

Warum "Suchtberatung" in einer arbeitsmarktpolitischen Beratungsstelle?

Susanne Nestler, Mag^a. Krista Susman, Roswitha Cahak

Eines der Kernthemen des zb ist die Suchtberatung, insbesondere die Beratung bei Alkoholsucht. Etwas weniger als ein Drittel der in zb angebotenen Einzelberatungsstunden sind Alkohol- bzw. Suchtberatungen.

Alkohol ist ein gravierendes Vermittlungshemmnis bei der Arbeitsplatzsuche; oftmals ist übermäßiger Alkoholkonsum die Ursache für den Arbeitsplatzverlust; umgekehrt geraten Personen, die über einen längeren Zeitraum von Arbeitslosigkeit betroffen sind, verstärkt in die Suchtfalle Alkohol. Der Umgang mit diesem Thema ist schwierig - denn immer noch ist Alkoholismus mit einem starken gesellschaftlichen Tabu belegt - das Eingeständnis, AlkoholikerIn zu sein, ist schambesetzt und wird häufig unter den Teppich gekehrt.

Daher nehmen viele Personen Hilfe erst in Anspruch, wenn das Problem bereits sichtbar ist und die Folgen zunehmend untragbar werden (Führerscheinentzug, Kündigung, Trennung, etc.). Der Suchtberatung innerhalb von zb kommt daher besondere Bedeutung zu: Einerseits im Dokumentieren und Benennen eines gesellschaftlich zunehmend relevanten Problems, andererseits als Möglichkeit für die Betroffenen, in einem nicht-direktiven Setting ihre Situation zu reflektieren und nach individuellen Auswegsmöglichkeiten zu suchen.

Droge Alkohol

Auszug aus "10 Jahre Verein Zentrum. Festschrift, Wien 1999
(Susi Nestler, Krista Susman, Roswitha Cahak)

In Österreich sterben jährlich etwa 8000 Menschen an den Folgen von Alkoholismus. Mehr als 400.000 Menschen gelten als alkoholkrank; die Zahl der alkoholgefährdeten Personen wird vom Anton-Proksch-Institut auf 800.000 geschätzt. Das bedeutet, daß 1,2 Mio. Menschen Alkoholprobleme haben, wobei die Dunkelziffer deutlich höher liegt. Wir können also davon ausgehen, daß mindestens 4-5 Mio. Menschen in irgendeiner Form direkt oder indirekt (Angehörige, KollegInnen, etc.) von Alkoholismus betroffen sind. Trotzdem wird die Droge Alkohol gesellschaftlich verharmlost - der Konsum alkoholischer Getränke ist bei vielen Anlässen erwünscht; wer nicht mittrinkt, gilt als unhöflich oder wird sogar zur AußenseiterIn. Glücksversprechen über verklärte Werbung suggerieren die Erlangung von Selbstwertgefühl und Prestige. ("Hast a Kaiser, bist a Kaiser", Bacardi-Feeling, etc.)

Abhängigkeit

Alkoholsucht entsteht über längeren Zeitraum. Vom gelegentlichen Gebrauch kann es zu Gewöhnung, zu Missbrauch und in der Folge zu Abhängigkeit kommen. Dabei beeinflussen körperliche, psychische und soziale Faktoren den Verlauf. Die Zeiträume zwischen Gewöhnung und Sucht können unterschiedlich lang sein, wobei die Grenzziehung oft schwierig ist - vielfach werden Alkoholprobleme erst erkannt und eingestanden, wenn die Folgen auch körperlich sichtbar werden, das heißt zu einem sehr späten Zeitpunkt des Krankheitsverlaufs.

Die Skala der Ursachen, die Suchtverhalten bedingen, ist vielfältig. Aus unseren Erfahrungen in der Beratungstätigkeit lassen u.a. als suchtauslösende "Motivationen" zwei unterschiedliche Aspekte feststellen: Alkohol als Mittel zur Verdrängung unangenehmer Gefühle einerseits und als Mittel andererseits, um einer emotionalen "Erlebnisverarmung" zu entgehen. Abhängigkeit kann also entstehen, wenn versucht wird, Spannungen zwischen den Anforderungen der Umwelt und Anforderungen an sich selbst mit Hilfe von Alkohol auszugleichen. Wird inneren wie äußeren Konflikten mit stimmungsverändernden Substanzen begegnet, entsteht kurzfristig das Gefühl, Spannungen im Griff zu haben - die momentane Problematik tritt in den Hintergrund, unangenehme Gefühle werden erfolgreich verdrängt. Abhängigkeit kann aber auch entstehen, wenn der/die einzelne nicht gelernt hat, innere Werte zu entwickeln, eigene Bedürfnisse wahrzunehmen und auch durchzusetzen - Alkohol kann dann dazu verhelfen, die Hemmschwelle herabzusetzen und sich Verhaltensweisen und Gefühle zuzugestehen, die sonst starker Selbstkontrolle unterliegen bzw. (sozial) "unerwünscht" sind (Aggression, Trauer, Ausgelassenheit,...). Die Verantwortung über das eigene Verhalten kann gezeugnet und dem Alkohol zugeschrieben werden. Auch hier ermöglicht der Missbrauch, die eigentliche Problematik kurzfristig auszublenden und dem Konformitätsdruck vorübergehend leichter standzuhalten.

