



Jahresbericht 2023

der Psychosozialen Beratungsstelle
für Suchtkranke, Suchtgefährdete
und Angehörige



Liebe Leserin, lieber Leser,

unser Jahresbericht – dieses Jahr in anderer Form – informiert über Arbeitsinhalte, Trends und Entwicklungen auf dem Gebiet der Suchtkrankenhilfe und gibt Einblicke über die aktuellen Fallzahlen im Landkreis Saalfeld-Rudolstadt. Die kontinuierliche Arbeit des Teams der Suchtberatungsstelle konnte auch im vergangenen Jahr auf hohem fachlichem Niveau fortgesetzt werden.

Im Jahr 2023 nahmen 676 Klient*innen Kontakt zu uns auf. In langfristiger Beratung befanden sich 590 Betroffene.

Die über Jahrzehnte bestehende gute Kooperation zu Ämtern, Kliniken, Jugendhilfeeinrichtungen, Schulen und vielen anderen Partnern wurde im vergangenen Jahr – nicht zuletzt durch zahlreiche persönliche Gespräche – gepflegt und intensiviert.

Von März bis August 2023 bereicherte Lara Kürsten als Semesterpraktikantin unser Team. Sie absolviert ihr Studium für Soziale Arbeit in Jena und beeindruckte uns mit viel Engagement, großem Interesse an der Arbeit mit suchtkranken Menschen, einer guten Abgrenzungsfähigkeit und Empathie.

Der ländliche Raum in und um Königsee ist die Suchtarbeit betreffend, wie andere Gebiete im Landkreis auch, nach wie vor unterversorgt. Klient*innen müssen aufgrund einer schlechten Verkehrsanbindung lange Fahrtzeiten und hohe Kosten auf sich nehmen, um uns zu erreichen. So entschieden wir uns, ab Oktober 2023 eine Beratungszeit in Königsee anzubieten.

Ein Höhepunkt im vergangenen Jahr war eine überaus gelungene und gut besuchte Weihnachtsfeier für die an unsere Beratungsstelle angebotenen Gruppen. Anne Kies, Schauspielerinnen am Rudolstädter Theater, begeisterte mit einem lustig-besinnlichen Weihnachtsprogramm. Ihre Unterstützung war eine echte Bereicherung.

Wir danken allen Klient*innen, Kooperationspartnern, dem Landkreis Saalfeld-Rudolstadt sowie unserem Träger, der Diakoniestiftung Weimar Bad Lobenstein gGmbH, für das uns entgegengebrachte Vertrauen und die gute Zusammenarbeit.

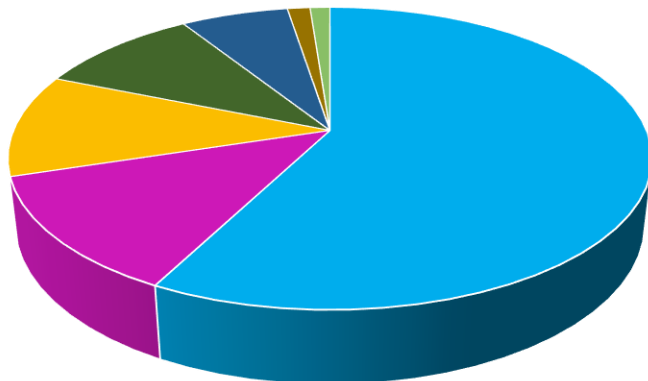
K. Liebezeit

Katrin Liebezeit & das Team der Psychosozialen Beratungsstelle



Psychosoziale Beratungsstelle für Suchtkranke,
Suchtgefährdete und Angehörige
Brudergasse 18, 07318 Saalfeld
Tel: 03671 5256 5111
mail: suchtberatung-saalfeld@diakonie-wl.de

Suchtmittel



- Alkohol 57,63%
- Klienten ohne Hauptdiagnose (z.B. Angehörige) 12,53%
- Cannabis 11,02%
- Polyvalenter Konsum 9,83%
- Stimulanzien (z.B. Methamphetamin & Ecstasy) 6,44%
- Opiate 1,36%
- Spielen & Mediennutzung 1,19%

Weitere Zahlen aus 2023...

4414

Gespräche wurden
geführt

277

Neuanmeldungen,
davon 179 männlich
und 98 weiblich

590

Klient*innen sind
langfristig in
Beratungskontexten

119

Gespräche im Rahmen
der 14-tägigen
Sprechzeit in den
Thüringen-Kliniken

45 %

der Ratsuchenden
bestritten ihren
Hauptlebensunterhalt
durch
Arbeitsverhältnisse

**Alter der
Klient*innen:**

unter 18-Jährige: 25

19 – 29-Jährige: 73

30 – 49-Jährige: 287

ab 50-Jährige: 205

45

Angehörige fanden
Unterstützung

Wirksamkeit von Suchtberatung

Am Beispiel der Klient*innen mit Alkoholproblematik erreichten wir folgende Veränderungen:
55 % gebessert, bei 42 % konnte eine Verschlechterung der Symptomatik verhindert werden.

