

Return öppenvård

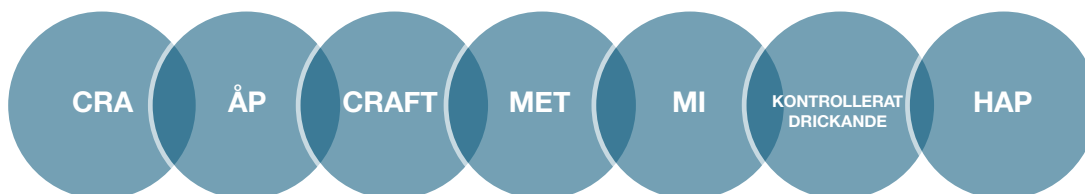
Har du problem med missbruk av alkohol eller droger kan du ha rätt till stöd från socialtjänsten. Du kan få stöd i form av rådgivning och samtal, individuellt eller i grupp. Vi erbjuder även stöd digitalt.

För att få behandling genom Return ansöker du hos Vuxenstöd, socialförvaltningen. Vi har tystnadsplikt, men har anmälningsskyldighet. Det innebär att vi är skyldiga att göra en anmälan om vi får kännedom om eller misstänker att ett barn/vuxen far illa.

För dig som är anhörig erbjuds stöd i grupp, ingen ansökan behöver göras. Kontakta oss för information.

Return erbjuder

- » CRA (Community Reinforcement Approach)
- » Återfallsprevention
- » CRAFT- anhöriggrupp
- » MET (Motivational Enhancement Therapy)
- » Motiverande samtal
- » Kontrollerat drickande
- » HAP (Haschavvänjningsprogrammet)



CRA

CRA - Community Reinforcement Approach, är ett strukturerat behandlingsprogram för vuxna med alkohol- och eller drogproblem som rekommenderas i Socialstyrelsens riktlinjer.

CRA syftar till att hjälpa dig att bygga ett nytt liv där drogen/alkoholen blir mindre och mindre intressant. Tyngdpunkten ligger på att jobba med social färdighetsträning (hur fungerar jag i olika sammanshang) och återfallsprevention. Behandlingsprogrammet kan användas både enskilt och i grupp.

I programmet kombineras förhållningssätt och tekniker från KBT och MI. Målsättningen är att klienten ska uppnå stabil drogfrihet, utöka sin drogfria repertoar och öka kvalitén i sina relationer. Behandlingen sker under cirka 3 månader.



Kontaktuppgifter

Servicetelefon: 0322-61 62 75

Om vi inte har möjlighet att svara,
ringer vi upp dig så snart vi kan.

Mail: return@alingsas.se

Hemsida: alingsas.se/return



Return

Alingsås Öppenvård

alingsas.se/return



ALINGSÅS
KOMMUN

Välkommen till Alingsås Öppenvård



Återfallsprevention

ÅP – Återfallsprevention, syftar till att lära sig färdigheter som man kan använda för att inte behöva återfalla i sitt problembeteende. Återfallsprevention handlar om

- » att öka förmågan att känna igen sina risksituationer för återfall
- » att bli medveten om de personliga konsekvenserna av problembeteendet
- » att bli bättre på att endera undvika risksituationer för återfall eller att hantera dem
- » att hitta alternativ till problembeteendet.

Återfallsprevention används idag som behandlingsmetod för flera problembeteenden som vid beroende av alkohol, narkotika, läkemedel, tobak samt vid spelberoende. ÅP omfattar tio sessioner. Återfallsprevention sker i grupp eller enskilt.

CRAFT

CRAFT, Community Reinforcement Approach and Family Training, är ett evidensbaserat program som utvecklats för att hjälpa närstående, till exempel föräldrar, syskon, partners eller nära vänner, att förmå en person med beroendeproblem att söka hjälp och påbörja behandling.

I CRAFT utgår man från att det är de närstående till personen med beroendeproblem som har bäst information om personens beteendemönster och att de också har möjlighet att påverka personens alkohol- och droganvändning och beslut att gå in i behandling.

Målet är att minska konsumtionen av alkohol eller droger, att få in personen med beroendeproblem i behandling och att den närstående ska förbättra sin livskvalitet. Den närstående får lära sig olika färdigheter för att uppmuntra till drogfrihet, skapa förutsättningar för aktiviteter som kan fungera som ett alternativ till alkohol- eller drogberoendet och för att motivera och stärka personen med beroendeproblem att påbörja behandling. Stödet ges i grupp.

- » En manualbaserad behandling
- » 10 grundkomponenter
- » 10 sessioner
- » Baserat på MI och KBT
- » Fokus på att öva på färdigheter: Rollspel och hemuppgifter

MET

MET, Motivational Enhancement Therapy, är en kortare behandling som avser att hjälpa och utveckla motivation till förändring av alkoholkonsumtionen hos dig med alkoholberoende. Syftet med MET är att stödja den enskildes förmåga att fatta beslut om förändring.

MET innebär i korthet att man använder MI, Motiverande samtal, för att utreda alkoholens roll för individen ur ett medicinskt, psykologiskt och socialt perspektiv. Provtagning på din listade vårdcentral rekommenderas för att undersöka din fysiska hälsa.

Motiverande samtal

MI – Motiverande samtal, används när du inte har slutat med alkohol eller droger men har en önskan om att bli fri från ditt beroende eller missbruk. Målet är att hjälpa och utveckla motivation till förändring för att sedan kunna genomföra lämplig i behandling på Return.

Kontrollerat drickande

Efter kartläggning görs bedömningen om metoden kontrollerat drickande är en lämplig behandlingsform. Behandlingen vänder sig till dig som vill minska din alkoholkonsumtion och återgå till kontrollerat eller måttligt drickande. Här ingår att undersöka motivation för förändring, identifiera situationer för problematiskt drickande, öva på måttlighetsstrategier och hitta tillfällen då man vill avstå helt. Behandlingen pågår under tre månader och består av sex träffar

HAP

HAP – Haschavvänjningsprogrammet, är en strukturerad behandlingsmetod med inslag av återfallsprevention och kognitiva tekniker samt använder sig av motiverande samtal som samtalsmetodik.

I HAP stöttar vi dig i avtändningen från drogen. Vi möter dig i ditt avvänjningsskede från haschet och går igenom de kognitiva förmågorna som drogen eventuellt satt ned.

HAP består av 18 träffar, pågår cirka 6 veckor och samtalen med dig sker individuellt.

Rådgivande samtal

Vi kan erbjuda upp till 3 rådgivande samtal som service, utan att du behöver ansöka om bistånd hos Socialtjänsten. Samtalen är rådgivande, inte behandlande. Vi ger information vad behandling hos Return innebär.