



Dianova Malmös eftervårdsprogram

Vårt eftervårdsprogram bygger på evidensbaserade metoder enligt SBU: s rekommendationer vid behandling av alkohol- och drogproblem. I SBU-rapporten (2001) *Behandling av alkohol- och narkotikaproblem* beskrivs vad som är effektiv, s.k. evidensbaserad, behandling enligt den internationella behandlingsforskningen inom området. Effektiva metoder vid behandling av alkohol- och drogproblem är strukturerade, omlärande behandlingsformer som är inriktade på att förändra missbruksbeteendet.

Vi använder oss genomgående av MI som förhållningssätt.

Dianovas eftervårdsprogram består av följande delar:

1) Formulärbaserad psykologutredning med individuell feedback

Varje klient erbjuds fyra formulärbaserade individuella samtal av leg psykolog/leg psykoterapeut för kartläggning av klientens psykosociala problem, vad som utlöser och vidmakthåller missbruket men framförallt vilka resurser som behövs för att vidmakthålla drogfriheten. Utifrån utredningen görs en individuell rehabiliteringsplan i samverkan med klienten.

2) Återfallspreventiva kurser.

Återfallsprevention är en strukturerad och manualbaserad metod för att lära klienter att inte behöva återfalla i sina problembeteenden, såsom bland annat missbruk av alkohol och droger. Återfallsprevention handlar om

- Att öka förmågan att känna igen sina risksituationer för återfall.
- Att bli bättre på att hantera eller undvika risksituationer för återfall.
- Att bli mer medveten om konsekvenserna av missbruket
- Att lära sig hantera suget efter droger/alkohol och de återkommande tankar som kan uppstå.
- Att hitta alternativ till missbruket.

3) Gruppdiskussioner för medvetandegörande av personliga mål och värderingar

Temat består av gruppbaseade diskussioner en gång i veckan med fasta teman, men också sådana som väljs av gruppen. Exempel på fasta teman är: livsmål, drogfrihet, nära relationer och försörjning och boende. Teman som valts av klienterna är bland annat missbruksidentitet kontra Svenssonidentitet och utanförskap. Gruppen kan även användas för att få stöd att förhålla sig till akuta problem med t.ex. oro inför långledigheter och påträngande känslor av att känna sig annorlunda.

4) Strukturerad fritid och sysselsättning

Klienter uppmuntras att delta i aktiviteter som sport, utflykter, studiebesök, teater- och biobesök mm för att hitta alternativ till livsstilen som missbrukare.

Dianova Malmö

Kronborgsvägen 3D

217 42 Malmö

tel: 040-92 11 99

fax: 040-92 19 99

www.dianovasverige.org

boel@dianovasverige.org