Mittel- und langfristig entstehen durch den Missbrauch zusätzliche Probleme (in der Arbeit, in der Partnerschaft,...), die wiederum mit der bisher erlernten Methode gelöst werden sollen. Wenn das nicht mehr funktioniert, wird die Dosis erhöht - bis die Droge Alkohol den wichtigsten Platz im Leben des bereits Süchtigen einnimmt (Beschaffung, Verstecken des Alkohols, Verbergen des Problems vor der Umwelt). In diesem Stadium treten bereits physische und psychische Entzugserscheinungen auf. Neben körperlichen Schmerzen kommt es zu Sinnkrisen und Gefühlen von innerer Leere, wenn die/der Betroffene nicht trinkt. Zudem bewirkt übermäßiger Alkoholkonsum eine verklärte Darstellung der Lebenssituation, wodurch die Veränderung der Umstände nicht notwendig erscheint. Meist sind es erst gravierende soziale Einbrüche wie etwa Trennung, Arbeitsplatzverlust oder Führerscheinentzug, die zu einem Wunsch nach Veränderung führen.

Ausstieg aus Abhängigkeitsmustern

Der Ausstieg aus Abhängigkeitsmustern ist schwer und oft langwierig. Einer der fatalsten Irrtümer liegt darin, eine sofortige radikale Veränderung zu verlangen und alles gleichzeitig bewältigen zu wollen: Dieser Versuch ist meist von

vornherein zum Scheitern verurteilt und erzeugt Versagensgefühle. Um einen Ausstieg aus der Abhängigkeit bewältigen zu können, müssen die Betroffenen (wieder) Verantwortung für die eigenen Handlungen und die Gestaltung des eigenen Lebens übernehmen. Das ist der schwierigste Punkt, sowohl für AlkoholikerInnen als auch für die BetreuerInnen und Angehörigen. Denn das Abgleiten in die Sucht ist ja gleichbedeutend mit einer Abgabe der Eigenverantwortung - sei es aus Überforderung, sei es aus anderen Gründen. BetreuerInnen und Angehörige sind häufig versucht, dem/der Alkoholsüchtigen Verantwortung abzunehmen, um Schlimmeres abzuwenden (Delogierung, Arbeitsplatzverlust, Schulden). Vielmehr gilt es, ihn/sie in seiner/ihrer Selbstverantwortung zu bestärken, an seine/ihre Ziele zu erinnern und immer wieder neu dazu zu motivieren, die Konsequenzen für das eigene Handeln selbst zu tragen. Dabei geraten BeraterInnen (und Angehörige) wiederholt an ihre eigenen Grenzen. Diese Grenzen ernst zu nehmen und nicht in die Falle der Co-Abhängigkeit zu tappen ist eine unabdingbare Notwendigkeit für die Arbeit mit Suchtkranken. Das Leitprinzip der Arbeit der BeraterInnen des zb ist daher nicht, kontrollierende/sanktionierende Maßnahmen zu setzen, sondern der Versuch, gemeinsam mit den KlientInnen zunächst Problembewusstsein zu entwickeln, zum Entzug (oder zum kontrollierten Umgang mit Alkohol) zu motivieren, Zukunftsperspektiven zu entwickeln und, im Rahmen der Möglichkeiten, auf dem Weg zu Selbstverantwortlichkeit zu unterstützen. Im Vordergrund kann daher nicht eine normative Zielsetzung stehen (etwa totale Abstinenz), sondern ein Konzept, das die individuelle Situation des/der KlientIn berücksichtigt und in dem die Zielsetzung nach Maßgabe dessen, was für den/die einzelne zuträglich ist, erarbeitet wird.