

15. Sucht-Selbsthilfe-Tagung in Berlin, Motto: „Sucht heute – von der SelbstSucht zur Selbstfürsorge“

Kaiserpinguin, Suppenschildkröte, der Mensch, die Sucht

Zum 15. Mal traf sich die Berliner Sucht-Selbsthilfe zu ihrer Tagung in Charlottenburg. Coronabedingt waren weniger Teilnehmer als bei den vorherigen Tagungen zugelassen. Der Freude der Teilnehmenden auf ein Wiedersehen tat das keinen Abbruch.



Dr. Andreas Schindler vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Vor der Begrüßung der Gäste durch Dr. Alexander Stoll von der veranstaltenden Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V. hatten Angela Grube, die Leiterin der Geschäftsstelle des Vereins und ihr Team den Veranstaltungsort pandemie-tauglich gemacht, neben der Umsetzung eines Hygienekonzepts wurden die Teilnehmenden räumlich verteilt, die Vorträge wurden gefilmt und ins Netz und die anderen Räume gestreamt, ein erheblicher Mehraufwand gegenüber früheren Veranstaltungen.

Christine Köhler-Azara, Landesdrogenbeauftragte, beklagte in ihrem Grußwort, dass die



Dr. Alexander Stoll von der Hartmut-Spittler-Klinik, Berlin

Einschränkungen durch die Corona-Pandemie Süchtige und Suchthelfende besonders hart treffe, die Alltagsstruktur ist weggefallen, viele Sucht-Selbsthilfe-Gruppen konnten sich nicht mehr treffen, daher sei Selbstfürsorge wichtig, um sich nicht von Ängsten überwältigen zu lassen. Selbstfürsorge bedeute, Maßnahmen für das persönliche Wohlergehen zu ergreifen und Verzicht auf Schädliches.

Dr. Ute Keller, leitende Oberärztin an der Klinik für Suchtmedizin, Alexianer St. Joseph-Krankenhaus in Weißensee, referierte über die „Perspektiven einer Suchtmedizinerin im Wandel der Zeit“. Dabei schaute sie auf 26 Jahre Erfahrung in der Suchtmedizin zurück, 22 davon bei den Alexianern in Weißensee. Vor Beginn ihres Vortrages brachte sie ihre Enttäuschung über den überstürzten Bettenabbau in den Suchtstationen der Krankenhäuser aufgrund von Corona-Maßnahmen zum Ausdruck. Dies müsse in Fachkreisen diskutiert und rückgängig gemacht werden, da die Schäden für die Behandlung Suchtkranker verheerend seien. Dr. Keller begann mit

dem ersten dokumentierten Alkoholiker, Noah, der in der Bibel beschrieben wird, und mit einem Bild aus der Bibel illustrierte sie auch die Trockenheit des Alkoholkranken, sie ist wie das biblische Paradies, alles darf man, nur eine einzige Frucht darf man nicht essen, sonst wird man aus dem Paradies entfernt. Die Referentin kam dann sehr schnell von der Bibel auf die heutige Suchtbehandlung und deren Wandlungen in ihrer Klinik. Sie verwies auf die Schilderung des bekannten Patienten und Schauspielers Jaecki Schwarz in dem Buch „Niemals vergessen, wo ich herkomme“ (TrockenPresse Verlag), der



Angela Grube, Landesstelle Berlin für Suchtfragen e.V.

am 9. November 1989 seine erste und einzige Entgiftung im St. Joseph-Krankenhaus begann und stellte dem die heutige Herangehensweise an die Suchtbehandlung entgegen. Die davon ausgeht, dass der Mensch ein gesundheitliches Problem hat und dieses soll zusammen mit den Behandelnden gelöst werden, dies muss aber keine Wellnessbehandlung sein, betont die Ärztin, aber Töpfe zu schrubben gehört nicht mehr dazu. Zum Schluss gab sie den Zuhörern ihre Maxime mit: „Sollen setzt Können voraus.“ Sie möchte dem



Christine Köhler-Azara, Landesdrogenbeauftragte

betroffenen Menschen das Können ermöglichen, um das Sollen überhaupt zu können.

