

Seeking Safety på behandlingsgruppen i Göteborg

Seeking safety är ett integrerat behandlingsprogram med både beroende och trauma i fokus. Det primära målet är ökad trygghet/säkerhet för personen.

I programmet ingår:

- Kunskap om trauma och beroende och sambandet däremellan.
- Hantering av traumasymtom och hantering av abstinens och återfall.

Programmet bygger på psykodynamisk och kognitiv/behavioristisk teori och ges individuellt eller i grupp. Programmet är spritt och prövat med goda resultat i USA.

Najavits, L. (2002) Seeking Safety A Treatment Manual for PTSD and Substance Abuse

Seeking Safety (SS), och HAP

- Personer som använder cannabis är välkomna att delta i Seeking Safety.
- Alla deltagare uppmanas att avstå från cannabisanvändande under kurstiden.
- Finns ingen forskning där utfall jämförs, SS+HAP, SS, eller HAP. Sannolikt tillgodogör sig personer som fått HAP, Seeking Safety-kursen bättre, givet att de kognitiva funktionerna sätts ner av cannabis.
- HAP/Cannabisforskning har lärt oss:

Extra viktigt att träna tekniker och skapa rutiner för att hantera känslomässig smärta utan att ta hjälp av cannabis. Vad gör jag istället för att röka när jag behöver tröst? När jag behöver sova? När jag känner mig rädd? När jag känner mig hudlös? När det känns överkligt?

Jag behöver veta hur jag ska göra innan jag slutar röka!