

Samtaleverktøy om avhengighet og rusens funksjon

Utviklet av fagansatte i Seksjon rus- og avhengighetsbehandling ung,
Avdeling rus- og avhengighetsbehandling
Oslo universitetssykehus

Spørsmål kan rettes til
uteteamung@ous-hf.no



OSLO UNIVERSITETSSYKEHUS



Brukerveiledning

Kart over drivkreftene i gjentatt bruk – også kalt avhengighetskartet - er et samtaleverktøy som har to utgaver. Kartene undersøker funksjoner, motivasjoner og opprettholdende faktorer i gjentatt og kanskje problematisk bruk av rusmidler, så vel som av andre typer atferd som vedding, dataspill, sex, trening og steroidebruk. Den ene versjonen fyller pasienten ut selv etter en kort veiledning, og den andre varianten kan behandler eller eventuelle andre fylle ut. At avhengighetsmønstre vurderes både innenfra av en person selv, og utenfra av andre, er viktig fordi mange av drivkreftene kan være både bevisste og ubevisste, synlige og usynlige, å komme innenfra personen eller fra situasjonen rundt vedkommende.

Kart over drivkreftene i min bruk

Kartfeltene viser en oversikt over forskjellige utbredte faktorer som kan bidra til at folk gjør en gjentakende handling, enten man er avhengig av noe eller ikke, og kan være et utgangspunkt for en samtale mellom for eksempel en pasient og en behandler.

Det settes av 2 minutter til utfyllingen. Hovedpersonen starter med å se på spørsmålene i den sorte sirkelen, og tenke gjennom svarene uten å skrive noe. Deretter skummer hen gjennom setningene som står i de fargede boblene rundt, for å se om det er påstander eller fenomener hen kjenner seg igjen i. Disse kan hen markere for eksempel ved å sette et kryss, ring rundt, eller eventuelt rangere de viktigste med tall. Dersom det er noen påstander som gjelder for bruk av spesielle typer rusmidler eller aktiviteter, kan dette også markeres, for eksempel ved å sette en bokstav (forbokstaven på rusmiddelet eller aktiviteten det gjelder) ved påstanden. Pasienten kan også velge å stryke ut påstander som hen ikke kjenner seg igjen i, eller skrive inn nye. Det er pasientens egen vurdering og følelse som er viktig. Ingen pasienter kan kjenne seg igjen i alt, men de

fleste kjenner seg igjen i noe. Erfaringsmessig vil det forandre seg over tid. Det er det også fint å snakke med pasienten om. En kan også snakke om hvordan bildet ville se ut med andre tidspunkt som utgangspunkt, eksempelvis før behandling eller i en ønsket fremtid.

