



AHG Klinik Schweriner See

Klinik für Psychosomatische Medizin,
Psychotherapie und Suchtmedizin

Heft 17

Familie und Sucht



Herausgeber: Dr. med. Thomas Fischer
Chefarzt
Facharzt für Neurologie und Psychiatrie - Psychotherapie
Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Sozialmedizin
Am See 4
19069 Lübstorf
fon: 0 38 67.9 00-165
fax: 0 38 67.9 00-600
fkschwerin@ahg.de
www.klinik-schweriner-see.de
www.ahg.de/schwerin

Redaktion: Dr. med. Thomas Fischer
Katrin Parlow

3. Auflage, Januar 2016, 500 Exemplare
ISSN 1433-3163 „Angewandte Verhaltenstherapie“ (Print)
ISSN 1619-4411 „Angewandte Verhaltenstherapie“ (Internet)
Themenhefte dieser Reihe erscheinen in unregelmäßigen Abständen.

Volker Prempfer

Familie und Sucht

Ansprechpartner für den Bereich Familie und Sucht:

Dr. rer. nat. Volker Prempel

Telefonische Sprechzeit:

Montag 9:30 – 11:30 Uhr

fon: 0 38 67.9 00 – 157

fax: 0 38 67.9 00 – 600

Außerhalb dieser Sprechzeit erreichbar unter:

fon: 0 38 67.9 00 – 165

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	5
Indikation zur Teilnahme Angehöriger	6
Ziele der Angehörigenarbeit	6
Angehörigenseminar	7
Paar- und Familiengespräche	8
Eltern-Kind-Gruppe	9
Eltern-Kind-Aktivität	10
Arbeitgebergespräche	10
Betriebsseminare	11
Literatur	13

Einleitung

Angehörige von Suchtkranken sind stets von der Erkrankung mit betroffen. Nach Schätzungen leben ca. 6 Millionen Menschen in Deutschland mit einem suchtkranken Angehörigen zusammen. Oft liegen viele Jahre hinter ihnen, in denen versucht wurde, dem abhängigkeitskranken Angehörigen zu helfen oder ihn zu einer Veränderung seines Verhaltens zu bewegen. Das sind lange Zeiten des Hoffens darauf, dass Veränderungsabsichten ernst gemeint und Veränderungen zum positiven von Dauer sind. Immer wieder bestimmt aber die Sucht mit ihren assoziierten negativen Verhaltensweisen dann doch den Alltag. Dieses Wechselspiel zermürbt und verändert Beziehungen. Enttäuschung und Misstrauen, mitunter Angst, können großen Raum einnehmen. Angehörige Suchtkranker unterliegen darüber hinaus einem erhöhten Risiko, selbst stressbedingte Erkrankungen zu entwickeln (COPELLO et al. 2005).

Unternimmt ein Suchtkranker Schritte, sich von seiner Sucht zu befreien und alte Verhaltensweisen hinter sich zu lassen, können oft beide Seiten – Betroffener wie Angehöriger – alte Kränkungen und Enttäuschungen nicht einfach vergessen. Andererseits besteht der Wunsch, einfach ganz von vorne anzufangen und alles Negative aus der Vergangenheit hinter sich zu lassen. Doch die Erfahrung zeigt, dass das oftmals nicht so einfach gelingt. Es ist daher für beide Seiten wichtig, sich aktiv damit auseinanderzusetzen, wie vergangene schwere Zeiten bewältigt werden können und wie das neue gemeinsame Leben gestaltet werden soll. Damit wird eine gute Basis dafür geschaffen, dass ein zufriedenes suchtmittelfreies Leben gelingen kann. Positive Ergebnisse einer Suchtbehandlung erweisen sich langfristig als umso stabiler, je besser es gelingt, in diesem Sinne Angehörige in die Behandlung des Suchtkranken einzubeziehen.

Die AHG Klinik Schweriner See hat deshalb die Einbeziehung von Angehörigen in die Behandlung an verschiedenen Stellen in ihr Therapiekonzept integriert. Die Angebote sind: Angehörigenseminare, Paar- und Familiengespräche sowie Eltern-Kind-Behandlung. Außerdem hält die AHG Klinik Schweriner See Therapieangebote bereit, die die Rückkehr an den Arbeitsplatz erleichtern und das Wissen um Suchterkrankungen in Betrieben erweitern. Dies sind Arbeitgebergespräche sowie Betriebsseminare. Diese Behandlungselemente werden im Folgenden jeweils kurz vorgestellt.

