



Afhængighed er en sygdom

*Afhængig
af alkohol eller medicin?*

– STIEN en værdig løsning


STIEN
BEHANDLINGSCENTER

Efter minnesota-modellen

Tørningvej 22 · 6500 Vojens

Hvad er afhængighed?

Afhængighed indrømmes ikke af alkoholikeren eller medicinmisbrugeren, idet denne sjældent kan eller vil se problemet og det voksende omfang af fatale konsekvenser for sig selv, familien, kolleger og omgangskreds.

Sygdommen har taget kontrollen i den afhængiges liv og grundet sygdommens karakter og det udprægede benægtelsessyndrom er det yderst sjældent, at den afhængige kommer i behandling på eget initiativ eller gør det frivilligt. Drivkraften mod helbredelse er derfor, at pårørende eller andre end den afhængige selv skal tage initiativ og vise handlekraft ved at tage kontakt til et behandlingscenter. Kun herved får den afhængige mulighed for at begynde at arbejde med sin sygdom.

Den afhængiges adfærd i relation til familien og øvrige omgangskreds er reduceret til en adfærd, hvor den afhængige er passiv tilskuer til sit eget liv og distancerer sig følelsesmæssigt fra sin familie og omgangskreds. Handling og oplevelser sker som i en

osteklokke, hvor omverdenen ikke kan nå ind til den afhængige og omvendt mister den afhængige interessen for sine nærmeste og relation til disse. Man kan pludselig ikke nå den person, som man tidligere kendte så godt.

På arbejdspladsen oplever kolleger, at den dygtige og værdsatte medarbejder har hyppigere og længere perioder, hvor der er noget galt. Medicin og alkohol bruges i højere grad til at klare pressede og stressende situationer på arbejdspladsen. Som kollega kan man ubevidst dække over den afhængiges fejl og påtage sig dennes opgaver. Men det er ikke denne hjælp den afhængige reelt har brug for.

Sygdommen har greb i den afhængige, og derfor kan man ikke lade det være op til den afhængige alene at overvinde afhængighedens jerngreb. Den afhængige behøver overtalelse og hjælp til at komme ud af sit misbrug. Men alle, som har problemet på nært hold, ved også, hvor svært det er at overbevise en afhængig om at erkende sit problem og gøre noget ved det.

”Det er ingen skam at være misbruger – men det er en skam ikke at gøre noget ved det!” Og der kan gøres noget effektivt.

Vi tilbyder at tage det første skridt i den rigtige retning - en “Intervention”. Formålet er at få misbrugeren til at acceptere den kendsgerning, at han/hun har et alvorligt problem, som kræver behandling.

For ikke-afhængige mennesker er rusmidler et personligt valg til stemningsændring. Men for den afhængige er der ikke noget valg, idet de ikke har kontrol over den proces, der sættes i gang – sygdommen bestemmer.

Dr. Jellinek beskriver sygdommens udvikling gennem de fire faser. Afhængigheden findes i flere grader – men ét er sikkert, og det er, at den tiltager og ender i en egentlig sygelig tilstand, hvor sind og krop behøver rusmidlet for at kunne fungere – afhængigheden er fuldendt.

1. Præ-alkoholisk fase

- Tankerne rettet mod alkohol
- Drikkeriet ser OK ud for udenforstående
- Benytter enhver lejlighed til at drikke
- Psykisk lettelse ved at drikke
- Drikker i det skjulte
- Vigende adfærd når der tales om misbrug
- Samvittighedsnag

2. Advarselsfasen

- Undskyldninger og bortforklaringer
- Kontroltab og skyldfølelse
- Mister venner og arbejde
- Ændringer i familielivet
- Vredesudbrud
- Drikker alene

3. Den afgørende fase

- Forhold til familie og venner bliver stadig dårligere
- Forsøger med geografisk flugt
- Følelse af anger og bitterhed
- Evt. den første hospitalsindlæggelse
- Løfter brydes og beslutninger svigter
- Begynder at drikke om morgenen

4. Den kroniske fase

- Rystelser
- Tåler ikke alkohol
- Følelser af angst
- Svækkelse af handlinger – magter ikke simple opgaver
- Drikker for at holde symptomerne nede
- Ikke kræfter til bortforklaringer
- Hele forsvarssystemet bryder sammen
- Alle undskyldninger er opbrugt
- Svækkelse af tankeevne
- Drikker hele døgnet

