

Gruppverksamhet med alkoholister i öppen vård

Av socionom Kurt Sjöström, Malmö

Föreliggande synpunkter redovisas på grundval av ett par korta studieresor i utlandet hösten 1960 och våren 1961 samt på praktiska erfarenheter från grupparbete med alkoholisthustrur och alkoholister vid nykterhetsnämnden i Malmö. I grupparbetet vid nykterhetsnämnden har 1:e assistenterna Lennart Guldbrand och Leif Holgersson medverkat.

Det är nödvändigt att redan inledningsvis framhålla begränsningar i ämnet. För det första avses här med gruppbehandling eller grupparbete endast sådan gruppverksamhet, som syftar till att öka deltagarnas kunskaper och färdigheter. Samtidigt med detta pedagogiska inslag är målet att ändra deltagarnas attityder och inställningar i bestämd riktning. För det andra bör de här framförda synpunkterna inte betraktas som slutgiltiga och färdiga, utan endast som en redovisning av erfarenheter, som kanske i vissa avseenden senare kan få modifieras. Gruppterapi är som praktisk rehabiliteringsmetod ännu ganska ny och den tillgängliga vetenskapliga litteraturen på området är relativt ringa.

Gruppterapis grundidé

Människorna lever i grupper. Nationen är den stora gruppen, som i sig innesluter mindre, exempelvis olika samhällsbildningar, familjer, föreningar och gängbildningar. Dessa grupper formas genom de rådande sociala förhållandena och sammanhålls även genom vissa särskilda, gemensamma intressen hos gruppmedlemmarna, vilket naturligtvis inte utesluter, att det kan finnas åsiktsskillnader inom grupperna. Människorna är således inplacerade i ett socialt sammanhang och i förbindelse med gruppmedlemmarna formas attityder och inställningar på grundval av eget eller andras erfarenhetsmaterial. Det är gruppernas betydelse vid attitydbildningen, som tillvaratas, när man skapar "konstlade" grupper för social rehabiliteringsverksamhet. Detta

är alltså grupparbetets grundidé. Dynamiken i gruppen skall inte här närmare beröras. Den kan delvis studeras bl. a. genom olika sociometriska metoder, dvs. genom undersökning av gruppmedlemmarnas relationer till varandra. I barnbyn Pestalozzi, Trogen, Schweiz, som jag besökte hösten 1960, gjorde man regelbundna sociometriska undersökningar. Visade det sig att något av barnen löpte fara att isoleras från kamraterna, sökte man därefter klarlägga orsakerna samt vidtaga motåtgärder. En sådana metod har inte kunnat användas i grupparbetet vid nykterhetsnämnden, men genom att iakttaga deltagarna under diskussionerna i klientgrupperna, har det varit möjligt att i viss mån följa de inre förändringarna i grupperna.

Målsättningen

Som redan inledningsvis nämnts, är målsättningen för den gruppterapi, som här avses, inte att behandla psykiska besvär hos gruppmedlemmarna eller att åstadkomma förändringar i personligheten. Uppgiften är att ge kunskaper och färdigheter och samtidigt ändra attityder, intresseinriktningar och uppfattningar. I detta sammanhang bör attitydbegreppet något beröras. Det användes här som ett sammanfattande begrepp. Med en "attityd" menas en erfarenhets- och idémässigt grundad beredskap att handla på ett visst sätt i en bestämd situation eller vid bestämda impulser. Man bör observera, att denna handlingsberedskap har olika pregnans. Bakom en viss attityd ligger erfarenheter och idéer av olika värde. En attityd kan baseras på vetenskapligt kunskapsmaterial, men den kan också härröra ur en mindre kunskapsbetonad "uppfattning", "föreställning" eller rent av på en "vanföreställning". Attityden kan också ha en utpräglad emotionell bakgrund. Det är av värde att observera den skillnad som föreligger. En "attityd" är ofta djupt förankrad och svår att ändra. Man måste

undergräva den genom att förmå gruppmedlemmarna att ändra "tro", "föreställning", "uppfattning" eller "åsikt". Alkoholmissbrukarna har exempelvis som regel en alldeles bestämd attityd visavi nykterhetsnämnden. Denna attityd är som regel negativ. Det är en beredskap att misstolka och negligera åtgärder från nämndens tjänstemän. Den är baserad på olika föreställningar, uppfattningar och åsikter. Klienten kan t. ex. ha en *föreställning* att nykterhetsnämnden hyser en önskan att placera honom på anstalt. Han är kanske av den *uppfattningen* att nämndens tjänstemän endast sätter tilltro till vad andra säger om klienten. Innan man kan påverka den avgörande, dominerande attityden, måste man ändra på klientens föreställning och på hans uppfattning.

