

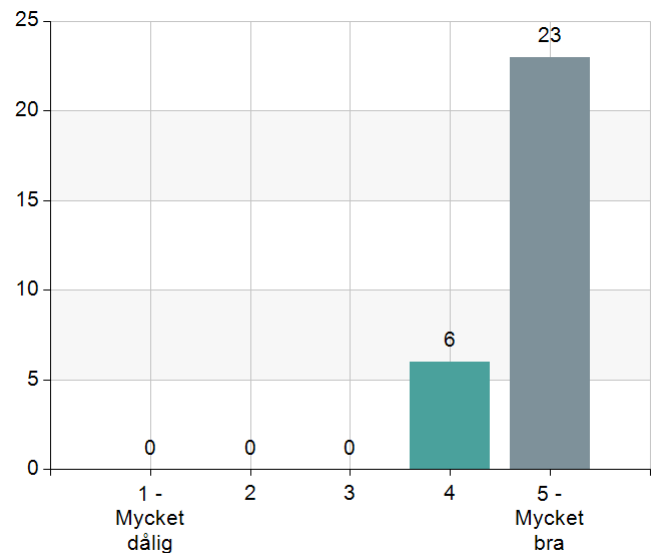
Brukarenkät (Måsen)

Vad är din totala upplevelse av Måsens Öppenvård:

Namn	Antal	%
1 - Mycket dålig	0	0
2	0	0
3	0	0
4	6	20,7
5 - Mycket bra	23	79,3
Total	29	100

Statistik	
Medelvärde	4,79
Median	5

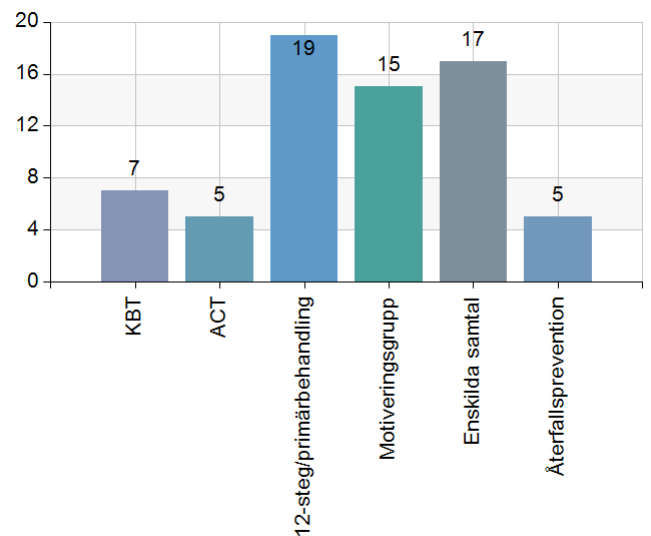
Svarsfrekvens
100% (29/29)



Vilken/vilka form/former av behandling har du gått?

Namn	Antal	%
KBT	7	24,1
ACT	5	17,2
12-steg/primärbehandling	19	65,5
Motiveringsgrupp	15	51,7
Enskilda samtal	17	58,6
Återfallsprevention	5	17,2
Total	68	234,5

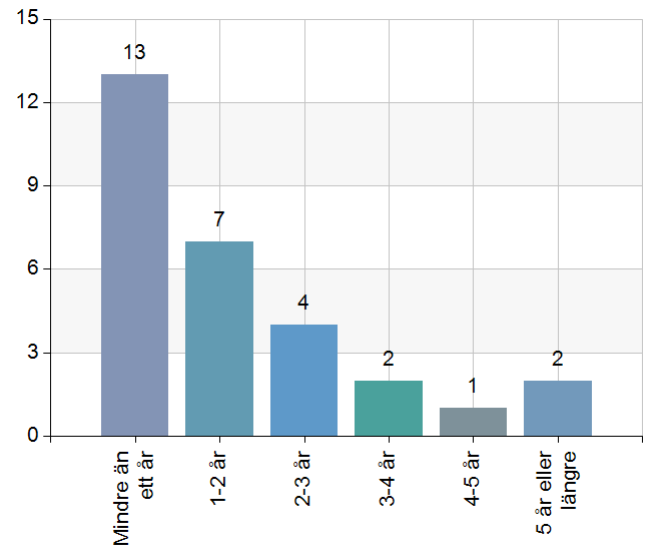
Svarsfrekvens
100% (29/29)





Hur länge har du haft kontakt med Måsen?

