

## Koncept for Støttegruppe Foreningen Støttegruppen for ludomaner (FSFL)

### **Formål med Støttegruppen**

Støttegruppen er et tilbud for ludomaner/spilleafhængige om at mødes med ligestillede.

Formålet med Støttegruppen er

- At give den enkelte ludoman støtte, dele erfaringer og hjælp til selvhjælp i den proces det er, at stoppe med at spille og/eller holde sig "spillefri"
- At understøtte ludomanens ansvar for at fastholde sine egne beslutninger og målsætning om, at få sin spilleadfærd under kontrol og/eller stoppe med at spille
- At eks. ludomaner, der er spillefri eller ønsker at være det, har gennemført eller er på vej til et behandlingsforløb i/på et anerkendt behandlingssted, får mulighed for at drøfte sine beslutninger i et forum af ligestillede
- At eks. ludomaner, der er spillefri og har gennemført et behandlingsforløb kan blive frivillig støttegruppeleder.

### **Overordnede retningslinjer for Støttegruppen**

Betingelserne for at komme i en Støttegruppe er

- At ludomanen har et ønske om at reducere og/eller stoppe med at spille hasardspil, som ludomanen er afhængig af
- At ludomanen deltager eller har deltaget i et behandlingsforløb i/på et anerkendt behandlingssted eller er på vej i en egentlig behandling
- At ludomanen er psykisk i stand til at deltage i en gruppe
- At ludomanen enten visiteres til Støttegruppen via sin behandler, eller ved at opsøge støttegruppen ved egen hjælp.

Mødernes varighed er 2 timer typisk efter normal arbejdstid, og der er på forhånd aftalt faste mødedage og tidspunkt.

### **Tavshedspligt**

Deltagerne i en Støttegruppe skal sikres anonymitet. De enkelte medlemmer i gruppen har tavshedspligt, og pressen er ikke velkommen ved møderne, såfremt andet ikke er aftalt med deltagerne og Støttegruppelederne.

Der ikke tilladt for deltagerne i Støttegruppe at låne hinanden penge, møde op i beruset tilstand eller være påvirket af stoffer.

### **Henvisning og orientering på et behandlingssted til Støttegruppen**

Behandlerne på behandlingsstedet introducer og informer ludomanen om mulighederne for at deltage i Støttegruppen. Informationen om Støttegrupper formidles via:

## Foreningen Støttegruppen for Ludomaner (FSFL)

- En afklarende individuel samtale og/eller ved en af de andre individuelle samtale
- Afslutning og opfølgninger på kursusaktiviteterne (gruppebehandling)
- På pårørendekurserne
- Afslutning af et individuelt behandlingsforløb og opfølgingsforløbet
- Støttesamtaler efter et behandlingsforløb
- FSFL's hjemmeside: fsfl.dk

### Rammer for Støttegruppen

Støttegrupperne afvikles i egen regi.

- Lån og adgang til lokaler søges via kommunale- og/eller private institutioner
- Supervision til Støttegruppelederne og assistenter søges dækket af tilskud
- Adgang til WEB SMS til varsling af møder og aflysninger overfor deltagerne
- Transport og parkeringsgodtgørelse til Støttegruppelederne for deltagelse i møder og supervision
- Kontaktperson og kontaktiliste på behandlerne på behandlingssted(er) ved akut support aftales med visiterende behandlingssted(er)

I samarbejde mellem de frivillige Støttegruppeledere og behandlingssted(erne) aftales:

- Start og sluttidspunkt for Støttegruppen (min. 3 måneder)
- Fast ugentligt mødedato og tidspunkt
- Fast ugentligt mødested
- Et minimum deltagerantal der skal visiteres til Støttegruppe
- Et maksimum deltagerantal der kan visiteres til Støttegruppe
- Et vagtskema for Støttegruppelederne. Min. 2 erfarne Støttegruppeledere til hvert møde + assistenter
- Plan for supervision (Omkostninger til supervision søges dækket via tilskud, og/eller i form gratis faglig kompetent bistand/hjælp fra behandlingssted(erne))

### Støttegruppelederens funktion

Møder ca. 30 min. før mødestart for at åbne dørene, så kaffe kan brygges og lokalet forberedes til mødet. Støttegruppelederen tjekker den fælles postkasse.

