



# Anbefalinger til alkoholbehandlingen

Brugernes ønsker til deres forløb

**Alkohol &  
Samfund**

Anbefalinger til alkoholbehandlingen:

Brugernes ønsker til deres forløb

**Udgiver:**

Alkohol & Samfund

Høfdingsvej 36

2500 Valby

Tlf. : 35 29 30 90

© Alkohol & Samfund, 2023

Stor tak til forskerne fra Enhed for Klinisk  
Alkoholforskning ved Syddansk Universitet  
og til Helsefonden, TrygFonden samt  
fonden Stiftelsen Ansvar for Framtiden  
(SAFF) for støtte.

Når mennesker med alkoholproblemer står på tærsklen til at søge hjælp, er de i en sårbar position – og derfor er det vigtigt, hvordan de bliver mødt i alkoholbehandlingen. Men hvordan oplever mennesker med alkoholproblemer deres behandling?

Forskere fra Enheden for Klinisk Alkoholforskning ved Syddansk Universitet (UCAR) har for første gang undersøgt det i samarbejde med Alkohol & Samfund.

Resultaterne er beskrevet i rapporten 'Brugeroplevet kvalitet i offentligt finansieret alkoholbehandling' fra december 2022. Ud fra afdækningen af knap 700 personers oplevelser, kommer forskerne med en række anbefalinger til behandlingsstederne, som kan bidrage til at flere brugere gennemfører og er tilfredse med deres forløb, så de kan få det liv, de ønsker sig.

I kataloget har vi samlet de vigtigste indsigter fra undersøgelsen og anbefalingerne. Desuden indgår fakta og citater fra nogle af de mennesker, som det handler om.

Undersøgelsen og kataloget er blevet mulig med støtte fra TrykFonden, Helsefonden og den svenske fond Stiftelsen Ansvar för Framtiden (SAFF).



**Før behandlingsforløbet**



## Synlighed af behandlingstilbud

Der er brug for tiltag, der gør det enkelt for brugeren at finde og kontakte behandlingsstedet, fordi ønsket om at skabe forandring, opstår i glimt, hvor det er vigtigt, at de bliver mødt af behandlingen med hjælp, når de er forandringsparate.

## Nem og respektfuld første kontakt

Når brugeren rækker ud efter hjælp i alkoholbehandlingen, skal det være let at komme i kontakt med en person fra behandlingen, som møder brugeren med respekt og forståelse, fordi følelser af skyld og skam ofte fylder meget.

# 96%

af brugerne gav udtryk for, at de er tilfredse med personalet og oplevede, at de var gode til deres job.

*„... hvis jeg kender mig selv ret, så har jeg sikkert kigget på det nogle gange og så gået fra det og så kigget på det igen, og så på et eller andet tidspunkt, så er den der bare, og så løfter man røret og ringer.“*

*Jakob, 41 år*

**I handling**



## Gennemsigtighed og overblik i behandlingen

Det er særlig vigtigt, at brugerne er klar over, hvad der ligger til grund for beslutningerne, der bliver truffet i behandlingsforløbet. Gennemsigtighed bidrager til, at brugeren undgår unødige bekymring og i stedet føler sig taget i hånden.

## Tydelig behandlingsplan

Brugere ønsker at føle sig ligeværdige i behandlingen, og derfor er involvering i udviklingen af behandlingsplanen afgørende. Det kan være en plan i papirform, hvor man kan krydse af og følge med i sin egen behandling.

*„Og så kunne jeg gå hjem med denne her plan og sige: Okay, jeg har fandme gjort alt det her nu, og jeg mangler de her tre eller fire ting. Og nu ved jeg, at på tirsdag skal jeg ind og snakke med den, og der skal vi snakke om det. Så var det ligesom lidt håndgribeligt for mig.“*

*Kasper, 57 år.*

## Sammenhæng i behandlingen

Ingen brugere ønsker at skulle forklare deres situation igen til hver session, så behandleren skal sikre sig indsigt i, hvad der er sket tidligere i forløbet, hvis der er et behandlerskifte.

## Konkrete værktøjer

Behandlingsstederne kan overveje at tilbyde konkrete værktøjer til deltagerne, så de lettere kan håndtere sociale situationer, hvor alkohol indgår. Det kan være i forhold til, hvordan man står ved sine egne grænser, og kommunikerer det til andre, uden at det misforstås.



