



**CRAFT – HJÆLP TIL PÅRØRENDE  
MOR TIL DRIKKENDE SØN**

§?

Tak til super dygtige "damer" i Bjergegade i Odense, for at give mig tid og ny viden til at udvikle et andet "reflektionsniveau" og ændret fokus.

Det er jeg taknemmelig for!

## LØFTE?

### CRAFT hjælper både dig og den drikkende

Rådgivningen hedder CRAFT (Community Reinforcement and Family Training).  
Med CRAFT kan du øge chancerne for:

- At den drikkende kommer i behandling
- At den drikkende reducerer sit forbrug af alkohol
- At forbedre din egen livskvalitet, uanset om den drikkende går i behandling eller ej

# Hvem?

## **Pårørende.**

Min søn Uffe, er den drikkende. Han har haft rigtigt svært ved at finde fodfæste i et voksenliv og i et fast job.

Han er uddannet på kunstakademi i Amsterdam, Gerrit Rietveld.

Han har i mange år, haft et ret massivt alkohol- (og stoffer) forbrug(dobbeltdiagnose).

Der har været alt-for mange voldsomme episoder, hvor alkohol har haft overtaget i Uffes liv, og det trækker jo alle pårørende med ned i den ekstreme håbløshed.

## **Hvad har jeg gjort.**

Gennem årene har jeg (og min nærmeste familie) brugt forskellige tilbud i psykiatrien/frivillige foreninger. Hans far har brugt AA, (han er nu tørlagt alkoholiker). Jeg har brugt psykolog til at forstå autismedforstyrrelsen og selvmedicinering (alkohol), (ufatteligt mange økonomiske ressourcer) og CRAFT-programmet gennem alkoholbehandlingen i Odense.

**Og det har været helt fantastisk.**

## CRAFT sessioner – Odense

1: at hjælpe de pårørende med at **forstå**, hvad der påvirker den drikkes alkoholindtagelse. Skærpe de pårørendes **evne til at forudsige** situationer med øget risiko for alkoholindtagelse, men henblik på at skabe muligheder for at **intervenere**

2: at hjælpe de pårørende til at **øge egen styrke og livskvalitet**

3: at forbedre de pårørendes kompetencer i **positiv og tydelig kommunikation**

4: at hjælpe de pårørende til at gøre **ædru perioder attraktive** for den drikke. At **forbedre relationen** mellem den pårørende og den drikke

5: at hjælpe de pårørende til at lade være med at tage **ansvar** for eller **afhjælpe** drikkeriets konsekvenser

6: at sikre, at de pårørende har den **nødvendige viden** og de **nødvendige redskaber** med henblik på at hjælpe den drikke i behandling

## CRAFT sessioner – Odense

1: at hjælpe de pårørende med at **forstå**, hvad der påvirker den drikkes alkoholindtagelse. Skærpe de pårørendes **evne til at forudsige** situationer med øget risiko for alkoholindtagelse, men henblik på at skabe muligheder for at **intervenere**

**Svær øvelse, med mange gæt.**

**Fokus på tegnene – svære at se/identificere – geografi er et problem**

**Mangler stadig muligheden(samtykke) til at intervenere – men fik jeg den mulighed ville jeg bruge den**

## CRAFT sessioner – Odense

2: at hjælpe de pårørende til at **øge egen styrke og livskvalitet**

**Det har jeg egentlig været OK god til.**

God til at bruge mine muligheder og handle på dem.

God til at komme tilbage efter en periode, hvor det har været svært

Ok til at definere mål – også selvom de ikke realiseres er der positive erfaringer at hente i processen

Der er bare det "hul" – hele tiden

Også god til at fortælle om at min søn, som alle har kendt siden hans barndom er gået fuldstændigt i hundene.

Jeg har ikke villet "ynkes", men har bestemt brugt deres skuldre og ører og kleenex. Og har tålt det, at de i deres netværk oplever en som er helt tæt på og lige midt i det, ALLE forældre frygter allermest!

Mit netværk er stort, solidt, vidende og TROFAST – det ER Jeg også

## CRAFT sessioner – Odense

3: at forbedre de pårørendes kompetencer i **positiv og tydelig kommunikation**

Dette var **rigtigt svært**, fordi jeg altid kan "sige noget". (sølv er tale - guld er tavshed)

At få "snakken" til at ændre retning(positiv) og tydelig(cut-the-crab) på en tydelige og positiv måde, det var svært.

Jeg har øvet. ER blevet bedre – men der er plads til forbedring.

Jeg har konstant antennerne ude i kommunikation med den drikkende, for at gøre det fornuftigt!



## CRAFT sessioner – Odense

4: at hjælpe de pårørende til at gøre **ædru perioder attraktive** for den drikkende. At **forbedre relationen** mellem den pårørende og den drikkende

Også svært, men mest fordi **geografien driller**.

Der er vanvittig **dyr transport mellem Odense og København**.

