



SMART
Utbildningscentrum

Återfall är inte en isolerad händelse

Återfall bör ses ur ett processperspektiv, en serie händelser som leder fram till en situation där man inte längre klarar av att upprätthålla sina mål

Marlatt & Gordon

SMART
Utbildningscentrum

Kan man dricka *kontrollerat*?



Standardglas folköl 50 cl

Standardglas starköl 33 cl

Standardglas vin 12 cl

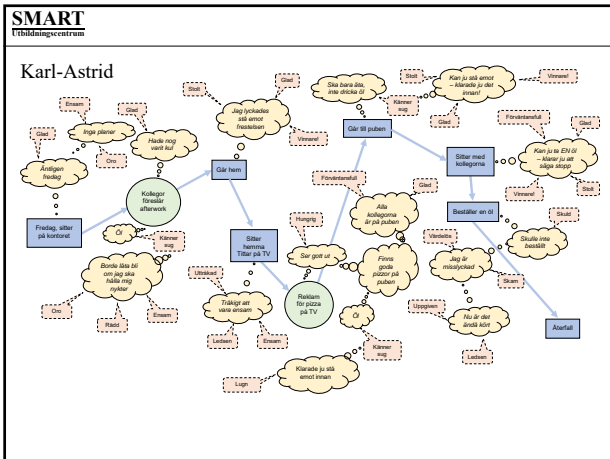
Standardglas starkvin 6 cl

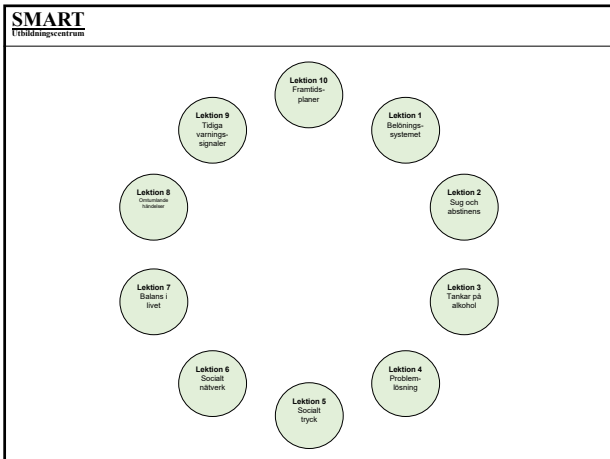
Standardglas starksprit 4 cl

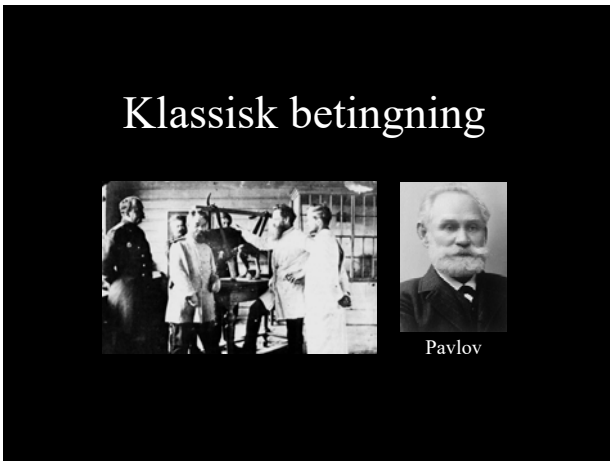
SMART
Utbildningscentrum

Sessioner

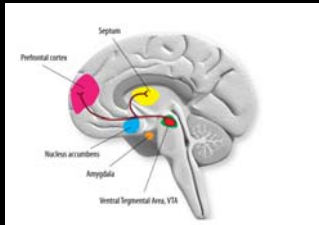
1. Hjärnans belöningssystem, risksituationer och abstinens
2. Att hantera sug
3. Sätt att hantera tankar på alkohol och droger
4. Problemlösning
5. Att hantera socialt tryck
6. Att förändra vilka man umgås med
7. Plats för det goda livet
8. Omtumlande händelser och återfall
9. Tidiga varningssignaler
10. Återblick och hur vill ni använda er av ÄP?







