Suchtselbsthilfe der Zukunft – kooperationsfähig und –willig?!

Vortrag anlässlich der 3. Jahresfachtagung der Suchtselbsthilfe Schleswig-Holstein
26. September 2020
Tagungsstätte Fichtenhof, Rickling

Praxis für Kommunikation und PolitikBeratung

1

Ist nicht schon alles zum Thema gesagt?

- Chancen nahtlos nutzen – hat dieses Projekt nicht alles in Ordnung gebracht?
- Was fehlt denn noch?
- Was macht die Dinge so schwierig?
  - Es kommen (immer) weniger Menschen in die Sucht-Selbsthilfegruppen - oder
  - die handelnden Menschen oder
  - die „Rahmenbedingungen"?
- Mangelnde Klarheit?
- Dazu ein Beispiel: Liegt schon im Titel: Wer ist die „Sucht-Selbsthilfe" als aktiver Partner im Netzwerk?

28.09.2020

2

Wer ist die Sucht-Selbsthilfe?

- Selbsthilfegruppe?
- Selbsthilfeverband?
- Selbsthilfe-Unterstützer?
- Die „Sucht-Selbsthilfe" als Begriff ist vielleicht richtig, wenn man die Aktivitäten aller Gruppen und der Verbände zusammenfassend darstellen möchte.
- Aber wie homogen ist diese Sucht-Selbsthilfe?
- Wo und wie wirkt sie?

28.09.2020 Rickling 2020 3

3

Selbsthilfe-Unterstützer

Kurze Kritik:

- Sucht-Selbsthilfe gibt es schon wesentlich länger als seit 1970
- „Neu" ist die Übertragung auf andere Zielgruppen (medizinisch, psychosozial)
- Selbsthilfe-Unterstützern ist es gelungen, Selbsthilfe-Verbände, Selbsthilfe-Gruppen und ihre eigene Arbeit gefördert zu bekommen
- Aktuell sehe ich die Gefahr, dass Selbsthilfe-Unterstützer definieren, was der Selbsthilfe gut tut.
- Zwei Beispiele:
  - Aus- und Fortbildung, in denen Besuchern von Selbsthilfegruppen durchaus wichtige Fähigkeiten vermittelt werden, aber ihre eigene Expertise nicht berücksichtigt wird
  - „Lotsen" und andere Begriffe: Lotsen führen ein Schiff von A nach B. Lotsen können Menschen aus der Behandlung in die Gruppe begleiten. Sie werden aber dazu ausgebildet, all das zu tun, was sonst Profis machen. Das macht sie stolz, aber ist nicht ihre Rolle.

28.09.2020 Rickling 2020 4

4

Die Wirkung der Selbsthilfe entfaltet sich in Gruppen

- Jede (Selbsthilfe- oder Gesprächs-)Gruppe ist für sich selbst verantwortlich und bestimmt ihre Arbeitsweise.
- Es gibt Erfahrungen, wie eine Gruppe erfolgreich arbeiten kann, aber eine Gruppe kann auch experimentieren, denn jeder Besucher, jede Besucherin, ist anders. Jeder Abend ist ein neues Erlebnis (oder Experiment?) und bringt neue Erkenntnisse.
- Der Selbsthilfe-Verband profitiert von aktiven Gruppen und unterstützt diese durch organisatorische Hilfen, durch Aus- und Fortbildung, durch Projekte.
- Ohne funktionierende Selbsthilfegruppen keine starken Verbände.

28.09.2020 Rickling 2020 5

5

Mitglieder von Selbsthilfegruppen sind Experten in eigener Sache

- Ohne die eigene Betroffenheit ist ein Besuch in einer Selbsthilfegruppe schwer vorstellbar
- Jeder im Kreis weiß, worüber gesprochen wird
- Jeder und jede hatte ihren „persönlichen Tiefpunkt", bevor Hilfe gesucht wurde
- Dann ist die Gruppe ein Angebot:
  - Sich erst einmal fallen zu lassen
  - Zu hören, was die anderen sagen
  - Nach innen zu schauen
  - Lebensgeschichten zu hören
  - Seine Geschichte zu erzählen (die Gruppe als Erzählgemeinschaft)

28.09.2020 Rickling 2020 6

6

Was hilft? Rahmenbedingungen

- Freundlichkeit bei der Ankunft
  - Unaufdringlichkeit
  - Zurückhaltung
- Gastlichkeit im Raum
- Klarheit über den Ablauf
  - Was sind die Regeln?
- Wie geht es weiter?
  - Die nächsten Schritte ansprechen
  - Hilfeangebote für die „Zeit zwischen den Gruppen"

