

**Svensk utskrift till film Motiverende Intervju  
Hjemmetjeneste, kvinde 66, Motiverende samtale**

Medverkande Pia Walker skådespelare och Tom Barth psykolog  
Filmen producerad av KoRus- Øst Kompetansesenter rus – Region Øst  
med stöd av Hälsoödirektoratet  
Översättning: Christina Näsholm Symposium.se

**1. Sykepleieren:** Men det ser ut som det är bra nu.

**Pasienten:** Ja, nej, det går fort över det här.

**2. Sykepleieren:** Gör det ont?

**Pasienten:** Ja, lite så ...

**3. Sykepleieren:** Lite så...

**Pasienten:** ... men det är ju så, det hör ju till

**4. Sykepleieren:** Men du är stark och frisk, så det kommer att ordna sig, och så tar det ju lite tid

**Pasienten:** Ja då, jag tror det går fint jag, det är inte något brutet i varje fall, bara ett kraftig slag.

**5. Sykepleieren:** Du. Det var en annan sak också, som jag skulle prata med dig om idag.

**Pasienten:** Hmm.

**6. Sykepleieren:** Din läkare tog kontakt med mig, och han sa att han hade pratat med dig om det också, att då denna olyckan skedde så hade du druckit lite och då hade han tagit en del blodprover på dig som visar att din lever är lite belastad. Är det Ok för dig om vi ägnar lite tid på det?

**Pasienten:** Ja. Det kan vi gott göra ...

**7. Sykepleieren:** Det kan vi göra. Det var du förberedd på.

**Pasienten:** Ja.

**8. Sykepleieren:** OK. Kan inte du bara börja och berätta hur det är, alltså med alkohol och dig?

**Pasienten:** Alkohol och mig? Nej, jag tror inte jag dricker mer än vad andra gör egentligen. Jag «hygger meg» med vin, kanske en öl av och till men tror inte det är mer än vad andra dricker.

**9. Sykepleieren:** «Hygger deg» (har det bra) med alkohol och tänker att det är så som ungefär som vanligt?

**Pasienten:** Ja, ja, koser meg med det.

**10. Sykepleieren:** Koser deg. (myser, njuter)

**Pasienten:** Sitter mycket ensam och då är det ju en god, det är ju lite sällskap med det att sitta med ett glas vin också då.

**11. Sykepleieren:** Lite sällskap. Kan jag få fråga dig, vad gillar du med det? Vad är det som är bra?

**Pasienten:** Ja, jag slappnar av lite.

**12. Sykepleieren:** Sällskap, slappnar av.

**Pasienten:** Jag gör det.

**13. Sykepleieren:** Mhm.

**Pasienten:** Jag vet inte riktigt. Det är inte så lätt att prata om det.

**14. Sykepleieren:** Det är inte det enklaste att prata om, särskilt eftersom du inte vet riktigt vad jag tänker om det heller.

**Pasienten:** Nej.

**15. Sykepleieren:** Men du säger att du tycker det är vanligt för dig, att det hör till i ditt liv, du använder det lite som sällskap, lite som njutning och lite för att slappna av med och att det är ok för dig.

**Pasienten:** Ja, alltså, innan min man dog, han dog för sex år sedan, så hade vi, vi tog gärna ett glas vin till maten och ett glas senare fram på kvällen, men efter att han dog så blev det så tyst och det blev tomt och svårt ...

**16. Sykepleieren:** Så det som förr var en social grej till mat har blivit lite mer ensamt.

**Pasienten:** Ja, det är underligt med det, men när man blir ensam på det viset, så försvinner ofta vänner och så har jag väl kanske druckit mer än vi gjorde då.

**17. Sykepleieren:** Så gode ting; smak, får tiden att gå, och lindrar ensamhet lite. Och kanske lite mer nu än det var förr i tiden och det är du inte helt säker på vad du tycker om.

**Pasienten:** Nej.. det är.. För det som sker är ju det att om jag dricker, om jag dricker ett glas och två glas och tar det tredje glaset så sker det väldigt fort att jag tömmer hela flaskan.

