

Riisby Behandlingscenter

Respekt

Tillit

Ansvar



Virksomhedsideen

BESKRIVELSE AV VIRKSOMHETSIDEEN

Riisby Behandlingscenter er en behandlingsinstitusjon for rusmiddel-avhengige. Behandlingen bygger på virksomhetsideen. Der fremheves et helhetlig menneskesyn med fokus på fysiske, psykiske, sosiale og åndelige behov, hvor egne ressurser står sentralt. På Riisby er respekt, tillit og ansvar viktige begreper. Institusjonen drives ut fra et kristent livssyn.

Å være avhengig av rusmidler

En som har utviklet avhengighet av et rusmiddel (psykoaktivt stoff), har mistet evnen til å styre livet sitt på fritt grunnlag. Avhengigheten er både fysisk og psykisk betinget, og den får innvirkning på alle livets områder. Rus angriper evnen til å tenke og omdanner personligheten. Det korte perspektivet blir viktigere enn det langsiktige. Det blir ikke tydelig skille mellom hva som er viktig og hva som er mindre viktig. Forskjellen på rett og galt blir uklar. Personen mister litt av taket i hvordan folk flest tenker. Den avhengige tenker dårlig om seg selv og sine muligheter og er i vedvarende konflikt med seg selv.

Den avhengige trenger å oppdage alternativer til et liv styrt av rusmiddelet. For at hjernen skal bli klar, slik at personen kan ha grunnlag for å finne tilbake til seg selv, er det nødvendig med en lang rusfri periode. Riisbys målsetting er at hele behandlingsperioden skal være rusfri.

Vi ser på behandlingen som er forandringsprosess, der den avhengiges tanker, følelser og handlinger må utfordres. Hver enkelt skal bli kjent med egne ressurser. De skal få opplevelser som tenner håp og livsmot.

Virksomhetsidéen

Riisby Behandlingscenter er
en behandlingsinstitusjon for rusmiddelavhengige
med behov for lengre tids innleggelse.

Institusjonen drives ut fra et kristent livssyn.

Behandlingen bygger på et helhetlig menneskesyn
med fokus på fysiske, psykiske, sosiale og åndelige behov,
hvor egne ressurser står sentralt.

På Riisby er respekt, tillit og ansvar viktige begreper.

Hovedmålsettingen for behandlingen er at pasientene
lærer å mestre livet sitt uten bruk av rusmidler.

Lengre tids innleggelse

Virksomhetsideen slår fast at Riisby Behandlings-senter er en institusjon for rusmiddelavhengige med behov for lengre tids innleggelse. Å bruke tid i behandling, er i seg selv et virkemiddel når kortere, intensive opplegg ikke har ført til nødvendige endringer for personen. Da gir det nye muligheter for å få til endring ved å være lang tid i et rusfritt miljø og lang tid uten bruk av rusmidler.

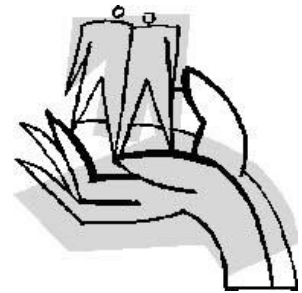
Drives ut fra et kristent livssyn

Det kristne menneskesynet, som slår fast at alle mennesker er like mye verd og at alle har en uendelig verdi, er grunnlaget for drifta av Riisby Behandlings-senter. Alle pasienter og alle ansatte skal møte den holdningen. Ingen har rett til å behandle andre dårlig. Ingen skal finne seg i å bli dårlig behandlet. Den enkeltes behov og ønsker skal tas alvorlig. Når ønsker ikke kan imøtekommes, skal det begrunnes tydelig.

Personalet er ansatt ut fra faglige kvalifikasjoner, men det forventes at alle ansatte opptrer lojalt i forhold til institusjonens verdigrunnlag.

Fysiske, psykiske, sosiale og åndelige behov

Riisby Behandlings-senter bygger på et helhetlig menneskesyn. Behandlingen skal organiseres slik at det legges vekt på den enkeltes fysiske, psykiske, sosiale og åndelige behov. Likevel skal vi ikke glemme at hvert enkelt menneske er en helhet og at behov på ett område ikke kan isoleres fra behov på et annet område.



