



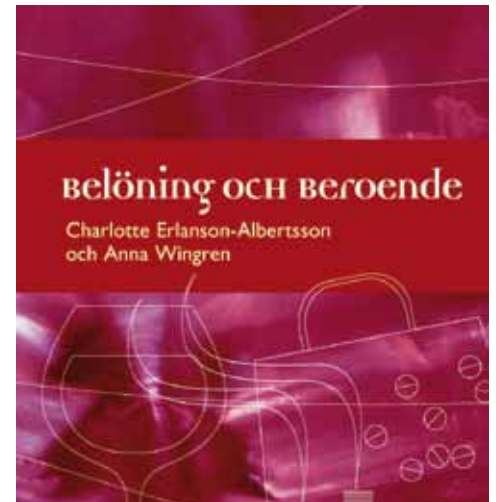
Reflektion

Ett nyhetsblad från Nämndemansgården

2009/1

Här kan mamma och barn reparera sin relation

LÄS MER PÅ SIDAN 2-4



Varför blir den nyttiga belöningen ett farligt beroende?

Läs mer på sidan 6



Ministern vill individanpassa vården

Läs mer på sidan 7



Man måste förlora sitt liv för att vinna det

Läs mer på sidan 7



Få koll på alkoholen innan den gör skada

Läs mer på sidan 8

Prokrami
nu en del av
Nämndemans-
gården

Både humant och ekonomiskt att förhindra växande ohälsa

Nämndemansgården har vuxit, och med glädje presenterar vi nu Prokrami och Idavallen som nya delar i vårt utbud.

Prokrami är en unik kvinno-behandling, grundad 1993 och belägen på Rönneholms slott. Parallellt med kvinnoprogrammet finns också mamma/barn-behandling.

Idavallen har sedan år 2000 varit behandlingsstället för pojkar och unga män. Här har man kombinerat värme och professionalism, och rönt mycket uppskattning från landets kommuner. Läs mer om Idavallen i kommande nummer av Reflektion.

Dessa tillskott förstärker Nämndemansgården, och ger oss en bredd som möter i stort sett hela befolkningens hjälpbehov inom alkohol-/drogproblematiken.

Efterfrågan på våra behandlingar och utbildningar gör att vi snart öppnar ett nytt center med öppenmottagning mitt i Göteborg, där vi sedan ett år tillbaka har bedrivit eftervård.

Behovet av hjälp för alkohol- eller drogproblem fortsätter att motivera människor att komma till Nämndemansgården. Att det är svåra ekonomiska tider gör det än mer viktigt att våga satsa på framtiden. Ett olöst alkohol-/drogproblem växer ofta med tiden och konsekvenserna hotar att bli allt mer smärtsamma. Det är inte bara humant, utan också klokt ur ekonomiskt hänseende att förse sig själv, sin familj, arbetskamrater och anställda med kunskap och verktyg som kan förhindra växande ohälsa.

Våra duktiga utbildare sätter samman program som är forskningsnära och möter dagens behov av kunskap, kraft och kompetenshöjning. Vi strävar också kontinuerligt efter att med omsorg och hög kvalitet erbjuda effektiv hjälp, noggrant anpassad efter individens behov ur ett helhetsperspektiv.

Vi ser fram emot nya och inspirerande möten, och välkomnar er alla till föreläsningar, nätverkmöten, coachsamtal, och annan kontakt. Jag hoppas att ni finner intressant läsning i detta nummer av Reflektion, och önskar er en riktigt härlig vår.



Inez Hamilton

Inez Hamilton är VD för Nämndemansgården i Sverige AB.

Hon har arbetat framgångsrikt med alkohol/drogproblematik under de senaste tio åren och

hennes senaste tjänst var som enhetschef för Nämndemansgården Vianova i Stockholm.



Unik kvinno-behandling breddar Nämndemansgården

Sedan årsskiftet är Prokrami Kvinno-behandling och Malins Minne en del av Nämndemansgården. En viktig och för Sverige unik verksamhet som kompletterar och breddar Nämndemansgårdens utbud.