- Åbner mødet klokken på det hertil fastlagte tidspunkt for mødet
- Inddeler eventuelt i mindre grupper
- Introducerer nye deltagere
- Introduktion til aftenens tema
- Præsenterer evt. gæsteoplægsholder. Vedkommende tager ordet. Indleder omkring temaet ud fra egne erfaringer. Afslutter. Støttegruppelederen tager ordet igen og informerer om at ordet nu er frit eller som anden mulighed at ordet går rundt.
- Afrunding

Ca. 1 times efter mødets start holdes 10 min. Pause. Herefter fortsætter mødet ca. 50 min. hvor

Støttegruppelederen gør opmærksom på at der er en sidste mulighed for at sige noget inden mødet afsluttes. Gør opmærksom på at næste møde afholdes xx dag og på xx tidspunkt.

Støttegruppelederen afslutter. Venter til alle forlader lokalet, tjekker at alt er i orden, låser efter sig og slår eventuelt alarmen til.

### Rekruttering og krav til Støttegruppelederne

Ludomaner der har afsluttet deres behandlingsforløb kan ønske at blive frivillig Støttegruppeleder. Behandlerne og/eller støttegruppelederne drøfter muligheden med den enkelte ved afslutning af kursusforløb (gruppebehandling) eller det individuelle behandlingsforløb.

Behandlerne og/eller støttegruppeledere er ansvarlige for, at eks. ludomaner der gerne vil være Støttegruppeleder udfylder ansøgningen til "Frivillig Støttegruppeleder" (Bilag nr. 3)

Der stilles følgende krav for at kunne blive frivillig Støttegruppeleder:

- Er stoppet med at spille i forhold til sine mål i behandlingen og har været spillefrie in mindst 6 måneder
- Nye Støttegruppeleder deltager i en interviewsamtale med en ansvarlig tovholder eller behandler på behandlingsstedet á ca. 1 times varighed (tovholderens/behandlerens ansvar indebærer, at det påses, at den nye Støttegruppeleder er mentalt parat til dette frivillige arbejde)
- Nye Støttegruppeledere deltager som assistenter sammen med en erfaren Støttegruppeleder indtil de selv er klar til at være Støttegruppeleder
- Alle Støttegruppeledere og assistenter deltager i den aftalte supervision
- I tilfælde af tilbagefald med pengespil, at fortælle det til og få Støttesamtale med en behandler og eller supervisor
- Det er herefter behandlerens og eventuelt tilknyttet supervisors vurdering der skal ligge til grund en vurdering af, hvornår en Støttegruppeleder, der har haft et tilbagefald, er klar til at fortsætte/genoptage sit hverv som Støttegruppeleder, hvilket meddeles til bestyrelsen i foreningen med henblik på genoptagelse af det frivillige hverv
- I tilfælde af tilbagefald skal behandlingssted(erne) og støttegruppelederne i fællesskab drage omsorg for, at Støttegruppelederne får den nødvendige supervision og/eller støtte i forhold til en sådan hændelse
- Deltagelse i fællesmøder angående Støttegruppen
- Udfylde tjeklisten og feedbackskemaer på møderne i Støttegruppen
- At melde afbud ved sygdom mv. til de andre Støttegruppeledere eller kontaktpersonen på behandlingsstedet.

Støttegruppelederen modtager og kvitterer for modtagelse af en evt. nøgle til lokaler og bliver introduceret til alarmsystemet, opvaskemaskine og muligheden for at lave kaffe og te.

### Indhold på møder i Støttegrupper

På møderne lytter og taler deltagerne med hinanden om spilleafhængighed. Indholdet til møderne bestemmes af Støttegruppelederne og deltagerne. Faste punkter på møderne er som hovedregel:

#### 1) Velkommen

Støttegruppelederne byder alle velkommen og er særligt opmærksomme på nye deltagere. Kort introduktion til reglerne i Støttegruppen (Tavshedspligten, rygning, mobiltelefon mv.)

#### 2) Her & Nu

Hvad er i forgrunden i forhold til spil hos deltagerne. Der lægges vægt på nysgerrighed, åbenhed og erfaringsudveksling

#### 3) Aftenens tema

## Foreningen Støttegruppen for Ludomaner (FSFL)

Efter kort oplæg fra Støttegruppeleder/oplægsholder får deltagerne herefter mulighed for at dele hinandens tanker og erfaringer omkring aftenens tema.