Indikation zur Teilnahme Angehöriger

Die Teilnahme von Angehörigen an der Therapie ist ein wichtiges Element einer wirksamen Entwöhnungsbehandlung. Die Erfolge einer Behandlung können auf lange Sicht umso besser aufrecht erhalten werden, je mehr es gelingt, die Bezugspersonen des Betroffenen in die Behandlung mit einzubeziehen (RUMPF et al. 2002). Sowohl der Suchtkranke selbst, als auch die Angehörigen schrecken jedoch häufig davor zurück.

Viele Patienten befürchten, bei einer Integration ihrer Angehörigen in die Behandlung durch Vorwürfe oder Angaben zu Einzelheiten ihrer Suchtvergangenheit bloßgestellt zu werden. Andere wiegen sich bezüglich der Qualität ihrer Beziehung in einer trügerischen Sicherheit. Sie glauben, dass alles in Ordnung sei und empfinden daher die Teilnahme ihrer Angehörigen an der Behandlung als entbehrlich. Angehörige von Suchtpatienten ihrerseits missverstehen die Einladung zur Therapie häufig so, dass sie für die Entstehung der Abhängigkeit mitverantwortlich gemacht werden sollen und befürchten entsprechende Vorwürfe. Alle Beteiligten haben Sorge, dass das in ihrer Partnerschaft bzw. Familie mühsam gefundene Gleichgewicht durch die Therapie gefährdet wird und es zu einer Zunahme von Streitigkeiten kommen könnte (LINDENMEYER 2010).

Angehörige Suchtkranker, die jahrelang darum gekämpft haben, dass ihr Partner, Sohn etc. aufhört, Suchtmittel zu nehmen, unterliegen nicht selten der Fehleinschätzung, dass alle Probleme gelöst sind, wenn der Konsum erst einmal gestoppt ist. Außerdem lernt der Suchtkranke in der Therapie, seine Krankheit besser zu verstehen und beginnt, sich zu verändern. Mit diesen geänderten Sicht- und Verhaltensweisen kommt er nun in die Partnerschaft bzw. Familie zurück. Das kann zu Schwierigkeiten und Missverständnissen führen. Diese stellen dann wiederum ein Risiko für einen Rückfall ins Suchtverhalten dar. Daher kommt der Integration von Angehörigen in die Behandlung bei jedem Suchtpatienten stets große Bedeutung zu.

Ziele der Angehörigenarbeit

Die AHG Klink Schweriner See stellt in verschiedener Form Informationen bereit und gibt Anregungen, wie sich Betroffene und Angehörige im Sinne gelingender Beziehungen und der Beibehaltung von Abstinenz verhalten können. Angehörige können nicht erreichen, dass die Betroffenen abstinent bleiben. Aber sie können lernen, mit der neuen Situation umzugehen, dass ihr abhängiger Angehöriger nun ohne Suchtmittel lebt. Das kann eine Vielzahl von Veränderungen für die Partner-

schaft oder die Familie mit sich bringen. Für die zukünftige Situation in der Partnerschaft oder Familie, aber auch für die Rückkehr zum Arbeitsplatz ist mitentscheidend, ob es gelingt, ein neues Gleichgewicht zu schaffen, offene Gespräche zu führen und Vertrauen und Partnerschaftlichkeit wiederherzustellen.

Folgende Ziele werden durch die Integration Angehöriger in die Therapie im Einzelnen verfolgt:

- Vermittlung von Verständnis für die Entwicklung und Art der Suchterkrankung
- Ermöglichen einer offenen Aussprache zwischen den Betroffenen, um problematische Ereignisse aus der Vergangenheit zu klären und zu bewältigen
- Entwicklung gemeinsamer Vorstellungen über ein zukünftiges Leben
- Erlernen des Umgangs mit wiederkehrenden unangenehmen Gefühlen wie Misstrauen, Angst und Ärger
- Überwindung gegenseitiger Schuldzuweisungen und Vorwürfe
- Erlernen des Umgangs mit einem Rückfall in alte Verhaltensweisen oder einem Trinkrückfall, der nie ganz ausgeschlossen werden kann
- Festigung der Verbindlichkeit sozialer Beziehungen
- Abbau von unbeabsichtigter Unterstützung für das alte Problemverhalten
- Aufbau von gezielter Bestärkung für neue suchtmittelfreie Verhaltensweisen