Fysiske behov

kan knyttes til å ta vare på egen kroppslig helse. Å dekke fysiske behov krever egeninnsats, at en gjennom sine handlinger tar ansvar for å stille godt med seg selv. Riisby tilbyr turer i naturen i nærområdet og fjellturer, organisert fysisk aktivitet flere ganger i uka (f. eks. gåtur, skitur, sykling, fotball, volleyball), samt styrke- og kondisjonstrening. Også en del arbeid, f. eks. på uteanlegget, bidrar til at den enkelte kan bedre sin fysiske form. Vi tilstreber at de fleste av våre opplegg for fysisk aktivitet skal være av en slik art at alle kan ta med seg innarbeidede vaner til livet etter Riisby. Noen opplegg er for de som vil ha krevende utfordringer, f. eks. rafting i Sjoa og tur over Besseggen.

Regelmessig hvile og søvn, regelmessige måltider med sunn og variert mat - alt dette er deler av de fysiske behov som skal dekkes. Fast tid for måltidene og forventning om frammøte til måltidene, særlig frokost, er en del av det vi står for.

Langvarig rus bryter ned kroppslig helse. Mange av våre pasienter bedrer helsa raskt ved rusfrihet over tid. I tillegg bygger de seg opp gjennom systematisk trening. De som har sviktende kroppslig helse, følges nøye opp av sykepleier, lege, fysioterapeut og helseterapeut.

Psykiske behov

har nær sammenheng med den enkeltes forhold til seg selv og til andre mennesker. Psykiske vansker er bl.a. at personen er urimelig kritisk til seg selv og sine muligheter. Tvil på egen verdi og angst for andre mennesker stjeler krefter. Den som har psykiske vansker, har ofte lite overskudd til andre. Hun/han greier ofte ikke så godt å se andres behov og stille opp for andre.

Arbeid med psykiske vansker skjer bl.a. ved samtaler. Pasienten skal forstå sine tanker og følelser bedre, f. eks. ved å se på vonde opplevelser sammen med en behandler. Målet er at han skal bli mindre kritisk mot seg selv, se mer på sine gode sider, det han har lyktes med. Han skal kunne hente fram mer mot og optimisme i seg selv når han forstår seg selv og andre bedre. Han skal også bli mindre utrygg på andre.

Arbeid med psykiske vansker består også av trening på vanskelige situasjoner. Det å lære seg noe nytt, eller hente fram gamle ferdigheter, kan også gi optimisme og mot. På dette planet har mange deler av Riisbys behandlingsopplegg betydning for pasientenes psykiske behov.

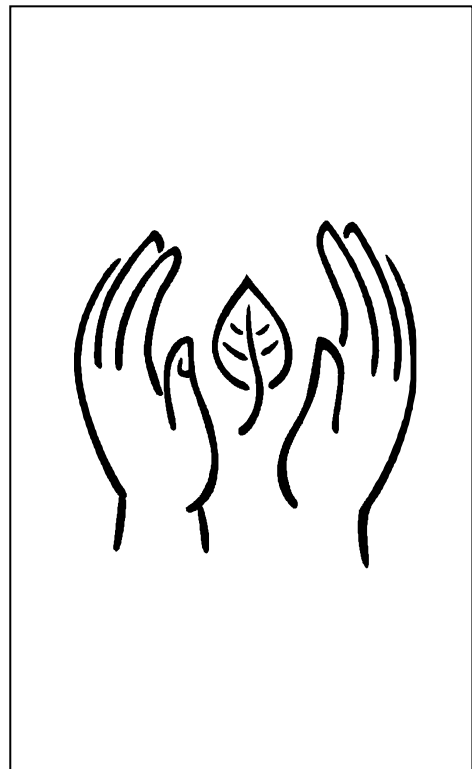
Sosiale behov

er knyttet til menneskers behov for gode forhold til andre mennesker. Den som ikke har helt gode sosiale ferdigheter, opplever gang på gang at forhold "skjærer seg". Det er en viktig del av sosial kompetanse å kunne opptre overfor andre mennesker i ord og handling på en slik måte at samhandlingen oppleves god for begge.