Namn	Antal	%
Mindre än ett år	13	44,8
1-2 år	7	24,1
2-3 år	4	13,8
3-4 år	2	6,9
4-5 år	1	3,4
5 år eller längre	2	6,9
Total	29	100



Svarsfrekvens
100% (29/29)

Om du har gått flera former av behandling. Vilken behandling/behandlingar var mest hjälpsam/hjälpsamma för dig? Motivera gärna varför:

ACT jobbar med både grundorsaker och här och nu. Blandning av konkret och känsla. Trygg miljö, fin gemenskap. Inget skuld-känslobeläggande. <3
Enskilda samtal känns som bäst hjälp till självhjälp. Primärgrupp i liten form, max 3-4 deltagare.
KBT. Känner mig lyssnad på
ACT-gruppen. Väldigt givande med både fokus på beteendeförändringar och fokus på beroendet. Liten grupp. Som sagt fokus på hur man strategiskt ska komma dit man vill i livet.
Enskilda samtal- det var positiv och specifik för mig. [redacted] räddade mig när jag inte kunde se framåt
Alla tjänster gav bra saker för tillfrisknande
kombination av samtliga
Primären har jag fått verktyg för min självhjälp. Eftervården ger mig nog repetition och variation. enskilda samtal ger mig förberedning.
Alla lika bra
12-stegbehandling hjälpte mig att förstå vem jag är och varför saker och ting blivit som det blivit
Både primär och enskilda samtal har känts givande
12-steg
1. Primärbehandling, enskilda samtal 2. motiveringsgrupp. Enskilda samtal för jag kan vara mer öppen (känner mer tillit) primärgrupp lär jag mig mer om mig själv och andra, socialt, får guidning till ett nyktert och roligare liv!
12-steg mycket bra och lärt mig om mig själv! enskilda samtal uttrycka mer och berätta mer om mig. återfallsprevention få tips om vad som är viktigt att tänka på



ACT-gruppen har varit mest hjälpsam. jag har blivit påmind och fått nya verktyg för att kunna hantera mitt känslö- och tankeliv.
ACT, i ACT jobbar man med grundorsaken till beroendet vilket gör att förändringen kan hålla på sikt
Endast gått 12-stegsbehandling
Primärbehandlingen, det var en bra inkörsport till frisknandet. skönt med dagliga rutiner. en paus i livet att tänka om och tänka rätt
12-steg/primärbehandling. det är bara det som kan hjälpa mig till att få ett nyktert liv och komma in i samhället
12-steg/primärbehandling har varit mest hjälpsam för mig. att redovisa uppgifterna jag fått har varit gynnsamt.
antabusbehandling beroendemottagning 2018, wemind från 2009, växhuset behandlingshem 2021 där var det mycket andlighet
12-steg/primären
12-steg hatten och måsen, måsen var bäst eftersom det var mindre grupper på måsen
Spelbehandling i Mörby. bättre här hos [REDACTED]! [REDACTED] har kämpat för mig!

Vad skulle du vilja ha mer av/mindre av på Måsen?

Behåll ACT. Bra att ha olika terapeuter olika gånger.- alla har olika infallsvinklar
Mer tid med [REDACTED]
Mer variation av personal. Bra att olika behandlares erfarenheter ges.
Eftervård
drama
inget särskilt, bra överlag
finns en bra mix av behandlingar. personligen gillar jag att lyssna
Perfekt som det är
vet inte, mer tid att gå här. jag är alltid glad när jag ska hit!
vet inte just nu mitt eget behov, men kanske fler individuella samtal. uppskattar det!
Mer av hantering av känslor och strategier på hur jag ska hantera känslor och allt som är grundorsaken till varför man dricker och tar droger. även hur känslor, beteenden och tankar hänger ihop.
svåra hemuppgifter
behåll ACT
det är bra som det är
vet ej
mer ingående på dom livstegen. eller kanske flera/andra "approaches"
det är bra som det är
det är bra som det är
mer andlighet
Allt har varit perfekt.

Hur fick du kontakt med Måsen?