Angehörigenseminar

Zentraler Baustein der Teilnahme Angehöriger an der Therapie ist ein gemeinsamer Seminartag – das „Angehörigenseminar“. Bevor zu einem Angehörigenseminar eingeladen wird, erarbeiten die Patienten im Rahmen der Gruppenpsychotherapie, weshalb die Einladung von Angehörigen für den Therapieprozess und den langfristigen Therapieerfolg von Bedeutung ist. Ergänzend wird mit den einzelnen Patienten geklärt, welches die jeweiligen Ziele für das Gespräch mit den Angehörigen sind. Weiter wird besprochen, welche Wünsche und Erwartungen, aber auch Ängste und Befürchtungen mit dem Kontakt mit den Angehörigen verbunden sind. Voraussetzung für die Einladung von Angehörigen in die Therapie ist generell, dass es vom Patienten selbst gewünscht wird.

Wenn geklärt ist, welche Angehörige der Patient einladen möchte, erhalten diese von dem für die jeweilige Therapiegruppe zuständigen Therapeuten ein Einladungsschreiben. Darüber hinaus sind die Patienten selbst aufgefordert, ihrem Angehörigen deutlich zu machen, wie wichtig ihnen deren Teilnahme am Angehörigenseminar ist.

Das Angehörigenseminar beginnt in der Regel um 9:30 Uhr. Zunächst begrüßen die Patienten ihre Angehörigen, führen sie durch die Klinik und zeigen ihnen ihre Räumlichkeiten. Von 10 bis 12 Uhr findet eine Gruppensitzung für die Angehörigen statt. Die Patienten nehmen während dieser Zeit am regulären Therapieprogramm teil. In der Angehörigengruppe wird eingangs das Störungsbild der Abhängigkeitserkrankung sowie der Inhalt und der Ablauf einer Entwöhnungsbehandlung erklärt. Durch die Klärung anschließender Fragen kann dann das Verständnis für die Störung und deren Überwindung vertieft werden.

Im weiteren Verlauf der Angehörigengruppe wird darauf eingegangen, mit welchen Veränderungen nach Abschluss der stationären Therapie zu rechnen ist. Ferner wird erläutert, welches Verhalten von Angehörigen für die Aufrechterhaltung der Abstinenz förderlich ist und welche Verhaltensweisen sich eher ungünstig auswirken. Neben der Klärung offener Fragen und der Erweiterung des Verständnisses für das Krankheitsbild werden die Teilnehmer der Angehörigengruppe feststellen, dass sie mit ihren Erfahrungen, Unsicherheiten, Ängsten und Fragen nicht allein sind. Vielmehr haben andere Angehörige ähnliche Sorgen und Nöte wie sie selbst. Allein dies kann schon eine erhebliche Entlastung bedeuten und den Mut stärken, auch zukünftig offen mit dem Suchtproblem des Angehörigen umzugehen.

Während der Nachmittagsstunden steht der zuständige Gruppentherapeut für Einzelkontakte mit den Patienten und ihren Angehörigen zur Verfügung. Bei diesen Gesprächen können die individuellen gegenseitigen Wünsche und Erwartungen, aber auch Befürchtungen und Probleme besprochen werden. Wichtig ist, dass gegenseitige Vorwürfe und Schuldzuweisungen überwunden werden und der Blick auf die Veränderungen gerichtet wird, die für ein zufriedenes und suchtmittelfreies Zusammenleben notwendig sind.

