

Beskrivning av VBC 12-stegsbehandling.

Visättra Behandlingscenters 12-stegsprogram bygger på Minnesotamodellen och har sin grund i Anonyma Alkoholisters (AA) tolv steg. Behandlingen bygger på gruppterapi i form av redovisningar av arbetsuppgifter som är kopplade till beroendeproblematiken med syfte få den enskilde individen att dela med sig utav sina upplevelser, bryta förnekelsen och komma till insikt om att man behöver hjälp att bryta sitt destruktiva leverne, vilket är en förutsättning för att man ska kunna påbörja vägen mot tillfrisknandet som de 12-stegen erbjuder. Redovisningarna avslutas alltid med en speglig av övriga gruppdeltagare samt en professionell speglig av terapeuten/erna där syftet är att återberätta vad man hört, sett samt vilken känsla man har efter redovisningen, allt för att öka klientens insikt kring sin problematik.

Vidare består primärbehandlingen av föreläsningar, undervisningsfilmer samt arbetsuppgifter som redovisas i diskussionsform utifrån olika ämnen som varje block bygger på, där syftet är att föra in teoretisk kunskap i behandlingen så att klienten får vetskap om sin sjukdom samt hur den påverkar och styr ens liv.

Den teoretiska kunskapen bygger på 12-stegsprogrammet principer som är; sjukdomsbegreppet, beroendepersonligheten, förnekelse, konsekvenser, medberoende, bekräftelsebehov samt självkänsla, skuld/skam och harm samt återfallsprevention. Vid VBC utgår vi ifrån att beroendet är en kronisk sjukdom som är behandlingsbar, dvs. att man kan lära sig att leva med den. Målsättningen med primärbehandlingen, som pågår mellan 8-12 veckor, är att klienten ska genomgå steg 1-3 för att få lärdom om samt komma till insikt om sin sjukdom och på så sätt att bryta förnekelsen, att klienten ska finna hopp att en förändring är möjlig samt att hitta modet att fatta beslut om att göra denna förändring. AAs tolv steg fungerar som en personlig guidning till att tillfriskna från ett missbruk och få ett andligt uppvaknande. Detta är viktiga beståndsdelar av 12-stegsprogrammet där den som är beroende har drabbats av ett tomrum som de har fyllt med alkohol eller droger. Här drar behandlingen nytta av terapeuternas egna erfarenheter och kunskap samt den etiska rådgivarens kompetens inom det andliga området.

VBC har tydliga riktlinjer kring att det andliga inom programmet inte är likställt med något religiöst ställningstagande. Klienterna hjälper sig själva och andra att bibehålla sin nykterhet och därför bygger både behandlingen och självhjälpsgrupperna på en stark gemenskap som kan fungera som en högre makt. Ett aktivt mötesdeltagande med självhjälpsgrupper (AA/NA/DAA/CA) är en central del av behandlingen som sker utanför behandlingshemmet så att klienterna i ett tidigt stadium vänjs vid att använda självhjälpsgrupperna som en stödresurs.

I alla faser av behandlingen har klienten regelbunda enskilda samtal med terapeuten/kontaktpersonen. Syftet är att ge klienten en möjlighet att arbeta mer individuellt, vissa saker som kan vara problematiska att arbeta med i grupp för såväl gruppen som den enskilde individen. Terapeuten kopplar samman det som lärts ut i grupp på ett för klienten mer individuellt sätt i samtalen.

När en klient skrivs in genomgår en kartläggningsfas på 1-2 veckor. Det innebär en DOK-intervju, inskrivnings och kartläggningssamtal. Kartläggningen ska resultera i en behandlingsplan som är en överenskommelse mellan klienten, VBC och remitenten. Under kartläggningen deltar klienten i gruppbehandlingen enligt behandlingsschema men intar en mindre aktiv roll, för att lättare komma in i gruppgemenskapen. Därefter påbörjar klienten primärbehandlingen som är upplagt på 8 veckor (kan förlängas i upp till 12 veckor vid behov) där klienter följer ett behandlingsschema som innehåller: redovisningar av arbetsuppgifter med tillhörande spegling, undervisningsfilmer,

föreläsningar samt arbetsuppgifter som redovisas i diskussionsform kring samma ämne som föreläsningarna bygger på.

Varje vecka redovisar klienterna en arbetsuppgift som är kopplad till beroendeproblematiken och som följer här i en kronologisk ordning; Introduktionsarbetsuppgift - varför har jag sökt hjälp, Jellineks Kurva, Mitt livs berättelse, Konsekvenser samt Steg 1, 2, 3 och Avlutningsuppgift - en sammanfattande genomgång av steg 1-3 samt en kortare introduktion till steg 4. Utöver detta kombineras 12-stegsbehandlingen med kognitiv kriminalitetsbehandling vid två grupptillfällen i veckan där man arbetar med klientens kriminella identitet, tankemönster, drivkrafter samt moralträning.

Ett aktivt mötesdeltagande i självhjälpgrupper (AA/NA/DAA/CA) är en central del av behandlingen. Vissa möten åker klienterna med personal, andra möten ska förläggas efter behandlingstid. De block som ingår i behandlingen är:

Block 1: Sjukdomsbegreppet

(Tolvstegsbehandlingen utgår ifrån att beroendet är ett sjukdomstillstånd, i detta block tittar man även på hur beroendet påverkar den enskilde individen på det psykiska som det fysiska planet).