Neben der Praxis kam die Theorie der Sucht nicht zu kurz. Direkt aus Hamburg kam Dr. Andreas Schindler, Psych. Psychotherapeut, Therapeutischer Leiter, Universitätsklinik Hamburg-Eppendorf. Sein Fokus lag auf „Bindung und Sucht – über den Unterschied zwischen Kaiserpinguinen und Suppenschildkröten“. Anhand der beiden Tiere zeigte er, welche Strategien die Natur im Hinblick auf die Bindung zum Nachwuchs entwickelt hat. Während Kaiserpinguine ihrem einzigen Nachwuchs eine lange und intensive Brut- und Nachkommenspflege angedeihen lassen, um dessen Überleben zu sichern, legen Suppenschildkröten ca. 500 Eier an einem Strand ab und überlassen den Nachwuchs sich selbst, nur wenige werden es ins Meer schaffen und überleben. Schindler wies in seinem Vortrag nach, dass beim Menschen die Qualität der Bindung zu anderen Menschen, gerade in jungen Jahren, Einfluss auf das Suchtverhalten im weiteren Leben haben wird. Auch bestimmte Arten der Bindungsqualität gehen mit dem Gebrauch bestimmter Drogen

einher. Der erhöhte Drogengebrauch kann als „Selbstmedikation“ der Menschen mit substanzbezogenen Störungen interpretiert werden, die ihre sehr unsicheren Bindungsmuster kompensieren möchten. Der Teufelskreis beginnt, da in der Regel durch den Missbrauch die Bindungsfähigkeit des Betroffenen eingeschränkt wird und er Drogen nimmt, um diesen Mangel zu beheben.

Die Workshops zu den Themen:

- Suchtdruck – wie gelingt ein



Dr. Ute Keller, St. Joseph-Krankenhaus

selbstfürsorglicher Umgang? (Thomas Klein-Isberner, Therapeutischer Leiter, Fontane-Klinik),

- Selbstmitgefühl & MSC – ein mutiger Schritt zu mir selbst (Evelyn Rodtmann, HP für Psychotherapie, Anglistin (M.A.), Lehrerin),
- Achtsamkeitsbasierte Rückfallprävention bei Sucht (Mathias Prüfer, Sporttherapeut, Salus Klinik),
- Co-Abhängigkeit – eine eigenständige Erkrankung? (Dr. Alexander T. Stoll, Ltd. Oberarzt, stellvertretender Chefarzt, Hartmut-Spittler-Fachklinik, Vivantes),
- Stressbewältigung & Achtsamkeit (MBSR) (Irene Ossa, MBSR-Trainerin, Systemischer Coach, Politologin),

- Durch Atemtherapie mit Stress umgehen (Michael Maar, Atemtherapeut & Ausbilder, Heilpraktiker)

fanden trotz Corona statt.

Die Veranstaltung lag leider so kurz vor der Drucklegung dieser Ausgabe der TrockenPresse, dass dies nur ein kurzer Bericht über die 15. Sucht-Selbsthilfe-Tagung sein kann. Die Vorträge sollen aber demnächst auf der Seite der Landesstelle abrufbar sein (www.landesstelle-berlin.de).

Text & Fotos: Torsten Hübler

Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe sind systemrelevant

„Aktionstag Suchtberatung: Kommunal wertvoll!“ am 4. November 2020

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) plant und koordiniert den „Aktionstag Suchtberatung“ am 4. November gemeinsam mit ihren Mitgliedsverbänden. Hierbei soll mit verschiedensten Aktionen auf die chronische Unterfinanzierung der kommunalen Suchtberatungsstellen hingewiesen werden.