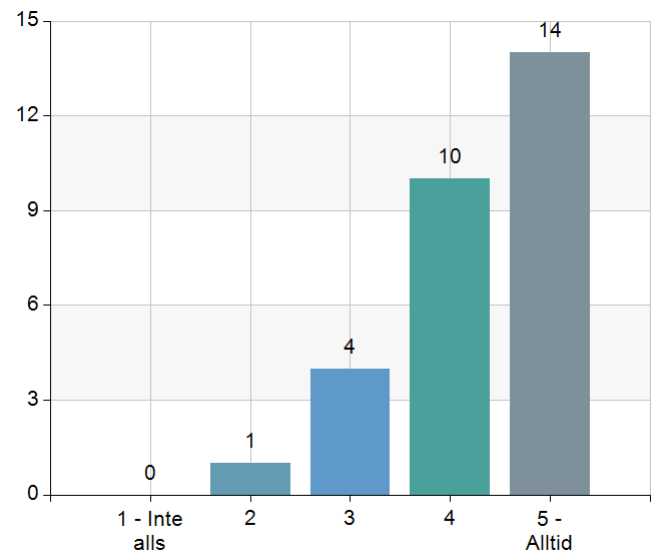


Tips från familjemedlem
Beroendemottagningen
via vuxenenheten
Vuxenenheten.
Jag rang själv eller med min sambo
Via vuxenenheten
via min syster
genom vuxenenheten
kommunen
genom vuxenenheten
via rekommendation
Anhörig som går 12-stegmetoden
via handläggare på vuxenenheten
En vän
genom kommunen
min svärmor tog reda på möjligheten att få hjälp som medberoende till en person med beroendesjukdom
via socialen
genom vuxenenheten
genom vuxenenheten
tyresö kommun hemsida
internet
via vuxenenheten
vuxenenheten
genom enheterna i kommunen
via en vän från vuxenenheten
via en vän, orosanmälan
genom kommunen
via bus i kommunen

Känner du dig trygg med att berätta vad som helst i din behandling/samtal?



Namn	Antal	%
1 - Inte alls	0	0
2	1	3,4
3	4	13,8
4	10	34,5
5 - Alltid	14	48,3
Total	29	100



Statistik	
Medelvärde	4,28
Median	4

Svarsfrekvens	
100% (29/29)	

Vad skulle du behöva från Måsen för att öka chansen att bibehålla nykter- och drogfrihet?

Fortsätt stöd efter ACT. Alternativ till 12-steg.
Vägledning till nästa steg efter Måsen
Inget, dem hjälpte mig och nu är jag nykter i 12 månader
Deras trygghet och känslan över personalens kunskap
uppföljning
fortsatt stöd
Jag vet att måsen finns om jag behöver hjälp
behålla kontakten nu i eftervård iallafall
komma hit regelbundet och gå på AA
möjlighet att kontakta dem för nya samtal om behov uppstår (det fick jag också)
veta mer hur tankar, känslor och beteenden hänger ihop. Behåll ACT-gruppen, tror den kommer ge mycket bra för många. försök hitta sätt så man kan gå heltid även i ACT-gruppen.
behålla ACT-gruppen
behåll ACT. efter första terapiomgången skulle jag vilja kunna gå på stödsamtal i ACT en gång i veckan eller så
möterna på måsen
vet ej
att man kan få bo här :) skämt!
behöver inget mer, dom finns om man behöver hjälp



enskilda möten

ha kontakt med Johanna länge

Har du några förslag på hur Måsen kan nå ut till fler?

Informera på vårdcentraler, beroendemottagningar, annars i lokaltidningen.

Engagemang i alla nivåer i samhället

Sätt upp lappar på vårdcentraler, sociala medier och lappar på ställen där det behövs

Kanske andra tjänster kan rekommendera Måsen. Tillexempel beroendecentrum i tyresö kan rekommendera folk eller informationsblad hos läkare.

via oss som talar med andra som behöver hjälp

synas på olika ställen, ex Hästskon

nej

nej

informera i skolor om det inte redan görs

skolor, medier, föreläsningar

facebook, internet

via tyresö kommun, fritidsgårdar, tyresö festivalen.

sociala medier. facebook inlägg och instagram. göra inlägg om vad behandling kan ge osv för dem som behöver.

genom kontakt med vuxenheten, källan personal.

se till att beroendemottagningen berättar mer om måsen och hur måsen kan hjälpa. nu ger de bara antabus och struntar i varför man dricker.

nä

vet ej

nej

nej

tyresö tidning

marknadsföra via tyresö tidning, sociala medier

Kommunens alla avdelningar behöver veta och prata om måsen. dem "pushar" inte för måsen alls.. bättre samarbete mellan avdelningar, Måsen gör otroligt mycket för folk!