**18. Sykepleieren:** Så på det tredje glaset så sker det något, så kan det ske något då, som gör att det blir mer än du är glad för.

**Pasienten:** Ja. Men jag tror ändå att jag har kontroll alltså.

**19. Sykepleieren:** Det sker inte så ofta.

**Pasienten:** Nej, inte så väldigt ofta i alla fall.

**20. Sykepleieren:** Om vi ser det från den andra sidan då. Vad är det med din användning av alkohol som du inte är helt nöjd med, som du inte är glad över?

**Pasienten:** Jag har fått lite reaktioner från några väninnor som har kommit å « ymtet litt...»

**21. Sykepleieren:** Det är några som «ymter» (klagar) om detta. Vad tänker dom på?

**Pasienten:** Nej det kan vara på det viset, det har varit nån som har ringt mig och frågat mig om jag vill komma med på en tur och så har jag sagt att jag kan inte köra t ex, jag har tagit ett glas vin eller ... ja ...

**22. Sykepleieren:** ... och så är det lite tidigt på dagen också... Så några där som tänker lite på detta och det ...

**Pasienten:** Ja och då är det liksom; Har du druckit vin nu?! Och då har jag suttit ute på terrassen och kost meg och det är sol och...

**23. Sykepleieren:** Men du kan få «noen stikk av dette», där du också själv känner att du inte är helt förnöjd med det som är.

**Pasienten:** Ja det är väl så det är ..

**24. Sykepleieren:** Vad mer... ?

**Pasienten:** Nej, och så är det, det som är «sårt» det är min familj, jag har barn och så har jag barnbarn.

**25. Sykepleieren:** Barn og barnbarn.

**Pasienten:** Och jag vill väldigt gärna vara mer bestemor än de låter mig få lov att vara. Och det är någøt som jag känner gör väldigt ont nu.

**26. Sykepleieren:** De låter dig inte få vara bestemor så mycket

**Pasienten:** Nej.

**27. Sykepleieren:** Vad handlar det om?

**Pasienten:** Nej, jag hade liksom sett fram emot att jag skulle vara barnvakt och ha dem på besök ...

**28. Sykepleieren:** Mhm.

**Pasienten:** Så hemma i stuen så har jag ett litet hörn med barnbord og barnmöbler som de kan vara på og så har de ett litet kök också där. Varit iväg og kjøpt en massa utrustning till dem som ...

**29. Sykepleieren:** Leksaksspis og allt det till banbarnen

**Pasienten:** Ja tallrikar og koppar og glas og bestick till dem ..

**30. Sykepleieren:** Och så får dom inte komma

**Pasienten:** Nej. Men det står nu där då ..

**31. Sykepleieren:** Och detta har också någøt att göra med ..

**Pasienten:** Detta har någøt att göra med att de inte har lust att komma till mig. För de har sett att jag har druckit lite mer än jag borde när det har varit där ...

**32. Sykepleieren:** Så de tror att du dricker på ett sätt som i värsta fall kunde vara olyckligt

**Pasienten:** Mhm, och är det lite, det var väldigt dumt, men jag var barnvakt, och så kom föräldrarna hem ...

**33. Sykepleieren:** Du var barnvakt hos dem

**Pasienten:** Ja.. och så kommer föräldrarna hem och då hade jag somnat på soffan, och då är båda barna uppe. Det blev väldigt dumt ...

**34. Sykepleieren:** ... det blev väldigt dumt. När jag frågar dig om negativa sidor med alkoholen i ditt liv nu. Så har det varit en del händelser som du inte kan leva med, och misstänksamhet som gör att du inte får vara tillsammans med dina barnbarn på ett sådant sätt som du skulle önska. Stora saker.

**Pasienten:** Mhm, för min svärdotter, hon är en väldigt bestämd dam, och det var hon som fann mig på soffan då, med dessa barn som sprang runt. Och hon säger det att jag får inte lov att vara barnvakt för hon kan inte lita på mig.

