

Hva er egentlig avhengighet?

Oslo Kongressenter ▶ 9. januar 2019

▶ ROP-DAGEN 2019



ROP-dagen 2019 arrangeres av Nasjonal kompetansetjeneste ROP i samarbeid med tjenestens Ekspertråd. Denne gangen skal ROP-dagen illustrere bredden av hva avhengighet er og kan være.

Hva er egentlig **avhengighet**?

► Denne ROP-dagen skal illustrere *bredden* av hva avhengighet er og kan være. Den skal vise at evnen til avhengighet er dypt forankret i livsnødvendige aktiviteter som det å spise, drikke, formere oss eller ta vare på våre barn. Og hva skjer når rusmidler eller andre avhengighetsskapende aktiviteter tar over, og man mister kontroll over livsnødvendige levevaner?

Gjennom personlige historier og forskning skal vi se på avhengighet fra ulike synsvinkler; biologi, psykologi og samfunnsfaglig.

Begrepet *avhengighet* er så vanlig og brukes så mye at vi synes vi vet hva det er. Men vet vi det? Mange synes nok det er vanskelig å forstå hva avhengighet egentlig handler om. Man har en ide om at det handler om noe fysisk og noe psykisk, men ut over det er det vanskelig å være konkret. «Jeg er helt avhengig av å få åtte timers søvn om natten», sier vi for å understreke at dette er viktig for oss. Dette er avhengighet i liten skala, noe som skal til for å ha det bra. Men avhengighet kan også være noe stort og destruktivt, noe som forstyrrer hele vår balanse og tar over livet vårt.



Følg med på nettsidene til www.rop.no og www.sykehuset-innlandet.no