Hjärnans belöningsystem



Tankar



Beck



Kabat-Zinn

Känslor



Ekman



Barrett

Social inlärning



Bandura

Operant betingning

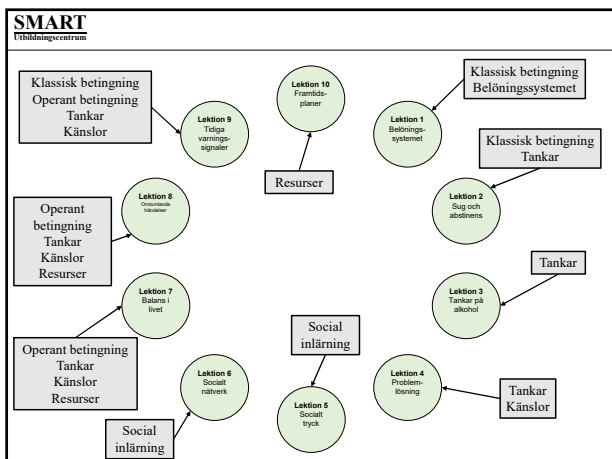


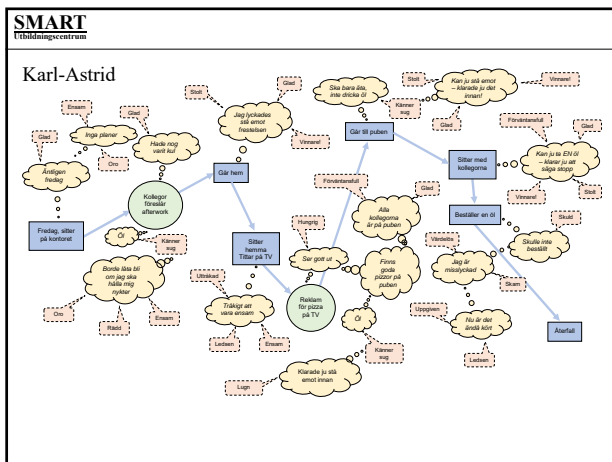
Skinner

Resurser



Antonovsky





- SMART Utbildningscentrum**
- ### Sessioner
1. Hjärnans belöningssystem, risksituationer och abstinens
 2. Att hantera sug
 3. Sätt att hantera tankar på alkohol och droger
 4. Problemlösning
 5. Att hantera socialt tryck
 6. Att förändra vilka man umgås med
 7. Plats för det goda livet
 8. Omtumlande händelser och återfall
 9. Tidiga varningssignaler
 10. Återblick och hur vill ni använda er av ÄP?

SMART
Utbildningscentrum

Agenda för lektionen

1. Redovisa hemuppgift
2. Dagens teman – ämnet (2 st)
3. Sammanfattning
4. Val av hemuppgift
5. Feedback
6. Kort om nästa session och avslutning

SMART
Utbildningscentrum

Agenda för lektionen

<ol style="list-style-type: none"> 1. Redovisa hemuppgift 2. Dagens teman – ämnet (2 st) 3. Sammanfattning 4. Val av hemuppgift 5. Feedback 6. Kort om nästa session och avslutning 	<p>Låt klienterna berätta hur de utfört hemuppgiften, vad som blev tydligt och vad de särskilt lärt sig</p>
--	---

SMART
Utbildningscentrum

Agenda för lektionen

<ol style="list-style-type: none"> 1. Redovisa hemuppgift 2. Dagens teman – ämnet (2 st) 3. Sammanfattning 4. Val av hemuppgift 5. Feedback 6. Kort om nästa session och avslutning 	<p>Informera i dialog – nyckelfrågor</p> <p style="text-align: center;"><i>Tillför – Utforska – Tillför</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Berätta vad ni redan känner till - Vad har ni redan prövat? - Vilka är era erfarenheter av...? - Hur vill ni använda...? - Vad fungerar bra? - Vad är svårt? - Vad kan ni göra annorlunda?
--	--

SMART
Utbildningscentrum

Agenda för lektionen

1. Redovisa hemuppgift
2. Dagens teman – ämnet (2 st)
- 3. Sammanfattning**
4. Val av hemuppgift
5. Feedback
6. Kort om nästa session och avslutning

Låt klienterna sammanfatta sessionen utifrån hur de uppfattat det ni gått igenom

Frågor;

- Vad har vi gjort idag?
- Vad behöver jag göra tydligare?
- Vad tar ni särskilt med er?
- Vad kommer ni att använda er av?

SMART
Utbildningscentrum

Agenda för lektionen

1. Redovisa hemuppgift
2. Dagens teman – ämnet (2 st)
3. Sammanfattning
- 4. Val av hemuppgift**
5. Feedback
6. Kort om nästa session och avslutning

Låt klienterna välja hemuppgift
Demonstrera med exempel
Erbjud klienterna att konstruera en egen hemuppgift

SMART
Utbildningscentrum

Agenda för lektionen

1. Redovisa hemuppgift
2. Dagens teman – ämnet (2 st)
3. Sammanfattning
4. Val av hemuppgift
- 5. Feedback**
6. Kort om nästa session och avslutning

Låt klienterna ge feedback till programledarna

Frågor;

- Vad kan vi göra annorlunda?
- Vad fungerar bra?
- Hur ser ni på användbarheten at det vi gjorde idag?

SMART
Utbildningscentrum

Agenda för lektionen


1. Redovisa hemuppgift
2. Dagens teman – ämnet (2 st)
3. Sammanfattning
4. Val av hemuppgift
5. Feedback
- 6. Kort om nästa session och avslutning**

Avsluta sessionen med kort information om nästa tillfälle

SMART
Utbildningscentrum

Förmöte

- Presentation av deltagare och ledare
- Schema
- Frånvaro
- Individuella samtal
- Överenskommelser/ gruppregler
- Kort presentation av Återfallsprevention
- Gruppdiskussioner, rollspel
- Hemuppgifter
- Audit (eller annat instrument)
- Värderingar och mål



SMART
Utbildningscentrum

Tips och trix

Använd tavlan och väggarna!	Sätta scenen
Använd gruppen	S-B-K
Deviser/kloka ord	Gruppens exempel på tavlan
Svåra ord	Agenda
"Parkering"	Schema för kursen
Kognitiva förvrängningar	Hemuppgifter
Exempel på sokratiska frågor	Överenskommelser
Jobba två och två	Isbrytare
Sammanfattningar;	Använd chatten
- Ett ord om lektionen	Ge varandra feedback!
- Hånde, kände, lärde	
- Detta tar jag med mig	

