

BERATUNG
BILDUNG
PROJEKTE

Daniel Murer
Sternmattstrasse 14c
6005 Luzern
Tel. 041 310 95 02
E-Mail daniel.murer@bluewin.ch
www.mypage.bluewin.ch/goto/murerdaniel
Mitglied BSO

FHZ Fachhochschule Zentralschweiz

HSA Luzern

Institut Weiterbildung/Dienstleistung/Forschung WDF

Zusatzqualifikation im Suchtbereich

Arbeitsfelder und Methodik der Suchthilfe:

Ambulante Therapie/Beratung

dargelegt am Beispiel Sozial-BeratungsZentren SoBZ Kanton Luzern

Selbsthilfe

Dokumentation

Inhalt

	<u>Seite</u>
1. Beschreibung der Kurseinheit	3
2. Ambulante Beratung / Therapie	4
2.1. Beratungsverlauf	4
2.2. Sozial-BeratungsZentren SoBZ: Kanton Luzern	5
2.3. Sozial-BeratungsZentren SoBZ: Aufgaben	6
2.4. Sozial-BeratungsZentren SoBZ: Dachleitbild	7
2.5. Zusammenarbeit mit ambulanten Beratungsstellen: Gruppenarbeit	8
3. Selbsthilfe	10
3.1. Übersicht Struktur / Organisation der Selbsthilfe	10
3.2. Merkmale einer Selbsthilfegruppe	11
3.3. Anonyme AlkoholikerInnen AA	12
3.4. Narcotics Anonymous NA	13
4. Literatur / Links	14

1. Beschreibung der Kurseinheit

<h3>Ambulante Therapie / Beratung Selbsthilfe</h3>	
6 Lektionen	Daniel Murer
Lerninhalte	
<ul style="list-style-type: none"> • Beratungsverlauf einer ambulanten Suchtberatung • Strukturen der Sozial-Beratungszentren SoBZ im Kanton Luzern • Aufgaben, Leitbild und (systemisches) Arbeitsverständnis der SoBZ • Zusammenarbeit mit ambulanten Beratungsstellen • Selbsthilfe: Übersicht, Merkmale, Beispiele • Bezug zur Berufspraxis der Kursteilnehmenden 	
Lernziele	
<p>Die Kursteilnehmenden</p> <ul style="list-style-type: none"> • kennen Stationen eines möglichen Beratungsverlaufes • kennen die Strukturen, Aufgaben und Leitideen der SoBZ im Kanton Luzern • erfahren in einem Rollenspiel Chancen und Schwierigkeiten der Zusammenarbeit mit ambulanten Beratungsstellen • sind fähig, den Bezug von ihrer Berufspraxis zu den ambulanten Beratungsstellen im Suchtbereich herzustellen • können die Selbsthilfe in ihre praktische Arbeit integrieren 	
Lernformen	
<ul style="list-style-type: none"> • In den Plenen werden Grundlagen in der Übersicht referiert und erarbeitet sowie weiterführende Fragestellungen vertieft. • In der Gruppenarbeit werden mittels eines Rollenspiels unterschiedliche Funktionen erfahren, der persönliche Standort definiert, konkrete eigene Erfahrungen besprochen und weiterführende Fragestellungen erarbeitet. 	

2. Ambulante Beratung / Therapie

2.1. Beratungsverlauf

1. Intake

2. Erstgespräch

3. Erster Beratungszyklus

**4. Koordinationsgespräch
Zwischenauswertung
Einschneidendes Ereignis**

5. Zweiter Beratungszyklus

...