Paar- und Familiengespräche

Neben den Angehörigenseminaren bietet die AHG Klinik Schweriner See die Möglichkeit, in Paar- und Familiengesprächen vertiefend offene Fragen anzusprechen und zu klären. Familienorientierte Interventionen haben eine nachgewiesene gute Wirksamkeit (z. B. O'FARRELL 1999). Die Entwicklung einer Sucht bringt erfahrungsgemäß eine Vielzahl von Veränderungen für die Partnerschaft oder Familie mit sich. Meistens geschehen diese Veränderungen schleichend, manchmal jedoch auch plötzlich. Die Veränderungen können sich auf die Haushaltsführung, die Freizeitgestaltung, das partnerschaftliche Zusammenleben und viele andere Lebensbereiche beziehen. Um wieder ein zufriedenes und vertrauensvolles Zusam-

menleben in der Partnerschaft zu ermöglichen, ist es für beide Seiten wichtig, sich darüber klar zu werden, welche Veränderungen es durch die Abhängigkeitserkrankung gab.

Wenn ein Abhängiger beginnt, ohne Suchtmittel zu leben, treten erneut Veränderungen ein: Er nimmt wieder eine andere Rolle in Familie und Partnerschaft ein. Oft sind weder die Betroffenen noch die Angehörigen genügend auf diese neue Situation vorbereitet. Es ist daher wichtig, sich darüber klar zu werden, welche Veränderungen eintreten werden und wie das gemeinsame Leben zukünftig gestaltet werden soll.

Um alte Kränkungen zu verarbeiten und eine neue gemeinsame Lebensperspektive zu entwickeln, sind Paar- oder Familiengespräche eine große Chance. Sie werden vom zuständigen Bezugstherapeuten durchgeführt. Voraussetzung für ein Paar- oder Familiengespräch ist, dass der Patient selbst ein solches Gespräch wünscht. Angehörige können ein solches Gespräch zwar auch anregen, entscheidend ist jedoch der Wunsch des Patienten. Bevor ein Paar- oder Familiengespräch stattfindet, wird dieses ausführlich vom Bezugstherapeuten mit dem Patienten vorbereitet. Es wird geklärt, zu welchem Zweck das Gespräch geführt werden soll, welche Themen angesprochen werden sollen und was die Erwartungen und gewünschten Ziele des Gespräches sind.

Ein Paar- oder Familiengespräch kann zu jedem Zeitpunkt in der Therapie stattfinden. Bei Bedarf können auch mehrere aufeinanderfolgende Gesprächstermine vereinbart werden.

Eltern-Kind-Gruppe

Bei entsprechender Indikation besteht in besonderen Fällen in der AHG Klinik Schweriner See die Möglichkeit zur Mitaufnahme von Kindern. Sie werden in den speziellen Eltern-Kind-Gruppen aufgenommen. Voraussetzung dafür ist eine entsprechende Kostenzusage. Die Kinder werden während der Therapiezeiten ihrer Eltern im Kindergarten der Klinik betreut oder gehen in die regionale Schule. Patienten, die ihr Kind mit zur stationären Rehabilitation bringen, können im Rahmen der Gruppenpsychotherapie auch an Problemen arbeiten, wie sie im häuslichen Umfeld oder auch im Klinikalltag mit ihren Kindern auftreten. Meistens handelt es sich dabei um Fragen der Erziehung oder zum Umgang mit der eigenen Erkrankung. Häufige Themen sind beispielsweise Regelung von Schlaf und Essen, Spielen und Freizeitgestaltung, Umgang mit Aggressivität und Streit oder

Fehlverhalten der Kinder. Wichtig ist auch die Frage, wie und wann dem Kind die eigene Erkrankung erklärt werden kann und soll. Regelmäßiges Thema ist weiter der Umgang mit Scham- und Schuldgefühlen und die Frage, welche Auswirkung die eigene Erkrankung und frühere ungünstige Verhaltensweisen auf das Kind oder die Kinder haben. Alkoholabhängige Eltern haben vielfach Angst, ihre Abhängigkeit gleichsam „weiterzuerben“. Angesichts der elterlichen Modellfunktion und der familiären Rituale in alkoholbelasteten Familien ist diese Vorstellung auch begründet (ZOBEL 2000). Ihr Erziehungsstil ist häufig streng und im Rausch kommt es nicht selten auch zu Tätlichkeiten gegenüber den Kindern. Die Eltern haben die Möglichkeit, ungünstiges Erziehungsverhalten mit den Erziehern und den Therapeuten zu reflektieren und Änderungsmöglichkeiten zu erarbeiten. An der Umsetzung kann in der Therapie gearbeitet werden (ROTTSCHÄFER 2002). Anhand konkreter Beispiele aus dem eigenen Erleben der Patienten werden Perspektiven für ein gutes und gedeihliches Zusammenleben von Eltern und Kindern entwickelt.