7

Der Besuch (und der Austausch) in einer Selbsthilfegruppe wirkt

- Ich habe es geschafft, hier zu sitzen...
- Da sind Menschen wie Du und ich
- Was die geschafft haben, schaffe ich auch
- Dann kommt das Gespräch
- Und dann die Gedanken über das Gespräch
- Und der Heimweg
- Und die (guten) Vorsätze
- Und die Erprobungsphase bis zur nächsten Gruppe (oder dem nächsten Telefonat)

8

Selbsthilfegruppen haben keine Nebenwirkungen

- Selbsthilfegruppen wirken:
  - Vor der Therapie
  - Während der Therapie
  - Nach der Therapie
  - An Stelle von professioneller Therapie
- Das ist kein Glauben, sondern ebenso wissenschaftlich erwiesen als auch Erfahrungswissen

9

Aktuelle Probleme und notwendige Entwicklungen

- Nicht alles ist Selbsthilfe (Vereinsgruppen können bunt sein, aber in der SHG zählt das Gespräch)
- Durch neue Bezeichnungen hat sich die Arbeit noch nicht geändert (Selbsthilfe reloaded – nichts wollen wir trinken?)
- Selbsthilfegruppen gehen nicht mehr tief genug (Waschmaschinengruppen)
- Hier kommen die Verbände ins Spiel (dann kann es bunt werden):
  - 12 Traditionen der AA als persönliche und verbandliche Entwicklung
  - Christlicher Glaube bzw. Humanismus (Brüderlichkeit, Frieden) als notwendige Hilfe zur persönlichen Freiheit

10

Und jetzt: Kooperation mit wem und wie?

- Ein unaufhaltsamer Aufstieg: Professionelle Hilfe für suchtkranke Menschen

11

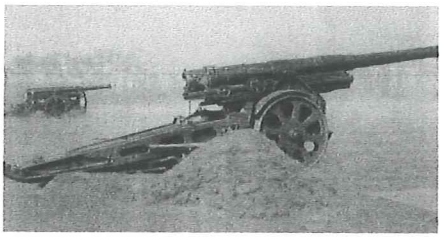
Trunksucht als Krankheit

Benjamin Rush 1774:
Trunksucht als schleichende „Krankheit des Willens", als krankhafter Zwang

12

Die wirkungslosen Kanonenkugeln
(nach Joh. Lindenmeier)

„Steht zwischen einem Gewohnheitstrinker und einem Fass Rum ein Geschütz, das ununterbrochen Kanonenkugeln abschießt, so geht der Trinker zu dem Rumfass, auch wenn er es nicht überleben wird." (B. Rush)



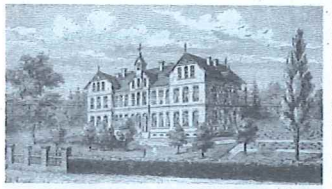
28.09.2020 Rickling 2020 13

13

Erste „Trinkerasyle"

1852: Lintorf (bei Düsseldorf)
1914: 54 Anstalten in Deutschland

Leitprinzipien:
- Abgeschiedenheit
- Andacht
- Arbeit
- Abstinenz



Das „Neue Asyl" in Lintorf (Heilstätte Siloah)

28.09.2020 Rickling 2020 14

14

28.09.2020 Rickling 2020 15

15

Urteil des Bundessozialgerichtes 1968

„Auch Trunksucht ist eine Krankheit. Dabei ist der Kern des Suchtbegriffs die lang andauernde, zwanghafte Abhängigkeit von dem Suchtmittel, dies gilt insbesondere auch für die Trunksucht. … So (wird in der medizinischen Wissenschaft) die Meinung vertreten, die Trunksucht, d. h. das süchtige Trinken als besondere Form des Alkoholismus, sei auch unabhängig von körperlichen oder psychischen Folgeerscheinungen oder chronischer Alkoholintoxikation wie jede andere Sucht ein regelwidriger Körper- oder Geisteszustand und bedürfe der ärztlichen Behandlung. Die Regelwidrigkeit bestehe in der körperlichen wie auch psychischen Abhängigkeit vom Alkohol, welche es dem süchtigen Trinker in den meisten Fällen nicht mehr erlaube, mit eigener Willensanstrengung vom Alkohol loszukommen. …"

