiplede linje) perioder.

På figuren noteres ovenfor strengen hvad der kendetegner den rusmiddelbrugende og under strengen hvad der kendetegner den pårørende i samme periode.

Frit e. V. Abrahamsen: Slingrevals

Den pårørende



“BEVÆG DIG I RETNING AF VÆRDIEN”

Ud på gulv-metaforillustration





VÆRDI OG MÅL

- Selvvalgte værdier
- Mål på vejen i retning af denne værdi
 - stort og småt
- Hvad kan “lokke dig af vejen”?
- Hvad er det mindste skridt du lige nu kan tage i retning af dine værdier?

Livslinjeøvelse

Øverst i stjernen noteres den værdi der arbejdes med.

På linjen op mod værdien noteres nogle af de “bump” livet giver,

og hvad du bemærker hos dig selv, når du støder på disse.

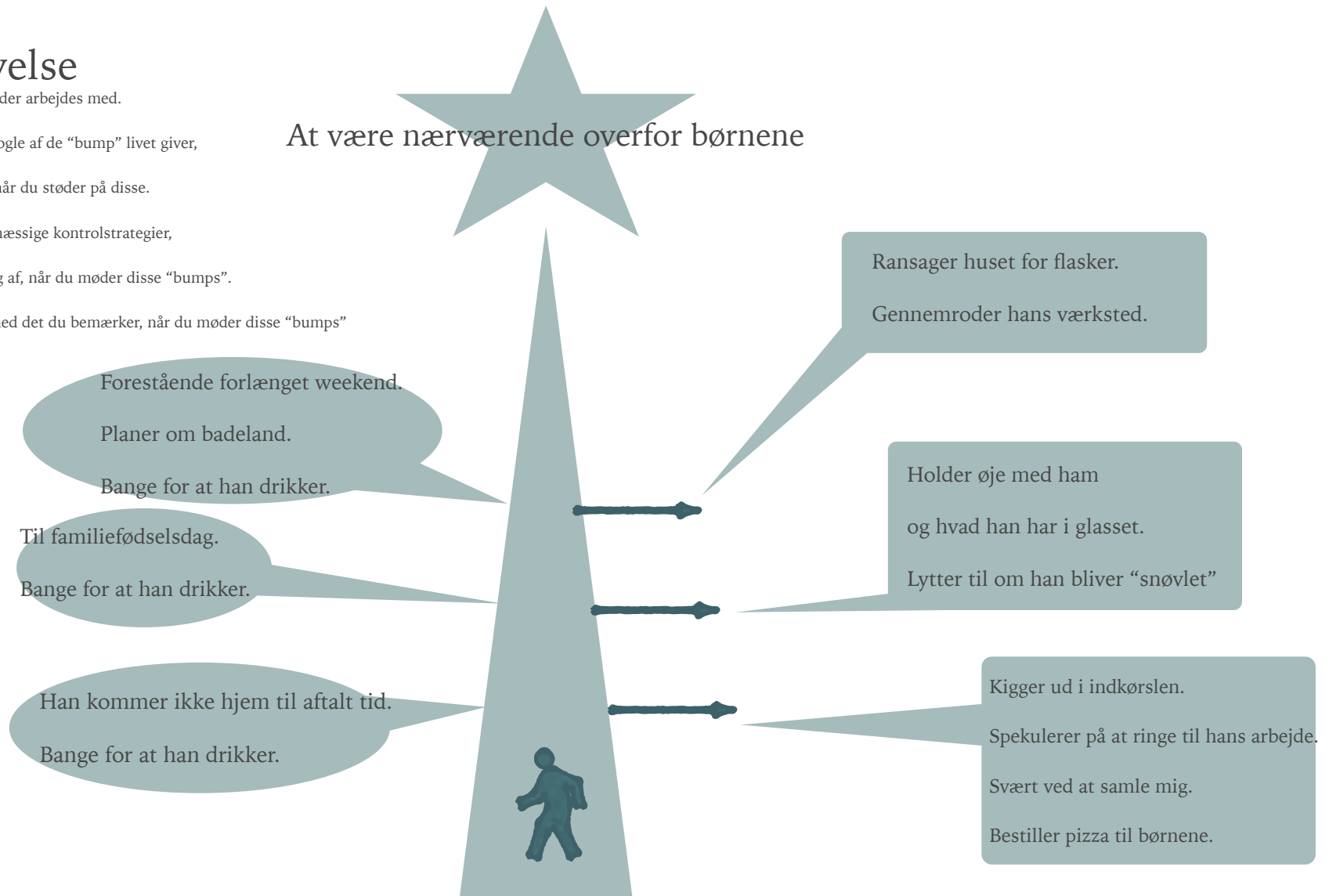
Ud for pilene noteres de uhensigtsmæssige kontrolstrategier,

som du er tilbøjelig til at benytte dig af, når du møder disse “bumps”.