På Rönneholms slott i mellersta Skåne har Prokrami sedan 90-talet bedrivit framgångsrik behandling av särskilt utsatta kvinnor samt kvinnor med små barn. Under åren har man utvecklat ett eget 12-stegsbaserat behandlingsprogram utifrån dessa kvinnors specifika problematik. Behandlingstiderna är ofta långa och förutom själva beroendet fokuserar man på kvinnans sociala situation och nära relationer. Idag finns enheterna Prokrami Kvinno-behandling, Malins Minne för mammor och barn samt Lilla Malin för ensamplacerade barn.

Nämndemansgården har samarbetat med Prokrami i flera år och sedan årsskiftet ingår Prokramis verksamhet i Nämndemansgården. För Thomas Wiklund, delägare i Nämndemansgården, är det ett viktigt tillskott.

– Utifrån vår vision, som bland annat säger att vi med vår behandling ska täcka in ett komplett spektra av beroendegrupper, är detta ett naturligt steg. Prokrami kompletterar vårt tidigare utbud mycket bra. Vi får ett större fokus på kvinnor och en mycket bra kompetensförstärkning inom det här området. Även på Prokrami ser enhetschef Gunilla

Storck att sammanslagningen öppnar för många synergieffekter.

– Vi kommer att kunna verka utifrån en mycket större plattform med en bredare kompetens och med möjligheter till mer kompetensutveckling. Vid behov få vi också möjlighet att slussa patienter till en annan enhet, så som vi t.ex. gör idag när en gravid kvinna börjar sin behandling på Kvinno-behandlingen och efter förlossningen flyttar över till Malins Minne.

Nämndemansgårdens geografiska spridning ger också en rad fördelar. Anhöriga behöver inte resa till Rönneholms slott för att göra sin familjevecka och man kan erbjuda patienterna efterbehandlingsgrupper på fler orter i Sverige.

Förvärvet av Prokrami innebär att dess ägare Mats Paulsson, VD Peab, och Nils Gyllenkrok, Råby Räddningsinstitut, nu är delägare i Nämndemansgården vilket Thomas Wiklund också ser som en betydande tillgång.

– De har båda ett personligt engagemang för människor som råkat illa ut och tillför en stor kunskap som stärker Nämndemansgården.



Malins Minne är inrymt i en byggnad som en gång i tiden var slottets orangeri. Huset är omgivet av lummig grönska och härlig gräsmatta som lockar till lek.

Att hitta tillbaka till livet



I den varma och ombonade miljön får både kvinnor och barn kraft att koncentrera sig på att tillfriskna.

Det är en mild vårvinterdag när vi besöker Rönneholms slott med de tre enheterna Prokrami Kvinnobehandling, Malins Minne och Lilla Malin. Det är lugnt och stilla så här mitt på dagen. De yngre barnen är på förskolan, som ligger i ett mindre hus på området, medan de äldre går i skolan i närbelägna Stehag. Under tiden fokuserar deras

Rönneholms slott har blivit en viktig fristad för utsatta kvinnor med beroendeproblem. Här behandlas de enligt 12-stegsmetoden samtidigt som de får stöd att förbereda sig för en självständig tillvaro med arbete och bostad och – inte minst – att reparera relationen till sina barn.

mammor på sin 12-stegsbehandling och att skapa förutsättningar för en frisk och trygg tillvaro tillsammans med barnen.

Svenssonliv

Till Prokrami Kvinnobehandling, som startade i början på 90-talet, remitterar kriminalvård och socialtjänst kvinnor med

alkohol- eller drogproblem som till följd av sitt beroende kan ha hamnat i kriminalitet. Förutom 12-stegsbehandlingen får de möjlighet att genomgå en rad olika program, som kriminalitets-, relations- och familjeprogram. Man samverkar även med prostitutionsgruppen och Ambulatoriet (barnmorskor) i Lund.