28.09.2020 Rickling 2020 16

16

Kostendeckende Finanzierung ab 1978

- Niedrigschwellige Beratung
- Medizinische Behandlung
- Soziale Rehabilitation
  - stationär
  - ambulant
- Soziale Begleitung
- „Kostendeckende Betreuung rund um die Uhr"

28.09.2020 Rickling 2020 17

17

Infoblatt:
Kombinationsmöglichkeiten von Behandlungsformen in der Suchtreha

Erste Phase	Zweite Phase	Bemerkungen
stationäre Reha (Regelbehandlung ohne Verkürzung)	Adoption	• Rahmenbedingungen nicht einheitlich geregelt • letzte Phase des Medizinischen Reha • als interne (Bewertungen vor Behandlungsbeginn, eine Kostenzusage) oder externe Adoption (Bewertungen während erster Phase) • mit Verlängerungsmöglichkeit
stationäre oder ganztägig ambulante Reha (Regelbehandlung ohne Verkürzung)	ambulante Nachsorge	• Rahmenbedingungen DRV/GKV 31.10.2012 • Schwerpunkt Suchtrehaspin, keine Behandlung • 20x2 Einheiten mit Verlängerungsmöglichkeit • Bewertungen während erster Phase • auch bei ursprünglicher Entlassung möglich
	Wechsel in ambulante Behandlungsform	• Verordnung DRV/GKV 24.10.2014 • Bewertungen während erster Phase • Indikationsdokumente beachten • 40x4 Einheiten mit Verlängerungsmöglichkeit
ambulante Reha		• Rahmenkonzept DRV/GKV 09.12.2008 • bis zu 80x8 mit Verlängerungsmöglichkeit
stationäre Reha (verkürzte Behandlung)	ganztägig ambulante Entlassungsform	• Rahmenbedingungen nicht einheitlich geregelt • derzeit nur für Alkohol • Verkürzung auf 6-11 Wochen • Bewertungen während erster Phase • zweite Phase 8 Wochen
stationäre oder ganztägig ambulante Reha (verkürzte Behandlung)	ambulante Entlassungsform	• Verordnung DRV/GKV 20.01.2015 • Verkürzung auf 8/16 Wochen • Bewertungen während erster Phase • 40x4 Einheiten mit Verlängerungsmöglichkeit
Kombinationsbehandlung		• Rahmenkonzept DRV/GKV 14.11.2014 • Kombination von (mindestens) zwei Phasen stationär, ganztägig ambulant und ambulant • Bewertungen vor Behandlungsbeginn, eine Kostenzusage • erste Phase mindestens 8/16 Wochen (ab/Zim), zweite Phase 40x4 Einheiten • spezielle Konzepte (Sopra, Kurzer Hand) beachten

Link: http://www.deutsche-rentenversicherung.de/Allgemeines/de/Nachsorge/3_Infos_Kurz_Experten/03_Sozialmedizin_Forschung/08_reha_wissenschaft/ambulant/ambulante_konzepte/suchtreha_ambulante.html

Pfad: www.deutsche-rentenversicherung.de > Infos für Experten > Sozialmedizin & Forschung > Reha-Wissenschaften > Reha-Konzepte > Konzepte > Sucht-Rehabilitation

Stand 15. August 2015 Seite 1 von 1

28.09.2020 Rickling 2020 18

18

Hilfe für suchtkranke Menschen und ihre Angehörigen

- Ein Hilfesystem?
- Was ist wessen Rolle?
- Professionelle Helfer haben definierte Rollen
- Selbsthilfe ist eigenständig – und doch auf die Profis angewiesen
- Es ist selten geworden, dass suchtkranke Menschen direkt in eine Selbsthilfegruppe kommen
- Da wir wissen, dass Selbsthilfe bei jedem / jeder Abhängigen Wirkung zeigt, möchten wir, dass nach einer professionellen Behandlung die Selbsthilfegruppe besucht wird.

28.09.2020 Rickling 2020 19

19

Rational ist die Zusammenarbeit kein Problem

- *Aber die Patienten / Klienten machen was sie wollen…*
- Die Profis sind unsicher, was in der Gruppe passiert
- Doch sie müssen nicht wissen, was in der Gruppe passiert, „ob es die richtige Gruppe ist". Selbsthilfe wirkt.
- *„Ich stelle meinen Patienten frei, wohin sie gehen…"*
- Sie gehen aber nicht.
- *Ich habe es gelernt, ich habe meinen Ansatz, ich gebe meinen Patienten genug mit.*
- Es geht nicht nur um den therapeutischen Ansatz, sondern es geht um Hilfestellungen für dauerhaft gelebte Freiheit.

28.09.2020 Rickling 2020 20

20

Suchtselbsthilfe der Zukunft – kooperationsfähig und –willig?!

- Sucht-Selbsthilfegruppen sind genau so eigenartig und so einzigartig wie ihre Mitglieder.
- Sie suchen die Zusammenarbeit. Einige suchen Mitglieder und deshalb die Zusammenarbeit.
- Aber es geht um die Menschen mit Suchtproblemen.
- Es geht um Kooperation zwischen allen, die an der Hilfe beteiligt sind.
- Kooperation wird bei Wikipedia beschrieben:
  - Kooperation (lateinisch cooperatio ‚Zusammenwirkung', ‚Mitwirkung') ist das zweckgerichtete Zusammenwirken zweier oder mehrerer Lebewesen, Personen oder Systeme mit gemeinschaftlichen Zielen. Ist die wechselseitige Einwirkung der Akteure nicht intentional oder zweckgerichtet, spricht man hingegen von Interaktion. Kooperation und Interaktion sind wesentliche Merkmale menschlicher Arbeit in sozialen Systemen.

28.09.2020 Rickling 2020 21

21

Grenzen der Kooperation

- Unterschiedliche Ansätze (kontrolliertes Trinken; Substitution)
- Durchschnittsalter der Gruppe (Je homogener die Gruppen umso besser die Ergebnisse)
- Veteranen (in der Gruppe und in der Beratung), die nichts dazu gelernt haben
- Gruppen, die nicht mehr über Sucht – und sich - reden
- Übereinander statt miteinander zu reden

28.09.2020 Rickling 2020 22

22

Basis für Kooperation: Eigene Möglichkeiten und Grenzen kennen und akzeptieren

- Ist die Gruppe, für die ich werbe, noch in der Lage, die geschilderten Aufgaben (für neue Besucher*innen) zu erfüllen?
- Bietet die Altersstruktur Anknüpfungspunkte für neue Besucher*innen?
- Und wenn nicht? Alte Indianerweisheit: Wenn das Pferd tot ist, solltest Du absteigen.

28.09.2020 Rickling 2020 23

23

Zielsetzung

- Sicherheit in der jeweils eigenen Tätigkeit
- Verlässlichkeit für die Partner
- Ehrlichkeit und Klarheit im Umgang

28.09.2020 Rickling 2020 24

24

Thesen

- Ein Hilfesystem (für suchtkranke Menschen und ihre Angehörigen) mit unterschiedlichen Akteuren
- Einzigartiges System in der Zusammenarbeit von professioneller und freiwilliger Hilfe.
- Im Sinne der Betroffenen (und der Kosten- und Leistungsträger) ist Kooperation unverzichtbar.
- Selbsthilfegruppen sind kooperationswillig bei Akzeptanz der selbstständigen Arbeit
- Selbsthilfegruppen wollen Kooperation – schätzen sich manchmal aber falsch ein.
- Professionelle Mitarbeiter sollten das ansprechen.

25

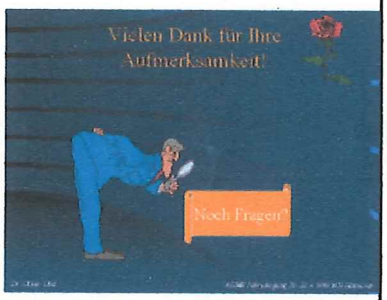
Ehrlichkeit im Miteinander

- Warum wissen wir, dass Reden in der Selbsthilfegruppe wirkt und tun dies nicht im Umgang mit Kollegen, Partnern oder Therapeuten?
- *„Wir sind nicht nur verantwortlich für das, was wir tun, sondern auch für das, was wir nicht tun.“ (Moliere)*
- Im Reden und Handeln. Ob Profi oder in der Selbsthilfegruppe.
- Miteinander üben, offen und ehrlich zu sein.
- Das bedeutet nicht Anpassung, sondern Positionierung.
- Dennoch ist Selbsthilfe immer ein freiwilliges Angebot.

26

Rolf Hüllinghorst
Loheide 29 b
33609 Bielefeld

Fon +49 (0) 521 1364857
Handy +49 (0) 172 2743213
E-Mail rolf@huellinghorst.info
Internet www.huellinghorst.info



27