



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR SOCIALT ARBETE

RFMA-konferens 28 november 2017

**Anhörigas och det sociala nätverkets roll när det gäller
behandling av personer med drogproblem.**

**Hur påverkas anhöriga i sina liv av att en närstående
missbrukar?**

Anette Skårner

socionom, docent i socialt arbete

Anette.Skarner@socwork.gu.se



Grundläggande utgångspunkter:

- Människors livsstil och identitet formas i ett ständigt pågående samspel med andra människor
- Missbruk och beroende sker i och kan förstås utifrån en specifik social och kulturell kontext
- Åtminstone en mer omfattande användning av alkohol och narkotika berör ofta individens totala livssituation och även de människor som finns i hennes närhet
- Meningsfulla och stödjande relationer till andra människor är centrala element i uppbyggnaden av ett nyktert/drogfritt liv



Uppbrottsprocessen ur missbruk:

En (gradvis) omförhandling av den egna identiteten som sker i samspel med de människor man möter.

Komplicerad social och psykologisk process som utmärks av ett spänningsförhållande mellan det förflutna, det nuvarande och framtiden

Att frigöra sig från rester av den gamla identiteten och samtidigt skapa en ny och göra adekvata val mellan olika sociala världar



Identitetstransformation i praktiken

Man avbildar nog gärna det perfekta omkring sig när man är i min situation, och sen tycker man att här passar man inte in. Det är ju därför som man är så jävla livrädd för det andra livet, för att det är så jävla fint. Så man tänker att jag kan ju aldrig ställa upp på detta. Jag kan ju inte vara idealmänniskan...

...Sen har det dykt upp... man trodde ju att allt var så jävla snyggt. Men dom här människorna man har börjat öppna sej för, dom öppnar ju sej för en själv också. Det är på gott och ont. Man får ju reda på sånt som man inte trodde, att dom kanske inte har det så bra, lite småfula grejer också. Men det är väl så när man lär känna nån och vi människor är väl ynkligare än jag hade trott.



”Recovery capital” (Cloud & Granfield 2008)

”**Recovery capital** is the sum total of one’s resources that can be brought to bear on the initiation and maintenance of substance misuse cessation” (s1972)

Recovery capital: Social, physical, human and cultural capital

”a white, middle-class, high-school educated, male addict will have more personal and social resources to draw from when he decides to give up drugs than will a Chicago addict living in a barrio” (Biernacki ref i Granfield & Cloud 2001)



Familjen?

- *Mormor är det enda jag har. Hon släpper mej aldrig. Hon har jobbat på mej och kommer att göra det resten av sitt liv, vad jag än har gjort mot henne. Jag fattar inte att hon inte gett upp. Hon finns alltid där för mej, det är inte klokt.*
- *Det är tomt och torftigt och ytligt, men vad fan ska man göra? Hade det inte varit för barnen hade jag nog börjat igen. Det har jag gjort förr. Det känns precis som att komma hem. Man är trygg i otryggheten. Jag känner alla också. Det är mariga liv vi lever.*
- *Jag umgås inte med min gamla familj överhuvudtaget. Jag har levt mitt liv och det var ingen som frågade efter mej heller. Jag vet inte ens var mina bröder bor idag och inte morsan och farsan heller. Det var väl en sex, sju år sedan jag träffade nån av dem. Jag bryr mej inte och dom bryr väl sig inte om mej heller. Dom vill nog inte veta av mej. Dom är nog rädda för mej också.*



Att hantera rester av den tidigare identiteten

När jag träffar såna, vanliga Svensson om man säger så, måste man hela tiden vara på sin vakt. Jag har hela tiden tanken: "Undrar vad dom tycker? Vad vet dom om mej? Har dom sett mej i några konstiga situationer?" Jag har väl inte direkt gått ut med min bakgrund och det är ju ingen som frågar, men man känner ju att vissa människor är nästan överdrivet vänliga!



Att skapa nya sociala band

Sen finns alla människor runt barnen. Det är ju jättetrevliga människor, men jag känner dom inte så väl. Men dom är viktiga på det sättet att dom håller oss sysselsatta. Men det är helt uppbyggt på kaffe om du förstår hur jag menar.



Stigma som filter

Kontakten blir överdriven på nåt vis. Hon nästan lovprisar marken där jag går och det tycker jag inte om "jag tycker att du är så jävla duktigt, jag tycker att du är enorm, att du korrar detta. Om självklara saker, sådant som är självklart för andra människor och det vill jag att det ska vara för mig också". Det är hennes sätt att piffa upp det. Hon gör det för att jag ska må bra men det blir för mycket.



Vägen ut ur missbruk och beroende sammanfattning

- Vägen ut ur missbruk och beroende framstår som en ofta långvarig process med flera olika faser, vars konkreta förlopp varierar med individuella omständigheter
- Det som utlöser förändring är en kombination av negativa konsekvenser av missbruket och positiva drivkrafter och omständigheter som ger hopp eller pekar på möjligheten till ett annat liv
- Bestående missbruksfrihet verkar hänga samman med kulturella faktorer och andra faktorer i omgivningen som stöd från närstående och tillgång till attraktiva alternativ till missbruket



Implikationer...