Rund 1.300 Suchtberatungsstellen gibt es deutschlandweit, sie erreichen mehr als eine halbe Million Suchtkranke und ihre Angehörigen jährlich. In der Corona-Krise zeigt sich, dass Menschen zusätzliche Unterstützung brauchen. Dennoch ist die Suchtberatung chronisch unterfinanziert und die Lage verschärft sich weiter.

Die Schirmherrschaft hat die Drogenbeauftragte der Bundesregierung, Daniela Ludwig, übernommen. Sie sagt: „Wenn die Hilfe vor Ort wegbriecht, stehen Suchtkranke und ihre Familien alleine da. So schwierig die Finanzlage vieler Kommunen ist – ohne eine gut aufgestellte Suchtberatung geht es nicht! Gute Beratung vor Ort ist der erste Schritt raus aus der Sucht und rein in ein gesundes Leben.“

Christina Rummel, stellvertretende Geschäftsführerin der DHS, fordert: „Angesichts klammer Kassen stehen viele Suchtberatungen finanziell mit dem Rücken zur Wand. Die Corona-Pandemie hat die

Situation zusätzlich verschärft – trotz der Systemrelevanz der Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe. Daher brauchen wir jetzt dringend eine stabile und verlässliche Finanzierung, um auch künftig die erforderliche Hilfe für Menschen mit Suchtproblemen wohnortnah zu sichern.“

Die Suchtberatungsstellen leisten in einer gut ausgebauten kommunalen Suchthilfe eine unverzichtbare Hilfe: Sie retten Leben und helfen, Gewaltspiralen in Familien und im öffentlichen Raum zu durchbrechen. Zudem werden durch die Suchtberatung direkt überaus hohe volkswirtschaftliche Kosten eingespart. Daher fordert die DHS anlässlich des Aktionstages:

1. Die finanzielle Entlastung der Kommunen durch das Konjunkturpaket soll zur Stärkung der sozialen Daseinsvorsorge genutzt und die Suchtberatung zur kommunalen Pflichtleistung werden.

2. Für den Bereich der Grundversorgung in den Suchtberatungsstellen braucht es eine angemessene Relation zwischen Fachkräften und Nutzer/-innen: Mindestens eine Fachkraft für 10.000 Einwohner/-innen, zzgl. 0,2 Verwaltungsstellen.

3. Die Finanzierung der Suchtberatung soll überwiegend pauschal erfolgen und muss jährlich dynamisiert werden, damit Tarifbindungen, Lohnsteigerungen und Inflations-

raten berücksichtigt werden können.

4. Erwirtschaftete Eigenmittel und Spenden abseits der ambulanten suchtspezifischen Grundversorgung dürfen nicht mit deren Finanzierung verrechnet werden.

5. Weiterhin gilt unter Corona-Bedingungen: Menschen mit Suchtproblemen müssen auch unter Infektionsschutzbedingungen bedarfsgerecht beraten und begleitet werden. Dazu gehört eine Suchtberatung, die in Blended Counseling-Formaten nach fachlichen Maßstäben gestaltet werden kann. Dazu müssen auch die Einrichtungen angemessen ausgestattet sein.

Betroffene Menschen brauchen Unterstützung. Suchtberatung JETZT stabil finanzieren!

th

Wir haben einen Film gedreht und damit das Thema „rückfällig werden“ erforscht. In unserer Tagesstätte für suchtkranke Erwachsene in Berlin-Schöneberg konnten die Mitwirkenden eigene Erfahrungen beitragen, wir haben Mediziner befragt und manche Aspekte im etwa 50-minütigen Film künstlerisch dargestellt. Alle in der Gruppe sind Laien: keine Filmprofis und auch keine Schauspieler.

Der Film „Wieder reingerauscht – warum?“ kann beim **Trockenpresse-Verlag für 15,- € plus 2,-€ Versandkosten (Rechnung) bestellt werden.**