**35. Sykepleieren:** Det är absolut så att det ...

**Pasienten:** Så det tycker jag är väldigt svårt ...

**36. Sykepleieren:** Det blir ensamheten ännu större av.

**Pasienten:** Mhm, när dessutom familjen liksom försvinner för dig så ...

**37. Sykepleieren:** Så det att du ser att det kan bli lite mycket noen ganger. Det är ett eller annat där med det tredje glaset och det som sker efter, det är du inte glad för. Informationen från läkaren om att kroppen din kanske är lite sliten på grund av detta.

**Pasienten:** Ja det har jag inte fått veta förrän nu då ...

**38. Sykepleieren:** Det har du inte fått veta förrän nu. Så den är ny.

**Pasienten:** Jag har inte känt av det.

**39. Sykepleieren:** Nej. Vet du, levern, man känner den inte. Så den är det bara blodproverna som känner ... och inte du. Och så dessa stora saker som att några gånger har du druckit på ett sätt som faktiskt gått ut över dina möjligheter att få vara tillsammans med barnbarnen.

**Patienten:** Ja, det är väl det som är det svåraste tycker jag.

**40. Sykepleieren:** Det är absolut det svåraste. Är det något annat som du har tänkt på som har bekymrat dig?

**Patienten:** Nej, inte något speciellt.

**41. Sykepleieren:** Så när du ser på det så, när vi sitter och pratar och du förklarar hur det är för dig. Så finns det några goda sidor, några sidor som är ordentligt goda sidor. Som handlar om lunch och vitt vin och få tiden att gå, och att hygge seg. Några goda sidor som mer handlar om att få tristhet och ensamhet att komma lite i bakgrunden, och så finns det en del dåliga sidor som du inte har något särskilt starkt förhållande till: läkarens blodprover. Lite så också med vänninorna som du är lite osäker på ... jajaja. Och så den här stora saken.

**Patienten:** Och så har jag, jag har «tryna et par ganger» (gjort något dumt) med att jag har ringt lite sent till dessa väninnor, som är singlar och då är det inte alltid som jag har sett på klockan.

**42. Sykepleieren:** Så när du är ensam och sitter hemma och är ledsen så blir du också arg och så ringer du ...

**Patienten:** Ja, jag behöver inte vara arg heller, men det kan hända att jag ringer bara för att byta några ord och så frågar de om jag har druckit och så säger jag nej.

**43. Sykepleieren:** Och så säger du nej.

**Patienten:** Och så säger de, ja men du sludrar ju, och det, jag hör inte det själv, men ...

**44. Sykepleieren:** Men när vi tänker på det efteråt så ...

**Patienten:** ... så har jag väl kanske gjort de då eftersom ...

**45. Sykepleieren:** Mhm, och så blir de inte glada för det. Du, när du ställer det mot varandra och ser på det, de goda tingen, njutningen, avslappningen, få tiden att gå, - sakerna. De dåliga tingen, kanske något med att du snubblar eller faller, kanske något med levern din och i alla fall något i dina sociala sammanhang. Vad tänker du?

**Patienten:** Jag vill väldigt gärna ha kontakt med mina barnbarn och min familj.

**46. Sykepleieren:** Mhm, du vill gärna ha en bättre kontakt med dem, än som det är nu.

**Patienten:** Mhm, och väninnor också, vill jag gärna ha kontakt med.

**47. Sykepleieren:** Mhm. Berätta lite om vad det betyder för dig

**Patienten:** Väninnor är något man har hela livet, bör ha i varje fall.

**48. Sykepleieren:** Mhm.

**Patienten:** Och när man är skild eller änka, sån som jag har blivit nu då, så blir det lätt så att de som är par glömmer dig i grunden.