6. Abschluss mit Evaluation

2.2. Sozial-BeratungsZentren SoBZ: Kanton Luzern

	Einzel-, Paar-, Mütter- und Väterberatung Suchtberatung	Jugendberatung	Vormundschaftswesen Familienberatung	Opferhilfe
SoBZ für Alkohol- und andere Suchtfragen Luzern-Land Moosstrasse 15, 6003 Luzern Tel. 041 210 05 50, Fax 041 210 25 72	■			
SoBZ Fachstelle für Alkohol- und andere Suchtfragen Luzern-Stadt Habsburgerstrasse 22, 6003 Luzern Tel. 041 210 45 31, Fax 041 210 45 64	■			■
SoBZ für Alkohol- und andere Suchtfragen Emmen und Rothenburg Schützenmattstrasse 8, 6020 Emmenbrücke Tel. 041 260 67 35, Fax 041 260 67 35	■			
SoBZ für Lebens- und Suchtfragen Amt Willisau Ettiswilerstrasse 5, Postfach, 6130 Willisau Tel. 041 970 25 91, Fax 041 970 16 74	■	■	■	■
SoBZ für Lebens- und Suchtfragen Sursee und Umgebung Herrenrain 12, Postfach, 6210 Sursee Tel. 041 921 37 93, Fax 041 921 97 08	■	■	■	■
SoBZ für Lebens- und Suchtfragen Amt Hochdorf und Michelsamt Hohenrainstrasse 5, 6280 Hochdorf Tel. 041 914 31 31, Fax 041 914 31 30	■	■	■	■
SoBZ für Lebens- und Suchtfragen Amt Entlebuch, Wolhusen und Ruswil Hauptstrasse 13, 6170 Schüpfheim Tel. 041 484 10 76, Fax 041 484 20 76	■	■	■	■

2.3. Sozial-BeratungsZentren SoBZ: Aufgaben

Sozial-BeratungsZentrum für Alkohol- und andere Suchtfragen
Luzern-Land



Unser SoBZ bietet Ihnen fachkundige Hilfe an in den Bereichen:

- legale Sucht oder Suchtverhalten
- Alkoholgefährdung und Alkoholabhängigkeit
- Medikamentenabhängigkeit
- Spielsucht
- Ess-Störungen
- begleitete Gesprächsgruppen
- Angehörigenberatung
- Beratung von Institutionen und Betrieben
- Antabus

Nähere Informationen dazu finden Sie auf den Einlageblättern

Unser SoBZ wird getragen vom **Gemeindeverband Sozial-Medizinischer Dienst Luzern-Land**; unsere Dienstleistungen sind **unentgeltlich**.

Unser SoBZ garantiert Ihnen **Diskretion**. Was Sie mit uns besprechen, bleibt unter uns.

Unser SoBZ achtet Ihr **Selbstbestimmungsrecht**. Wir schätzen Ihre **Eigeninitiative** und sprechen unsere Zusammenarbeit mit Ihnen ab.

Unser SoBZ beschäftigt ausschliesslich **Fachpersonen**, damit Sie kompetente Beratung und effiziente Hilfe erhalten.

Unser SoBZ erreichen Sie telefonisch während der üblichen Büro-stunden. Zur Beratung treffen wir Sie nach vereinbarten Terminen.

Moosstr. 15
6003 Luzern

Tel. 041 210 05 50
Fax 041 210 25 72

2.4. Sozial-BeratungsZentren SoBZ: Dachleitbild

Der Bevölkerung des Kantons Luzern stehen flächendeckend sieben Sozial-BeratungsZentren zur Verfügung, die alle den Fachbereich Suchtberatung sowie teilweise die Fachbereiche Mütter- und Väterberatung, Familien- und Jugendberatung und Vormundschaftswesen abdecken.

Die sieben in einer Arbeitsgemeinschaft zusammengeschlossenen Sozial-BeratungsZentren haben sich das folgende Dachleitbild gegeben. Über die spezifischen Aufgaben der einzelnen Zentren informieren je eigene Leitbilder.

Sozialberatung

Sozialberatung soll dazu führen, dass Hilfesuchende ihre Probleme lösen, sich in ihrem sozialen Umfeld wieder wohl fühlen sowie möglichst selbständig leben können.

- Wir beraten in persönlichen, familiären und sozialen Problemen.
- Wir verhandeln mit den Ratsuchenden und verhandeln für sie mit anderen.
- Wir vermitteln zwischen Konfliktparteien.
- Wir erschliessen Sachhilfen.
- Wir betreuen und begleiten Menschen in schwierigen Lebenssituationen auch über längere Zeit.

Projektarbeit und Prävention

Es ist eine unserer Aufgaben, Hilfsquellen im gesellschaftlichen Umfeld unserer Klientinnen und Klienten zu erschliessen und zu entwickeln. Eine andere Aufgabe besteht darin, möglichst frühzeitig ein Hilfsangebot bei sozialen Problemen anzubieten.

- Wir erschliessen Ressourcen.
- Wir initiieren Projekte im Sozialbereich und begleiten sie.
- Wir informieren über unser Hilfs- und Beratungsangebot.