Sosiale ferdigheter dreier seg om å være i stand til å fungere fleksibelt, kunne forstå ulike situasjoner og opptre på en måte som gjør at en blir oppfattet som et tydelig menneske med en atferd som andre godtar.

Opphold på institusjon kan gi verdifull uformell sosial trening. Mange av de daglige situasjonene er slik at de gir stadig nye erfaringer i samhandling med andre mennesker. Dette gjelder både samvær der ansatte er med, og situasjoner uten ansatte.

Terapeutiske samtaler med fokus på daglige opplevelser kan bidra til økt forståelse og større trygghet i eget samspill med andre mennesker.



Åndelige behov

er knyttet til å ha sammenheng i sitt liv. Det dreier seg om å vite hva en tror på, hva som er godt og verdifullt. De åndelige behov dreier seg også om å handle i samsvar med sine idealer og verdier. Den som er i åndelig balanse, vet hva han tror på, vet hvilke idealer han har for et godt og riktig liv, og han forsøker å handle i samsvar med sine idealer.

Forsoning er en del av det som kan være nødvendig for å forstå sammenhengen i sin fortid og frigjøre krefter som hittil har vært brukt i vedvarende anklage mot seg selv og andre. Forsoning gir åpning for å legge det vonde bak seg og begynne på nytt.

Å arbeide med sorg over store tap i livet, er en viktig del av det åndelige. Det kan dreie seg om sorg over viktige mennesker som døde eller som ble borte på annen måte. Det kan også dreie seg om sorg over vonde nederlag i livet.

Det åndelige dreier seg om kraftfeltet mellom oss, om atmosfæren som gir eller tar energi. Ved Riisby skal vi tilstrebe å ha en atmosfære som gir håp og åpning mot livets muligheter. Vi ønsker at den enkelte skal bli så trygg og fri at det blir aktuelt å utforske veier ut av avhengigheten. Likeverd i relasjoner er en viktig del av grunnlaget for en atmosfære som åpner for noe nytt. Gode møter mellom mennesker skaper en god og kraftfull atmosfære.

Erfaring tilsier at når den åndelige styrke vokser, blir et menneske bedre i stand til å mestre livet. For mange er det viktig med et personlig forhold til Gud. Fellesskapet ved andakt og gudstjeneste gir styrke til troen.

Presten har et særskilt ansvar for denne dimensjonen. Han deltar i mange oppgaver utover markert kristne oppgaver som andakter, gudstjenester og sjelesorg.

Egne ressurser

I samtaler legger vi vekt på at pasientene finner de viktigste svarene på sine problemer i seg selv. Pasienten ser på sin livshistorie sammen med en behandler, som er særlig opptatt av at pasienten skal lære noe av det han har fått til i livet. Vi oppfordrer pasienten til å "samle på seirer" og løfte fram for seg selv de gangene han har lyktes. Hensikten er å kunne gjøre mer av det som har gitt gode resultater.

Arbeid med egen tenkning kan gi den enkelte verdifull innsikt i seg selv. Å forandre sin egen tankegang, f. eks. i retning av å legge mer merke til det en liker hos seg selv, i stedet for å forstørre det en misliker, kan frigjøre krefter. Å kjenne på de positive krefter som kan ligge i egne følelser, f. eks. i ens eget sinne, når en har kontroll over det, kan gi overskudd, mot og håp.

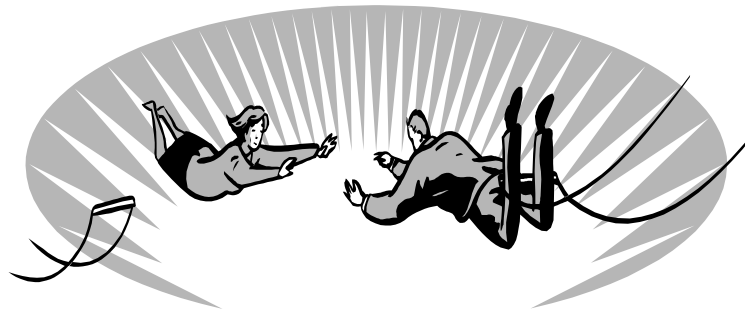
Vi oppfordrer pasienten til å kjenne godt etter hva hun/han vil, hva hun/han trives med, hvilke situasjoner hun/han opplever positive. Å bygge livet ut fra det den enkelte kjenner er riktig for seg selv, gir grunnlag for å lage seg et godt liv. Vi oppfordrer også den enkelte til å finne ut litt om hva hun/han er flink til. Mange tar i bruk kreative evner, som har vært lite i bruk de senere år.