Eltern-Kind-Aktivität

Neben den therapeutischen Angeboten in der Eltern-Kind-Gruppe nehmen Patienten, die mit ihren Kindern zur Entwöhnungsbehandlung aufgenommen werden, gleichfalls einmal wöchentlich an der Eltern-Kind-Aktivität teil. Im Rahmen dieses Angebotes werden die Eltern angeleitet, gemeinsame positiv erlebte Aktivitäten mit ihren Kindern zu planen und durchzuführen. Gemeinsame positive Erlebnisse schaffen und verstärken die Basis für tragfähige gute Beziehungen zwischen Eltern und Kindern. Es wird herausgearbeitet und praktisch erlebbar, dass gemeinsame Unternehmungen ein wichtiges und unverzichtbares Gegenstück zum Alltag darstellen, in dem oftmals Auseinandersetzungen über die Erfüllung von Pflichten und Einhaltung von Regeln im Vordergrund stehen können. Die Patienten erfahren, dass der Kontakt mit den eigenen Kindern bereichernd und befriedigend sein kann.

Arbeitgebergespräche

Eine gelingende berufliche Stabilisierung oder Wiedereingliederung ist für einen abhängigkeitskranken Menschen ein wesentlicher stabilisierender Faktor, der erheblich zum Gelingen einer dauerhaften Abstinenz beiträgt. Neben anderen Maßnahmen zur beruflichen Wiedereingliederung bietet die AHG Klinik Schweriner See daher bei noch vorhandenem Arbeitsplatz Unterstützung bei der Kontaktaufnahme zum Arbeitgeber des jeweiligen Patienten und bei der Klärung offener Fragen an, wie eine Rückkehr an den Arbeitsplatz gut und erfolgreich gelingen kann. Auf Seiten des Patienten existieren häufig Ängste, mit Vorwürfen wegen Verfehlungen aus

Zeiten des aktiven Substanzmissbrauchs konfrontiert zu werden oder besonders misstrauisch betrachtet und kontrolliert zu werden. Auf Seiten des Arbeitgebers, der Kollegen und Vorgesetzten herrscht oft Unsicherheit, wie belastbar der nun trockene Mitarbeiter und Kollege ist. Nicht selten ist ein Schwanken zwischen helfen wollen und dem Hegen von Vorbehalten zu verzeichnen.

Ein Klären gegenseitiger Befürchtungen und Erwartungen kann hier den beruflichen Wiedereinstieg erheblich erleichtern und auch langfristig erfolgreich sein. Im gemeinsamen Gespräch mit dem Arbeitgeber können ferner Fragen der Belastbarkeit, der geeigneten Arbeitsplatzgestaltung oder einer stufenweisen Wiedereingliederung geklärt werden. Auch die Frage, welches Umgehen mit dem zurückkehrenden Mitarbeiter tatsächlich hilfreich und unterstützend ist, kann beantwortet werden.

Betriebsseminare

Suchtprobleme in einem Betrieb oder einer Organisation haben häufig unmittelbare, nicht selten sogar schwerwiegende Auswirkungen auf die Qualität von Produkten und Dienstleistungen. Darüber hinaus stellt Alkoholabhängigkeit bei Mitarbeitern einen erheblichen Kostenfaktor dar. Alkoholranke Mitarbeiter bleiben sechzehnmal häufiger dem Arbeitsplatz fern als ihre Kollegen. Bei fast 30 % aller Arbeitsunfälle spielt Alkohol eine Rolle.

Betriebliche Suchtprävention und der richtige Umgang mit abhängigkeitskranken Mitarbeitern sind daher für Unternehmen und Organisationen von erheblicher Bedeutung. Die Vorteile einer rechtzeitigen Aufklärung über die Gefahren des Suchtmittelmissbrauchs sowie ein gezielter und konsequenter Umgang mit bereits erkrankten Mitarbeitern sind von gegenseitigem Nutzen. Auf Arbeitgeberseite trägt dies durch Minderung von Fehlzeiten und Steigerung der Arbeitsqualität zur Kostensenkung bei; auf Seiten der Betroffenen kann die abhängigkeitsbedingte Selbsttäuschung schneller durchbrochen werden, eine Behandlung kann eingeleitet und gesundheitliche Folgeschäden können gering gehalten werden. Die Rate der alkoholabhängigen Arbeitnehmer wird auf etwa 5 % geschätzt, weitere 10 % sind gefährdet.