När det gäller de grupper, som vi arbetat med vid nykterhetsnämnden i Malmö, är strävandena att ändra attityderna intimt förknippade med en pedagogisk verksamhet. Flertalet av gruppdeltagarna saknar elementära kunskaper om alkoholens verkningar och skadeverkningar och om modern nykterhetsvård. Deras ofta på missuppfattningar grundade inställning till nykterhetsvården och dess metoder är ett väsentligt hinder ur behandlingssynpunkt.

I synnerhet på tre områden har vi genom gruppterapin försökt att påverka klienterna.

1. Gruppdeltagarnas inställning till alkoholen.
2. Deras förhållande till anhöriga.
3. Deras attityder gentemot nykterhetsnämnden.

Under den första rubriken kan man urskilja ett flertal olika uppfattningar och vanföreställningar, som vi försökt påverka. Bland dessa kan nämnas föreställningen att spriten har nyttoeffekt och uppfattningen att det går att använda sprit med måtta (vilket i praktiken är omöjligt för en alkoholist).

Förhållandet mellan alkoholisten och hans anhöriga baseras ofta på bristande kunskaper, missuppfattningar och missförstånd. Alkoholisterna har ofta haft den uppfattningen, att det inte går att resonera med hustrun eller att hon inte förstår hans problem utan att han verkligen vågat sig på en diskussion av dessa. Hustrun anser å andra sidan ofta, att maken t. ex. ej kan taga ansvar

och därför ger hon honom inget förtroende — eller att han missbrukar spritdrycker därför att han är "stygg". Förhållandet till nämnden varierar hos olika klienter. En del hustrur har förtroende för nämnden enbart därför att de tror sig kunna använda nykterhetsnämnden som ett hot mot maken eller som ett instrument mot honom. Deras attityder är ofta begripliga, men negativa ur behandlingssynpunkt. Männens attityder är lika ofta av motsatt art: "Man kan inte ha förtroende till nämndens tjänstemän, då anstalt alltid lurar i bakgrunden" etc. . . .

Samtliga dessa attityder går att påverka, aningen att mildra eller att upplösa genom grupparbete.

Urval av gruppmedlemmar

I samhället möter man "naturliga" grupper, men terapigruppen har stora likheter med dessa. Det grundläggande skall även här vara, att gemensamma intressen, gemensamma problem och uppgifter förenar deltagarna. När det gäller alkoholmissbrukare och deras hustrur bör detta gemensamma intresse givetvis vara att komma tillrätta med alkoholproblemen. Om detta intresse skall finnas, är det kanske inte alltid nödvändigt att deltagarna är medvetna om problemen, men dock att alkoholmissbruket är så pass avancerat, att skadeverkningar på ett eller annat sätt gjort sig påtagligt kännbara. Genom manifesterade skadeverkningar kan man även räkna med, att såväl klienten som hustrun har större intresse för grupparbetet och dess syften.

De gruppmedlemmar, som deltagit i gruppverksamheten vid nykterhetsnämnden, har valts ut efter denna metod. Vi har dock strävat efter att icke välja klienter med alltför dålig prognos. Det är tänkbart, att det även går att påverka grava kroniska fall, men vi har inte trott att det ligger inom ramen för våra möjligheter för närvarande.