### Godt råd

---

Her efterspørger brugere konkrete go-to sætninger, som de kan få med hjem og bruge. Det kan være en form for kartotek over sætninger, man kan give videre til brugerne i alkoholbehandlingen.

## Aktiviteter og gøremål uden alkohol

For at sikre en vellykket behandling, er det vigtigt med fokus på at hjælpe brugerne til at finde nye gøremål, hvilket kan ske i forlængelse af tilbud og samarbejder med foreninger. For brugeren handler det om at komme ud af gamle rutiner og gøre det ædru liv mere attraktivt end det drikkende liv.

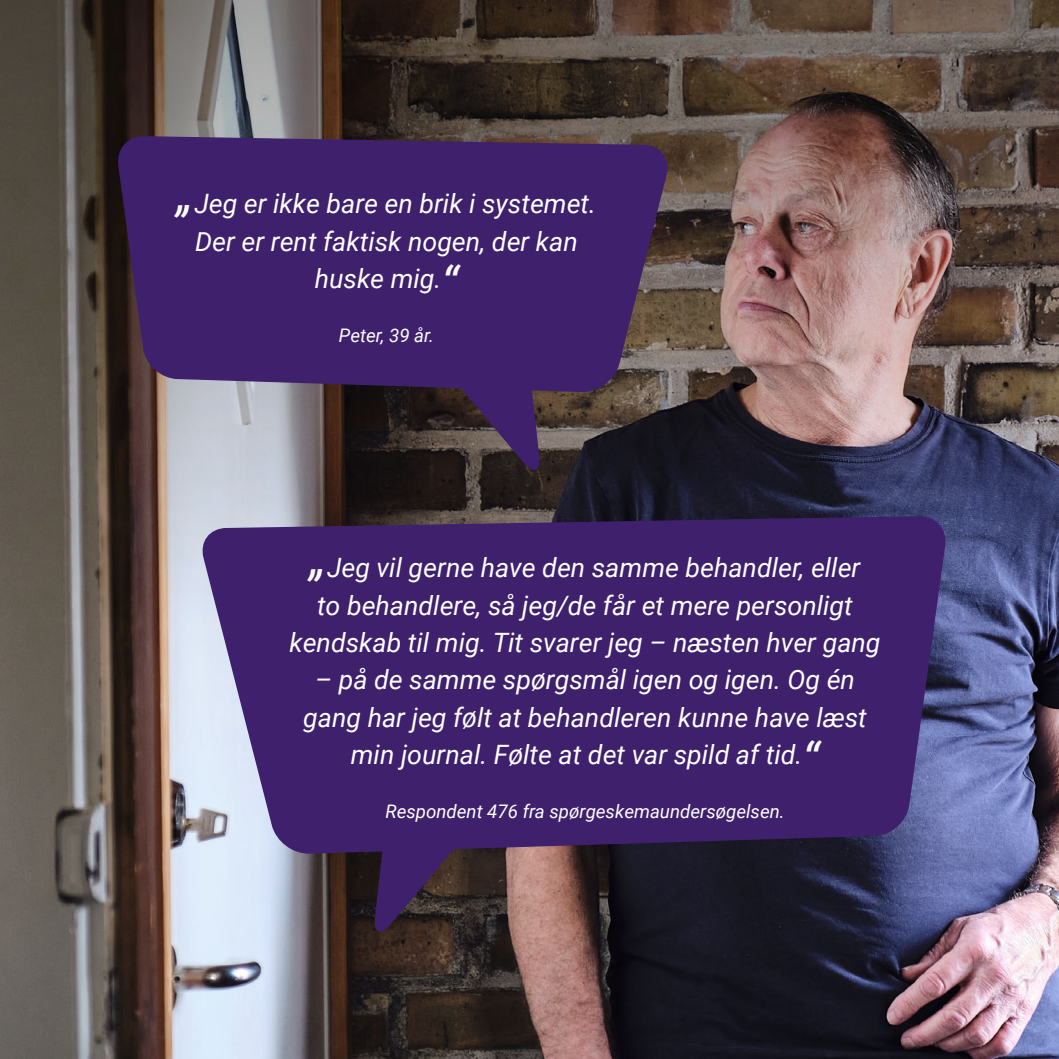


### Godt råd

---

Det kan være ved at lave en liste over de gøremål eller aktiviteter, som behandlingsstedet kender til, som andre brugere tidligere har haft glæde af.





