

## GUTER DRAHT ZU GESUNDHEIT

Telefonfortbildungen für Fachkräfte, die  
arbeitslose Menschen beraten und begleiten



# „SUCHT IM BERATUNGSALLTAG“

Berlin, 6.7.2022

Vortragende: Thomas Knuf und Bettina Stach  
Stiftung SPI  
Suchthilfe Pankow - Suchtberatungsstelle STAB

# ABLAUF DES SEMINARS

1. **Sucht:** Wonach kann man süchtig sein? Wie entsteht eine Sucht? Wer ist gefährdet? Ab wann spricht man von einer Sucht? Was sind die Kriterien?

2. **Kommunikation:** Bei dem Verdacht auf Substanzmissbrauch oder Sucht: Wie kommt man über so ein sensibles Thema gut miteinander ins Gespräch?

3. **Suchthilfesystem:** Wie ist das Suchthilfesystem aufgebaut? Wohin kann man vermitteln?

4. Raum für offene Fragen

# WONACH KANN MAN SÜCHTIG SEIN?

## Substanzen:

### Legal

Alkohol  
Nikotin  
Koffein  
Verordnete Medikamente

### Illegal

Psychostimulanzien (Z.B. Amphetamin)  
Cannabis  
Opiate  
Nicht verordnete Medikamente

## Verhaltenssüchte:

Spielsucht  
Kaufsucht  
Pornosucht  
Arbeitssucht

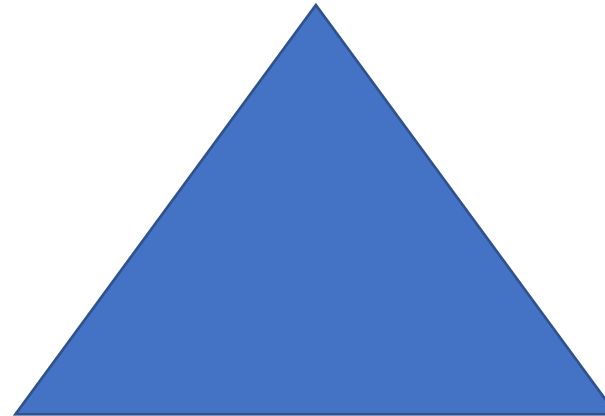
# WIE ENTSTEHT EINE SUCHT?

## Mensch

- Genetik
- niedrige Frustrationstoleranz
- Depressivität

## Substanz

- Verfügbarkeit
- Kosten
- Wirkung



## Umwelt

- Familie (Vorbilder)
- Gesellschaft(Akzeptanz)
- Werbung

Suchtdreieck nach Kielholz und Ladewig 1973

# KRITERIEN FÜR SUCHT (ICD10)

1. Starker Wunsch (Craving)
2. Kontrollverlust
3. Toleranzentwicklung
4. Körperl. Entzugserscheinungen
5. Konsum trotz schädigender Wirkung
6. Vernachlässigen von Interessen und großer Zeitaufwand für Konsum

➤ Bei mehr als **drei** Kriterien in den letzten 12 Monaten wird die Diagnose gestellt

# SCHÄDLICHER GEBRAUCH (ICD10)

Ein (z.B. Alkohol-) Missbrauch liegt vor,  
wenn es durch den Konsum bereits zu einer Schädigung der psychischen oder  
physischen Gesundheit gekommen ist.

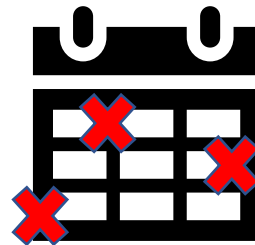
# RISIKOARMER ALKOHOLKONSUM (NACH WHO)



Nicht mehr als ein Standardglas  
Alkohol pro Tag.



Nicht mehr als zwei Standardgläser Alkohol  
pro Tag.



Für **beide** gilt:

An mindestens zwei Tagen pro Woche sollte ganz auf Alkoholkonsum verzichtet werden.

# RISIKOARMER ALKOHOLKONSUM (NACH WHO)

Unter einem **Standardglas** versteht man:



1 kleines Glas Bier



1 Glas Wein oder Sekt (0,15 cl)



Glas Schnaps (0,04cl)