[FORTSÄTTER PÅ NÄSTA SIDA](#)



Rönneholms slott och dess omgivning utgör en rofylld och vacker miljö som i många fall kan befrämja tillfrisknandet. "En kvinna sa efter sin behandling att det var här hon lärde sig vad årstider är.", berättar enhetschef Gunilla Storck.

FORTSÄTTNING FRÅN SIDA 3

För många som genomgår behandling här har livet varit stökigt och fullt av motgångar. Förutom att bli nykter eller drogfri gäller det nu att få livet på rätt köl och börja leva ett "svenssonliv". Detta är en livsavgörande förändring som tar tid och därför bor man här ca ett halvår och får sedan efterbehand-

“När man bor här ska man känna att man blir respekterad och är värdefull”

ling på sin hemort under ett helt år.

De som har hunnit en bit på sin behandling arbetstränar på en arbetsplats. Målet är att varje patient ska finna, få och behålla ett arbete och stora resurser läggs på utslussverksamheten för kvinnorna.

Allt detta kräver ett starkt förtroende mellan patient och behandlingspersonal och en djup tro på människans inneboende förmåga.

– När man bor här ska man känna att man blir respekterad och är värdefull – vilket alla har rätt till oavsett vad de har i bagaget, säger enhetschef Gunilla Storck. Hon har arbetat här sedan 2000 och blir fortfarande berörd av de öden hon möter.

1996 kompletterades kvinnobehandlingen på Rönneholms slott med Malins Minne, en behandlingsenhet för mammor med små barn som uppkallats efter Malin Gyllenkrok. En sann pionjär som redan vid mitten av 1800-talet månade om unga pojkar och flickor på glid.

Stöd att reparera relationen

Malins Minne är inrymt i en ombonad och hemlik miljö där mammor och barn upp till 13 år bor under ett halvår, ofta längre. Tanken med Malins Minne är att mamma och barn mår bäst av att vara nära varandra. Genom att bo i en trygg och omvårdande miljö, i gemenskap med andra och med en engagerad personal, får de möjlighet att reparera sin relation och tillfriskna tillsammans.

Förskolan på Rönneholms slott har en betydligt större personaltäthet och här finns specialpedagog. Verksamheten präglas av tydliga rutiner och är en lugn, trygg miljö där barnet kan börja känna förtroende för både mamma och andra vuxna.

Barn över fem år deltar i skuld- och avlastningsprogrammet CAP (Children Are People Too). Där får de möjlighet att berätta om sig själva och träffa andra barn med liknande erfarenheter. Mamman i sin tur genomgår ett program för föräldrautveckling. För båda upprättas handlingsplaner som man följer under hela behandlingstiden.

På Rönneholms Slott finns dessutom HVB-hemmet Lilla Malin där man har resurser att ta emot upp till sex barn. Orsaken kan vara att mamman inte har vårdnaden och gör sin behandling på Kvinnobehandling eller att hon har varit på behandling men tagit ett återfall. Då kan barnen bo på Lilla Malin under en kortare eller längre tid för att få känna trygghet och kontinuitet med personal de redan känner, samt ta del av den specifika kompetens som finns här.

En seger värd att fira

Dagen för utskrivning är stor och viktig för alla kvinnor och barn.

– Det är lite som en skolavslutning med dip-

lom och blommor, skratt och tårar. Anhöriga, vänner och socialsekreterare är med och firar och varje kvinna som skrivs ut planterar ett träd här i parken. Det börjar bli så många träd nu så att vi får gå över till buskar, berättar Gunilla Storck.

Många som har genomgått behandling på Rönneholms slott fortsätter att hålla kontakten med behandlingshemmet. Somliga upplever att tiden här har varit den lyckligaste i deras liv, eller åtminstone den mest livsavgörande tiden. Även barnen har positiva minnen att bära med sig och den årliga julfesten på slottet är välbesökt.

Behandlingarna som genomförs här är tidskrävande och därför kostsamma. Men det är också behandlingar som, förutom nykterhet eller drogfrihet, syftar till ett välordnat och friskt liv där kvinnan är självförsörjande och lever ett bra liv med sina barn. Det ger både mänskliga och samhälleliga vinster som vida överstiger kostnaderna.