Og for at vende tilbage til 2: betyder denne udgift at der er begrænsede ressourcer til andre ting.

Disse perioder ER prioriterede, og har få gange været givende.

Der er bare ikke nok af dem.

## CRAFT sessioner – Odense

5: at hjælpe de pårørende til at lade være med at tage **ansvar** for eller **afhjælpe** drikkeriets konsekvenser

Det kan jeg ikke sige, jeg har gjort – men tvært mod betalt både husleje, forbrug, medicin, mad og transport.  
At blive hjemløs ændrer jo DRAMTISK på chancer for ”overlevelse” i en negativ retning.

Men det har ændret sig – jeg giver ALDRIG rede penge.  
Jeg har hjælper stadig med mad og medicin.

## CRAFT sessioner – Odense

6: at sikre, at de pårørende har den **nødvendige viden** og de **nødvendige redskaber** med henblik på at hjælpe den drikkende i behandling

Den viden jeg har om alkohol behandlig/hjælp, kan kun sættes i spil/ anvendes hvis drikkende selv vil.

VI har haft held med at betale et privat afrusning på Møllen.

Det er svært at finde ud af, hvilken behandling mod alkoholisme der virker.

Tragisk og alligevel betryggende, er det, at der hvor drikkeriet har forårsaget fysisk skade(fald, nervebetændelse og infektioner) der har det somatiske sundhedsvæsen slået til.

Psykiatrien har været katastrofal – ICD10 vejledninger anbefaler nu, at man forsøger at afklare underliggende psykisk sygdom, også selvom patienten drikker. Og det må være vejen frem, da alt for mange psykisk syge ikke behandles, bare fordi de har selvmedicineret sig med alkohol

## Viden fra diverse link på nettet:

- Sundhed.dk – lægehåndbogen: alkohol – overforbrug:
  - [Alkohol, overforbrug - Lægehåndbogen på sundhed.dk](#)
- Danske patienter – patienter og pårørende:
  - [Patienter & pårørende | Danske Patienter](#)
- Bedre Psykiatri – inddragelse af pårørende:
  - [Inddragelse af pårørende - Bedre Psykiatri](#)
- Social Styrelsen – om stof og alkoholmisbrug:
  - [Om stof- og alkoholmisbrug — Socialstyrelsen - Viden til gavn](#)
- ICD10 – flere steder;
- Om Recovery metode/proces oversigt: RegionH-Psykiatri:
  - [Metoder til recovery-orienteret praksis \(psykiatri-regionh.dk\)](#)

Skrivelse fra Børne- og Socialministeriet.

Orientering om samspillet mellem regler om partsrepræsentation og værgemål og sagsbehandlingsregler ved behandling af sager på socialområdet:

[SOU, Alm.del - 2017-18 - Bilag 63: Orientering om orienteringskrivelse om samspillet mellem regler om partsrepræsentation og værgemål og sagsbehandlingsregler på det sociale område, fra børne- og socialministeren \(ft.dk\)](#)

**Efter CRAFT forløbet**

**Mærkbar lettelse**

**Taknemmelighed over at få sat ord på**

**Konkrete og gode øvelser – bruger særligt bilag 2.b, 2.c og 3.a og 3.b**

**Meget stor lyst til at hjælpe den drikkende på en anden måde – ny motivation**

**Foreslog Bedre Psykiatri og CRAFT projektet arbejde sammen om at udvikle dette gode og konkrete værktøj til pårørende til mennesker med psykiatiske diagnoser (her er der også mange der selvmedicinere sig med alkohol – drikker)**

Efter–efter-efter–efter- efter her i 2021

Når det går galt og alkoholen har overtaget – igen:

”Det har ikke hjulpet……” – den drikkende er stadig drikkende – afmagt:

- jeg var ikke god nok
- jeg var ikke vedholdende nok
- jeg var oppe i mod en ”bedre/stærkere” modstander

Ændringer som der er fastholdt:

- Giver aldrig rede penge
- Hjælper kun på forespørgsel
- Præcis og målrettet kommunikation. Henviser til den hjælp man har ret til i kommunen/sundhedsvæsenet

Pårørende har sorg og smerte, får brugt alle deres ressourcer, også selvom de passer på, men vi har ikke rettigheder – altså hjemlet ved lov – i forhold til at intervenere og hjælpe de (psykisk )syge drikkende.

## LØFTE?

### CRAFT hjælper både dig og den drikkende

#### Pseudo - Løfte

Når man er allermest ked af det og magtesløs – bliver man vred over den manglende vilje, evne, mulighed eller RET til at hjælpe de drikkende syge.

Er det så stigmatiseret at være alkoholiker/psykisk syg?

Hvorfor er det, at man har en grundlovssikret RET til at gå i hundene

Historisk har drikkeri jo smadret familier og liv uden nogen form for intervention, og det skal der laves om på.

”Tag fat om nældens rod”



Spørgsmål?