



AHG Klinik Schweriner See

Klinik für Psychosomatische Medizin,
Psychotherapie und Suchtmedizin

Heft 17

Familientherapie 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

1. Auflage, September 2010, 500 Exemplare

ISSN 1433-3163 „Angewandte Verhaltenstherapie“ (Print)

ISSN 1619-4411 „Angewandte Verhaltenstherapie“ (Internet)

Themenhefte dieser Reihe erscheinen in unregelmäßigen Abständen.

Volker Prempel

Familientherapie Sucht

Ansprechpartner für den Bereich Familientherapie Sucht:

Dr. rer. nat. Volker Premper

Telefonische Sprechzeit:

Montag 9:30 – 11:30 Uhr

fon: 038 67.900-157

fax: 038 67.900-600

Außerhalb der Sprechzeit erreichbar unter:

fon: 038 67.900-165

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	12

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 vergeblicher Versuche hinter ihnen, dem abhängigkeitskranken Angehörigen zu helfen oder ihn zu einer Veränderung seines Verhaltens zu bewegen. Es 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 wieder den Alltag. Dieses Wechselspiel zermüht 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 nicht so einfach gelingt. Es ist daher für beide Seiten enorm wichtig, sich aktiv damit auseinanderzusetzen, wie vergangene schwere Zeiten bewältigt werden können und wie das neue gemeinsame Leben gestaltet werden soll. Damit wird die Voraussetzung 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 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 Arbeitberggespräche 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 Entwöhnung. 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 deren Angaben oder Vorwürfe 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, 2005).

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 ihrerseits 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 Verstärkern für das alte Problemverhalten
- Aufbau von Verstärkern für das neue Alternativverhalten

Angehörigenseminar

Zentraler Baustein der Teilnahme Angehöriger an der Therapie ist ein gemeinsamer Seminartag – das „Angehörigenseminar“. Bevor zu einem Angehörigenseminar eingeladen wird, erarbeitet der Patient 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 der Patient selbst es will.

Wenn geklärt ist, welche Patienten Angehörige einladen möchten und um welche Personen es sich dabei handelt, 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 Uhr bis 12 Uhr findet eine Gruppensitzung für die Angehörigen mit den jeweiligen Patienten statt. Die Patienten, die keine Angehörigen eingeladen haben, nehmen während dieser Zeit am regulären Therapieprogramm teil. In der Angehörigengruppe wird eingangs das Störungsbild der Abhängigkeits-erkrankung 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 Angehörigen-Gruppe 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 Zusammenleben 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.

Sowohl um alte Kränkungen zu verarbeiten, als auch um 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 Wille des Patienten. Bevor ein Paar- oder Familiengespräch stattfindet, wird dieses ausführlich vom Bezugstherapeuten mit dem jeweiligen 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. 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, nehmen einmal wöchentlich an der „Eltern-Kind-Gruppe“ teil. Die Themen der Eltern-Kind-Gruppe orientieren sich in erster Linie an den Problemen der Eltern, wie sie im häuslichen Umfeld oder auch im Klinikalltag mit ihren Kindern auftreten. In der Regel handelt es sich dabei um Fragen der Erziehung und Fragen 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. 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 „weiterzuererben“. 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 bei Widerspruch der Kinder auch von Gewalt geprägt. Die Eltern haben die Möglichkeit, ihr dysfunktionales Erziehungsverhalten mit den Erziehern und den Therapeuten zu reflektieren und Änderungsvorschläge 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 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.

Arbeitberggespräche

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, noch mit Vorwürfen wegen Verfehlungen aus Zeiten des noch aktiven Substanzmissbrauches konfrontiert zu werden oder beson-

ders 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 sachgerechte 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 weiterverweisen 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 Fortbildungsmodulare an, die befähigen, Suchterkrankungen rechtzeitig zu erkennen und Sicherheit im Umgang mit abhängigkeitserkrankten 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 abhängigkeitskranken Mitarbeitern.

Literatur

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

LINDENMEYER, J. (2005). *Lieber schlau, als blau*. Weinheim: Beltz.

O'FARRELL, T. J. (1999). Behavioural Couples Therapy for alcoholism and drug Abuse. *Psychiatric Times* 16(4).

ROTTSCHÄFER, TH. (2009). *Therapie für Mütter / Väter mit Kindern*. Schriftenreihe der AHG Klinik Schweriner See, 7.

RUMPF H.-J. et al. (2002). 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: 122-127.

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

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 9 Russischsprachige Migranten mit Abhängigkeitserkrankungen
- Heft 10 Soziotherapeutische Maßnahmen zur beruflichen Wiedereingliederung
- Heft 11 Adipositas bei gestörtem Essverhalten
- Heft 12 Stationäre Behandlung von Suchtkranken im höheren Lebensalter
- Heft 13 Medikamentenabhängigkeit
- Heft 14 Pathologischer PC-Gebrauch
- Heft 15 Tabakabhängigkeit
- Heft 16 Schizophrene Störungen
- Heft 17 Familientherapie Sucht

