

Der Kreuzbund startet mit einem neuen Ansatz in der Arbeit mit Angehörigen

Angehörigenschulung nach CRAFT

Block 1: 21. – 22.7.2017 im Erbacher Hof, Mainz

Angehörige sind nicht krank, nicht macht- und nicht hilflos

Nach vielen Diskussionen und mehreren Treffen der Vorbereitungsgruppe startete die Schulung für die Arbeit mit Angehörigen nach dem CRAFT Ansatz. Bei heißen Temperaturen konnte Dr. Gallus Bischof von der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Lübeck 14 Teilnehmerinnen begrüßen. Die Gruppe setzte sich zusammen aus Angehörigen, Leitungen von Angehörigengruppen, Interessierten und Beraterinnen, sodass ein interessanter Austausch stattfinden konnte.



Der Kreuzbund Diözesanverband Mainz e.V. will damit einen Startschuss setzen um die Arbeit mit Angehörigen methodisch auf neue Füße zu stellen. Ersten Gruppen in Raunheim, Mainz und Bingen sollen weitere folgen. Neben den Selbsthilfegruppen, die schon seit Jahren auch für Angehörige offen stehen, sollen weitere spezielle Gruppen nur für Angehörige entstehen um dem Bedarf nach Unterstützung und Hilfe dieser Menschen gerecht zu werden.

Nach einer ausführlichen Vorstellungsrunde startete Dr. Bischof am ersten Tag mit dem Forschungsstand zu Angehörigen Suchtkranker und der Frage, wie Menschen ihr Verhalten ändern um am ersten Nachmittag auf die Grundlagen des CRAFT Ansatzes und erste Instrumente für die Arbeit mit Angehörigen einzugehen.

Bei geschätzten 10 Mio. Angehörigen von Suchtkranken in Deutschland erfahren wir, dass die medizinischen Behandlungskosten sich für Angehörige verdoppeln. Grund dafür ist, dass die Suchterkrankung eines Familienmitglieds einen immensen Stressfaktor darstellt. Diese Kosten gehen nachweisbar zurück, sobald der Betroffene in Behandlung ist. Gleichzeitig sind die Angebote für Angehörige immer noch sehr gering.

Seit den 50er Jahren hat sich das Konzept der Co-Abhängigkeit der mitbetroffenen Angehörigen verbreitet und erfreut sich großer Beliebtheit. Wissenschaftlich herrscht innerhalb dieser „Szene“ keine Einigkeit hinsichtlich des Konzepts und einer Definition von Co-Abhängigkeit. Die Wirksamkeit des Konzepts ist empirisch nicht nachweisbar. Das Konzept der „Co-Abhängigkeit“ ist daher sehr umstritten und gilt inzwischen als überholt. Es wird als kontraproduktiv verstanden, da es den Angehörigen zusätzlich stigmatisiert und eine Mitschuld signalisiert.

Was aber ist nun der CRAFT Ansatz und was kann man von ihm für die Arbeit mit Angehörigen erwarten? Der CRAFT Ansatz (Community Reinforcement Approach Family Training) kommt aus den USA und beruht auf der Annahme, dass das konsumierende Verhalten des Betroffenen nicht mehr verstärkt werden soll. Vielmehr soll gezielt das Verhalten verstärkt werden, dass abstinentes Verhalten fördert. Studien zeigen, dass drei untersuchte Ansätze zur Arbeit mit Angehörigen ein sehr beeindruckendes Erfolgsergebnis für den CRAFT Ansatz nachweisen.

Wir konnten lernen, dass dieser Ansatz wirksam ist und den „Beratern“ und Angehörigen, die sich einlassen tatsächlich Handwerkszeug an die Hand gibt. Die Botschaft lautet: „Der Betroffene hat den Knopf in der Hand ob er etwas ändert oder nicht, trotzdem sind die Angehörigen nicht macht- und hilflos!“

Von diesen ´Botschaften´ hatte Dr. Bischof noch weitere zur Verfügung, sodass die Inhalte sehr lebendig und mit vielen Beispielen vermittelt wurden:

Wir lernten, dass die Angehörigen oft nur die Wahl zwischen Pest und Cholera haben, d.h. es gibt keine optimale oder „richtige“ Lösung. Die Lösung muss für den Angehörigen passen. Er oder sie entscheidet was tatsächlich umgesetzt wird. Unsere gut gemeinten Ratschläge haben keinen Vorrang und gehen häufig am Bedürfnis des Angehörigen vorbei.