Block 2: Beroendepersonligheten

(Bygger på Craig Nakkens teorier om hur ett beroende samt beroendepersonligheten uppkommer och hur ett tillfrisknande kan äga rum).

Block 3: Förnekelsen/Oärlighet

(Detta sjukdomstillstånd kallas också för förnekelsens sjukdom. I detta block får klienterna lära sig mer om förnekelsens olika ansikten samt vikten av att bryta det för att kunna tillfriskna).

Block 4: Medberoende

(bygger på teorier om medberoendet som beroendetillstånd där man tenderar att ta hand om andra hellre än att ta hand om sig själv).

Block 5: Bekräftelsebehov och Självkänsla.

(bygger på teorier om bekräftelsebehov som påverkar och styr beteendet hos oss människor. Klienten får lära sig att bekräfta sig själv på ett positivt sätt och på så sätt att öka sin självkänsla).

Block 6: Konsekvenser

(Klienterna kartlägger sina konsekvenser inom olika livsområden och hittar nya strategier/handlingssätt för att på så sätt ändra tidigare oönskade konsekvenser. Det senare bygger på ART-programmets teorier kring triggers och beteendemönster där klienterna får möjlighet att synliggöra sina beteendemönster för att möjliggöra beteendeförändringar).

Block 7: Skuld, Skam och Harm.

(bygger på teorier om att skuld, skam och harm fungerar som drivkrafter till att hålla ett missbruk vid liv).

Block 8: Återfallsprevention

(bygger på Dr Terence T. Gorskis teorier om återfallsprevention).

Efter primärbehandling kan klienten genomgå en förlängd behandling, sekundärbehandling eller gå till utslussfasen, beroende på planeringen och syftet med placeringen. Förlängd behandling innebär att man deltar i behandling på heltid, men att den är individuellt anpassad efter klientens fortsatta

behov. Det kan handla om en fördjupad kriminalitetsbehandling, ART, fortsättning med stegarbetet, självkänsla/självkänedom, socialfärdighetsträning, enskilda samtal, anhörig grupp, medberoendegrupp och parsamtals erbjuds. mm. Syftet är att klienter som har en längre behandlingstid och ett större behandlingsbehov skall få mer tid i behandlingen men mer individuellt anpassat efter klientens fortsatta behov efter genomgången primärbehandling.

Sekundärbehandlingsfasen är inte lika intensivt som de tidigare faserna, klienten arbetar på att förbereda livet utanför institution. Kontakter tas med exempelvis arbetsförmedling, försäkringskassa, kronofogde, budgetrådgivare mm, varvat med deltagande i de grupper som är relevanta för klienten. Det kan vara fortsatt kriminalitetsbehandling, ART, självkänsla/självkänedom, medberoende mm. I vissa fall kan klienten behöva träffa en psykolog eller psykoterapeut, därför har VBC en upprättad kontakt med Skyddsvärnet och finska psykiatrimottagningen, så att klienterna kan träffa någon utanför behandlingshemmet och tala om saker som inte personalen får tillgång till.

AA:s Tolv Steg.

Dessa steg är ett förslag för det personliga tillfrisknandet.

1. Vi erkände att vi var maktlösa inför alkoholen, att vi förlorat kontrollen över våra liv.
2. Vi kom till tro på en kraft starkare än vår egen, kunde hjälpa oss att återfå vårt förstånd.
3. Vi beslöt att lägga vår vilja och vårt liv i händerna på Gud, såsom 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 skadat 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 moraliska inventering och erkände genast när vi hade fel.
11. Vi försökte genom bön och meditation fördjupa vår medvetna kontakt med Gud, sådan vi uppfattade Honom varvid vi endast bad om Hans vilja med oss och styrka att utföra den.
12. När vi, som en följd 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.

AA:s Tolv Traditioner.

1. Vår gemensamma välfärd bör komma i första hand, personligt tillfrisknade beror på sammanhållningen i AA.
2. För vår grupp finns bara en högsta auktoritet, en älskande Gud, såsom han kommer till uttryck i vårt gemensamma gruppsamvete. Våra ledare är blott betrodda tjänare, de styr oss inte.
3. Det enda villkoret för medlemskap i AA är en önskan att sluta dricka.
4. Varje grupp skall vara självstyrande utom i angelägenheter som berör andra grupper eller AA som helhet.
5. Varje grupp har endast ett huvudsyfte, att föra budskapet vidare till de alkoholister som fortfarande lider.
6. En AA-grupp bör aldrig gå i borgen för, finansiera eller låna sitt namn till närbesläktade sammanslutningar eller utomstående företag, annars kommer problem om pengar, egendom och prestige att skilja oss från vårt ursprungliga syfte.
7. Varje AA-grupp bör vara helt självförsörjande och vägra ta emot ekonomiskt stöd utifrån.
8. AA bör alltid förbli icke-professionellt men våra servicecentra kan anställa personal för speciella uppgifter.
9. AA som sådant bör aldrig organiseras men vi kan tillsätta styrelser och kommittéer för serviceverksamhet, direkt ansvariga inför dem de tjänar.
10. AA tar aldrig ställning för eller emot i yttre angelägenheter, alltså bör AA:s namn aldrig dras in i offentliga debatter.
11. Vår kontakt med allmänheten är baserad på rörelsens egen kraft snarare än på direkt propaganda. Vi bör alltid iakttaga personlig anonymitet i förhållande till press, film, radio och TV.
12. Anonymiteten är den andliga grundvalen för våra traditioner och påminner oss ständigt om att ställa princip framför person.