Fremtiden

- Ser lyst på fremtiden
- Livsglæde
- Positive holdninger
- Arbejdsglæde
- Nye værdier
- Nye interesser
- Nye venner

Rehabilitering, helbredelse og behandling

- Begynder at sætte sig nye mål
- Får selvrespekten tilbage
- Kan igen tænke positivt
- Opdager nye sider af sig selv
- Nyt håb for familien
- Familien forstår at afhængighed er en sygdom
- Familien får talt ud om problemerne
- Møder andre afhængige
- Får klar besked fra lægen
- Deltager i terapigrupper
- Begynder igen at spise
- Ophører med at indtage rusmidler
- Lærer at afhængighed er en sygdom



Karaktertræk hos den afhængige

*Alkohol slår næsten
hver 20. dansker ihjel!*

Sammenlignet med andre europæiske lande er danskernes alkoholforbrug meget højt og iflg. Sundhedsstyrelsen drikker hver dansker over 15 år 11,5 liter ren alkohol om året. På blot 25 år er antallet af alkoholrelaterede indlæggelser fordoblet.

Det der engang var en enkelt genstand for fornøjelsens skyld kan udvikle sig til en egentlig afhængighed, hvor personen ikke længere har fornøjelse heraf, men alene drikker for at klare sit eget liv. Hvem det rammer er ikke bestemt af social klasse, idet såvel høj som lav rammes.

Desværre kender vi alle ét eller flere tilfælde – i familien, blandt venner eller kolleger.

*Løgne, skam og benægtelse
er en del af misbrugerens
voksende afhængighed*

Når den ene genstand bliver til flere og flere, vokser afhængigheden. Der loves bød og bedring, men afhængigheden bliver stærkere og stærkere og for familien bliver skuffelserne og svigtet større og større.

I takt med afhængighedens udvikling bliver nedenstående karaktertræk mere og mere udprægede.

Ifølge Center for rusmiddelforskning ved Århus Universitet, er alkohol årsagen til mere end 40% af alle anbringelser af børn. Det skønnes at mere end 200.000 børn er berørt af alkoholmisbrug.

Karaktertræk hos den afhængige

- *Benægtelse*
- *Skyldfølelse*
- *Perfektionisme*
- *Skam*
- *Fortielse og løgne*
- *Manipulation*
- *Trods*
- *Bortforklaringer*
- *Utålmodig*
- *Selvmedlidenhed*
- *Urolig adfærd*
- *Storslåethed og arrogance*
- *Ønsketænkning og fantasier*
- *Isolation*
- *Overfølsomhed og overdrevne reaktioner*
- *Aggressiv adfærd med udfordrende attitude*
- *Påståelighed*
- *Ensomhedsfølelse*
- *Vrede*

Familie-behandling/-kursus

Et misbrug/en afhængighed rammer hele familien! – uanset hvilket "stof" der anvendes.

(alkohol, medicin, narko, spil, arbejde, sex eller andet)

Familien bruger meget tid på at glatte ud og lade som om intet er galt. Den afhængige bruger tid og kræfter på at planlægge og skjule sit misbrug samtidig med, at personen ændrer sine karaktertræk.

"Jeg har da ikke noget problem"

"Jeg kan sagtens styre mit alkoholforbrug"

Indledende fase

- Familien benægter udadtil, at der er et problem
- Familien ringer til arbejdspladsen og sygemelder den afhængige
- Familien betaler regninger for den afhængige
- Familien tror på den afhængige, når denne bortforklarer problemet
- Begyndende forståelse for, at afhængigheden ikke er normal
- Hjælper den afhængige med at kontrollere sit misbrug
- Familien bliver mere og mere isoleret



Kroniske fase

- Børnene opholder sig mest muligt udenfor hjemmet
- Ægtefællens bekymringer og vrede vokser
- Familien føler, at de har skyld i misbruget
- Voldsomme skænderier i hjemmet
- Økonomien påvirkes i negativ retning
- Ægtefællen kompenserer og overtager opgaver
- Ægtefællen må påtage sig begge roller som både mor og far
- Der tales om skilsmisse
- Der foretages separation eller skilsmisse