Für die Gesellschaft ist die Beratungsstelle nachweislich ein finanzieller Mehrwert. Jeder Euro, der von öffentlicher Hand investiert wird, spart der Gesellschaft jährlich Folgekosten in 17-facher Höhe (vgl. Xit-Studie 2021).

Der Suchtberatung fehlt Personal

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen empfiehlt einen Personalschlüssel von einer Vollzeitarbeitskraft auf 10.000 Einwohner*innen. Betroffene müssen besonders im ländlichen Bereich einen längeren Anfahrtsweg in Kauf nehmen oder länger auf einen Termin warten (vgl. OTZ 18.03.2023). Dabei ist der Bedarf hoch. Derzeit stehen für unseren Landkreis mit ca 106.000 Einwohner*innen nur 3,8 Fachkraftstellen für die Suchtberatungsstelle zur Verfügung.

Tag der Suchtberatungsstellen

Am 07. November empfing die Suchtberatungsstelle zur Vorbereitung des Aktionstages der DHS Herrn Dr. Christian Stiehler, Amtsarzt und Leiter des Gesundheitsamtes im LK Saalfeld-Rudolstadt. Der fachliche Austausch war für beide Seiten sehr gewinnbringend und betonte die Wichtigkeit der geleisteten Arbeit und Angebote.

***„Zusammenkommen ist ein Beginn,
Zusammenbleiben ein Fortschritt,
Zusammenarbeiten ein Erfolg.“***

Henry Ford

Im Gespräch mit der Psychotherapeutin Maria Johanna Böhme

Wir konnten Frau Böhme für ein kurzes Interview über ihre Arbeit und die Zusammenarbeit mit der Suchtberatungsstelle gewinnen und wollen hier einen Einblick in unsere Kooperation ermöglichen.

Maria Johanna Böhme ist als Psychotherapeutin in der Praxis von Sindy Frenzel tätig. Die Beratungsstelle blickt auf eine sechsjährige Kooperation mit dieser Praxis zurück. Seit zwei Jahren arbeitet Frau Böhme persönlich mit der Suchtberatungsstelle zusammen. Nach dem Abschluss ihres Psychologiestudiums 2012 arbeitete sie fünf Jahre in einer Rehaklinik für Abhängigkeitserkrankte als Gruppentherapeutin. Zeitgleich begann sie ihre Facharztausbildung zur Psychotherapeutin und schloss diese 2020 erfolgreich ab.

Praxis Dipl.-Psych. Sindy Frenzel
Psychologische Psychotherapeutin
Sonneberger Straße 1
07318 Saalfeld/Saale
Tel.:03671 - 6258982

Frau Böhme, was lieben Sie an Ihrer Arbeit?

Ich liebe es, Menschen, die sich selbst als „problematisch, minderwertig oder komisch“ bewerten, in einer liebevollen, annehmenden Weise zu begegnen und ihnen aufzuzeigen, dass nicht sie selbst „komisch oder verrückt“ sind, sondern dass sie ihre Erfahrungen im Hinblick auf menschliche Grundbedürfnisse oft massiv frustriert haben. Zu beobachten, wie diese aus sich selbst heraus Lösungen entwickeln, dafür hart an sich arbeiten und eine neue Leichtigkeit spüren, ist großartig. Es geht nicht darum, Probleme „wegzumachen“ oder, dass alles „perfekt oder glücklich“ wird, so ist mein eigenes Leben auch nicht. Es geht darum, dass Probleme und Krisen bewältigbar werden und man lernt, mit ihnen umzugehen.

Welche Verfahren und Therapiemethoden wenden Sie an?

Ich arbeite als Verhaltenstherapeutin, d.h. ich analysiere gemeinsam mit Patienten die Folgen ihres Verhaltens, wonach wir optimalere Strategien entwickeln, um Symptomabbau zu erreichen. Ich wende neben der Einzeltherapie sehr gerne Gruppentherapie an, da das „Wir-Gefühl“ viel Halt, Unterstützung und wertvolle Rückmeldung bereithält. Mein „Steckenpferd“ ist das Selbstsicherheitstraining, in dem selbstsichere Kommunikation zur Konfliktlösung, Deeskalationsmethoden, Nein sagen und Schlagfertigkeit geübt werden. Im letzten Jahr habe ich zusätzlich eine Ausbildung als Traumatherapeutin abgeschlossen.