- Se hela människan – ett ensidigt fokus på på ”problem” kan bidra till att den stigmatiserade identiteten bibehålls/förstärks.
- Försvåra inte för individen att överge det liv som hon inte vill leva genom att behandla henne som en person som hon inte längre vill vara...
- Bistå personen i att skapa nya identiteter, återupprätta vilande eller utvidga sådana som existerat parallellt med missbruket



Komplexa problem...

**... kräver komplexa
förändringsstrategier...**



Viktigt att uppmärksamma det sociala nätverket

”Thinking network” (t.ex. Copello m.fl. 2002)

- Försöka skapa goda förutsättningar för att de krafter i klientens sociala nätverk som gynnar hans/hennes strävan att leva ett missbruksfritt liv utvecklas och att de krafter som bidrar till missbruk motverkas och försvagas.
- En kartläggning och analys av klientens sociala nätverk kan ge värdefull kunskap om klientens totala livssituation.
- Identifiera vilka personer och vilket socialt stöd i individens omgivning som kan fylla en stödjande funktion i rehabiliteringen och att stärka dessa personers betydelse och de insatser de kan göra.
- Arbeta med klientens kapacitet att söka och tillvarata konstruktivt stöd i sina nätverk, liksom att distansera sig från destruktivt stöd
- Närstående till personer med missbruk/beroende kan behöva stöd för egen del och hjälp för att hantera relationen till den som missbrukar



”Socialt nätverk”

Nätverket är uppsättningen av personliga kontakter genom vilka individen upprätthåller sin sociala identitet och tar emot känslomässigt stöd, tjänster och materiell hjälp, information och nya sociala kontakter (Marsella & Snyder 1981).



Tre typer av sociala nätverksinsatser NR 15

1. Insatser som involverar anhöriga/närstående i vård och rehabilitering av personer med missbruk och beroende för att stödja processen. (Psykosocial behandling) **tex SBNT**
2. Insatser inriktade på psykosocialt stöd till anhöriga, fokus på hur de påverkas i sitt liv av att leva nära någon som missbrukar och hur de kan hantera sin situation. **Tex CST, AI-Anon/Nar-Anon inspirerade stödprogram.**
2. Insatser som involverar anhöriga/närstående i att motivera personer till att inleda vård för att hantera sitt missbruk och beroende. **Tex CRAFT**



Social Behaviour Network Therapy (SBNT)

- Metoden är utvecklad i Storbritannien
- Designad för alkoholmissbruk eller beroende
- Utgår från att social interaktion och stöd från det sociala nätverket är centralt för att positivt behandlingsutfall och för att en person skall kunna upphöra med sitt missbruk eller beroende
- Bygger på en integrering av KBT/ÅP, par- och nätverksterapi, de sociala aspekterna av CRA
- Metoden kan även användas för personer som saknar ett stödjande socialt nätverk i syfte att hjälpa dem att utveckla konstruktiva nätverksrelationer (!!!)



Social Behaviour Network Therapy (SBNT)

Syftet är dels att stärka klienten och nätverksmedlemmarna efter det att behandlingen är avslutad, dels att minimera och hantera negativt inflytande från nätverksmedlemmar som uppmuntrar till fortsatt alkoholbruk (3 "C" = Communication, Coping, Creating a social environment that support change)

Åtta sessioner under 12 veckor

Tre faser:

- 1) Identifiera nätverket (session 1)
- 2) Bygga, engagera, mobilisera nätverket (session 2-7)
- 3) Planera för framtiden (session 8)



Social Behaviour Network Therapy (SBNT) - evidens

- Effekter: fler nyktra dagar, minskad alkoholkonsumtion och alkoholrelaterade problem samt förbättrad hälsorelaterad livskvalitet (lika effektiv som MET i UKATT-studien)
- Även i en mindre studie med personer med narkotikaproblem sågs en förändring till det bättre när det gällde nätverkssammansättning, familjefunktion samt minskat missbruk
- Studierna genomförda i ordinarie verksamhet

Referenser: t ex Copello et al. (2002), UKATT (2005), Copello et al. (2006) Orford et al. (2009)



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INST FÖR SOCIALT ARBETE

"Standing UP"

OM STÖDGRUPPER FÖR ANHÖRIGA TILL PERSONER MED DROGPROBLEM

Björn Andersson
Anette Skärner
Institutionen för socialt arbete
Göteborgs universitet



Att vara anhörig

Har man ett barn som missbrukar så har man inget liv, för hela livet går ut på att överleva

Vi har ju två barn, ett som är klassat som icke missbrukande och med en helt normal barndom, vilket gör att vi har en fungerande referens när vi tittar på oss själva. Att det inte är fel på oss.