Overvej om du kan blive på linjen med det du bemærker, når du møder disse “bumps”

og gøre noget i tråd med din værdi..

At være nærværende overfor børnene



Livslinjeøvelse

Øverst i stjernen noteres den værdi der arbejdes med.

På linjen op mod værdien noteres nogle af de “bump” livet giver,

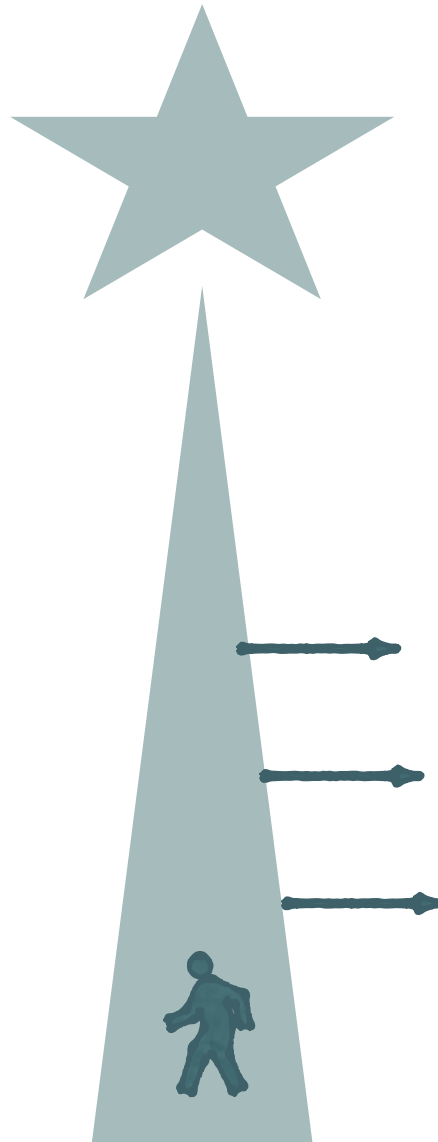
og hvad du bemærker hos dig selv, når du støder på disse.

Ud for pilene noteres de uhensigtsmæssige kontrolstrategier,

som du er tilbøjelig til at benytte dig af, når du møder disse “bumps”.

Overvej om du kan blive på linjen med det du bemærker, når du møder disse “bumps”

og gøre noget i tråd med din værdi..





DYSFUNCTIONELLE COPINGSTRATEGIER/VBA'ERE

- Gætter sig til hvad normal adfærd er.
- Har vanskeligt ved at gennemføre en projekt.
- Lyver, når det ville være lige så nemt at sige sandheden.
- Udøver nådesløs selvkritik.
- Har svært ved at more sig.
- Tager sig selv meget højtideligt.
- Har problemer med nære forhold.
- Overreagerer på forandringer, som de ikke har kontrol over.
- Søger konstant billigelse eller bekræftelse.
- Føler sædvanligvis, at de er forskellige fra andre mennesker.
- Er overansvarlige eller over-uansvarlige.
- Er ekstremt loyale, selv om deres loyalitet ikke er forjent.
- Er rigide i deres problemløsningsstrategier.

➤ Janet Woititz, 2011

PROBLEM- LØSNINGS- TRÆNING

Problemløsningsmodel		
1	Identificer problemet	
2	Beslut dig for om du vil arbejde med at løse problemet	
3	Brainstorm på mulige (og umulige) løsningsstrategier	
4	Vælg den mulighed der passer bedst	
5	Læg en plan	
6	Udfør plan	
7	Evaluer	

Frit efter J. Woititz & A. Garner, 1990



Jens Wraa Laursen 2024



INSPIRATIONS LITTERATUR

- Karen Glistrup: “Hvad børn ikke ved ... har de ondt af”, 2006
- Janet G. Woititz
 - Voksne børn af alkoholikere, 2011
 - At kæmpe for nærhed, 2012
 - Lifeskills for Adult Children (1990)
- Frid Hansen i “Psykologisk Set”, 16. årgang, nr. 33, juni 1999: Hjælp til børn i familier med rusmiddelbrug.
- Helle Lindgaard: “Familier med alkoholmisbrug og deres børn - en sammenfatning” Arbejdsnotat 2008, TUBA.