Wie sind Ihre Erfahrungen mit der Kombination von Suchttherapie und Psychotherapie?

Abhängigkeitserkrankungen sind eine der schwersten psychischen Störungen und erfordern in der Behandlung viel Geduld, aber auch konsequente Abstinenz ohne Wenn und Aber. Oftmals gelingt diese am Anfang häufig nur sehr schwer bzw. überhaupt nicht, da derjenige kaum Strategien zur Emotionsregulation (z.B. Entspannung, Anspannungsabbau, Konfliktlösekompetenz) kennt. Diese sollen in einer haltgebenden Umgebung, am besten in einer stationären Langzeittherapie von 15 (bei Alkoholikern) bzw. 26 Wochen (bei drogenabhängigen Patienten) aufgebaut und die Abstinenz mindestens ein halbes Jahr nach der Behandlung aufrechterhalten werden. Notwendig ist das deshalb, weil man in einer ambulanten Psychotherapie schmerzhaft Themen und biographische Ursachen aufarbeitet, für die man Frustrationstoleranz benötigt („aushalten“), um nicht in altes Konsumverhalten zurückzufallen.



Quelle: https://media.istockphoto.com/id/1304726157/de/vektor/psychotherapie-beratung-und-psychische-gesundheit.jpg?s=612x612&w=0&k=20&c=laJQx_9vyKX-e_9oF0q4QPR2Yzob55spr9jKzkrJrbCM=

Wann ist eine Psychotherapie bei suchtkranken Menschen indiziert und wann nicht?

Suchterkrankte Menschen benötigen immer Psychotherapie. Rein rechtlich gesehen darf eine ambulante Behandlung bei Suchtpatienten aber nur dann erfolgen, wenn bis zur 10. Behandlungsstunde Abstinenz nachgewiesen wurde und dies im Verlauf der Behandlung regelmäßig überprüft wird (aus o.g. Gründen). Ich selbst beginne eine Psychotherapie mit Suchtpatienten nur, wenn sie mindestens ein halbes Jahr, lieber ein ganzes Jahr, abstinent bzw. clean sind.

Welche Herausforderung sehen Sie im ambulanten Setting in der Arbeit mit suchtkranken Menschen?

Die Rückfälligkeit steht an erster Stelle. Wenn Patienten stoffgebunden rückfällig werden, unterbreche ich die ambulante Behandlung zugunsten einer stationären Auffangbehandlung, um den weiteren Verlauf der Therapie nicht zu gefährden. Aber auch suchtnahe Verhaltensweisen, wie z.B. verheimlichen, aus Scham Probleme oder Krisen bagatellisieren, in den Rückzug gehen und sich nicht bei mir melden, stellen Herausforderungen in der Behandlung dar.

Welche Tendenz sehen Sie bei der Häufigkeit von Doppeldiagnosen, das heißt, Patienten, die sowohl an einer Suchtmittelabhängigkeit leiden, als auch an einer psychischen Erkrankung?

Es ist eher der Regelfall als die Ausnahme, dass Patienten mit Suchthintergrund mit Doppeldiagnosen zu mir kommen. Die Abhängigkeit ist eine Erkrankung, die sich meist auf eine andere Störung wie z.B. soziale Ängste, Depression oder Traumata „oben draufsetzt“, im Sinne einer suboptimalen Bewältigungsstrategie.

Vielen Dank für das Gespräch und die gute Zusammenarbeit!

Die Suchtberatungsstelle bedankt sich bei ihren Kooperationspartner*innen für die gute Zusammenarbeit im Jahr 2023

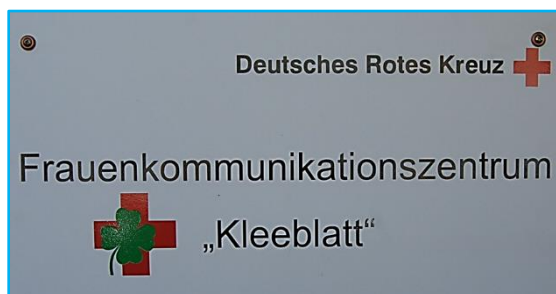


Neue Sprechzeit der Suchtberatungsstelle in Königsee

Seit Oktober 2023 bieten wir eine Außensprechstunde in Königsee an. Ratsuchende erhalten Informationen und Hilfe.

Mit diesem Angebot werden wir unserem Versorgungsauftrag im ländlichen Raum gerechter.

Die Außensprechstunde in Königsee findet jeden 1. und 3. Montag im Monat im



Am Kümmelbrunnen 26, statt.

Interessierte werden gebeten, unter der Nummer 03671/52565111 einen Termin zu vereinbaren.