*„Jeg er ikke bare en brik i systemet.  
Der er rent faktisk nogen, der kan  
huske mig.“*

*Peter, 39 år.*

*„Jeg vil gerne have den samme behandler, eller  
to behandlere, så jeg/de får et mere personligt  
kendskab til mig. Tit svarer jeg – næsten hver gang  
– på de samme spørgsmål igen og igen. Og én  
gang har jeg følt at behandleren kunne have læst  
min journal. Følte at det var spild af tid.“*

*Respondent 476 fra spørgeskemaundersøgelsen.*

## Fællesskaber med ligesindede

Der er behov for at finde sammen med ligesindede i et uformelt forum, hvor man kan dele det, der er svært, og når det lykkes at forblive afholdende. Disse fællesskaber kan ske i forlængelse af behandlingen eller efter endt forløb. Brugere er glade for denne type af forum og oplever det som forpligtende og præget af respektfuldhed. Det er en god idé med en tovholder, som kan være med til at sikre, at gruppen fungerer.

*„Folk er gået ind og ud af den gruppe, jeg tror, vi endte op med at være tre tilbage fra den oprindelige start. Og så stødte der nye til hele tiden, og det har været meget forstyrrende i min forstand. [...] Altså det gjorde det ved mig, at de der lektier, jeg skulle lave og sådan fra gang til gang, dem fik jeg ikke lavet, fordi jeg synes ikke rigtig, at man tog det så seriøst.“*

*Trine, 62 år*

## Samarbejde med andre institutioner

Der er behov for, at behandlingsinstitutionerne øger samarbejdet med andre, eksempelvis jobcenter og praktiserende læge, undervejs i behandlingsforløbet.

A close-up photograph of a woman with blonde hair, looking off to the side with a worried or sad expression. She is resting her head on her hand. In the foreground, the back of a man's head and shoulder is visible, suggesting a conversation. The background is a plain, light-colored wall.

**65%**

af brugerne erklærede sig tilfredse med samarbejdet mellem alkoholbehandling og andre instanser som læge eller jobcenter i undersøgelsen. Emnet var dét med den laveste tilfredshed fra brugerne.

**Efter behandlingsforløbet**



## Målrettede samarbejder og aftaler i kommunen

Det vil være godt at etablere målrettede samarbejder og aftaler med andre eksisterende tilbud i kommunen, det kan være brobygning med nogle af de frivillige organisationer eller foreningslivet, såsom sportsklubber, gymnastikforeninger, svømmeskoler og bridgeklubber.



### Godt råd

---

Det er bedst, hvis der allerede er etableret en støttende funktion eller et samarbejde med foreningslivet, inden brugeren afslutter sit forløb, da der i forvejen bruges meget energi på at finde sig til rette i en ny hverdag uden alkohol.




### **Støttende funktioner**

Man kan med fordel sætte rammer for støttende funktioner til deltageren. Her fremhæver brugere især netværk eller akut støtte ved trang og/eller tilbagefald. Eksempelvis kan brugere, der tidligere har været i et forløb i den offentligt finansierede alkoholbehandling, blive tilbudt at være med i gruppetilbuddene, hvor behandlingen også kan tage karakter af peer-to-peer; derved understøtter man både den, der er færdig med forløbet, og den, der er i et forløb.

### **Selvhjælpsgrupper**

Som et supplement til den offentligt finansierede alkoholbehandling vil det være gavnligt med synlig information om allerede eksisterende tilbud uden for behandlingsinstitutionen, som kan være selvhjælpsgrupper målrettede personer med alkoholproblemer. Værdien af disse tilbud er central som forebyggelse af tilbagefald og for at vedligeholde den påbegyndte adfældsændring.



*„Du kan ringe til hvilken som helst fra selvhjælpsgruppen, fordi de vil kunne lytte til dig, de ville kunne snakke med dig, de ville kunne dele erfaringer, og så er de ti minutter gået, hvor din trang sandsynligvis er overstået.“*

*Mathias, 46 år.*

**Alkohol &**  
Samfund