Kart over drivkreftene i andres bruk

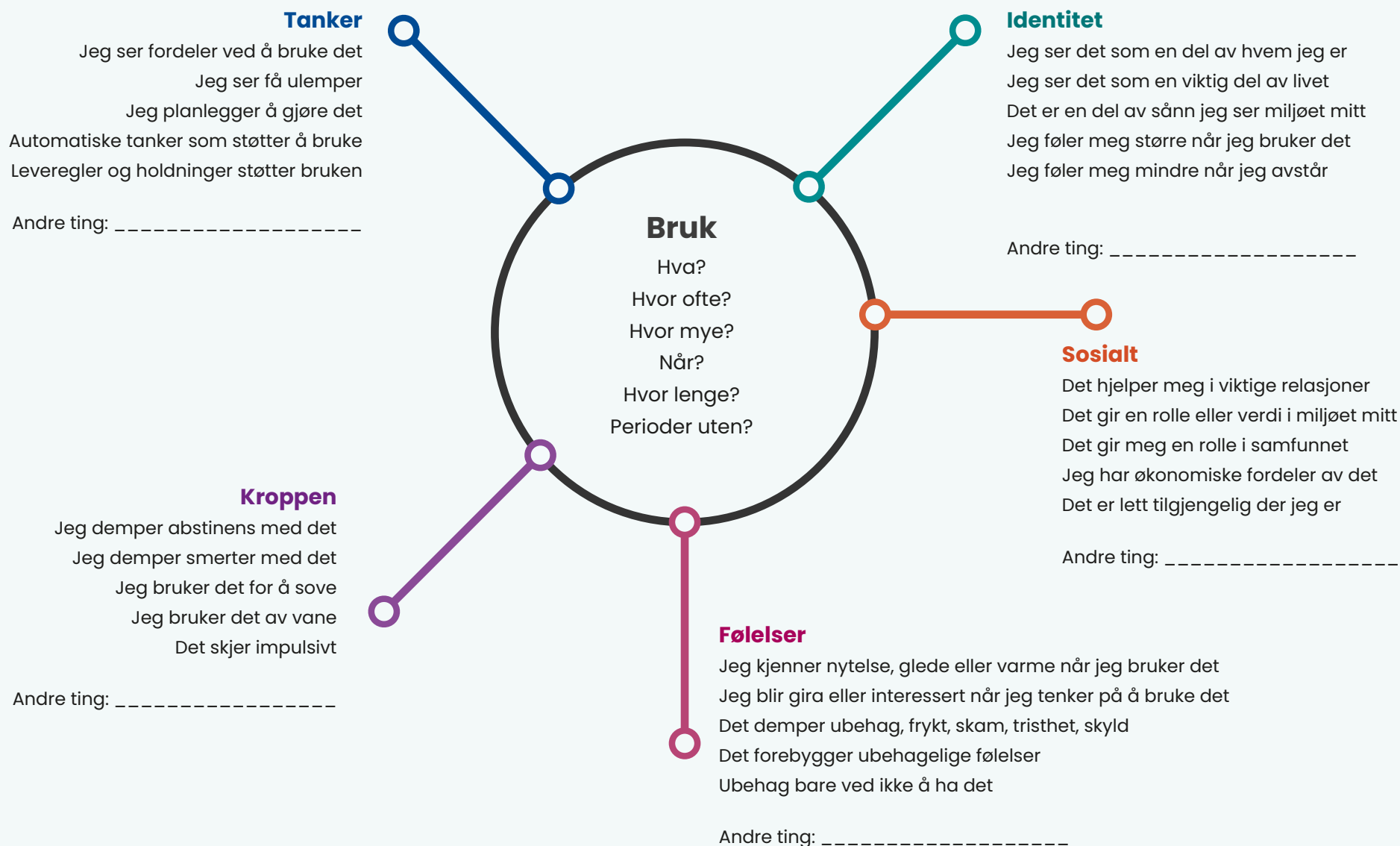
Verktøyet inviterer til å vurdere en annen persons hang til eller avhengighet av noe, og kan brukes av en behandler både for å gi innspill til utforskende samtaler med personen selv, i samtaler med nærstående andre, eller i tverrfaglig drøfting med andre hjelpere. Det er grunnleggende sett umulig å være sikre på indre prosesser i et annet menneske, så utforskningen bør være preget av nysgjerrighet, interesse for hovedpersonens oppfatninger og respektfull lydhørhet. Kartet kan også være et nyttig verktøy i utvikling av planer, mål og evaluering av behandlingen. Det kan bidra til å få frem ulike perspektiver på hva som er viktig i hovedpersonens problematikk. Ved å sammenligne kartene kommer ofte overlappende og forskjellige forståelser av brukens drivkrefter og funksjoner fram. Kartene kan også peke ut viktige områder for å utvikle alternative mestringsmåter.

Tid for gjennomføring

Selve utfyllingen av kartet er begrenset til 2 minutter. Både forskning og klinisk erfaring tilsier at den korte, intuitive vurderingen av hva som er viktig for en person er erfaringsmessig omtrent like presis som om en bruker lengre tid. Dette gjelder både hovedpersonens og andres vurderinger.

De viktigste funnene fra samtalen om avhengighetsmønstre journalføres.

Kart over drivkreftene i min bruk av: _____



Kart over drivkreftene i andres bruk av: _____