**49. Sykepleieren:** Du blir lite bortglömd när du bara är dig själv.

**Patienten:** Ja, du blir lite utesluten från det goda sällskapen när du är ensam väldigt ofta.

**50. Sykepleieren:** Ja och så kommer reaktionerna på din alkoholkonsumtion och förstärker det.

**Patienten:** Ja för att, när de ska ha, vad det nu heter, har du en god väninna så behöver du inte någon spegel.

**51. Sykepleieren:** Precis.

**Patienten:** Och det är något med det också, jag får ju en del återkopplingar. .

**52. Sykepleieren:** Du får återkopplingar.

**Patienten:** På att dom inte accepterar – och att dom är bekymrade över mig på ett sätt.

**53. Sykepleieren:** Kan jag få fråga dig, vad tänker du om att göra förändringar med detta? Efter att din man dog så har det liksom gradvis förändrat sig och det har skett en del väldigt olyckiga saker. Vad tänker du om ...

**Patienten:** Jag har inte lust att avhålla mig helt heller.

**54. Sykepleieren:** Nej.

**Pasienten:** Jag tycker det är väldigt hyggelig det där att kunna sitta ute och ta ett glas öl och ett glas vin och ...

**55. Sykepleieren:** Så att gå över helt till det, det blir att gå för långt, och det har du inte lust med och du är inte säker på att du behöver det heller.

**Pasienten:** Nej, jag tror inte det , jag tror inte jag behöver det alltså.

**56. Sykepleieren:** Vad tänker du om att göra förändringar?

**Pasienten:** Jag har liksom en sån regel för mig själv nu som att jag inte börjar före kl 12, det är kanske lite för tidigt.

**57. Sykepleieren:** Mhm, så detta att skapa regler är ett sätt att hålla kontroll på det. Och det går an att prata om de reglerna.

**Pasienten:** Ja.

**58. Sykepleieren:** Men tillbaka till min fråga, jag pressar dig lite nu...

**Pasienten:** Mhm.

**59. Sykepleieren:** Så är det, så har det blivit, goda och dåliga sidor, vad tänker du om att göra förändringar med detta nu?

**Pasienten:** Jag hör ju att du frågar om jag kan sluta dricka, men ...

**60. Sykepleieren:** Det skulle ju vara en stor förändring. Det skulle ju vara en jättestor förändring.

**Pasienten:** Ja, men jag är inte säker på att jag klarar att ... Jag har klarat av att sluta röka.

**61. Sykepleieren:** Du har klarat av att sluta röka.

**Pasienten:** Men det är liksom något annat.

**62. Sykepleieren:** Det är absolut något annat, och så liknar det. Vad tänker du att det .... när var det du slutade röka?

**Pasienten:** För ett halvår sedan.

**63. Sykepleieren:** Ett halvår sedan.

**Pasienten:** Ja.

**64. Sykepleieren:** Så nu, mitt i det liv du har nu, så slutade du att röka.

**Pasienten:** Ja!

**65. Sykepleieren:** Fantastiskt!

**Pasienten:** Jag blev sjuk och kom på sjukhus och då var det en läkare som såg väldigt på mig och frågade hur mycket jag rökte och så sa han att för att jag skulle bli frisk så måste jag sluta röka, nu.

**66. Sykepleieren:** Så även då skedde det något dramatiskt, också ett sånt «tryck i trynet» och så bestämde du dig faktiskt för att göra något med detta, och i det sammanhanget, bestämde dig för att sluta.

**Pasienten:** Ja, ja det är riktigt.

**67. Sykepleieren:** Den styrkan som du använde dig av där, är det något av det som du skulle kunna ha nytta av nu, om du skulle fundera över att förändra vindrickandet.

**Pasienten:** Jag vet ju att jag kan.

**68. Sykepleieren:** Du vet att du kan.

**Pasienten:** Jag tror inte jag klarar det ensam ...

**69. Sykepleieren:** Ok, så som du ser det i ditt liv så är detta att sluta dricka vin nästan en större uppgift än att sluta röka och du tänker att du behöver stöd till det.

