

Kort og godt

Den korte opsporende samtale

Den korte opsporende samtale

- hvis du har ...

Udredningssamtaler

Jobcentre, socialforvaltningen, familieafsnit, visitationen ved hjemmeplejen, aktiveringstilbud m.fl.

Livsstils og forebyggelsessamtaler

Kommunale sundhedstjeneste, kommunale tandpleje, forebyggende hjemmebesøg til ældre, medarbejdere der gennemfører livsstilssamtaler m.fl.

Kort opsporende samtale

- **Indledning**
 - Fortæl hvorfor du ønsker at tale om alkohol
 - Søg accept
- **Spørg til alkoholvaner**
- **Vurder vanerne og giv feed-back**
 - Iht. Sundhedsstyrelsens risikogrænser for alkoholforbrug
 - Introducer og uddel en folder ("Hvor meget skal der til før du siger *nej tak*" og/eller "En lille én om alkohol - guide til sundere alkoholvaner")
- **Henvis eventuelt**
 - Til kommunens alkoholtilbud
 - Til supplerende steder ved behov (f.eks socialforvaltningen vedr. udredning/støtte til børn)

Indledning

- eksempler

Jeg vil gerne tale med dig om drikkevaner, da vi danskere nemlig ofte drikker en del mere end der er godt for os. Og det at drikke for meget ofte gøre det vanskeligt at komme ud af de svære situationer vi befinder os i.

Vi stiller alle et par spørgsmål om drikkevaner for at være sikker på at de er afklarede med hvor meget de drikker. Hvad ville du sige til at jeg stiller dig et par spørgsmål om dine drikkevaner (nej)? Er du blevet spurgt om dine drikkevaner før?

Her i kommunen spørger vi alle om deres drikkevaner, da vi ved at der er mange der uden at være klar over det, drikker mere end det anbefales, hvilket kan være skadeligt. Vil det være ok, jeg stiller dig et par spørgsmål?

Spørg til alkoholvaner

- eksempler fra AUDIT - C

- 1. Hvor tit drikker du noget der indeholder alkohol?**
- 2. Hvor mange genstande drikker du almindeligvis, når du drikker noget?**
- 3. Hvor tit drikker du fem genstande eller flere ved samme lejlighed?**

Spørg til alkoholvaner

- eksempler fra CAGE - C

- Har du *indenfor det sidste år* følt, at du burde nedsætte dit alkoholforbrug?
- Er der nogen der *indenfor det sidste år* har ”brokket” sig over, at du drikker for meget (f.eks. samlever, børn, chef, arbejdskolleger, venner og bekendte)?
- Har du *indenfor det sidste år* følt dig skidt tilpas eller skyldig pga dine alkoholvaner?
- Har du *indenfor det sidste år* jævnligt taget en genstand som det første om morgenen for at ”berolige nerverne” eller blive tømmermændende kvit?
- Hvor mange dage om ugen drikker du alkohol?
- Drikker du alkohol udenfor måltiderne på hverdage?

Psykolog Anne Kimmer Jørgensen, mail: Anne.Kimmer@gmail.com

Spørg til alkoholvaner

- eksempler

- Er der nogen du kender der har kommenteret dine drikkevaner? Hvorfor formoder du er grunden?**
- Er der nogen der ville ønske du ville drikke lidt mindre? Hvad tror du er grunden?**
- Hvilke af dine drikkevaner ser du ingen grund til at ændre og hvilke har du fra tid til anden overvejet at ændre?**
- Er der noget du er træt af ved dine drikkevaner?**
- Har din nuværende situation haft indflydelse på dine drikkevaner?**

Find ...

- til den korte opsporende samtale

En indledning

- **Hvilken af de tre eksempler på indledninger ville passe bedst passe til dine udredningssamtaler eller livsstils- og forebyggelsessamtaler. Lav eventuelt et eksempel på en indledning der ville passe bedre end dem der er eksempler på.**

Tre spørgsmål

- **Find de tre spørgsmål til alkoholvaner som passer bedst til en kort opsporende samtale om alkohol med dine borgere**

Henvis til alkoholbehandling i alkohol behandlingscenter hvis ...

- **Der synes at være et skadeligt alkoholforbrug af sværere grad**
- **Alkoholafhængighed uden tilstrækkelig effekt af den korte rådgivende samtale**
- **Psykiatriske problemer**

Når der henvises, kan det øge sandsynligheden for at borgeren kommer til behandlingen, hvis du skaber kontakt mellem borger og henvisningsstedet

Den korte opsporende samtale

Tager kun 5-10 minutter

Brug 2 minutter på sammen med din sidemand at overveje hvordan den korte opsporende samtale kan blive en naturlig og systematisk del af jeres samtaler med jeres borgere?