Behandlingen

På Prokrami Kvinnobehandling och Malins Minne är behandlingen uppdelad i flera olika steg under ca 1,5 år. Den inleds med primärbehandling, följd av förlängd behandling och sedan utslussning där man förbereder sig för ett liv utanför behandlingshemmet. Sin efterbehandling genomgår man samtidigt som man bor i egen bostad eller kollektiv samt arbetar eller studerar. Deltagande i AA eller NA är obligatoriskt under hela behandlingstiden.

Nytt på forskningsfronten

Hösten 2008 hölls en internationell forskarkonferens på temat "Animal models in alcohol research" i italienska Cagliari. Bakgrunden till att man valt detta tema är en besvikelse över svårigheterna att tillämpa framgångsrik djurforskning på mänsklig alkoholism. Det nämndes att mer än 50 olika läkemedel kan få stopp på djurens alkoholdrickande men endast två (Campral och Revia) fungerar och har godkänts för människor.

Genom selektiv avel kan man få fram råttstammar som väljer alkoholflaskan framför vattenflaskan i en fri valsituation. Pionjärer är finska forskare som hållit på med detta i 40 år. Andra europeiska forskare låter råttor få alkohol i andningsluften dygnet runt varvid de blir alkoholiserade på tre veckor. Både arv och miljö kan testas i det oändliga. Likväl är det mycket svårt att hitta förändringarna i hjärnan. Amerikanska forskare är mycket skickliga i att hitta avvikelser i kromosomer, arvs massa eller användningen av arvs massan. Skillnaderna är få och små. Även möss kan användas som försöksdjur men på ett annat sätt än råttor. Hos möss kan man ta bort (knock-out) eller stoppa in (over-expressors) specifika arvsanlag. De är kraftfulla forskningsinstrument men har massor med begränsningar och fallgropar.

Inte heller mössen har tillfört alkoholforskningen något av betydelse som människan har nytta av, t.ex. i form av läkemedel mot alkoholism.

Det kan vara så att modellerna är felkonstruerade. Eller så duger helt enkelt inte råttor och möss som modeller för människan trots att vi är så nära släkt. Möss, råttor och människor har 95 % gemensamma arvsanlag! Det som forskarna framför allt tagit fasta på är att vi har en struktur mitt inne i hjärnan som ser ut och fungerar på samma sätt hos djur och människor. Det är hjärnans belöningssystem, även kallat lustcentrum. I den strukturen ger alkohol upphov till rus och eufori och ett minne att upprepa den lustfyllda berusningen. Men alla människor blir ju inte alkoholister fast de använder alkoholhaltiga drycker. Det måste finnas något mer i människans hjärna som djuren inte har. Någon struktur i människohjärnan som utövar gott omdöme och behärskning. Vad är det som skiljer människans hjärna från djurens?

Jo, det är framför allt hjärnbarken och speciellt den som sitter allra längst fram bakom pannan, den s.k. prefrontalcortex. Det är där vi processar medvetandet, kreativiteten, pengars värde, tidens gång och ordnar handlingar och minnen i kronologisk ordning.

Människans prefrontalcortex är större i förhållande till hjärnvikten och framför allt mycket tjockare än vad som gäller för alla andra djur.

Vi har vår prefrontalcortex på gott och ont. Kanske är det här som vi planerar krig men också skapar poesi. "Möss och människor" skrevs av John Steinbeck 1937. Han fick Nobelpriset i litteratur 1962. De tre första amerikaner som fick priset, Sinclair Lewis, Eugene O'Neill och William Faulkner, var alla alkoholister. Den fjärde var Hemingway, som aldrig gillade att bli kallad alkoholist. Den femte var Steinbeck som stundtals drack omåttligt. Alkoholism och kreativitet är uppenbarligen inte varandras motsatser och människans hjärna oerhört komplicerad.



Christer Alling är läkare. De senaste 20 åren har han studerat alkoholens verkan speciellt på nervcellerna. Christer Alling är medlem i det forskningsråd som inrättats av Nämndemansgården i Sverige AB.