Den första gruppen, som startade, omfattade enbart hustrur. Vi räknade med att det var lättast och konfliktfriast att börja med hustrur till alkoholmissbrukare, i synnerhet som vi hade begränsade erfarenheter. Fördelen med enbart hustrur i

gruppen är, att man ostört kan penetrera deras förhållande till männen, få dem att tala ut om sina problem och om männens uppträdande. En uppenbar nackdel visade sig dock däri, att männen ibland såg med stark misstänksamhet på att hustrurna samlades för att tala om männen och deras alkoholproblem, när dessa ej var närvarande. Vi övergick därför till gruppterapi med såväl hustrur till alkoholmissbrukare som alkoholmissbrukare, vars hustrur även deltog. Fördelen av att ha såväl alkoholmissbrukaren som hustrun med i gruppen är, att man kan påverka såväl männen som hustrurna. Exempel ges på att hustrur eller män identifierar den egna mannens respektive hustruns uppfattningar hos en annan man respektive hustru och vid diskussionen dels avreagerar sig och dels samtidigt får större förståelse och en positivare inställning. Så t. ex. såg fru A. sin egen man i herr B:s gestalt och formulerade sina yttranden i enlighet därmed. Herr B. försvarade sina synpunkter. Mellan dem och med deltagande av andra gruppmedlemmar utspann sig en diskussion, som ökade deras kunskaper och förståelse, en diskussion, som fru A. ej kunnat föra med sin man, då förhållandet mellan dem var sådant, att det inte medgav några förtroendefulla tankeutbyten.

Vi har ännu inte försökt med grupper av enbart manliga alkoholmissbrukare. Det är troligt, att en sådan grupp skulle ha samma fördelar och även samma nackdelar som en grupp av enbart hustrur.

I de grupper vi arbetat med har det funnits deltagare med skilda intellektuella resurser utan att detta har stört. Vidare har gruppdeltagarnas sociala ställning varierat.

Gruppledarens roll

Något bör nämnas om gruppledarens roll i grupparbetet. Gruppledarens uppgift och roll är beroende av den målsättning och det syfte, som grupparbetet har. I de fall det pedagogiska inslaget är dominerande, fordras en större aktivitet från gruppledarens sida. I gruppterapi vid nykterhetsnämnden har som regel samma person fungerat som gruppledare. Ytterligare en av tea-

met har varit närvarande och medarbetat särskilt genom att observera gruppdeltagarna eller en del av dessa, deras yttranden eller övriga aktivitetsyttringar. Gruppledaren och medhjälparen har placerat sig något avsides för att inte komma alltför mycket i centrum. Gruppledarens uppgift har varit att leda diskussionen in på rätt spår. Som regel har detta kunnat ske utan större aktivitet från gruppledarens sida. Gruppledaren har även haft till uppgift att avbryta diskussioner, då dessa tenderat att gå in på områden, som kunnat avvika från målsättningen, eller berört för gruppmedlemmarna känsliga frågor i linje med målsättningen att inte försöka uppnå någon personlighetsändring. Sådana ingripanden har endast behövt ifrågakomma vid enstaka tillfällen. Gruppledarens uppgift har naturligtvis även varit att lämna upplysningar i alkoholfrågan.

Den praktiska uppläggningsen

Till den första gruppen hösten 1960 inbjöds ett femtontal alkoholisthustrur. Av dessa förklarade sig de flesta vara intresserade. Endast en del infann sig emellertid och av dessa försvann några av olika skäl under tiden. En grupp bör inte bestå av alltför många deltagare, bl. a. därför att man får svårt att observera dem eller att överblicka gruppen. Den bör emellertid ej heller omfatta för få deltagare, då det i så fall blir för litet diskussionsunderlag. Ett tiotal deltagare har vi ansett vara det lämpligaste. Man får räkna med att ett par av dessa försvinner under den tid grupparbetet pågår.

En annan fråga är hur länge en grupp skall vara igång. Principiellt bör sammanträdena pågå så länge att man märker, att deltagarna har ändrat inställning till de väsentligaste frågorna. Man kan inte jäkta fram attitydförändringar, utan antalet sammanträden får säkerligen variera och kanske uppgå till ett betydande antal.

En del attityder är så vanligt förekommande, att man känner dem redan på förhand. Man bör emellertid om möjligt känna gruppmedlemmarna något innan grupparbetet börjar. Detta kan man antingen göra genom personligt samtal med dem eller också genom att studera förekommande

journaler och akter, men man lär som regel inte känna deras inställning grundligt förrän under sammanträdenas gång.