Eksempler på temaer til møderne i Støttegruppen:

1. **Pårørende** – erfaringsudveksling i forhold til pårørende i behandlingsforløbet?
2. **Tilbagefald** - erfaringsudveksling og tanker omkring tilbagefald?
3. **Fritid** – erfaringsudveksling omkring fritidsaktiviteter med eller uden hasardspil?
4. **Arbejde og hasardspil** - erfaringsudveksling omkring hasardspil på arbejdspladsen (kollegaer og arbejdsgiver) og i forhold til min behandling?
5. **Penge** – erfaringsudveksling omkring forhold til penge?
6. **Spillepolitik** – hvad er min holdning til spillepolitik i hjemmet, arbejdspladsen og det offentlige rum?
7. **Motivation** – erfaringsudveksling i forhold til at øge min motivation for at stoppe med at spille?
8. **Familien** – erfaringsudveksling af konsekvenserne af mit hasardspil i forhold til familien?
9. **Gøre noget for mig selv** – erfaringsudveksling og idéer til lystbetonet aktiviteter?
10. **Fremtiden som eks. ludoman** - erfaringsudveksling og tanker om hvordan fremtiden ser ud som eks. ludoman
11. **Tilgivelse** - erfaringsudveksling og tanker om hvordan jeg kan tilgive mig selv og komme videre i mit liv?
12. **Selvværd** - erfaringsudveksling og tanker om spillets konsekvenser for selvværdet og selvtilliden

### 4) Afslutning

Støttegruppelederne spørger om deltagerne vil give kort feedback på mødet. Centralt for afrundingen er:

- Hvad er det vigtigste du tager med fra mødet?
- Hvad kunne du evt. have behov for næste gang?
- Information om næste møde i Støttegruppen

### Fremmøde

Der er ingen mødepligt til Støttegruppen, medmindre dette er aftalt mellem behandler og støttegruppemedlem særskilt i forhold til behandling på behandlingsstedet.

Hvis en deltager ikke har mødt op 4 gange i træk uden at melde afbud, slettes vedkommende fra den aktuelle deltagerliste til Støttegruppen. Behandlerne i/på de respektive behandlingssteder informeres om dette og opdaterer deltagerlisten.

### Forløbet med Støttegruppe på behandlingsstederne

#### Fase 1:

1. Deltagerne på kurser (gruppebehandling) introduceres og informeres om muligheden for at deltage i Støttegruppe. Ansv. Behandlere på behandlingsstedet (Bilag nr. 1)
2. Det tilstræbes at én Støttegruppeleder (eks. ludoman) præsenterer mulighederne for Støttegruppe på kurserne (Ansv. Behandlerne på behandlingsstedet)
3. Personer der er i individuel behandling informeres om Støttegruppen
4. Registrering af tilmelding på klienter, der er interesseret i at deltage i en Støttegruppe. Ansv. Behandlerne i (Bilag nr. 2)

## Foreningen Støttegruppen for Ludomaner (FSFL)

5. Registrering af de eks ludomaner, der gerne vil være mødeleder for Støttegruppen. Ansv. Behandlerne på behandlingsstedet (Bilag nr. 3)

### Fase 2:

1. Samtale med eks ludomaner, der gerne vil være mødeledere. Ansv. Kontaktperson/behandler
2. Udarbejde en oversigt over mødested og datoer. Ansv. Støttegruppelederne
3. Aftale om supervision med Støttegruppelederne. Ansv. Støttegruppelederne og foreningens bestyrelse
4. Invitation udsendes med brev eller SMS til deltagerne. Ansv. Støttegruppelederne
5. Behandlerne visiterer støttegruppemedlemmer til gruppen via email til støttegruppen@fsfl.dk
6. Vagtskema for Støttegruppelederne. Min. 2 Støttegruppeledere til hvert møde. Ansv. Støttegruppelederne
7. Registrering af deltagernes fremmøde i et dertil indrettet regneark eller andet værktøj. Ansv. støttegruppelederne
8. Vedligeholdelse af en aktuel deltagerliste til Støttegruppen. Ansv. Støttegruppelederne
9. Underretning til behandlerne/kontaktpersonen på behandlingsstedet i form af fremmødestatistik fremsendt pr. e-mail mindst én gang pr. måned (det tilstræbes at fremsende dette på ugentlig basis) Ansv. Støttegruppelederne