Respekt, tillit, ansvar

Å møte alle mennesker med respekt, bør være en naturlig følge av det kristne menneskesyn. Vi ønsker alle å bli møtt med respekt. Vi ønsker at våre synspunkter skal bli hørt og tatt alvorlig. Vi ønsker å bli sett av mennesker som er rundt oss. Slik skal et samlet personale behandle pasientene. Pasientene skal også møte forventning om å behandle andre mennesker med respekt. En del av våre pasienter har selv blitt behandlet så respektløst fra de var små at de har lært seg en aggressiv og nedlatende væremåte i mange situasjoner, eller de kan være kryptende, unnskyldende overfor mange mennesker. De som i løpet av oppholdet på Riisby kan forandre dette, og i stedet behandle andre mennesker respektfullt og likeverdig, vil oppleve at de selv blir behandlet bedre enn før.

Langvarig rus gjør at personens empatiske evner kommer i bakgrunnen. Rusen legger lokk på empatiske evner. For å kunne være så empatisk som en har mulighet for, og kunne ta hensyn til egne og andres behov, må en ha avstand til rus. Rusen medfører også at en mister mye av sin selvrespekt fordi en gang på gang svikter sine idealer. Rusfrihet over tid gir mulighet for å bygge opp sin selvrespekt igjen.

Tillit og mistillit er viktige begreper for de fleste mennesker. Hvor mye skal vi våge å stole på andre mennesker? Mange av våre pasienter har utviklet mye mistillit til andre mennesker.



Å bli vist tillit, er å bli møtt med positive forventninger. Det øker muligheten for å få et positivt syn på seg selv. Å gjøre avtale med pasienten og forvente at han gjør det som er avtalt, er en del av våre arbeidsmetoder. Vi opplever at ikke alle avtaler holdes. Likevel gjør vi nye avtaler og forventer at pasienten gjør sitt ytterste for å lykkes. Vi har grundige samtaler både om det som lykkes og om det som ikke lykkes, der respekt for de vansker pasienten kom opp i, og forståelse for at han ikke lykkes, er en del av innholdet. Vi forsøker også å løfte fram for pasienten det som han faktisk får til og som gjør at han kan ha tillit til at han har gode muligheter for å lykkes neste gang.

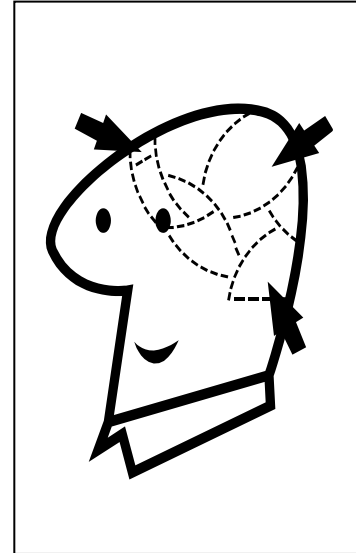
Blir vi lurt av pasientene? Vi kan enkelte ganger oppfattes som litt naive når vi viser tillit. En del kontrolltiltak må vi ha, f. eks. når det gjelder å holde institusjonen rusfri. Likevel er det så viktig å vise tillit og vise den enkelte at vi har positive forventninger, at vi tar sjansen på at vi blir lurt noen ganger. Når mennesker oppdager at det egentlig er seg selv de lurer, finner de ofte ut at lureri er et blindspor. Den som ønsker det, skal få svært mange nye sjanser til å vise seg tilliten verdig. Det er i samsvar med det kristne menneskesyn. Det er også en god faglig holdning.