Gruppen är i början löst sammanfogad. En grupp i socialpsykologisk bemärkelse blir den först så småningom, men man kan påverka deltagarnas sammansmältning till terapigrupp på olika vägar. Filmer och bildband har visats och varit goda hjälpmedel att nå kontakt. En kopp kaffe under grupparbetet kan ha en i hög grad kontaktskapande effekt.

Aktiviteten i gruppen

Formerna för gruppmedlemmarnas aktivitet är avgörande för utgången för strävandena att göra gruppen till ett instrument i rehabiliteringsarbetet. Här bör särskilt nämnas gruppdeltagarnas aktiva beredskap att analysera inställningar, attityder och beteenden hos sig själva. Vid enskilt samtal med klienten är det svårt att få fram positivt syftande, självkritiska analyser. Som regel försöker klienten skjuta kritiken ifrån sig samt skylla på andra. Inom sällskapet Länkarna söker man medvetet att låta medlemmarna kritiskt diskutera sin inställning till alkoholen och till anhöriga. Man måste sträva efter denna självkritik även inom terapigruppen. Impulserna till denna självkritik kan komma genom andra gruppmedlemmar. Man måste emellertid i varje fall i början nöja sig med att beröra företeelser, vilka är utmärkande för närvarande gruppmedlemmar, men som inte direkt kan lokaliseras till dessa. Kritiken bör omfatta inte bara beteenden utan även uppfattningar och idéer. Den bör vidare framföras i positiv, vänskaplig och kamratlig anda.

Under grupparbetet vid nykterhetsnämnden gav en deltagande länkmedlem exempel, som styrker det ovanstående. Han framhöll själv, hur han under den tid, då han missbrukade spritdrycker, hade uppträtt olämpligt och egoistiskt gentemot sin hustru. Hans självkritiska inställning påverkade även de andra att tänka över deras beteenden. Därigenom hjälptes gruppdeltagarna att iakttaga de egna felen. Denna självkritik tar sig som regel uttryck i en inre uppgörelse.

Ett annat exempel från grupparbetet vid nykterhetsnämnden: Herr C, som själv vårdats å anstalt för alkoholmissbrukare, kritiserade fru D:s inställning att anstaltsvård skulle vara det bästa botemedlet för hennes man. Genom kritik av denna hennes uppfattning och av hennes negativa inställning till maken, påverkades hon till en mera nyanserad åsikt. Andra exempel kan framföras från ungdomsvårdsskolor i Tyskland. När ungdomarna rymt från ungdomsskolor, s. k. "Jugendwerkhof" och de återtagits, diskuteras deras rymning i gruppen och deras beteende utsattes för kritisk analys liksom orsakerna därtill. Detta hjälpte ungdomarna att lösa anpassnings-svårigheterna under vistelsen på ungdomsvårdsskolan.

