

16. Sucht-Selbsthilfe-Tagung in Berlin

ABC der Sucht(Selbst-)Hilfe

Von Achtsamkeit bis Zuversicht

Trotz der anhaltenden Pandemiewelle und der damit zwangsläufig einhergehenden geringeren Teilnehmerzahl traf sich die Berliner Sucht-Selbsthilfe zum 16. Mal zu ihrer Tagung am angestammten Ort in Berlin-Charlottenburg.

Dr. Thomas Reuter, Vorsitzender der Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V., hatte es übernommen, die Gäste zu begrüßen. Nachdem Angela Grube, Geschäftsführerin und Organisatorin der Veranstaltung, die Teilnehmenden willkommen geheißen hatte. Wie im vergangenen Jahr waren alle live in der Aula oder über Leinwand und Lautsprecher im Vorraum erlebbar.

Christine Köhler-Azara verabschiedete sich nach langen Jahren als Landesdrogenbeauftragte in den wohlverdienten Ruhestand, dabei verwies sie auf ihre in der Berliner Sucht-Hilfe wohlbekannte Nachfolgerin Heide Mutter.

Prof. Dr. Florian Schlagenhaut, Leiter AG Lernen & Kognition an der Charité, ging das Thema Rückfallprophylaxe in seinem Vortrag „Lernen und Abhängigkeitserkrankungen: Bedeutung von veränderten Lernmechanismen für das Rückfallgeschehen“ an. Der Vortrag über den pädagogischen Ansatz in der Rückfallprophylaxe erklärte, wie vielschichtig unser Gehirn arbeitet und zeigte einen neuen Weg zum Erfolg auf. Vielleicht können wir demnächst ausführlicher darüber berichten.

„Suchttherapie online – geht das?“ war das Thema des Vortrags von Christian Müller, Ärztlicher Leiter der Tagesklinik des Tannenhofs. Hier wurde gezeigt, wie der Tannenhof mit den Herausforderungen der Pandemie umgegangen ist und noch umgeht. Wie erfolgreich virtuelle Therapiegruppen über Internetdienstleister gemanagt werden können und mit Gewinn für die Patientin oder den Patienten eingesetzt werden. Welche organisatorischen und therapeutischen Änderungen vorzunehmen waren, um optimale Ergebnisse für die Klinik und die Behandelten zu erreichen.

Nach einem leckeren vegetarischen Mittagsimbiss, in gewohnter Qualität aus dem Hause „Weißer Elefant“, wurden noch in fünf Gruppen Themen der Sucht-Selbsthilfe behandelt.

Die Gruppen fanden statt zu den Themen:

- Achtsamkeitsbasierte Depressionstherapie in Corona-Zeiten (Susan Ulmer, OÄin, Vivantes Klinikum Neukölln),
- Exzessiver Internetgebrauch in Lockdown-Zeiten (Kristin Schneider, Sozialarbeiterin und –pädagogin, B.A., Caritas Berlin e.V., Café Beispiellos),
- Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit (Franziska Kolorz, Bezugstherapeutin, salus-Klinik, Lindow),
- Umgang mit Schuld, Scham und schlechtem Gewissen (Dr. Anja Lehmann, Dipl.-Psychologin, Vivantes Kliniken Am Urban und Friedrichshain und Heike Drescher, Genesungsbegleiterin, Vivantes Klinikum Am Urban),
- „Ott, Till; Lean – jugendlicher Drogenkonsum in Zeiten von Instagram, Corona und Straßenrap“ (Lars Behrends, Einrichtungsleiter der Drogen- und Suchtberatung Marzahn-Hellersdorf, Vista Berlin).

Leider präsentierten sich an den Messtischen nur recht wenige Sucht-Selbsthilfe-Akteure den interessierten Besuchern, im Gegensatz zu Vor-Corona-Zeiten.

Wer die beiden interessanten Vorträge in voller Länge erleben will, kann demnächst die Videoaufzeichnungen auf der Website der Landesstelle abrufen (www.landesstelle-berlin.de).

Wir sind gespannt auf die 17. Sucht Selbsthilfe Tagung in Berlin.

Torsten Hübler