Fachkompetenz und Zusammenarbeit

Vielältige und schwierige Probleme lassen sich nur mit qualifizierter Fachkenntnis und in Zusammenarbeit mit anderen Fachpersonen lösen,

- Unsere gründliche Fachausbildung und ständige praxisbezogene Weiterbildung garantiert den Ratsuchenden eine effiziente Hilfe.
- Unsere Zusammenarbeit mit Fachpersonen anderer Disziplinen ermöglicht wirksame Problemlösungen.
- Wir vernetzen unsere Arbeit mit anderen sozialen Institutionen.

Mensch und soziales Umfeld

Unsere Arbeit basiert auf einer ganzheitlichen Sichtweise und einem Denken in sozialen Zusammenhängen.

- Uns interessiert die einzelne Person ebenso wie ihr näheres und weiteres soziales Umfeld.

Selbstbestimmung und Diskretion

Antworten auf Lebensfragen jeder Art lassen sich dann am besten finden, wenn Hilfesuchende mitarbeiten und Vertrauen zu uns haben.

- Wir schätzen die engagierte Mitarbeit der Hilfesuchenden und achten deren Selbstbestimmungsrecht, ob sie sich aus eigener Initiative an uns wenden, oder ob eine andere Stelle oder eine Behörde sie an uns verwiesen hat.
- Wir behandeln diskret, was uns mitgeteilt wird. Unsere berufliche Schweigepflicht und unsere Fachkompetenz schaffen Vertrauen.

Unentgeltlichkeit

Sozialberatung und persönliche Hilfe soll allen Menschen zugänglich sein.

- Unsere Beratung ist für alle Personen im Einzugsgebiet unserer Sozial-BeratungsZentren grundsätzlich unentgeltlich. Unsere Zentren finanzieren sich aus Beiträgen der Verbandsgemeinden und des Kantons sowie aus dem Alkoholzehntel.
- Einzig für Arbeiten im Bereich gesetzlicher Hilfen und für verbandsfremde Aufträge wird der auftraggebenden Instanz Rechnung gestellt.

Menschenbild

Unser Denken und Handeln basiert auf einem humanistischen Menschenbild. Wir sind überzeugt, dass alle Menschen von der Geburt bis zum Tode die Fähigkeit zum Wachsen und zur Weiterentwicklung haben.

- Wir achten und respektieren alle Menschen in ihrer jeweiligen Lebens- und Problemsituation.
- Wir sind sicher, dass alle Hilfesuchenden eigene Fähigkeiten und Kräfte haben, und wir setzen uns ein, dass sie in diesem Rahmen selber über ihr Leben bestimmen können.

2.5. Zusammenarbeit mit ambulanten Beratungsstellen

Gruppenarbeit

Ziel: Sie haben sich mittels eines Rollenspiels mit Chancen und Schwierigkeiten der Zusammenarbeit mit einer ambulanten Beratungsstelle im Suchtbereich auseinandergesetzt.

Sie sind fähig, diese Erfahrungen mit ihrer bisherigen Praxis zu verbinden und daraus handlungsleitende Grundsätze abzuleiten.

Auftrag: 1. Rollenspiel gemäss Arbeitsblatt.

2. Sie verknüpfen in der Gruppe die Erfahrungen des Rollenspiels mit Ihrer Praxis und erarbeiten:

- Chancen
- Schwierigkeiten
- ausgewählte Fragestellung zu Händen des Plenums.

Zusammenarbeit mit ambulanten Beratungsstellen

Rollenspiel

Situation: Sie sind MitarbeiterIn einer Gassenküche. Der/Die KlientIn klagt Ihnen von Suchtproblemen. Sie laden eineN BeraterIn einer ambulanten Suchtberatungsstelle zu einem Gespräch in Ihre Institution ein.

Rolle	Aufgabe
MitarbeiterIn der Gassenküche	Gesprächsleitung: 1. Begrüssung 2. Ziel des heutigen Gespräches 3. Einführen in die aktuelle Situation.
KlientIn	Ist bereit für eine Beratung, will jedoch nur sporadische Termine.
MitarbeiterIn der ambulanten Beratungsstelle	Klärt den Auftrag: <ul style="list-style-type: none"> • Von wem kommt welcher Auftrag? • Wer ist an der zukünftigen Beratung beteiligt? • Wie sieht die zukünftige Zusammenarbeit mit den verschiedenen Beteiligten aus?
BeobachterIn	Beobachten: <ul style="list-style-type: none"> • Wie geht es KlientIn, BeraterIn? • Was macht Spass? • Was ist schwierig? Nach 10 Min. Gespräch stoppen. Erfahrungsaustausch moderieren und zu Händen des Plenums Chancen, Schwierigkeiten und ausgewählte Fragestellung erarbeiten.