Våre pasienter sliter med mye dårlig samvittighet og har omfattende anklager mot seg selv. Det er ekstra viktig for den som har vært langt nede, å kjenne at hun greier å ta det ansvar hun har. En del av behandlingen er å gi ansvar, bl.a. gi arbeidsoppgaver som krever en del, men som ikke har et overdrevent omfang. Det er også annet enn arbeid som skal til for å kunne forandre viktige sider av seg selv. Å ta ansvar for egen økonomi og for å bedre kontakten med egne barn, er viktig for mange. Besøk av barn på Riisby og gjennomføring av gode samvær andre steder, er et ledd i å kunne bygge opp eget selvilde som en ansvarlig far eller mor.

Mestre livet sitt uten bruk av rusmidler

Alle våre pasienter ønsker å slutte med den rusen som de vet fører til store problemer for dem. De fleste er i konflikt med seg selv i spørsmålet om de skal slutte helt å bruke rusmidler, eller om de skal gjøre et nytt forsøk på å få til kontrollert bruk av rusmidler. Denne konflikten er sentral for mange gjennom hele behandlingstida.

Forskning på hvordan hjernen fungerer har de senere år satt fokus på at når noen ruser seg svært mye, vil hjernen redusere sin produksjon av de normale belønningsstoffene (bl.a. dopamin), som gir glede og gode følelser i alminnelige situasjoner. En rusmisbruker vil derfor ha vanskeligere enn folk flest for å oppleve gode følelser. Det tar lang tid fullstendig uten rus å få opp igjen hjernens normale produksjon av belønningsstoff. Derfor vil de fleste ha mange måneder i behandling der de føler at det meste går tungt. Kunnskap om hva som skjer i hjernen, er viktig for å holde oppe motivasjonen, slik at de kan få til en lang helt rusfri periode. Bare da kan det forventes at hjernen begynner å fungere normalt igjen. Det er et problem at rus straks gir gevinst i form av kortvarig god følelse, mens gevinsten i form av stabilt god funksjon og daglig glede, den tar det mange måneder å få fram. Dette gjør at det er en utfordring å holde på motivasjonen i behandling. - Kunnskap om dette formidles regelmessig til våre pasienter.



Alle våre pasienter har forsøkt mange ganger å ruse seg kontrollert. En viktig grunn til at de er i behandling på Riisby, er at de ikke har lyktes over tid i å ha kontroll over sitt rusmiddelbruk. Vårt råd til alle er at de skal ta sine egne erfaringer alvorlig. Når de gang på gang har forsøkt å ruse seg kontrollert, men ikke har klart det over tid, hva er det da som tilsier at de kan klare det nå? Samtaler rundt dette spørsmålet, er en viktig del av alles behandling på Riisby. Behandlerne bidrar til at den enkelte stadig får sine egne erfaringer i fanget. Det settes også fokus på de gangene de har klart seg i vanskelige situasjoner, uten å ruse seg. Til tross for ansattes klare holdning i dette spørsmålet, respekteres pasientens egne målsettinger. Ansatte skal ikke ha målsettinger på vegne av pasienten, som går på tvers av det som er pasientens målsettinger.



Ved å være innlagt på Riisby Behandlingssenter, får pasientene trening i å mestre mange daglige situasjoner. De opplever at de i edru tilstand er i stand til å være sammen med mennesker, får til å si sin mening og blir tatt alvorlig, kan delta i møter om sin egen situasjon, kan oppsøke offentlige kontorer m. m. Over tid får de trening i å være edru i helt alminnelige situasjoner.

Mange oppdager at de ikke er avhengige av å bruke rusmidler for å våge å være i disse situasjonene. En del opplever angst og ubehag mange ganger, men de fleste merker at det går bedre etter hvert. De kan også gi seg selv positive tilbakemeldinger når de har mestret noe i edru tilstand. Før var det lett å tenke at "det var alkoholen eller valium som gjorde at jeg klarte det. Det var egentlig ikke min fortjeneste". Den som oppdager at han klarer noe uten å ruse seg, har grunnlag for å vite at han er sterkere og modigere enn han har trodd.