De 12 stegen

Fortsättning från förra numret.

STEG 6

Vi var helt och hållet beredda att låta Gud avlägsna alla dessa karaktärsdefekter.

STEGARBETET HADE ÖKAT MIN medvetenhet om mig själv.

För att skapa en förändring och ha möjligheten att känna mer varaktig harmoni, frihet och glädje insåg jag att det inte fanns utrymme för tvivel eller tveksamhet. Jag ville inte låta stolthet eller skam hindra mig från att släppa taget om destruktiva tanke-mönster. En spännande övning i steg 6 var att identifiera motsatsen till karaktärsdefekten, och tänka sig in i hur det skulle vara att leva med den. T.ex. att byta ut rädsla mot tillit/trygghet. Att det kunde vara så enkelt, bara byta tanke! Att bli befriad från ilska och känna förlåtelse. Bli befriad från skam och känna acceptans... I min process genom stegen hade jag skapat tillit till en universell livskraft. Med tro på att denna kunde och ville hjälpa mig, skedde en förändring som var mycket positiv och gav lugn i mitt sinne. Nu ville jag ödmjukt och beslutsamt låta denna kraft lyfta bort en negativ tanke och hjälpa mig att fokusera på motsatsen. Att få balans och förutsättningar att vara fri i mig själv var mitt mål, och jag var helt och hållet beredd att ta språnget. Det fanns inget att vara rädd för.

Inez Hamilton, VD för Nämndemansgården i Sverige AB, beskriver De tolv stegen utifrån ett personligt perspektiv.



När belöning blir ett beroende

Människan söker ständigt belöning. Det är en positiv drivkraft som får oss att må bättre. Men jakten på belöning kan övergå i beroende och då är effekterna inte alls så hälsosamma längre.

Från glädjemolekyl till beroende. Det är den träffande rubriken på föreläsningen som Charlotte Erlanson-Albertsson, professor och forskare i medicinsk och fysiologisk kemi, och Anna Wingren, beroendeterapeut och konsult, nyligen höll i Blentarp. Utgångspunkt var deras gemensamma bok *Beroende och belöning* (Ica Bokförlag 2008).

Nödvändiga belöningar

Som forskare har Charlotte Erlanson-Albertsson i flera år studerat hur hjärnans belöningssystem fungerar. När vi konsumerar viss föda, alkohol eller nikotin känner vi först en smak i munnen, en sensorisk impuls. Den leder till att en nervsignal skickas upp i hjärnan, som tolkar signalen och frigör belöningmolekyler som till exempel dopamin, endorfin och serotonin. Effekterna av dessa är många och positiva och kan bland annat resultera i minskad ångest och lägre stresströskel. Charlotte Erlanson-Albertsson förklarade att just dessa två belönings-effekter faktiskt är direkt avgörande för vår överlevnad, eftersom vi av naturen har en hög ångest- och stressnivå som inte är särskilt nyttig för hjärta och blodkärl.

Genernas betydelse

Kroppen är utrustad med ett mycket bra minne och vill gärna äta den där chokladen eller dricka vinet för att återuppleva belöningen. Problemet är att detta kan leda till att jag måste ha belöningen och att kroppen kräver en allt större mängd choklad eller vin för att nå upp till full effekt.

– Vår kropp är bra på att anpassa sig och strävar hela tiden efter en jämvikt. Vid en överkonsumtion av till exempel alkohol avsätter kroppen färre belöningmolekyler. Det leder till abstinens och att jag måste dricka mer för att få upp molekylerna till samma nivå som tidigare, förklarade Charlotte Erlanson-Albertsson.

Huruvida ett sunt belöningsbehov övergår i beroende avgörs delvis genetiskt. Man har i

studier funnit att det finns gener som anpassar sig snabbare och är bättre på att tillgodogöra sig belöningen än andra gener. Det är även

signal kan vara att man tål alkohol bra. Men hon kom också med många hoppfulla råd om hur man som anhörig, kollega eller vän kan

“Vår kropp är bra på att anpassa sig och strävar hela tiden efter en jämvikt.”

genetiskt betingat hur snabbt man omsätter alkohol eller nikotin. En snabb nedbrytningsprocess ger färre biverkningar och negativa konsekvenser av konsumtionen. Är man född med en viss genuppsättning kan alltså en överkonsumtion ligga nära till hands.

Inga hopplösa fall

Beroendeterapeuten Anna Wingren beskrev det som att hjärnans belöningssystem är ”permanent ommöblerat” på en person som utvecklat ett beroende, och en tidig varnings-

hjälpa den beroende genom att vara tydlig och konsekvent och, inte minst, bekräfta och stötta personen. Hon framhöll bland annat att ett återfall inte alls bör ses som ett misslyckande, utan som ett tecken på sjukdom och att det kan utnyttjas positivt i behandlingen. Kanske blir återfallet den verkliga vändpunkten.

– Inte ser man en hjärtpatient eller diabetiker som inte följer doktors rådet som misslyckad och hopplös!



Terapeuten Anna Wingren och forskaren Charlotte Erlanson-Albertsson har tillsammans skrivit boken *Belöning och beroende* (ICA bokförlag).

Mitt hjärtas födelsedag

Som 18-åring drömde jag om att jag skulle bli en firad konstnär och författare. Jag såg framför mig hur jag satt i TV-soffor och visste saker. Det var så mycket jag önskade mig som handlade om bekräftelse. Om mitt egos omättligen behov av uppmärksamhet och om frihet. Som de flesta av oss blev jag fostrad in i det individualistiska livsprojektet – och misslyckades. Det som slutligen knäckte mitt egos många ambitiösa planer var att bli mamma. För barn saboterar – och ska sabotera – de självupptagna livsplanerna.

Jag blev förälder och det kändes som om mitt liv inte längre tillhörde mig. Som om jag fått en brutal knuff och ramlat av den väg som var min. Jag grät. Jag vyssade. Jag blev till slut lugn. Och först då förstod jag att detta med att vara förälder också handlade om att vara i Guds omedelbara närhet. För det märkvärdiga är att när vi älskar våra barn så älskar vi också Gud. På något gåtfullt sätt låter Gud sig representeras av den lilla människan. Det vi gör mot någon som är liten – i alla bemärkelser liten – det gör vi mot Gud själv. Också allt det goda.

Nu vet jag att jag blivit invigd i en dyrbar andlig övning. Den övningen, den principen, finns beskriven i många andliga böcker. Också i Bibeln. Det står att man måste förlora sitt liv för att vinna det. Kirkegaard skriver att man måste kasta sig ut på tusen famnars djup, (och fullständigt förlora balansen) för att finna livets djupaste skikt. Det här kan man förstås få uppleva också utan att bli förälder. Men jag upplevde det just genom att bli mamma.

Ett annat knäckt ego beskrivs i Selma Lagerlöfs "Kejsaren av Portugallien" där Jan Andersson i Skrolycka är olycklig över att han ska bli far. Han har gift sig för att slippa gå som dräng, men nu ser han ett nytt slags slaveri framför sig. I flera timmar går han ute i regnet och gråter över sin framtid, medan hans fru ligger i stugan och föder. När han sedan tvingas hålla barnet i sin famn får han en stöt, så att både han och barnet skakar till. Strax efteråt börjar hans hjärta klappa i bröstet på honom, som det aldrig har gjort förr. Han blir orolig.

- Har Jan aldrig tyckt så mycket om nån, så att ni har fått hjärtklappning förden skull? undrar barnmorskan.

Och i samma stund förstår han vad det var som hade satt igång hjärtat på honom. På Klara Gullas ettårsdag firar Jan i Skrolycka också sitt hjärtas födelsedag. Hans föräldraskap har gjort honom pånyttfödd. Så är det nog även för mig. Egodrömmen är död. Länge leve kärleken!



