

Ambulante Rehabilitation in der Suchtberatungs- und Behandlungsstelle des FrauenTherapieZentrum – FTZ München

Claudia Sußmann

EINLEITUNG

Das FrauenTherapieZentrum – FTZ, wurde 1978 in München als Verein gegründet, ist heute eine gemeinnützige GmbH und betreibt unterschiedliche Einrichtungen für Frauen in München, u.a. eine Einrichtung zur Suchtberatung und Behandlung.

Unsere Haltung den Frauen gegenüber ist von Frauenfreundlichkeit, Respekt, Wertschätzung und Ressourcenorientierung sowie von Klarheit, Ehrlichkeit und Transparenz geprägt.

Der sich in der Praxis der Suchtberatung deutlich aufzeigende Bedarf substanzkonsumierender Frauen an längerfristiger ambulanter Behandlung führte zu der Entscheidung, das Angebotsspektrum der Suchtberatungsstelle um die Ambulante Rehabilitation zu erweitern. Im Jahr 1995 schloss der Träger einen Vertrag über die Ambulante Entwöhnungsbehandlung mit dem Vorläufer der Deutschen Rentenversicherung (DRV) Bayern Süd, im Jahr 2002 mit dem Vorläufer der DRV Bund.

Die ambulante Rehabilitation stellt eine Entwöhnungsbehandlung im ambulanten Setting dar, die neben der Erwerbstätigkeit und Familienarbeit durchgeführt werden kann und eine Alternative zu einer mehrmonatigen stationären Behandlung darstellt.

Die Zielgruppe dieses Angebots sind Frauen mit einer Alkohol- oder Medikamentenabhängigkeit sowie mit komorbiden Störungen. Die Ambulante Entwöhnung ist geeignet für Frauen mit einem stabilen Lebensumfeld, einer ausgeprägten Abstinenzmotivation und Abstinenzfähigkeit. Das Angebot beinhaltet bis zu 120 Therapiesitzungen in maximal 18 Monaten, eine wöchentliche Gruppentherapie und im wöchentlichen bis 14-tägigen Rhythmus eine Einzeltherapiesitzung. Zusätzlich werden halbjährlich ein- bis zweitägige Seminare zu Vertiefungsthemen durchgeführt, z.B. zu den Themen Depression, Traumafolgestörungen und Achtsamkeit sowie ein Rückfallpräventionstraining. Ein „Highlight“ ist die jährliche Sinnesexkursion in Form einer Bergwanderung.

PRAXISBEISPIEL

Frau M., 45 Jahre alt, allein erziehend mit 2 Kindern im Alter von 13 und 14 Jahren, wendet sich im Februar 2014 auf Empfehlung des Psychotherapeuten eines ihrer Kinder an uns. Sie konsumiert dreimal in der Woche eine Flasche Wein zum Stressabbau. Sie berichtet, dass sie in ihrer Erwerbstätigkeit in der Gastronomie immer wieder sehr gefordert sei.

Es finden zunächst bis Mai 2014 neun Beratungsgespräche statt. Frau M. gelingt es in dieser Zeit zwar, abstinente Phasen zu leben, jedoch entscheidet sie sich, grundsätzlich weiterhin Alkohol konsumieren zu wollen. Die auf Abstinenz ausgerichtete Beratung wird daraufhin beendet. Bereits im

Juni meldet sie sich wieder: nach drei abstinenten Wochen und einem darauf folgenden massiven Rückfall wünscht sie nun doch eine längerfristige Behandlung im Rahmen der ambulanten Rehabilitation, so dass wir sie aufnehmen.

Durch die formale Struktur der Behandlung (Einzel- und Gruppentherapie) sowie die im Team bestehenden, breit gefächerten psycho- und suchttherapeutischen Qualifikationen (Verhaltenstherapie, Gestalttherapie, Systemische Familientherapie, Soziotherapie Sucht, analytische Psychotherapie, Hypnosetherapie, Traumatherapie, EMDR) bieten wir den Frauen eine umfassende integrative Behandlung ihrer Suchterkrankung und ihren häufig vorliegenden zusätzlichen psychischen Erkrankungen. Durch die relativ lang andauernde Behandlung entsteht ein effektiver und intensiver Entwicklungsraum.

In den überwiegenden Fällen erlebt eine betreute Frau in der Einzel- und Gruppentherapie unterschiedlichen Therapeutinnen. Dadurch kennen immer mehrere Therapeutinnen die Klientin, was durch die unterschiedlichen Resonanzen einen umfassenderen Blick auf deren Situation ermöglicht. Gleichzeitig hat die betroffene Frau so die Möglichkeit, mehrere Mitarbeiterinnen kennen zu lernen.

Frau M. behält ihre bisherige Beraterin als Einzeltherapeutin, die Therapiegruppe wird von zwei anderen Therapeutinnen geleitet. Die Klientin erlebt Gestalttherapie, systemische Familientherapie, Verhaltenstherapie, Hypnosetherapie und Elemente aus dem Programm „Sicherheit finden“. Der Therapieplan wird im Team abgestimmt.

Im Team hat eine intensive fachliche Auseinandersetzung mit dem Programm „Sicherheit finden“ (Najavits, 2009) stattgefunden. Daraus resultierend werden, insbesondere in der Therapiegruppe, themenorientiert einzelne Module eingesetzt. Die Frauen nehmen die Information und das Handwerkszeug, das sie dadurch vermittelt bekommen, dankbar an und setzen es in ihrem Alltag um. Regelmäßig eingesetzt werden die Module „Erdung“, „Grenzen setzen in Beziehungen“ sowie „Gut für sich sorgen“, da sie explizit Themen bzw. Rollenzuschreibungen von Frauen betreffen: Eher für andere zu sorgen, als für sich selbst; Übergriffe und Gewalt in Beziehungen etc. Sehr ermutigend für die Frauen ist die Abbildung „Der Berg der Heilung“ aus dem Modul „Substanzen“. Wertvolle Module für diese Arbeit sind zudem: „Rote und grüne Signale“, „PTSD“, „Um Hilfe bitten“, „Auslöser“, „Verbindlichkeit“, „Mitgefühl“ und „Heilung von Wut“. Diese Module decken grundlegende Themen im Spektrum Sucht / Gewalt / Selbstfürsorge / Heilung ab.

Frau M.s persönliches „Highlight“ ist die Erdungsübung „Stadt-Land-Fluss“. Seither spielt sie mit sich selbst im Geist „Stadt-Land-Fluss“, wenn sie unter Stress gerät.

Die Klientinnen erfahren in unseren Einrichtungen die Qualität, die ein reflektierter, fachlich sorgfältig konzipierter Frauenraum darstellt. Als feministische Einrichtung sind bei unserem Träger ausschließlich Frauen angestellt, wir beraten und behandeln in allen Einrichtungen – abgesehen von einzelnen Sitzungen mit männlichen Angehörigen – ausschließlich Frauen. Etwa 75 % der Klientinnen suchen uns

explizit als frauenspezifische Einrichtung auf. Jedoch auch Frauen, die zunächst keinen Wert auf das Frauensetting gelegt hatten, berichten am Ende ihrer Behandlung, dass es die richtige Entscheidung war und schätzen den Wert der Frauensolidarität. Klientinnen, die über Erfahrungen in stationären Suchthilfe-Einrichtungen für Frauen und Männer verfügen, würdigen es, bei uns in einem geschützten, frauenbezogenen Rahmen schambelastete Themen ansprechen zu können, die sie im geschlechtsheterogenen Setting oder mit männlichen Therapeuten nicht ansprechen wollten bzw. konnten. Sie schätzen weiterhin, dass sich die Aufmerksamkeit der Klientinnengruppe untereinander relativ gleichmäßig verteilt - im Gegensatz zu geschlechtsheterogenen Einrichtungen. Hier leiden Frauen nicht selten unter dem ungleichen Geschlechterverhältnis, welches sie in Einrichtungen und Gruppensituation durch einen hohen Männeranteil vorfinden. Hinzu kommt, dass die relativ wenigen Frauen sich überwiegend um die Probleme der Männer gekümmert, sich selber jedoch zu wenig Raum genommen und gegeben haben.

Frau M. entschied sich explizit für uns als Frauenberatungs- und Behandlungsstelle. Sie hat in ihrem Leben immer wieder unter der Dominanz von Männern gelitten. Unter Frauen ist sie entspannter und fühlt sich besser verstanden.

In der Gruppentherapie erlebt jede Einzelne, dass ihre Themen von den anderen Frauen verstanden werden und dass diese Themen ähnlich sind: Auch die anderen Frauen befassen sich mit ihrer beruflichen Situation und Veränderungswünschen, mit Partnerschaft, mit der Erziehung und dem Kontakt zu ihren Kindern und Eltern. Und sie erlebt zunehmend, wie auch die anderen Frauen, ebenso wie sie selbst, die Verknüpfung ihrer Lebenssituation und ihrer Lebensgeschichte mit dem Alkohol- und Medikamentenkonsum verstehen. Die gesellschaftliche Abwertung von Frauen mit Alkoholproblemen, die sich in Selbstabwertung übersetzt, wird in der Gruppe besprechbar. Über die Spiegelung in den anderen Gruppenteilnehmerinnen („das sind ja ganz normale Frauen“) und dem Aufgehobensein in der Gruppe vermindert sich diese Selbstabwertung.

Frau M. erfährt in der Gruppe Verständnis für ihre berufliche Überlastung und die Ermutigung, besser auf ihre Grenzen zu achten, weniger zu arbeiten und sich weniger ausbeuten zu lassen. Sie bekommt zunehmend ein Gefühl für den Wert ihrer Arbeitsleistung und faire Arbeitszeiten und beginnt, sich am Arbeitsplatz für sich einzusetzen. Letztendlich entscheidet sie sich dafür, den Arbeitsplatz zu wechseln, was für sie viel Mut erfordert. Die Unterstützung aus der Gruppe ist dabei für sie eine große Hilfe. Inzwischen hat sie - weiterhin in der Gastronomie - eine neue Arbeitsstelle gefunden, in der seriöse Arbeitsbedingungen vorliegen.

Ein weiteres, für die sehr belastendes Thema, ist die schwierige Beziehung zu ihren pubertierenden Kindern. Es erleichtert sie zu erfahren, dass andere Gruppenmitglieder in derselben Situation sind - und pubertierende Kinder als solche eine Herausforderung. So gelingt es ihr im Austausch mit den anderen Frauen zu sehen, dass es nicht ihr persönliches „Unvermögen“ oder „Versagen“ ist, dass die familiären Beziehungen schwierig sind, sondern dass Entwicklungsphasen wie z.B. die Pubertät auch die Mütter real ausgesprochen fordern.

Um eine Frau umfassend wahrnehmen zu können, ist es uns ein Anliegen, die Kinder und Partner_in oder gegebenenfalls die Eltern kennenzulernen. Wir erleben regelmäßig, dass das persönliche Kennenlernen von Partner_in und Kindern uns ein größeres Verständnis für die Betroffene und ein ganzheitlicheres therapeutisches Arbeiten ermöglicht.

Wir laden aktiv die Angehörigen zusammen mit der Klientin zu einem oder mehreren Familiengesprächen ein, in dem wir auf ihre Anliegen sowie auf interaktionelle Fragen eingehen. Häufig besteht bei den Angehörigen eine große Verunsicherung, inwieweit sie „Schuld“ an der Suchterkrankung oder an Rückfällen der Betroffenen haben und wie sie sich im Falle eines Rückfalles verhalten sollten. Gleichzeitig ist es für sie informativ, die Einrichtung und die betreuende Mitarbeiterin kennen zu lernen.

Bezogen auf die Frauen, die Kinder haben bzw. mit diesen leben, arbeiten wir mit dem Jugendamt der Stadt München zur Unterstützung der Familie und zum Schutz der Kinder im Rahmen des „Münchner Hilfenetzes für Kinder und ihre Eltern mit Alkoholproblemen“ zusammen.

Das Familiengespräch mit den beiden Kindern wird von der betreuenden Einzeltherapeutin und einer weiteren Therapeutin durchgeführt. Es werden die Anliegen von allen Familienmitgliedern bezüglich der familiären Kommunikation besprochen und neue Regelungen entwickelt und vereinbart. Unterschiedliche Sichtweisen der beiden Therapeutinnen vermittelt die Einzeltherapeutin im Nachgang in der weiteren Einzeltherapie. Damit fühlt sich die Klientin zum einen verstanden, zum anderen herausgefordert und es gelingt ihr, eine Synthese der verschiedenen Perspektiven zu erarbeiten und ein Problemverhalten grundlegend zu verändern. Die Beziehung zu ihren Kindern verbessert sich dadurch entscheidend.

Aus den Gruppen der Ambulanten Rehabilitation sind zwei seit mehreren Jahren miteinander arbeitende Selbsthilfegruppen entstanden, die sich zu einem tragfähigen Freundinnennetz entwickelt haben. Die Selbsthilfegruppen arbeiten selbständig. Zum Start haben sie von einer unserer Therapeutinnen einige Anleitungssitzungen bekommen, in denen ihnen Methoden für die Arbeit vermittelt wurden und sie gemeinsam ihre Regeln erarbeitet haben. Bei Bedarf stehen die Kolleginnen zur Unterstützung zur Verfügung. Die Gruppen sind abstinentorientiert und es werden ausschließlich Frauen, die bereits längere Zeit stabil abstinent sind, in die Gruppen vermittelt. Gelegentlich melden sich Gruppenfrauen bei uns wegen der Rückfälligkeit eines anderen Gruppenmitgliedes. Wir unterstützen sie dann, die rückfällige Frau zur Kontaktaufnahme zu uns zu motivieren.

Nachdem die Behandlung von Frau M. sich dem Ende zuneigte, entschied sie, sich einer der Selbsthilfegruppen, die sich in einem 14-tägigen Rhythmus treffen, anzuschließen. Die Einzeltherapeutin hat Frau M. den Abschlussbericht vorgelegt und mit ihr besprochen, inwieweit er mit ihrer Sichtweise übereinstimmt. Sie sieht sich und ihren Therapieprozess zutreffend dargestellt.

QUALIFIZIERUNG UND VERNETZUNG

Als großer feministischer Träger mit inzwischen 140 Mitarbeiterinnen führen wir jährlich für alle Mitarbeiterinnen einen Inhouse-Fachtag zu einem feministischen Thema durch. Wir beschäftigen uns gemeinsam mit einem Fachthema, führen spannende Diskussionen in verschiedenen Formaten und tauschen uns quer durch die Einrichtungen und Berufsgruppen aus.

Wir sind bundesweit mit andern feministischen/frauenspezifischen Einrichtungen innerhalb und außerhalb der Suchthilfe vernetzt, ebenso mit Einrichtungen der Suchthilfe. Insbesondere besteht ein intensiver Praxis-Austausch mit Einrichtungen innerhalb der Stadt München, wie z.B. dem Frauengesundheitszentrum, dem Frauennotruf, der Lesbenberatungsstelle Letra, dem Frauenhaus der Frauenhilfe etc. Bei Bedarf verweisen wir Klientinnen an andere Einrichtungen in München.

Wir führen alle zwei Jahre eine Befragung bei den Klientinnen durch, die jedes Mal eine hohe Zufriedenheit zeigt. Bereits seit vielen Jahren beschäftigen wir uns mit Qualitätsmanagement und sind seit 2013 ISO-zertifiziert.

Literatur

Landeshauptstadt München, Referat für Gesundheit und Umwelt (Hrsg)(2007). Münchner Hilfenetzwerk für Kinder und ihre Eltern mit Alkoholproblemen. Kooperationsvereinbarung zur Koordination interdisziplinärer Hilfen.

http://www.muenchen.de/rathaus/Stadtverwaltung/Referat-fuer-Gesundheit-und-Umwelt/Sucht_und_seelische_Gesundheit/Hilfenetzwerke.html (abgerufen am 22.3.2016)

Najavits, Lisa M. (2009). Posttraumatische Belastungsstörung und Substanzmissbrauch. Das Therapieprogramm »Sicherheit finden«. Göttingen: Hogrefe

Hinweis:

Dieser Artikel ist urheberrechtlich geschützt und darf nur zu privaten, nicht-kommerziellen Zwecken genutzt werden. Eine Bearbeitung ist nicht gestattet.

Dieser Artikel ist erschienen in dem Sammelband:
Martina Tödte, Christiane Bernard (Hg.): Frauensuchtarbeit in Deutschland. Eine Bestandsaufnahme. Bielefeld 2016, S.319-324.