Prävention nimmt wieder Fahrt auf

Präventionsveranstaltungen waren 2023 wieder häufiger möglich. So konnten wir meist mehrteilige Veranstaltungen durchführen. Jedoch ist die Nachfrage weitaus größer, als wir momentan personell abdecken können.

Die meisten Präventionen resultieren aus direkten Anfragen an die Beratungsstelle. Der hohe Praxisbezug und Fachlichkeit des Teams finden besondere Beachtung.

Angebote

Viele Leistungen für ratsuchende Klient*innen auch 2023:

Unsere Arbeit mit Betroffenen und Angehörigen findet unter anderem in Gruppenveranstaltungen statt. Derzeit betreut die Beratungsstelle zehn Gruppen mit unterschiedlichen Schwerpunkten:

- Elterngruppe
- Angehörigengruppe
- Begegnungsgruppen
- Nachsorgegruppen
- Selbsthilfegruppe
- suchttherapeutische Gruppen

Außenstelle Rudolstadt

Beratung ist auch in unserer Außenstelle in Rudolstadt möglich.

Öffnungszeiten:

täglich nach telefonischer Anmeldung über Hauptstelle Saalfeld
Tel.: 03671 5256 5111



Das bewirkt Beratung: Die Geschichte von Thomas

„Mein Name ist Thomas, 53 Jahre alt und ich bin Alkoholiker. Trockener Alkoholiker. Das soll nicht heißen, dass ich es für immer geschafft habe, dass ich nie wieder trinke. Aber ich habe viel erreicht. Schon in der Lehrzeit habe ich angefangen zu trinken, das war normal, hat dazugehört, dann später auch, als ich bei der Armee war. Danach lernte ich meine zukünftige Frau kennen. Als der zweite Sohn geboren war, begannen wir mit dem Hausbau. Familie, Arbeit, Bau – es war viel zu viel. Ich habe 16 Stunden am Tag gearbeitet, wollte, dass alles perfekt läuft.

Schon damals habe ich gemerkt, dass ich mit genug Bier intus besser zur Ruhe kam und einschlafen konnte. Es wurde immer mehr, irgendwann habe ich angefangen, schon morgens zu trinken, zur Entlastung und Entspannung. Meine Frau und ich stritten oft, die Kinder interessierten mich kaum, der Alkohol wurde zu meinem Lebensmittelpunkt. Wichtig war nur noch, woher ich genug „Stoff“ bekam, wie ich unkompliziert Leergut entsorgen konnte – und vor allem: den Schein nach außen wahrte. Das war Stress pur. Und das Schlimmste: Ich habe nicht eingesehen, dass ich viel zu viel trinke und Hilfe brauchte. Denn ich war überzeugt davon, dass ich mein Trinken im Griff hatte.

Dann reichte meine Frau die Scheidung ein, ich überließ ihr das Haus und die Kinder. Ich widmete mich voll und ganz dem Alkohol.

Letzlich erschien ich mehrfach alkoholisiert auf Arbeit, verlor meinen Job, meinen Führerschein, lag nur noch besoffen in meiner verwahrlosten Wohnung. Aufgewacht bin ich, als mich meine Kinder so sahen und den Kontakt zu mir komplett abbrechen. Ich habe mich so geschämt! Dann nahm ich allen Mut zusammen und rief bei der Diakonie Suchtberatungsstelle in Saalfeld an. Es war so gut, endlich mal reden zu können, ich beschönigte nichts. Der Weg, mein neuer Weg, der nun vor mir lag, war lang. Und ich muss zugeben, auch nicht immer leicht. Ich konnte mich nicht sofort zur Entgiftung entschließen, es brauchte einige Gespräche, bis ich einsah, dass sich selbst entgiften der falsche Weg ist. In einfühlsamen, aber auch konfrontierenden Gesprächen wurde mir irgendwann klar, dass ich ohne stationäre Reha kaum eine Chance habe.

Enorm hilfreich war auch die Beratung und Begleitung durch die Suchtberatungsstelle im Anschluss an meine Therapie.

Nach insgesamt 43 Gesprächen und knapp drei Jahren professioneller Unterstützung geht es mir heute gut. Ich habe guten Kontakt zu meinen Kindern, eine neue Partnerin, lebe in einer schönen Wohnung, habe Arbeit, fahre wieder mit meinem eigenen Auto.

Und ich kann eines sagen: Ohne die Hilfe der Suchtberatungsstelle in Saalfeld wäre ich heute wahrscheinlich entweder ganz unten oder nicht mehr am Leben.

Danke!“

In der Arbeit mit suchtkranken Menschen zählen schon kleine Schritte. Und dennoch kann jede*r Betroffene viel erreichen – so wie Thomas.