Wir lernten, dass Angehörige in die Gruppen oder zur Beratung kommen um schnelle Tipps und Lösungen zu bekommen. Wenn sie hören, dass sie sich selbst ändern müssen, sind sie enttäuscht und kommen nicht wieder. Die Antwort auf diese Weigerung von Dr. Bischof ist dann: „was ist die Alternative“. Die Alternative ist (leider) ein „So weiter wie bisher“. Dies zeigt die missliche Situation von Angehörigen zwischen „es soll alles bleiben wie bisher“ und Veränderung.



Der CRAFT Ansatz erwartet tatsächlich, dass auch die Angehörigen sich ändern und ist daher „eine Zumutung“ und „kein Allheilmittel“. Zaubern gehört nicht zum Handwerkszeug des Ansatzes.

Am zweiten Tag wurde uns weiteres Handwerkszeug vorgestellt:

- Die Frage nach möglicher „Gewalt“ in der Beziehung mit dem Betroffenen (hier ist nicht nur körperliche sondern auch verbale oder psychische Gewalt gemeint) sollte immer zu Beginn erfragt werden;
- Die Regeln für eine positive Kommunikation bieten (nicht nur) für Angehörige eine wirksame Grundlage und könnte in allen Selbsthilfegruppen hilfreich eingesetzt werden.
- Die Funktionale Verhaltensanalyse ermöglicht sehr konkret das Verständnis für das Konsumverhalten des Betroffenen und damit auch Möglichkeiten der Veränderung im Umgang mit dem Betroffenen
- Das Finden und Nutzen von positiven Verstärkern um den Substanzgebrauch einzudämmen eröffnet kreative Ideen und Raum für Neues
- Das Aussetzen von positiven Verstärkern um negative Auswirkungen auch für den Betroffenen fühlbar zu machen ist möglicherweise für die Angehörigen der zunächst schwerste Schritt (Wie sinnvoll ist es, den Betroffenen nach seinem Konsum aus der Kneipe abzuholen, um zu verhindern, dass er mit dem eigenen Auto fährt?)
- Das Problemlöseschema hilft kreative Lösungsmöglichkeiten für meist verfahrenere und schwierige Situationen zu finden

Anhand verschiedener Übungen konnten wir das Erlernte umsetzen. Vor allem die kurzen Rollenspiele haben mir dabei sehr gefallen, weil deutlich wurde, dass durch kleine Änderungen im Gespräch eine große Wirkung erzeugt werden konnte.

Am Ende des zweiten Tages und des ersten Blocks der Schulung waren wir alle voller neuer Ideen und Anregungen für den Umgang mit Angehörigen.

Die Abschlussrunde zeigte, dass alle Teilnehmerinnen die Schulung als sehr positiv, kurzweilig und lebendig erlebt haben. Es wurde deutlich, dass es um kleine und kleinste neue Schritte geht, die wichtig sind und den Angehörigen Mut machen ihr Leben wieder in die Hand zu nehmen und zu gestalten.

Die Teilnehmerinnen haben viel untereinander gelernt und mitgenommen und waren sich einig, dass wir uns auf den zweiten Schulungs-Block im Oktober sehr freuen.

(Das wir abends leckeres Eis essen waren, muss an dieser Stelle sicherlich nicht ausdrücklich erwähnt werden ;-))

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für die engagierte Durchführung der Schulung an Dr. Bischof, der uns einen respektvollen Umgang mit Angehörigen nahe bringen konnte. Angehörige – und auch wir – sind nicht macht- und hilflos!

Block 2 findet im Oktober ebenfalls im Erbacher Hof statt. In diesem Block werden wir lernen, wie die Motivation und Änderungsbereitschaft von Angehörigen (und von Betroffenen) erarbeitet und stabilisiert werden kann.

Wir danken dem DiCV Mainz e.V., der Fraport und der AOK für die finanzielle Unterstützung

Ulrike Steffgen, Koordinatorin Suchthilfeverbund der Caritasverbände in Hessen

Weitere Bilder zur Veranstaltung:

