

Ich will nie mehr trinken wir eins

Eine gute Geschichte muss gemäss dem vorarlbergischen Schriftsteller und begnadeten Erzähler Michael Köhlmeier aus einem bekannten und einem neuen Teil bestehen. Ich hoffe, beide Bedingungen sind in diesem Text über die ambulante Suchtberatung erfüllt, sodass ich auf Ihre Aufmerksamkeit zählen darf.

Ruedi Studer, Geschäftsführer / Sozialarbeiter FH
KLICK Fachstelle Sucht Region Luzern

KLICK

FACHSTELLE SUCHT
REGION LUZERN

Leid und Freud

Herrn X wurde der Führerschein wegen Alkohol am Steuer mit einem Promillewert von 1,8 entzogen. Weil er kurz darauf erneut alkoholisiert und ohne Führerschein Auto fuhr, wurde ein Strafverfahren gegen ihn eröffnet. Die Bewährungsauflage sah eine therapeutische Massnahme vor und da unsere Fachstelle KLICK (bis 2019 unter dem Namen «SoBZ Luzern» bekannt) über eine Zusammenarbeitsvereinbarung mit dem VBD Vollzugs- und Bewährungsdienst Luzern verfügt, wurde er uns überwiesen. Zu Beginn war Herr X nicht alkoholabstinent und ohne diese Abstinentz wäre es für ihn aussichtslos, den Führerschein wieder zurückzuerlangen. Unsere Gespräche waren anfänglich

harzig. Er klagte über vieles: die schwere Arbeit auf der Baustelle, das Herumchauffiertwerdenmüssen, gesundheitliche Einschränkungen, Depressivität, Schulden, eine traumatische Kindheit. Schliesslich interessierte es ihn, was er konkret tun müsste, um wieder Auto fahren zu dürfen. Nach wenigen Gesprächen war er bereit, zusammen mit mir und seinem Hausarzt die nötigen Schritte einzuleiten. Unser Ziel war es, die Alkoholabstinentz nicht nur zu erreichen, sondern diese auch aufrechtzuerhalten. Mit Schweigepflichtentbindung und im «Dreieck» besprach ich mit dem Hausarzt die Situation. Wir kamen zum Schluss, dass ein ambulanter Alkoholentzug in enger Begleitung vertretbar

sei. Als Abstinentzunterstützung wurde auf Wunsch von Herrn X die Antabusprophylaxe installiert. In den drei Folgejahren war es beeindruckend zu beobachten, wie sich in all seinen beklagten Themen eine Besserung zeigte. Nach einem Jahr konnte er Antabus absetzen. Eine psychologische/psychiatrische Begleitung war nicht notwendig, da sich mit stabiler Alkoholabstinentz und den zunehmenden Verbesserungen der Lebensbereiche auch seine psychische Lage stabilisierte. Die Bewährungszeit konnte vorzeitig beendet werden. Herr X fährt wieder Auto, ist inzwischen verheiratet und glücklich darüber, seine «Alkoholphase» hinter sich gelassen zu haben.

Ist Suchtverhalten ein Problem?

Während medizinisch Ausgebildete mit einem der beiden Leitfäden ICD-10 oder DSM-5 eine Suchterkrankung diagnostizieren können, stellen sich für Betroffene und ihr Umfeld weitere Fragen. Kann, muss oder sollte sich etwas ändern? Wie kriegt man / frau das wieder hin? Viele leben mit der Überzeugung, mit mehr Disziplin sollte es doch zu schaffen sein. Im Denken vieler existiert nicht das Gegensatzpaar «süchtig konsumieren vs. Abstinentz», sondern «süchtig konsumieren vs. normal konsumieren». Sie kennen weder Aspekte der Enzymbereitschaft von ADH und MEOS noch die neurologisch-dopaminergen Effekte der Belohnungsleitbahn im impliziten, nichtsprachlichen und unbewussten Gedächtnis. Mit Disziplin wird man der Lage also nicht gerecht. Auch das persönliche Erleben ist ständigem Wandel unterworfen. Bessere Phasen wechseln

sich mit schlechteren ab und Rückschläge sind eher die Regel als die Ausnahme. Neben den biologischen Faktoren leben Betroffene mit der Frage und der Ambivalenz: Ist das überhaupt ein Problem?

Wenn ein Paar zusammen im Übermass Alkohol konsumiert, beide damit einverstanden sind und weiter in ihrer Lebensführung keine Schwierigkeiten erkennen, dann mag das ungesund sein, doch ein Problem per se ist das noch nicht. Um ein solches zu definieren, benötigt es eine Bewertung von jemandem. Das kann eine Bezugsperson des Paares sein oder eine Veränderung der Sichtweise im Lauf der Zeit bei einer der beiden Personen selbst. Ohne eine minimale Erkenntnis und Bereitschaft, eine Veränderung nur in Erwägung zu ziehen, ist es unmöglich, eine solche von aussen zu erwirken.

Wir kennen Situationen von «fremdmotivierten» Anmeldungen, die von Bezugspersonen zu uns gedrängt werden. Oft gelingt es uns, aus Klagenden oder nur auf Besuch erschienenen Personen Kooperationspartner:innen zu machen, wenn sich eine aktive Mitarbeit als Mittel für Veränderung zu lohnen scheint. Hilfreiche Konzepte sind für uns das Trans-theoretische Modell der Veränderung nach Prochaska/DiClemente, die systemisch-lösungs- und ressourcenorientierte Therapiemethodik, das Brücke-Modell von Luc Isebaert, das Zürcher Ressourcen Modell ZRM u.a. Wir Sozialarbeitende nehmen die ganzen mit dem Suchtverhalten assoziierten Themen in den Blick: Sozialversicherungen, Rechtliches, Finanzen, Arbeit, Wohnen, allenfalls häusliche Gewalt, Kindeswohl etc.

Probleme sind Lösungen

Leide ich unter Schlafstörungen oder Stimmungsschwankungen? Ein Glas Rotwein hilft. Bemerke ich Langeweile? Ein Spielchen gefällig, im Internet surfen, Dinge kaufen, Bildchen anschauen. Probleme sind aus früheren Ideen entstandene Lösungsversuche, die sich irgendwann in eine unerwünschte Gewohnheit entwickelt haben. Eine Abhängigkeit entsteht somit als Nebeneffekt des vormals positiv erfahrenen Erlebens.

Heute reden alle von Lösungsorientierung, da macht auch die Firma für Rohrreinigung und der Dachdecker mit. Das Wort wird heute inflationär verwendet.

In der Suchtarbeit ist die systemische lösungs- und ressourcenorientierte Arbeit in Beratung und Therapie allerdings der Goldstandard. Menschen mit Suchtverhalten erleben sich selbstentwertend, schambehaftet und mit Tunnelblick auf eigene Defizite. Immer wieder geben Klient:innen offen zu, es habe sie Überwindung gekostet, sich bei uns zu melden. Unsere Aufgabe ist es, Vertrauen zu schaffen, Wechselwirkungen und Einflussfaktoren von Person und Umwelt zu entschlüsseln, in Kleinarbeit verschüttete Ressourcen freizulegen. Ebenso ist es stets wichtig, Rückschläge zu antizipieren, im besten Fall solche als Erkenntnis

auf dem Weg zur Genesung umzudeuten und Selbstabwertung zu vermeiden. Als nicht abstinentzorientierte Fachstelle wägen wir Vor- und Nachteile des Konsumbzw. Verzichtverhaltens miteinander ab. Dabei belassen wir – sofern die Beratung im freiwilligen Kontext erfolgt und eine Abstinentz nicht vorstellbar ist – Entscheidungen im Setting der gemeinsamen Reflexion beim Gegenüber. Es soll die Chance zum Ausprobieren ermöglicht werden, ohne Entwertung und Gesichtsverlust beim Scheitern. Dann kann es geschehen, dass sich die persönliche Bedürfnislage hin zur temporären oder Dauerabstinentz verschiebt.

Mischkonsum und Verhaltenssüchte

Im Kanton Luzern existiert eine Trennung ambulanter Beratungsangebote für Personen mit legalem und illegalem Konsumverhalten. Gesamtschweizerisch ist dies mittlerweile die Ausnahme und – wie der Bericht über die psychiatrische Versorgung im Kanton Luzern von 2020 konstatiert – auch nicht mehr zeitgemäss. Obwohl wir eine Fachstelle im legalen Suchtbereich sind, haben wir schon immer Personen mit Mischkonsum und unklarem Konsummuster beraten: Gamen und

Cannabis, Alkohol und Kokain war und ist nichts Unbekanntes für uns. Allerdings triagieren wir, wenn es sich primär um ein illegales Konsumverhalten handelt, an die dafür zuständige Institution, an die Ambulatorien der Luzerner Psychiatrie.

Vermutlich begegnen Ihnen in Ihrer Praxis Patientinnen und Patienten mit unklaren Konsummustern. Bei vorwiegend illegalem Konsum überweisen Sie für die ambulante Beratung und Therapie an die

Ambulatorien der Luzerner Psychiatrie, bei eher legalem Konsum zu KLICK Fachstelle Sucht Region Luzern, zum Zentrum für Soziales Sursee und Hochdorf oder zu den SoBZ Willisau und Schüpfheim.

Sehen Sie auch Personen mit übermässigem Medikamentengebrauch, Sexsucht, Tabakabhängigkeit, Glücksspielthematik, exzessivem Gamen, Kaufsucht? Auch dafür sind wir Fachstellen zuständig und autorisiert.

Wir brauchen SIE als Ärztin, als Arzt!

Es ist die eingangs beschriebene erfolgreiche Fallsituation, die unsere Arbeit als sinnvoll und sinnstiftend erfahrbar machen. Es gilt oft, Durststrecken zu überstehen, einen langen Atem mit häufigen «Ehrenrunden» durchzustehen, kleine Verbesserungen zu würdigen, Motivation und Selbstwirksamkeit zu aktivieren. Und nicht selten geht es auch darum, palliativ zu begleiten, wenn eine Verbesserung nicht mehr machbar oder erwünscht ist. Sie als Ärztin oder Arzt sind für uns eine wichtige Schlüsselperson für die Überweisung und Zusammenarbeit.

Die geteilte Fallverantwortung in Form von Triage und Koordination, wenn nötig psychiatrische Abklärung und Behandlung v.a. bei Menschen mit ausgeprägten Traumaerfahrungen oder Komorbiditäten, sind für alle im Helfendensystem entlastend. Die ständige thematische Auseinandersetzung in Form von Fallkolloquien mit einem Oberarzt der Luzerner Psychiatrie, externer Supervision, Fallbesprechungen und Weiterbildungen helfen bei der Betreuung unserer Klientel. Ebenso arbeiten wir unter einem Leistungsvertrag des GSD des Kantons Luzern, mit Datenschutzregelungen und Schweigepflichtbindungen wenn weitere Fachstellen oder -personen involviert sind, mit Zusammenarbeitsvereinbarungen mit der Luzerner Psychiatrie und der Grand Casino Luzern AG. Wir sind qualitätszertifiziert und nach vielen Jahren in einem konstanten Team nach wie vor hochmotiviert. Als Fachstelle des öffentlichen Rechts und durch Gemeinde- und Kantonsbeiträge finanziert, können wir kostenlose Dienstleistungen für sowohl Direktbetroffene als auch Angehörige anbieten.

Es ist eine herausfordernde, aber auch sehr befriedigende Tätigkeit, Menschen auf dem Weg in die Unabhängigkeit zu begleiten. Wir freuen uns, wenn Sie uns dabei helfen. Danke für Ihre Mitarbeit.



Ruedi Studer
Geschäftsführer KLICK

KLICK

FACHSTELLE SUCHT
REGION LUZERN
Obergrundstr. 49
6003 Luzern
041 249 30 60
info@klick-luzern.ch
www.klick-luzern.ch



Regionale Fachstellen für ambulante Suchtberatung im legalen Suchtbereich Kanton Luzern

THEMEN

Alkohol | Digitale Medien | Glücksspiel | Gamen | Medikamente | Tabak | Sex/Pornografie | Kaufen

ANGEBOT

- Beratung, Begleitung, Therapie
- Anonyme Online-Beratung (bei KLICK)
- Coaching und Fachberatung
- Moderierte Gruppen (bei KLICK)
- Weiterbildung
- Interviews

Kostenlos für Betroffene, Angehörige und sonstige Bezugspersonen im Einzugsgebiet

GEMEINDEZUSTÄNDIGKEITEN

www.sobz.ch