**Pasienten:** Ja, för det är, det där med vin, det är liksom något socialt i det "kan du inte komma hem till mig och ta ett glas vin på terassen".

**70. Sykepleieren:** Ja, så du är rädd för att förlora det sociala också.

**Pasienten:** Och så har jag en sån vacker utsikt och så sitter vi där på kvällen, och jag har en värmelampa i taket och så sitter vi ute länge ...

**71. Sykepleieren:** Vet du vad, det finns något, ett råd som jag kanske har till dig om detta, har du lust att höra det?

**Pasienten:** Mhm..

**72. Sykepleieren:** Mhm, jag har en kollega, en kollega till oss i hemtjänsten som har rådgivarutbildning och hon jobbar med folk har livsproblem av olika slag och pratar med dem om på vilket sätt de vill göra förändringar om de har kommit på att de vill det. Folk som är olyckiga pga av olika orsaker, och som har lust att göra något med det. Så en sak jag skulle kunna göra är att hjälpa dig få kontakt med henne. Vad tänker du om det?

**Pasienten:** Mhm, ja..

**73. Sykepleieren:** Du tänker kanske att det skulle kunna vara OK. Berätta!

**Pasienten:** Jo jag tror det kan vara fint, för jag behöver, jag tror jag behöver i alla fall lite stöd. Jag klarar inte, jag vet inte riktigt hur jag ska, liksom, ska angripa det.

**74. Sykepleieren:** Så då är det så att efter att din man dog så har det blivit mer vindrickande ... (Mhm) ... och det har blivit några negativa saker, några mindre och några ganska stora.

**Pasienten:** Ja det är lite olika, bara det att gå till Systemblaget har varit en liten sån «bøyg» (en sak man undviker) några gånger.

**75. Sykepleieren:** Att du tycker att du ofta går till Syetemet

**Pasienten:** Ja att det blev så att de kände igen mig ...

**76. Sykepleieren:** Akkurat.

**Pasienten:** Så då blev jag tvungen att åka till andra ställen och handla där. Så jag började med såna halvflaskor. Det var bra till middag och ett glas efteråt. Då hade jag, då hade jag i varje fall kontroll.

**77. Sykepleieren:** Det är bättre kontroll på ... små enheter

**Pasienten:** Ja för så visste jag hur mycket jag hade druckit. Men så blev det så mycket tomglas .

**78. Sykepleieren:** Så inte bara måste du till Systembolaget, du måste också till Återvinningen hela tiden med alla de flaskorna som kliniker och klånkar i väskan din.

**Pasienten:** Ja det ska på ett sätt bäras ut och kastas och så också. Men så började jag köpa kartonger, boxar och då tappade jag lite översikten över hur mycket jag drack.

**79. Sykepleieren:** Så har detta utvecklats sig och så har det fört till konsekvenser, du tänker nu att du har lust att göra något åt det. Är osäker på hur drastiskt det måste vara, om det är ca 100% eller om det finns andra mellanlösningar. Du vet att du kan inte göra det ensam och du är inte främmande för tanken med att det kan vara nyttigt för dig att prata med någon om det.

**Pasienten:** Nej då, jag kan gärna prata med någon om det.

**80. Sykepleieren:** Du kan gärna prata med någon om det. Och den här rådgivarkollegan min som jag beslrev är en sån person som du kan tänka dig att prata med.

**Pasienten:** Är hon i min ålder, eller?

**81. Sykepleieren:** Hon är nog betydligt yngre än dig.

**Pasienten:** Ja mhm..

**82. Sykepleieren:** Och så har hon erfarenhet av att prata med människor som är lite olyckiga och har lust att få till förändringar.

**Pasienten:** Ok.

**83. Sykepleieren:** Ska vi säga så? Jag kontaktar henne, hon ringer till dig och avtalar en tid och så kommer jag tillbaka hit till dig en gång till och bara ser hur det har gått. Är det OK?

**Pasienten:** Ja.

**Sykepleieren:** Fint!



**SYMPOSIUM**  
Ψ

*Christina Näsholm*