3. Selbsthilfe

3.1. Übersicht Struktur / Organisation der Selbsthilfe

(nach HÄFELI, Jörg: unveröffentlichtes Manuskript, HSA Luzern 2001)

Alkohol		Illegale Drogen	
Angehörige	Betroffene	Angehörige	Betroffene
	Anonyme AlkoholikerInnen AA	Narcotics Anonymous NA	
Selbsthilfe-	Gruppen	Selbsthilfe-	Gruppen
AL-ANON			Elternvereinigung VEV-DAJ
Gesprächsgruppen Blaues Kreuz		SelbsteilerInnen individueller Weg	
Professionelle Arbeit			

3.2. Merkmale einer Selbsthilfegruppe

(nach HÄFELI, Jörg: unveröffentlichtes Manuskript, HSA Luzern 2001)

- Alle Gruppenmitglieder sind durch das gemeinsame Problem selber betroffen
- Alle Gruppenmitglieder sind sich gleichgestellt: es gibt keine (professionelle) Leitung
- JedeR bestimmt über sich selbst; die Gruppe entscheidet selbstverantwortlich
- JedeR geht um seiner/ihrer selbst Willen in die Gruppe, die Mitgliedschaft ist freiwillig
- Was in der Gruppe besprochen wird, soll in der Gruppe bleiben und nicht nach aussen dringen (Schweigepflicht)
- Die Gruppe arbeitet ohne Gewinnorientierung

3.3. Anonyme AlkoholikerInnen (Selbstdarstellung)



Anonyme Alkoholiker

Wie AA zustande kommt und wächst
 Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen.

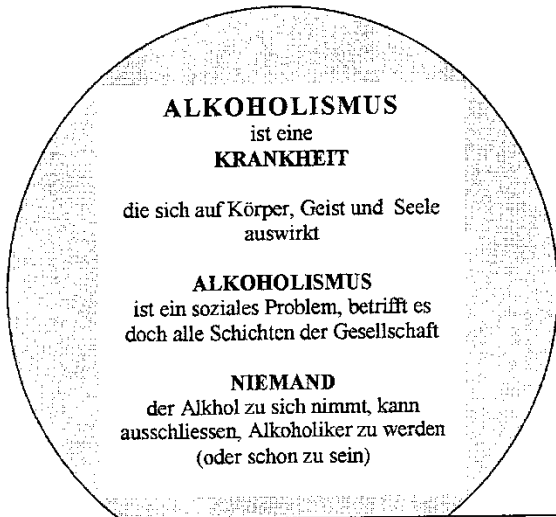
Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören

Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, sie erhält sich durch eigene Spenden.

Die Gemeinschaft AA ist mit keiner Sekte, Konfession, Partei, Organisation oder Institution verbunden; sie will sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen, noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen.

Unser Hauptzweck ist, nüchtern zu bleiben und anderen Alkoholikern zur Nüchternheit zu verhelfen.

© Anonyme Alkoholiker 15. 12.99 / hr



Keine Abstinenzler
 Warum sollen andere nicht Alkohol geniessen, bloss weil ich ihn nicht vertrage?

Wie es funktioniert
 Indem wir in den 12 Schritten arbeiten und die 12 Traditionen beachten.

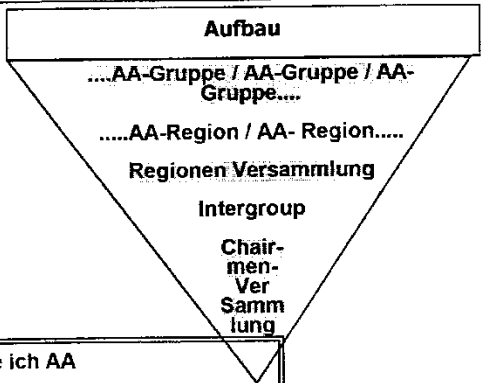
Wir treffen und wöchentlich im Meeting (freiwillig), wo wir unsere Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilen. Jeder spricht nur über sich. Es wird nicht diskutiert, beurteilt, geurteilt oder gar verurteilt.

Alles was Druck macht und zum trinken führen könnte kommt auf den Tisch. Kein Thema ist ausgeschlossen.

Durch die Stories von anderen erfährt der/die Neue, wie es anderen ergangen, welche Fehler und falsche Gedanken das trockenwerden erschwerten und wie Sie es doch geschafft haben. Was für ihn wichtig ist nimmt er mit, probiert es aus undder Erfolg wird sich einstellen.

Kleiner Tipps wie: mach es immer nur für 24 Stunden, oder nur für Dich selbst können ihm dabei helfen.

! Alles was in der Gruppe gesprochen wird bleibt dort !



Wie finde ich AA
 Im Telefonbuch unter allen grösseren Orten Kontakt-Tel.-Nr. der AA und AI-Anon zu finden.

Anonyme Alkoholiker (ganze Schweiz)
 00848 848 846

AI-Anon: 041 / 755 39 32

ENTSTEHUNG
 1935 Zwei Alkoholiker (Arzt u. Börsenmakler) treffen sich, suchen weitere Trinker; sie werden trocken und es entsteht AA
 1939 Das Buch: Anonyme Alkoholiker erscheint
 1953 AA kommt durch die amerikanische Besatzung nach Deutschland
 1963 Ein paar trockene Trinker interessieren sich für AA, fahren nach Deutschland und bringen es in die Schweiz. AA Luzern, Basel u. Zürich entsteht
HEUTE: - ca. 125 deutschsprachige Gruppen, in der Region Inner- und Nordschweiz 19 Gruppen (in Luzern täglich min. 1 Gruppe)
 - Weltweit in ca 160 Ländern
 - Über 240 verschiedenen Selbsthilfegruppen wie NA, EA, OA etc. haben die Prinzipien der AA übernommen



3.4. Narcotics Anonymous NA

(Selbstdarstellung)

Geschichte

- Narcotics Anonymous, auch unter NA bekannt, wurde 1953 in Californien in Van Nuys gegründet. Eine Gruppe von Süchtigen, die in AA Genesung gefunden hatte, jedoch der Auffassung war, dass sich ein Drogensüchtiger in AA nicht vollständig identifizieren kann, hielt das erste Meeting von NA ab.
- Allmählich verbreitete sich NA in der USA und in anderen englischsprachigen Gebieten auf der Welt.
- 1962 weisses Büchlein
- 1972 (WSO) Welt Service Büro
- 1978/79 wurden die ersten Meetings im deutschsprachigen Raum gegründet.
- 1980 um jedes Jahr verdoppelte sich die Gemeinschaft
- 1982 Veröffentlichung von dem Buch: Basic Text, heute über 4 Mio. englische Auflage.
- 1989/90 erste Meetings in der Schweiz
- 1992 Übersetzung des Basic Textes auf Deutsch
- Meetings < 65'000

Beschreibung von NA

- In NA befolgen wir ein Programm in Anlehnung an die Anonymen Alkoholiker. Die Zwölf Schritte von Narcotics Anonymous, wie von AA übernommen, sind die Grundlagen unseres Programmes der Genesung. Für uns ist der Begriff Alkoholismus zu eng gefasst; unser Problem ist nicht eine bestimmte Substanz, sondern eine Krankheit, die Sucht genannt wird.
- Der Name "Narcotics Anonymous" bezieht sich nicht auf eine bestimmte Droge oder eine Gruppe von Drogen. Unser Programm konzentriert sich auf Genesung von der Krankheit Sucht.
- Wir bieten nicht die Heilung oder die Lösung an, unser Programm bezieht sich auf die Genesung von Sucht.
- Wenn Süchtige einander helfen, ist der therapeutische Wert unvergleichlich.
- Narcotics Anonymous hat keine Meinung zu Fragen ausserhalb der Gemeinschaft.
- Mit NA sind keinerlei Verpflichtungen verbunden. Wir sind unabhängig von anderen Organisationen, wir haben keine Aufnahmegebühren oder Mitgliedsbeiträge.
- Die einzige Voraussetzung, für die NA-Zugehörigkeit ist das Verlangen, mit Drogen aufzuhören.
- Unser gemeinsames Wohlergehen sollte an erster Stelle stehen; die Genesung der einzelnen beruht auf der Einigkeit NAs.
- NA ist nicht für die die es brauchen, sondern für die, die es wollen.