Camilla Lif är verksam som präst i Kungsholms församling i Stockholm samt andlig rådgivare på Nämndemansgården Vianova.



Boktipset

En oväntad semester

av Marian Keyes (Norstedts)

Detta är historien om hur en ung missbrukande kvinna landar på ett behandlingshem på irländska landsbygden efter ett hektiskt partyliv i New York. Det blir knappast någon semester på en stjärnbestrodd lyxrehab, som hon fantiserat om, utan snarare en kraschlandning i verkligheten. Marian Keyes har skrivit en underhållande och stundtals dräplig skildring av tillvaron på ett behandlingshem. Men den är också insiktsfull och ärlig och ger en god inblick i behandling enligt Minnesotamodellen.

Bästsäljarförfattaren Marian Keyes har själv behandlats för alkoholberoende och vet vad hon skriver om. Hon har i många intervjuer talat öppet om sitt missbruk och sagt att hon gör det för att andra kvinnor ska sluta skämmas och våga söka hjälp.



Minnesord över Rolf Johansson

Den 5 mars gick vår mångårige medarbetare Rolf Johansson bort. Rolf kom till Nämndemansgården 1988 och var med under den fantastiska resan då företaget utvecklades till ett av landets ledande behandlingshem.

Han arbetade inledningsvis som mycket uppskattad terapeut och senare som informatör. Med sin långa erfarenhet både som terapeut och inom Nämndemansgården gav Rolf en känsla av trygghet och var en stor tillgång för oss alla.

Rolf var en enkelhetens man. Hans stora styrka var att han inte krånglade till saker i onödan utan lade kraft på rätt ställe – och att han alltid visade människor stor respekt.

Ministern förordar forskningsbaserad behandling.

Regeringen satsar på en kvalitetshöjning av beroendevården. Det berättade äldre- och folkhälsominister Maria Larsson när hon besökte Nämndemansgården i Blentarp.

Ett av regeringens mål är att förmå socialtjänsten att i större utsträckning använda sig av evidens- och forskningsbaserad behandling.

– Vi vill att socialtjänsten ska arbeta utifrån Socialstyrelsens riktlinjer som kom häromåret, och inte utifrån eget tyckande.

En del av kvalitetsarbetet handlar också om att sätta brukaren i centrum och att han eller hon ska få större möjligheter att välja individanpassad vård. Tanken är att flytta makten

från politikerna till brukarna. Därför har man tagit fram ett förslag på en ny lag, Lag om valfrihetstjänster (LOV).

Regeringen arbetar även med att skapa en nationell likvärdighet i vården. Vilken behandling man får ska inte bero på var i landet man råkar bo eller vilken socialsekreterare man möter. Regeringen vill kunna ranka kommunerna utifrån hur de arbetar och man har tilldelat länsstyrelserna mer resurser för

att utöva bättre tillsyn.

Maria Larsson berättade också att hon möter ett växande intresse för beroendefrågorna bland politiker ute i Europa.

– För ett antal år sedan såg man alkohol som en näringslivsfråga i Europa. Nu talar vi mycket mer om problemen som alkohol leder till – om våld och ungdomsdrickande. Det är en tydlig förändring som vi uppmuntrar.

PRIME For Life ger perspektiv

PRIME For Life är en utbildning för alla som vill reflektera över sin konsumtion av alkohol eller droger. Många arbetsgivare ser den som en möjlighet att fånga upp problem innan de gör skada. Sedan årsskiftet är Sveriges främsta PRIME For Life-expert knuten till Nämndemansgården.

Bakgrunden till att Nämndemansgården vid årsskiftet startade PRIME For Life-utbildning är att det idag finns ett ökande behov av att reflektera över egen eller närståendes konsumtion av alkohol eller droger. Hur uppstår alkohol- och drogproblem? Vad är lågriskbruk?

Forskningsbaserat

Sedan årsskiftet är Anna Sjöström, som har arbetat med drogprevention i många år och varit med om att etablera PRIME For Life i Sverige, knuten till Nämndemansgården.