### Bilag

- |              |   |
|--------------|---|
| Bilag nr. 1: | Information om Støttegruppe   |
| Bilag nr. 2: | Tilmeldingsblanket til Støttegruppe   |
| Bilag nr. 3  | Tilmeldingsblanket for eks. ludomaner som gerne vil arbejde som frivillig Støttegruppeleder |

## **Information om Støttegruppen For ludomaner (FSFL) i København**



### **Støttegruppen**

Støttegruppen er et tilbud for ludomaner om at mødes med ligestillede. Formålet med din deltagelse er, at give dig støtte og hjælp til selvhjælp, så du kan fastholde dine egne beslutninger og målsætning om, at få din spilleadfærd under kontrol.

For at deltage i Støttegruppen skal du være aktiv i dit ønske om at stoppe med at spille. Du venter måske på en egentlig behandling, eller er i gang med et behandlingsforløb. Måske har du afsluttet et behandlingsforløb i/på et behandlingssted for ludomani.

### **Når vi er sammen**

På møderne lytter og taler vi med hinanden om spilleafhængighed. Udgangspunktet er at dele hinandens oplevelser og erfaringer som gøres mellem møderne. Vi er ikke behandlere – vi er en selvhjælpsgruppe!

Mødernes varighed er 2 timer efter normal arbejdstid, og vi mødes hver tirsdag fra kl. 18.00 til 20.00 i lokaler i Præstebro Kirke på Tornerosevej 115 i Herlev. Send os gerne en mail, hvis du ønsker at deltage, eller ring tirsdage, kl. 17 til 18.

### **Tavshedspligt og regler**

Der er tavshedspligt i Støttegruppen. Den fortrolighed og tillid, som vi viser hinanden, bliver inden for Støttegruppens rammer.

Det er ikke tilladt at låne hinanden penge eller møde op i beruset tilstand. Der er mulighed for rygning udendørs før, i pausen og efter møderne i Støttegruppen.

### **Ønsker du at deltage i Støttegruppen?**

Støttegruppen ledes af tidligere ludomaner, der er spillefrie, så vi ved hvad du snakker om.

Vi glæder os til at være sammen med dig!

Støttegruppelederne:

Michael, Mogens, Kim, Toni, John og Brian

web: [www.ludomanen.dk](http://www.ludomanen.dk)

mail: [info@ludomanen.dk](mailto:info@ludomanen.dk)

☎ SMS – 50 415 112

Download gerne vores App her:



Bilag nr. 2

# Tilmelding til Støttegruppe for ludomaner

Udfyldt af:

Dato for tilmelding til  
Støttegruppen: \_\_\_\_\_

Navn:

---

Alder: \_\_\_\_\_ Tlf. nr.: \_\_\_\_\_ Mobil nr. : \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Afhængighedsspil:

Automater  Poker  Oddset  Heste  Lotto  Skrab  Casino

Online spil  Andet:

---

Er startet i behandling d. (dato) \_\_\_\_\_

Har deltaget på kursus:  Nej  Angiv kursus: .....

Har tidligere været i behandling:  Nej  Ja Hvornår (årstal):

Har tidligere gået i Støttegruppe:  Nej  Ja Hvornår (årstal):

Anden information: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Bilag nr. 3

# Tilmelding som frivillig Støttegruppeleder

Udfyldt af:

Dato for  
tilmelding: \_\_\_\_\_

Navn: \_\_\_\_\_

Alder: \_\_\_\_\_ Tlf. nr.: \_\_\_\_\_ Mobil nr. : \_\_\_\_\_

Mail: \_\_\_\_\_

Er startet i behandling d. (dato) \_\_\_\_\_

Har afsluttet sit behandlingsforløb:  Nej  Ja Hvornår (dato)  
\_\_\_\_\_

Har været spillefri i (dage) \_\_\_\_\_ eller (år) \_\_\_\_\_

Har deltaget på kursus:  Nej  14 dage i Odense  Dagskursus i  
København

Har tidligere gået i Støttegruppe:  Nej  Ja Hvornår (årstal):

Har tidligere været i behandling:  Nej  Ja Hvornår (årstal):

Anden information: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_