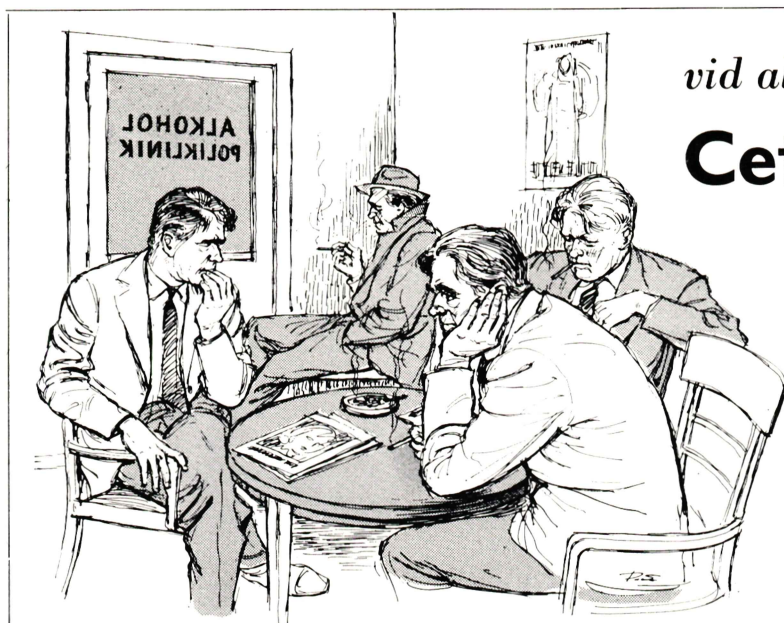
En särskilt positiv roll i gruppen spelar de medlemmar, vilka framstår som ett för de andra vägledande exempel. De bör samtidigt ha god status i gruppen. Dessa föredömen får för gruppmedlemmarna en väsentlig betydelse i deras attitydombildning. I varje fall i utlandet finns det exempel på, att man utnyttjat detta genom att låta välanpassad ungdom, föreningsungdom, ingå i grupper av missanpassad ungdom. Samma fenomen kunde iakttagas i grupparbetet vid nykterhetsnämnden. Särskilt må här nämnas länkmedlemmens positiva inställning till avhållsamheten och hur han löste sina alkoholproblem. Ett annat exempel utgjorde fru E. Hon hade en positiv inställning till nämnden, till sin make och över huvud taget till grupparbetets målsättning. Hon hade en god status i gruppen och hennes inflytande var av dessa anledningar av särskilt stort värde.

Genom grupparbetet skall deltagarna påverkas till en inställning, som motsvarar en given målsättning. Klienternas attityder, deras åsikter och föreställningar, är ofta starkt fixerade. Innan vi människor tror på en idé, vill vi gärna undersöka dess riktighet genom att pröva den i praktiken. Det är önskvärt, att försöka förstärka gruppmedlemmarnas påverkan på den enskilde gruppdeltagaren genom att om möjligt stimulera gruppmedlemmarna till att göra konkreta, praktiska erfarenheter, som sammanfaller med det givna

idéinnehållet. Ett exempel må illustrera detta. När fru F:s sammanboende kom hem spritpåverkad, brukade hon taga emot honom med att "tjata" och bråka. Hennes beteende diskuterades i gruppen. Hustrurna blev ense om att "tjat" inte hjälper. De var överens om att försöka bemöta männen på ett annat sätt. Det är svårt för hustrurna att följa ett dylikt råd. De är trötta och utleda på mannens superi och deras nerver befinner sig ofta vid bristningsgränsen. Fru F. förmodades emellertid att följa rådet. Hon gjorde den omedelbara erfarenheten, att hennes makes reaktion blev en annan än tidigare. Det blev betydligt mindre konflikter mellan dem båda. Dylika erfarenheter skapar en bestämdare uppfattning än om förslagen står kvar på en nivå av oprövade idéer.

Grupparbetet — ett led i en allsidig terapi

Socialvårdsmetodikens befinner sig fortfarande på utvecklingsstadiet. Nya vägar prövas. Grupp-terapin är en av dessa. Som regel ligger en mängd faktorer bakom socialvårdsklientens problem. I vårdarbetet är det nödvändigt att se till helheten. Metodiken måste därför spänna över ett vitt fält. Gruppterapin kan endast betraktas som ett led i rehabiliteringsarbetet. Sociala stödåtgärder och miljösaneringar etc. måste som regel samtidigt vidtagas. Under gruppdiskussionerna erhålles ofta vägledning för dylika åtgärder. Man erhåller över huvud taget bättre möjligheter att överblicka klientens situation och därmed förbättras utsikterna till ett positivt behandlingsresultat.



vid alkoholskador

Cetiproman[®]

Cetiproman visar ofta en mycket gynnsam effekt vid rastlöshet, oro, retlighet och irritabilitet. Av denna anledning lämpar sig preparatet väl vid behandling av alkoholskadade, att ges vid orosperioder eller kontinuerligt under månader och hela år.

Dosering vid svår oro och ångest:

1—2 tabl. Cetiproman forte × 2—3 eller

1—2 ml Cetiproman injektionslösning i. m. × 2—3

Receptvara
Recip-syntes

Recip
Stockholm