– De främsta fördelarna med PRIME For Life är att den är 100 % forskningsbaserad - allt vi säger och gör bygger på oberoende forskning - och att den har en tilltro till människors integritet. Vi dömer inte och beslutet att eventuellt förändra sitt beteende är upp till varje person. I USA är utbildningen etablerad sedan flera decennier och växer för varje år. I 12 olika delstater döms man till exempel till PRIME For Life-utbildning vid rattfylleri. – I Sverige har man länge varit ganska bra på behandling men sämre på att fånga upp människor innan beroendet är utvecklat och skadan skedd, säger Anna Sjöström.

Förändra i tid

PRIME For Life består dels av ett självbedömningsverktyg för att uppskatta personlig risknivå. Här läggs stor vikt vid genetisk sårbarhet och man tittar på familjebakgrunden. Finns det alkoholism i familjen är risken att man själv ska drabbas fyra gånger högre.

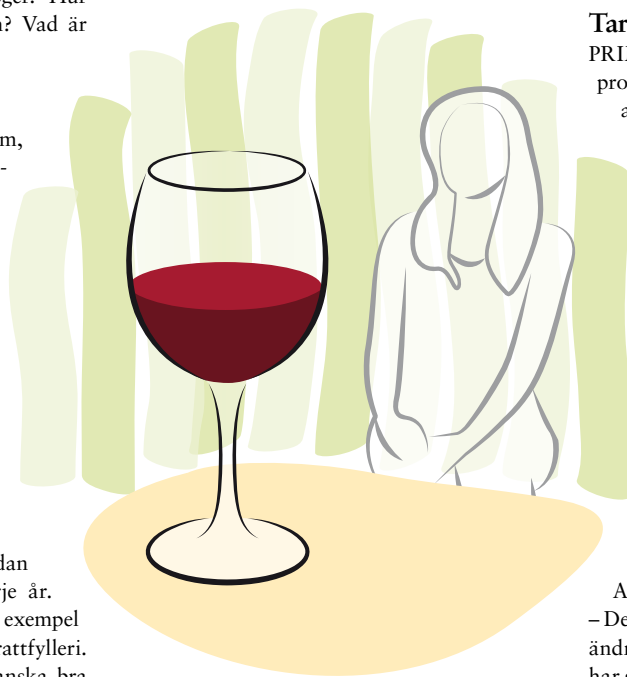
Utbildningen fokuserar på värderingar och hur man hittar balans i livet. Dessutom ger den riktlinjer för lågriskbruk; hur man undviker att

– Personer som har genomfört utbildningen är mer benägna att gå in i en behandling. De är bättre motiverade och vi ser också att behandlingen blir mer lyckad.

Tar alkoholen på allvar

PRIME For Life är ett dynamiskt utbildningsprogram som hela tiden utvecklas utifrån aktuell forskning. Programlängden kan anpassas efter kundens behov. I sin kortaste version är det en halvdagsutbildning och som längst 25 timmar. Idag är det framförallt arbetsgivare som satsar på tjänsten men den är öppen även för privatpersoner. De flesta arbetsgivare som Anna Sjöström träffar har ambitioner att arbeta förebyggande men har tidigare inte vetat hur man kan göra det. Med PRIME For Life får man ett gemensamt språk inom organisationen för att tala om alkohol och droger. Ämnet blir mindre laddat och dramatiskt samtidigt som man tar det på största allvar, menar Anna Sjöström.

– Det finns till och med en del företag som har ändrat sin representationspolicy efter att de har genomfört PRIME For Life-utbildningar.



alkoholkonsumtionen leder till hälsoproblem eller allvarliga olyckor – vilket faktiskt är den vanligaste alkoholrelaterade dödsorsaken. PRIME For Life skapar en medvetenhet vilket är ett första steg mot förändring och målet är att få människor att själva göra en förändring innan ett problem uppstår. Men även i de fall man redan har utvecklat ett beroende har utbildningen betydelse menar Anna Sjöström.



Anna Sjöström har lång erfarenhet av att arbeta med drogprevention och PRIME For Life-utbildning.