Grundlage für betriebliche Suchtprävention und den angemessenen Umgang mit abhängigkeitskranken Mitarbeitern ist ein ausreichendes Wissen um die Erkrankung und ihre Folgen. Von Bedeutung ist insbesondere für Mitarbeiter mit Personalverantwortung, Handlungssicherheit im Umgang mit ihren suchtkranken Mitarbeitern gewinnen zu und über Informationen hinsichtlich kompetenter Beratungs- und Behandlungsangebote zu verfügen, an die sie die Mitarbeiter bei Bedarf weiter-

verweisen können. Eine Schlüsselrolle kommt dabei den Führungskräften eines Unternehmens oder einer Organisation zu. Befürwortet und unterstützt die oberste Leitung die betriebliche Suchtpräventionsarbeit, so kann sich diese auf allen betrieblichen Hierarchieebenen zum gegenseitigen Nutzen etablieren.

Es ist ein Anliegen der AHG Klinik Schweriner See, Suchterkrankungen vorzubeugen und bereits Erkrankten zur Abwendung weiterer Schäden eine möglichst zügige und fachgerechte Behandlung zu ermöglichen. Die AHG Klinik Schweriner See bietet daher für Betriebe und Organisationen Fortbildungsmodule an, die befähigen, Suchterkrankungen rechtzeitig zu erkennen und Sicherheit im Umgang mit abhängigkeiterkrankten Mitarbeitern zu geben. Die Fortbildungsangebote richten sich in erster Linie an Personalverantwortliche und Führungskräfte, sind jedoch auch so konzipierbar, dass die Adressaten die Mitarbeiterschaft eines Unternehmens oder einer Organisation sind. Das Ziel ist ein Grundverständnis für betriebliche Suchtprävention und den angemessenen Umgang mit abhängigkeiterkrankten Mitarbeitern.

Literatur

COPELLO, A. G. et al.: Family interventions in the treatment of alcohol and drug problems. *Drug and Alcohol Review* 24 (2005), S. 369-385.

LINDENMEYER, J.: *Lieber schlau, als blau*. 8. Auflage. Weinheim & Basel: Beltz 2010.

O`FARRELL, T. J.: Behavioural Couples Therapy for alcoholism and drug Abuse. *Psychiatric Times* 1999; 16(4).

ROTTSCHÄFER, T.: *Therapie für Mütter / Väter mit Kindern*. Schriftenreihe der AHG Klinik Schweriner See. Lübstorf: Eigendruck 2014.

RUMPF, H.-J. et al.: The rule of family and partnership in recovery from alcohol dependence: comparison of individuals remitting without formal help and with formal help. *European Addiction Research* 8 (2002), S. 122-127.

ZOBEL, M.: *Kinder aus alkoholbelasteten Familien*. Göttingen: Hogrefe 2000.

In dieser Reihe sind bisher erschienen:

- Heft 1 Depressive Störungen
- Heft 2 Angststörungen
- Heft 3 Somatoforme Störungen
- Heft 4 Essstörungen (Bulimia und Anorexia nervosa)
- Heft 5 Pathologisches Glücksspielen
- Heft 6 Posttraumatische Belastungsstörungen
- Heft 7 Therapie für Mütter/Väter mit Kindern
- Heft 8 Indikation zur stationären Verhaltenstherapie
- Heft 10 Soziotherapeutische Maßnahmen zur beruflichen Wiedereingliederung
- Heft 11 Adipositas bei gestörtem Essverhalten
- Heft 12 Stationäre Behandlung von Suchtkranken im höheren Lebensalter
- Heft 13 Medikamentengebrauchsstörung: Medikamentenmissbrauch und -abhängigkeit
- Heft 14 Pathologischer PC-/Internet-Gebrauch
- Heft 15 Tabakabhängigkeit
- Heft 16 Schizophrene Störungen
- Heft 17 Familie und Sucht