- Anhörigsituationen tar över och strukturerar hela livssituationen
- Diskuteras ofta utifrån uttrycket "medberoende"



Anhörigrelationen

- *Tittar vi bakåt i tiden så är det ju så att vi inte hört ifrån honom om vi inte jagat efter honom. Annat än om han behövt nånting. Det är ju missbrukarens typiska signum. Vi är en resurs som skall utnyttjas och ljugas för och bedras på alla möjliga sätt*
- *Sen är man ju hudlös när det gäller sina barn. Det är en stor sorg för mig som jag trycker undan hela tiden, och som jag känner är en tickande bomb och som jag inte riktigt vet vart den tar vägen. Jag spelar upp scenarier att jag hittar honom död och allt det här.*



Stöd i det egna nätverket (eller stigma smittar)

Mina vänner finns inte längre och mina barn har olika syn och jag står mitt emellan

De som vi har trott att man kan berätta för de värjer sig och nästan vänder sig ifrån. De hör inte av sig och om vi träffas så pratar vi inte om det här. Det har hela tiden varit vår inre känsla att det värsta som alla kan tänka sig det är missbruk. Ingen vill ha med det att göra och då blir man som anhörig också där nere och det har varit oerhört tufft tycker vi.

Och dom flesta av våra vänner vet också så när vi uteblir från t.ex. nyårsfester så säger vi att vi inte vågar gå hemifrån och då vet dom. Det är så skönt



Anhörigkompetens

Jag fick höra från alla håll att jag var tvungen att klippa banden och strypa pengarna.. Alla som jag stötte på, FMN, Mini Maria, var väldigt kategoriska 'Du måste ställa krav, du måste markera'. Jag upplevde det väldigt svårt att få de råden. Det blev nån slags 'varannan-gång-reaktion', jag började gå i konflikt och sätta upp regler som jag inte kunde följa, för de var inte mina egna. Jag vet egentligen inte hur man hanterar en sån konflikt när man är mitt upp i det, man ryckte nog i allt som fanns. Allt man hade hört provade man i en salig röra.

Vi har bankat på så många stängda dörrar så man tror knappt att det är sant och stått och åbakat oss vid så många receptionsdiskar där man säger nej på andra sidan. Tills vi fick kontakt med en på soc som också var mamma och så plötsligt fick vi mer information. Vår stress mynnade ut i en jävla massa agerande istället för apati och nu lyckades vi få in honom under LVM-hot då. Han hade inte gått dit frivilligt och socialsekreteraren hade inte stoppat dit honom om vi inte hade släpat upp henne till honom.



Vad deltagandet i gruppen gav I

- *Vi var ju där av samma anledning. Ingen höll masken, man kunde prata fritt redan från första mötet faktiskt. Så det blev mycket tårar, men det blev mycket skratt också, mitt i alltihopa.*
- *Det jag fick ut mest av, det var just att min historia var alla andras historia, fast på ett annat sätt, fast ändå väldigt lika.*
- *Här finns inga frågetecken 'hur menar du nu?' utan mer 'jag vet vad du menar' Men vi ska inte trösta varandra. Vi ska dra nytta av varandras historier, känna vad vi själva känner*



Vad deltagandet i gruppen gav II

- *Mitt fokus det kastades runt lite, det kändes skönt. Jag sitter ju där med mina problem med min son och så är det nån annan som har upplevt nånting och man känner med den och man hör hur de har fått göra. Och då blir man fokuserad i det och samtidigt så lär man sig saker om sitt eget och så känner man hur eländigt det är för dem också.*
- *Nånting som var väldigt konstigt för mej det var att alla dom andra var så glada och skrattade. Hur kan de vara så glada? Men det visade sig att de hade arbetat med mycket tidigare och kunde finna en glädje igen, som kanske inte jag har funnit då. Men det kändes skönt för mig att se att människor skarttar för att de har det svårt.*



Vad deltagandet i gruppen gav – sammanfattning

- **Två centrala funktioner:**

- Samlas runt en gemensam och svår situation
- Reflektion och plattform för nya perspektiv

- **Verksamma terapeutiska faktorer:** (Yalom & Leszcz 2005)

- Universalisering
- Hopp
- Altruism
- Imitation
- Gruppkohesivitet
- Interpersonell inläring



Anhörigas copingstrategier (Orford et al 2013)

- Putting up (anpassningsstrategier)
- Withdrawing (tillbakadragande)
- Standing up (motstrategier)



Att tänka nätverk i praktiken

- ✓ Mobilisering
- ✓ Återknytning
- ✓ Reparation
- ✓ Frigörelse
- ✓ Expansion
- ✓ Utveckling av ”nätverksbyggande kompetens”
- ✓ Anhörigstöd
- ✓ Samverkan



Till sist...

- Nätverksperspektivet klargör att professionellt stöd och behandling knappast kan bli mer än en begränsad del av människors liv – även om kontakten periodvis kan vara både intensiv och betydelsefull. I ett längre perspektiv är det vad som händer utanför denna arena som är det väsentliga för vilken riktning förändringsprocessen tar.
- Samhällets insatser för att få fler människor att lämna missbruket är alltså inte bara en vårdfråga, utan en del i en större och komplexare social och politisk fråga som bland annat handlar om hur det samhälle ser ut som möter den som försöker upphöra med sitt missbruk.