



CRAFT

Community Reinforcement and Family Training

Karin Romberg, leg. Psykolog

craftstudien.se

Anders Hammarberg

Niels Eek

Ola Siljeholm

Lisa Bäckman

Erfarenheter av anhörigbehandling

- Anhörig = någon som lever nära någon med alkohol- eller drogproblem
- Närstående = personen med alkohol- eller drogproblem

CRAFT

Utvecklades ur Community Reinforcement Approach (CRA). En metod för behandling av alkohol- och drogeroende patienter

Först som Reinforcement Training Program 1986

Sisson, R. & Azrin, N. (1986). Family-member involvement to initiate and promote treatment of problem drinkers. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 17, 15-21.

CRAFT vidareutvecklades till sin nuvarande form av Robert J Meyers

Meyers, R. J. & Smith, J. E. (1997). Getting off the fence: Procedures to engage treatment-resistant drinkers. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 14, 467-472.

CRAFT har i flera studier visat sig effektivt

Roozen, H. G., de Waart, R., van der Kroft, P. (2010) Community reinforcement and family training: an effective option to engage treatment-resistant substance-abusing individuals in treatment. *Addiction*, 105, 1729-1738



CRAFT

En behandlingsmodell framtagen för anhöriga som vill påverka sin närstående med beroendeproblem att söka behandling

I CRAFT jobbar man mot tre mål

- Att minska konsumtionen av alkohol eller droger
- Att få in den med beroende i behandling
- Att den anhörige ska förbättra sin livskvalitet

CRAFT

- En manualbaserad behandling
- 10 grundkomponenter
- 8-12 sessioner
- Baserat på MI och KBT
- Fokus på att öva på färdigheter:
 - Rollspel
 - Hemuppgifter

CRAFT

Procedurer

1. Rational och motivation
2. Funktionell analys
3. Att hantera våld
4. Kommunikationsfärdigheter
5. Att använda positiv förstärkning
6. Time-out från positiv förstärkning
7. Att låta naturliga konsekvenser ha sin gång
8. Problemlösning
9. Att förbättra den anhöriges livskvalitet
10. Att föreslå behandling

Rational och motivation

Anhöriga har mycket goda möjligheter att påverka den med alkohol- eller drogproblem att förändras

- De har kunskap om alkohol-/drogproblemet och om den närstående
- De har mycket kontakt med den som dricker

Funktionell analys

- Den anhöriges kunskap systematiseras
- Antecedenter för alkohol- eller droganvändande
- Användarbeteendet beskrivs från start till slut
- Förståelse för substansanvändandets funktion
- Långsiktiga konsekvenser möjliga motivationsfaktorer

Att hantera våld

- Kartlägg våldsamma situationer
- Hitta antecedenter och "röda flaggor"
- Lågriskbeteenden vid antecedenter
- Dra sig undan vid "röda flaggor"
- Gör en plan för att snabbt ta sig därifrån

Kommunikationsfärdigheter

7 principer om positiv kommunikation

Använd rollspel för att träna in nya färdigheter

1. Var kortfattad
2. Var positiv
3. Fokusera på specifika beteenden

Kommunikationsfärdigheter

4. Sätta ord på känslor
5. Visa förståelse
6. Ta på sig ansvar
7. Erbjud hjälp

Positiv förstärkning av nykterhet

Riktlinjer för att hitta positiva förstärkare:

- uppskattas av den med beroende
- billigt eller gratis
- lättillgängliga
- acceptabla att ge för den anhörige

Positiv förstärkning av nykterhet

- Funktionell analys av hälsosamma alternativa beteenden
- Öka tillgången till dess antecedenter
- Öka tillgången till positiv förstärkning i samband med det alternativa beteendet
- Endast förstärkning vid nykterhet
- Berätta om sambandet mellan utdelad förstärkning och alternativt beteende

Positiv förstärkning av nykterhet

Vanliga problem

- Anhöriga känner inte igen tecken på alkohol- eller droganvändning – informera och kartlägg
- Anhöriga uppger att den andre aldrig är nykter – kartlägg
- Den närstående gör aldrig några alternativa beteenden – gör en plan för att uppmuntra alternativ aktivitet

Hantera problembeteendet

Time-out från positiv förstärkning

Låt naturliga konsekvenser ha sin gång

Problemlösning

1. Definiera problemet
2. Brainstorma förslag
3. Välj ett alternativ
4. Identifiera hinder – hitta strategier
5. Ta beslut om att genomföra planen
6. Genomför
7. Utvärdera

Att förbättra den anhöriges livskvalitet

Träna den anhörige i att öka tillgången till positiv förstärkning och välmående

Utvärdera den anhöriges nöjdhet inom flera områden

Börja med ett lagom svårt område och sätt ett mål för det

Riktlinjer för att formulera ett beteendemål

1. Kortfattat
2. Positivt formulerat
3. Specifika beteenden
4. Rimligt
5. Inom den anhöriges kontroll
6. Baserat på den anhöriges färdigheter

Att föreslå behandling

- Förbered samtalet
- Välj tidpunkt med förändringsbenägenhet
- Använd kommunikationsprinciper

?

Tack för att ni lyssnat!