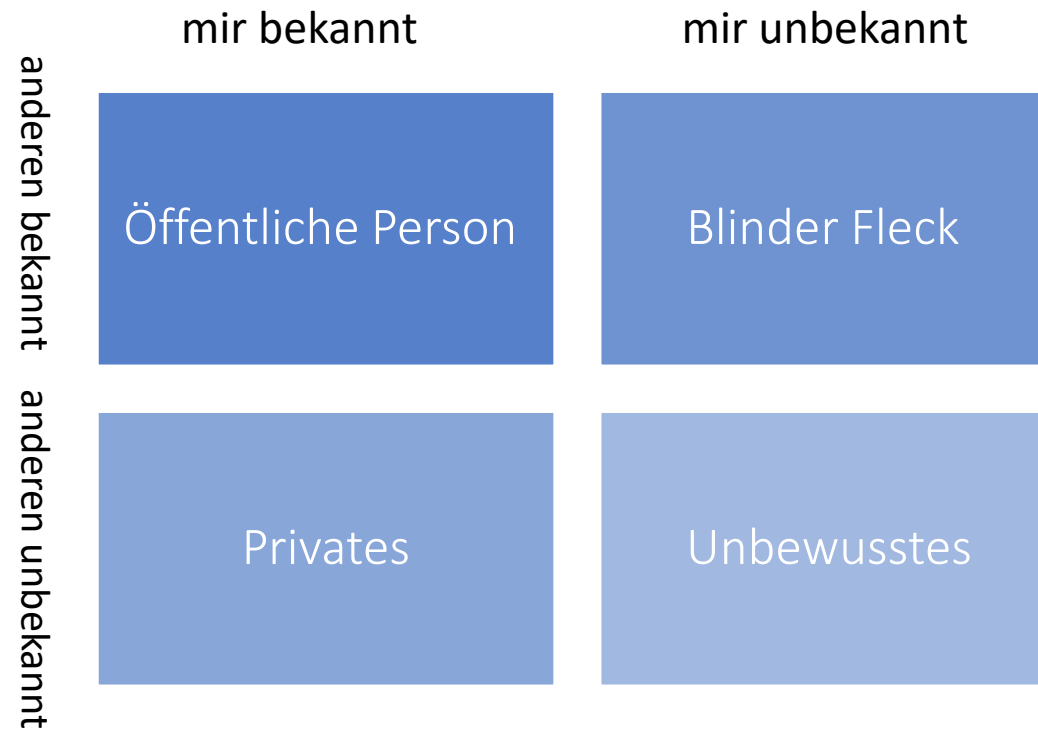


# WORAN ERKENNE ICH SUCHT VON AUßEN?

Hinweise könnten sein:

- Bei Alkohol der Geruch, Motorik und Gangbild
- Entzugssymptome, z.B. Zittern oder schwitzen
- Bei Drogen: Abwesenheit oder Aufgedretheit, rote Augen, veränderte Pupillen
- Interessenverlust, sozialer Rückzug
- Aber auch Nervosität oder Aggression
- Verstecken, Bagatellisieren oder Lügen bezüglich des Konsums /des Verhaltens

# FEEDBACK: DAS JOHARI FENSTER



# WAS IST HILFREICH BEIM FEEDBACK GEBEN?

Konfrontation ("Sie sind doch ein Alkoholiker") erzeugt bei Sucht meist Widerstand.

Hilfreicher ist es,

- um Erlaubnis fragen, z.B. "Mir ist etwas aufgefallen, möchten Sie das hören?"
- guten Moment abpassen, unter vier Augen, aber auch zeitnah
- beschreiben statt interpretieren
- Ich Botschaften
- wertschätzend, nicht moralisch

# DIE DREI B'S

## **Beobachtung**

z. B.: „Mir ist aufgefallen, dass....“

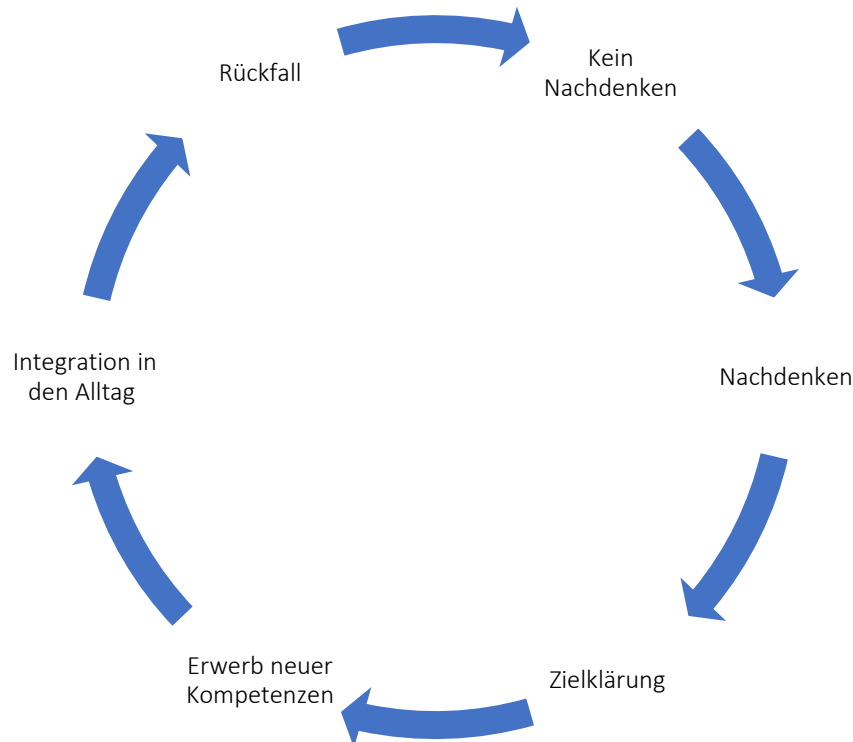
## **Befürchtung**

Z.B.: „Für mich bedeutet das...“

## **Bitte**

Z.B.: „Ich möchte Sie bitten, dass...“

# TRANSTHEORETISCHES MODELL DER VERÄNDERUNG (PROCHASKA UND DICLEMENTE)



Das Modell beschreibt Veränderung, die ein Klient typischerweise durchläuft:

1. Absichtslosigkeit
2. Absichtsbildung
3. Vorbereitung / Zielfindung
4. Handlung
5. Aufrechterhaltung

Der Prozess ist im Kreis dargestellt, d.h. Rückfälle sind keine Rückschritte sondern gehören dazu.

# MOTIVIERENDE GESPRÄCHSFÜHRUNG

Grundannahme nach Miller und Rollnick:

"Ein süchtiger Mensch ist nicht unmotiviert sondern er ist **ambivalent.**"

Kosten der Veränderung



Nutzen der Veränderung

# ÜBERBLICK ÜBER DAS SUCHTHILFESYSTEM

- Prävention: Fachstelle für Suchtprävention
- Suchtberatungsstellen in jedem Bezirk: Beratung und Vermittlung
- Krankenhäuser: Entgiftung (stationär oder ambulant)
- Entwöhnungsbehandlung (Therapie): stationär, Tagesklinik, ambulant
- Nachsorge und Adaption
- Eingliederungshilfe (z.B. Tagesstätten, Leistungen im Bereich Wohnen)
- Angebote für suchtkranke Menschen in Haft (Therapie statt Strafe und Maßregelvollzug)
- Ärzte: Substitutionstherapie
- Selbsthilfegruppen

# DIE SUCHTHILFE PANKOW

- Beratung (auf Wunsch auch anonym) für Betroffene und Angehörige
- abstinenzorientiertes Motivationsprogramm (angeleitete Gruppe)
- Trinkreduktionsgruppe
- ambulante Entwöhnungsbehandlung (medizinische Rehabilitation)
- Nachsorge nach stationärer Entwöhnungsbehandlung
- Vermittlung von speziellen Angeboten (z. B. stationäre Entzugs- und Entwöhnungsbehandlung oder Selbsthilfegruppen)



# ENTGIFTUNG

Zuständig ist das jeweilige **Bezirkskrankenhaus**, dieses muss aufnehmen.

Es gibt auch überregionale Angebote: z.B. Jüdisches Krankenhaus, DRK Klinik Berlin Mitte

Die Charité bietet ambulante Entgiftung an.

Das Krankenhaus Angermünde: eine qualifizierte Entgiftung (drei Wochen).

## Vorgehen:

- Sich beim Hausarzt eine Überweisung für eine stationäre Entgiftung besorgen
- bei der Krankenkasse die Kostenübernahme einholen
- Termin zum Vorgespräch im Krankenhaus machen und Aufnahmezeitpunkt geben lassen
- Bis zur Aufnahme moderat weiter konsumieren

# ENTWÖHNUNGSBEHANDLUNG

Medizinische Rehabilitation, Kostenträger ist meist der Rententräger (DRV Bund, Berlin Brandenburg) oder, seltener, die Krankenkasse

Die Therapie muss über Formulare beantragt werden:

- Arztbericht mit der Diagnose Abhängigkeit
- Eigene Angaben des Klienten (z.B. Symptome) und Mitwirkungspflicht
- Sozialbericht einer Suchtberatungsstelle

# KLINIKEN ZUR ENTWÖHNUNGEBEHANDLUNG

Zahlreiche Angebote für Berlin und Brandenburg, Klient hat ein Wahlrecht und dieses wird im Sozialbericht angegeben:

- z.B. Schwerpunkt der Klinik nach Substanzen: Lindow für Alkoholentwöhnung, Fontane Klinik für Drogen
- Geschlechterspezifische Angebote, z.B. Für Frauen, Trauma und Sucht in St. Vitus Klinik Visbeck und für Männer St. Marienstift
- Kliniken, in die man mit Kinder oder Partner anreist, oder sein Haustier mitnehmen darf

# VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!

Suchthilfe Pankow – Suchtberatungsstelle STAB  
Arkonastraße 45 – 49, 13189 Berlin  
Ansprechpartner: Thomas Knuf

Telefon: 030 - 4759820

E-Mail: [suchthilfe-pankow@stiftung-spi.de](mailto:suchthilfe-pankow@stiftung-spi.de)

Öffnungszeiten

Mo., Di. 13:00–18:00 Uhr

Mi. - Fr. 08:00–12:30 Uhr