Die Gruppe

- Gruppen treffen sich regelmässig an Meetings zu einer bestimmten Zeit an einem bestimmten Ort, und sie befolgen die Zwölf Schritte und Zwölf Traditionen von NA.
- Es gibt zwei verschiedene Arten von Meetings. Die "offenen" Meetings sind für interessierte Personen eine Möglichkeit, um NA näher kennenzulernen. "Geschlossene" Meetings sind nur für betroffene, d.h. Süchtige.
- Wir teilen über Erfahrung; Kraft und Hoffnung, die uns gegenseitig helfen clean zu bleiben und Genesung zu erfahren.
- Unsere Botschaft ist, dass durch das Programm von NA ein Süchtiger oder eine Süchtige aufhören kann Drogen zu nehmen, das Verlangen nach Drogen verlieren und ein neues Leben finden kann.

Anonymität

Anonymität ist die spirituelle Grundlage aller unserer Traditionen und soll uns ständig daran erinnern Prinzipien über Personen zu stellen. Nicht die persönliche Identität oder der soziale Status ist wichtig, sondern dass wir Süchtige sind, die gelernt haben ohne Drogen zu leben und Genesung von der Krankheit Sucht erfahren und diese Erfahrung mit anderen Süchtigen teilen.

Spiritualität

- NA ist weder religiös noch stehen wir im Widerstreit mit irgendwelchen religiösen Glaubensrichtungen.
- Wir ermutigen Süchtige einen Glauben oder ein spirituelles Konzept nach ihrem eigenen Verständnis zu suchen.
- NA lehrt grundsätzliche spirituelle Prinzipien wie Ehrlichkeit, Offenheit, Glaube, Vertrauen, Bereitschaft und Demut, die im täglichen Leben zur Anwendung kommen.

Abstinenz und Genesung

- Wir glauben, dass wir uns aller Drogen enthalten müssen, um von der Krankheit Sucht zu genesen.
- Das Zwölf Schritte Programm, basierend auf spirituellen Prinzipien, ist so einfach geschrieben, dass wir sie in unserem täglichen Leben befolgen können.
- Der Fortschritt in der Genesung hängt immer von der Bereitschaft des jeweiligen Süchtigen ab.

Das Leben nach den Drogen

- NA bietet ein Programm der Genesung, welches mehr ist, als nur ein Lebensweg ohne Drogen.
- Wenn wir die spirituellen Prinzipien anwenden, ist es möglich Freiheit von Selbstbesessenheit zu erfahren.
- Wir entwickeln andere Interessen und beteiligen uns an sozialen Aktivitäten.
- Wir werden zu produktiven und verantwortungsbewussten Mitgliedern dieser Gesellschaft und erlangen sowohl Selbstachtung als auch die Achtung für andere.

NA, Öffentlichkeits Arbeits Komitee, Postfach 360, 4010 Basel

4. Literatur / Links

- Bandler, Richard: „Neue Wege der Kurzzeit-Therapie“, Paderborn: Junfermann, 1981.
- Berg, Insoo Kim: „Kurzzeittherapie bei Alkoholproblemen“, 2. Aufl., Heidelberg: Carl-Auer-Systeme, 1995. ISBN 3-927809-23-3.
- Bürgin, Yvonne: „Vernetzungsmöglichkeiten mit anderen Institutionen“, Abschlussarbeit *Zusatzqualifikation im Suchtbereich*, HSA Zentralschweiz, 2000
Bezug: y.buergin@datacomm.ch
- Bundesamt für Gesundheit BAG: „Institutionen im Alkohol- und Drogenbereich“, 1999.
Bezug: EDMZ, 3003 Bern, Fax 031 325 50 58, Bestellnummer 311.805.
- Ernst, Cécile: „Alkoholmissbrauch – Alkoholabhängigkeit – Alkoholismus“, 3. Aufl., EDMZ, 1989.
- Mucha, Sabine: „Essstörungen erkennen, verstehen, überwinden“, Stuttgart: TRIAS, 1998.
- Schlippe, Arist von: „Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung“, 5. Aufl., Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht, 1998. ISBN 3-525-45659-X.
- „Sucht in systemischer Perspektive“, hrsg. Vom Frankfurter Lehrtherapeutenteam. Walter Schwertl ... Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht, 1998. ISBN 3-525-45818-5.

www.kosch.ch	Koordination und Förderung von Selbsthilfegruppen in der Schweiz
www.offenetuer-zh.ch	Offene Tür Zürich Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen im Kanton Zürich
www.sobz.ch	Sozial-BeratungsZentren des Kantons Luzern
www.zslschweiz.ch	Zentrum für selbstbestimmtes Leben