Rehabilitering

- Gensidig tolerance og respekt for hinanden
- Selvrespekten vender tilbage
- Familiemedlemmerne får atter tillid til sig selv
- Familien lærer at undgå at bekymre sig
- Familiemedlemmerne lærer at leve sit eget liv
- Den afhængige går med til at søge hjælp
- Familien ændrer holdning overfor den afhængige
- Familien får nyt håb
- Familien får at vide at afhængighed er en sygdom
- Familien søger hjælp



Genopbygning

- Nye mål i livet sættes
- Tilfredshed og glæde opstår
- Fred i sindet opleves
- Nye interesser dukker op
- Erfaringer deles med andre

"Jeg kan holde op når jeg vil"

Som nærmeste familie til en afhængig vil misbruget medføre indebrændte følelser. Ofte følelser af vrede, skyld og skam over egne, og måske manglende handlinger - en følelse af afmagt, som det er vigtigt at få løsnet op for. For familien påvirker misbruget hverdagen gradvist, og hvad der var fuldstændig uacceptabelt få år tilbage, er pludselig blevet hverdag. Børn og ægtefælle må indtage rollen som den, der overvåger og kontrollerer eller tager ansvar for den afhængige. At bryde denne udvikling kan være en vanskelig proces og kræver ofte hjælp. Det er imidlertid vigtigt at såvel den

afhængige som de nære familiemedlemmer, hver især må tage ansvar for eget liv og velfærd fremover.

Vore familiekurser giver indsigt i de mekanismer og roller, som opstår i en familie med et misbrug eller anden afhængighedssygdom – en viden, der er afgørende for, at der kan ske forandring og at den afhængige kan komme ud af sit misbrug og leve en tilværelse uden afhængighed af sit "stof", uanset om det er alkohol, medicin, spil, narko, arbejde, sex eller andet.

En stor del af afhængige personer her et meget lavt selvværd og en lav selvtilid. Dette betyder forringet livskvalitet og et dårligt samliv med andre, såvel privat som på arbejdspladsen.

Hele familien skal forstå den forandring i livsgrundlaget, som den nye tilværelse giver. En familie er kun vel-fungerende, hvis alle har det godt. Vi arbejder derfor ud fra en familieorienteret behandling med det mål, at alle i familien skal tilbydes hjælp til at få det bedre.

Vi har forskellige kurser samt et egentligt behandlingstilbud til familien – såvel børn som voksne.

Centralt beliggende i Danmark ligger Behandlingscenter STIEN omgivet af skøn natur, der danner nogle rolige rammer. Her arbejder vi professionelt og anonymt med afhængighed af alkohol og medicin.

Vore tolv eneværelser er hyggeligt og individuelt indrettet med vægt på, at det skal være rart at opholde sig i.

Vi har alle baggrund i et alt-ødelæggende misbrug og er kommet ud af dette misbrug med hjælp i en Minnesota-behandling. Denne baggrund giver os indsigt til at arbejde med de tanker og handlinger, som den aktive alkoholiker eller medicinafhængige lever med. Vi har selv haft problemerne og konsekvenserne af

flere års misbrug på tæt hold og set hvorledes familien har "lidt" gennem den stigende afhængighed i forbindelse med vores misbrug.

Med vores erfaring er vi i stand til at imødegå den afhængiges benægtelser og mange undskyldninger samt forklaringer på drikkeriet og afhængigheden. Vi kender selv alle disse bortforklaringer og undskyldninger – vi har i sin tid selv brugt disse, da vi var i misbrug.

Som tidligere afhængige ved vi samtidig, at det ikke er dårlig karakter eller dårlig moral, der er årsag til drikkeriet.

Der arbejdes ud fra Minnesota-modellen. Den er gennemprøvet, og har helbredt mange misbrugere siden den startede i USA i 1950-erne. Grundstenen er fortsat Anonyme Alkoholikeres (AA's) 12-trins program, der giver den afhængige en række værktøjer og anvisninger til, hvordan han/hun kan tage ansvar for sit eget liv og helbred. Afhængigheden anses som sygdom, der kræver visse foranstaltninger for ikke at bringe sygdommen i udbrud.

Behandlingen starter oftest med en skånsom afgiftning, evt. suppleret med akupunktur.

Vi tilbyder at forestå en såkaldt intervention dvs. en motivering af den afhængige til at gå i behandling

Intervention er et tilbud, som foregår efter aftale med familie eller arbejdsgiver. Målet hermed er alene at få alkoholikeren til at acceptere hjælp og behandling. Midlet er at opstille et ultimatum/tilbud til den afhængige med omgående behandling i forlængelse af interventionen. Interventionen bør kun foregå under kyndig vejledning, og det er vigtigt, at den foregår med værdighed for alle parter. Det skal ske i kærlighed til den afhængige, at man søger at bringe denne i behandling og ikke på baggrund af tvang. Grebet an på den rigtige måde lykkes det næsten altid at overtale den afhængige til at gå i behandling omgående.

Uforpligtende forbesøg

Vi tilbyder til enhver tid, at der foretages et forbesøg på stedet for at give et indblik i stedet og behandlingen. Her kan vi sammen med familie-medlemmer eller arbejdsgiver drøfte den enkelte situation set i forhold til hvilke perspektiver, der er for den enkelte i den fortsatte afhængighed sat i forhold til at gå i behandling.

Økonomi

Behandlingscenter STIEN er et privat behandlingscenter, hvilket betyder, at klienterne må påregne selv at skulle betale for behandling og ophold.

Vi samarbejder med offentlige misbrugscentre og kriminalforsorgen. Det vil som regel være derigennem, at der kan søges om hel eller delvis betaling af en Minnesota-behandling.

I Danmark anerkendes afhængighed af alkohol og medicin ikke som en sygdom, og derfor findes der blandt de offentlig betalte tilbud ikke nogle, der tager udgangspunkt i Minnesota-modellen. Dette på trods af at WHO klart definerer misbrug af alkohol og medicin som en sygdom.

De fleste virksomheder har en klart defineret alkoholpolitik. Heri indgår der ofte et behandlingstilbud til ansatte, der måtte have eller få problemet med afhængighed af alkohol eller medicin. Derfor er der en mulighed for, at arbejdsgiver helt eller delvist betaler for behandlingen. Udgiften er fradragsberettiget for virksomheden

og uden beskatning for medarbejderen. Vi rådgiver gerne herom.

Visse virksomheder har en sundhedsforsikring, hvor der også indgår dækning af behandling af afhængighed.

Fagforeninger eller personalekasser kan ansøges om tilskud som en anden finansieringsmulighed.

Det er meget almindeligt, at familien og venner støtter op, og enten selv yder kontant støtte eller lån. Også hos banker og realkreditinstitutioner ser vi ofte en stor forståelse for vigtigheden af at hjælpe med til at skaffe det økonomiske grundlag for en behandling.

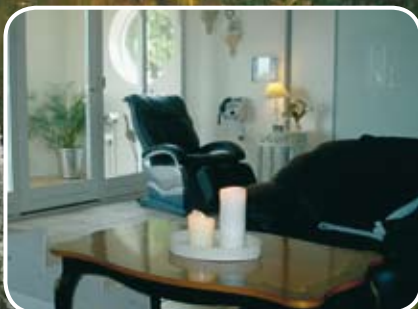
Forståelsen for at hjælpe rent økonomisk i forbindelse med en behandling er langt større, end man umiddelbart forventer. Det er hele familiens ve og vel der rammes, når et medlem kommer i misbrug. Der er først og fremmest de menneskelige omkostninger – men økonomisk set er det fatalt for den afhængiges fremtidige arbejds- og indtjeningsevne, at der sættes ind med behandling.

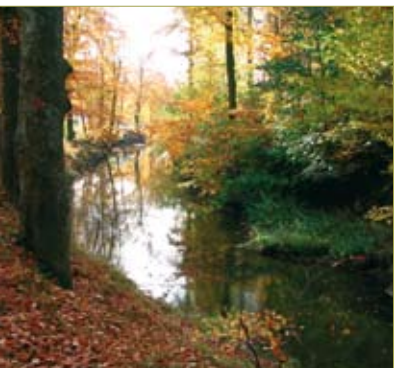
Den afhængiges egen familie eller arbejdsgiveren må motivere den afhængige til at gå i behandling – gerne bistået af en sagkyndig person fra STIEN

Vort familieorienterede behandlingstilbud er en meget bred og en effektiv måde at blive afhængigheden kvit. Den afhængige vil komme markant styrket ud af behandlingen med nyt mod, nyt liv samt selværd, selvtillid og fornyet livskvalitet.

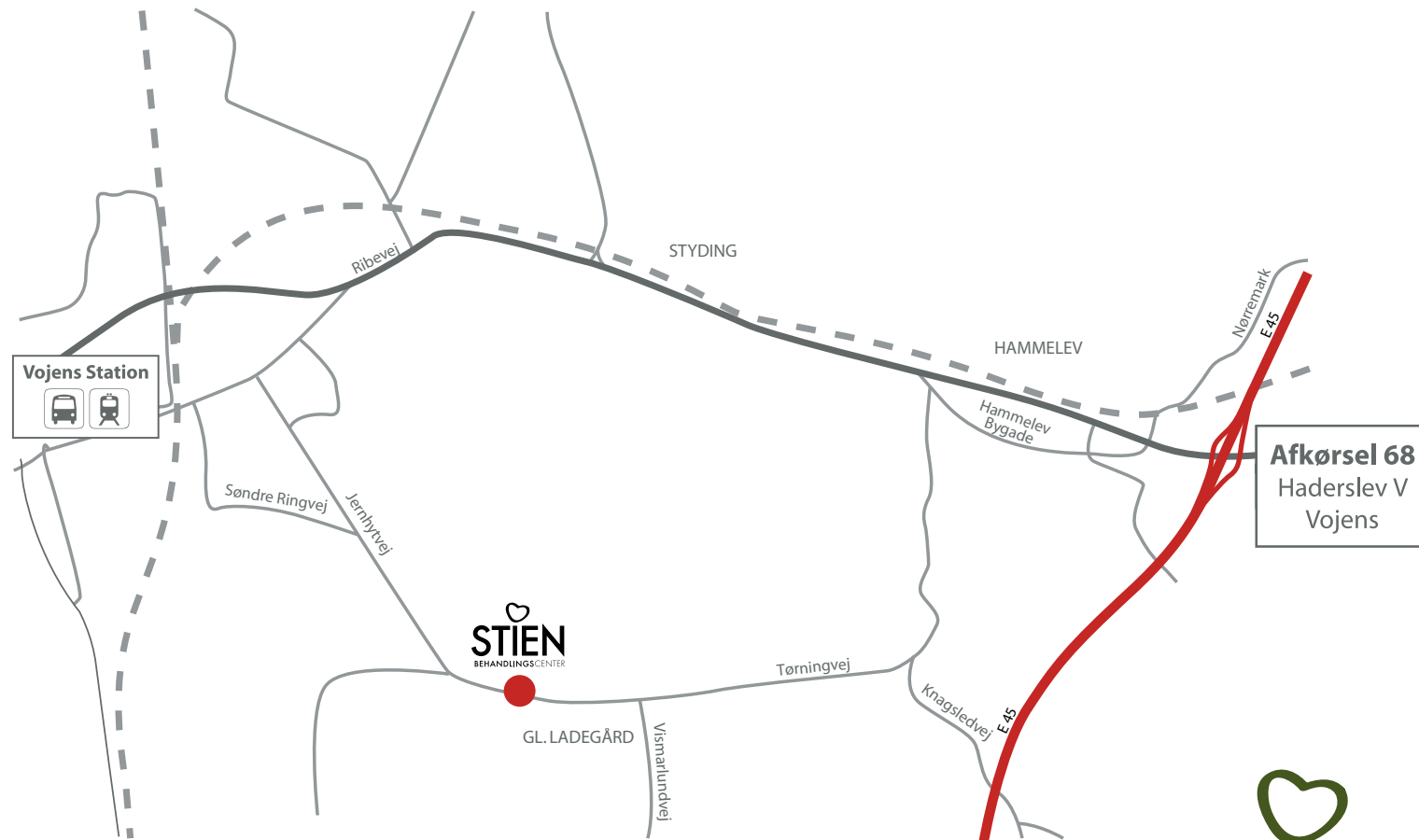
Vi er naturligvis behjælpelige med rådgivning og ansøgning om hel eller delvis hjælp til betaling, eller anden kontakt til arbejdsgiver, kommune-Jobcenter. eller lign.

Få anonym og gratis rådgivning på vor døgntelefon: 7020 7270





Her finder du os:




STIEN
BEHANDLINGSCENTER
Efter minnesota-modellen

Behandlingscenter STIEN · Tørningvej 22 · 6500 Vojens
DØGNETELEFON: 7020 7270 · Fax: 7354 0288
E-mail: info@bhcs.dk · www.bhcs.dk