

Angehörige von suchterkranken Menschen

Empfehlungen zur Optimierung der Unterstützung Angehöriger

In der Schweiz gibt es rund eine halbe Million Personen, die von einem Alkoholproblem im engeren Familienkreis betroffen sind, und jede dritte Person kennt einen Menschen in seinem Umfeld, der an einem Alkoholproblem leidet.¹ Werden neben Alkohol auch die illegalen Drogen berücksichtigt, kann davon ausgegangen werden, dass es im Umfeld jeder/s Suchterkrankten eine oder mehrere Personen gibt, welche unter den teils schwerwiegenden Folgen einer Suchterkrankung leiden.

Eine Suchterkrankung geht für Angehörige – gemeint sind Eltern, Geschwister, Kinder, PartnerInnen, Grosseltern, Freundinnen, ArbeitgeberInnen und MitarbeiterInnen, also Menschen aus dem Umfeld von suchterkranken Menschen – mit einer grossen Belastungssituation einher. Verschiedene Studien haben ergeben, dass Angehörige eine erhöhte Rate an stressbedingten Erkrankungen und psychosozialen Beeinträchtigungen aufweisen². Das heisst: Nicht nur die suchterkrankten Personen, sondern auch deren Angehörige benötigen Unterstützung.

In einer Bestandesaufnahme hat der Fachverband Sucht 2016³ gezeigt, dass bei Angehörigen von suchterkranken Menschen zwar ein grosser Unterstützungsbedarf besteht, dass sie aber aus verschiedenen Gründen häufig keine Hilfe aufsuchen⁴. Ausgehend von der Bestandesaufnahme hat der Fachverband Sucht den aktuellen Handlungsbedarf bestimmt und Empfehlungen zur Optimierung der Unterstützung Angehöriger formuliert.

Die Empfehlungen sind im vorliegenden Dokument festgehalten und an Politik und Verwaltung (regional, kantonal und national), an Suchtfachverbände und verwandte, überregionale Organisationen, an Fachorganisationen der Suchthilfe und der Regelversorgung, an Organisationen der Selbsthilfe sowie die Forschung gerichtet. Der Fachverband Sucht fordert diese Adressat/innen dazu auf, ihren Beitrag zur Verbesserung der Unterstützung Angehöriger suchterkrankter Menschen zu leisten.

¹ Der vollständige Bericht ist auf der Webseite des Suchtmonitorings Schweiz abrufbar: www.suchtmonitoring.ch/docs/library/marmet_ac7p14i4u8xo.pdf

² Oxford, J. et al (2005): *Family Members of Relatives with Alcohol, Drug and Gambling Problems: A Set of Standardized Questionnaires for Assessing Stress, Coping and Strain*. *Addiction*: 100:1611-1624 zitiert von Gallus Bischof, SuchtMagazin 1/2012, S. 30.

³ Das von Nationalen Programm Alkohol (NPA) finanzierte Projekt «Angebote für Angehörige von suchterkranken Menschen (Fokus Alkoholabhängigkeit): Bestandesaufnahme und Bedarfserhebung zu Angeboten in der Deutschschweiz» wird auf folgender Webseite des Bundesamtes für Gesundheit unter der Rubrik «Alkoholpräventionsprojekte 2015» beschrieben: <http://www.bag.admin.ch/themen/drogen/00039/00594/11233/12004/index.html?lang=de>

⁴ Die Auswertung und den Evaluationsbericht der Umfrage sind hier zu finden: <http://fachverbandsucht.ch/index.php?p=169>

HANDLUNGSBEDARF

Im Folgenden wird der Handlungsbedarf, den der Fachverband Sucht im Rahmen seiner Bestandaufnahme festgestellt hat, nach fünf Ebenen geordnet dargestellt: die Ebenen der Forschung, der Angehörigen, der Suchtbetroffenen, der Fachpersonen der Regelversorgung sowie der Suchtfachpersonen und Suchtfachstellen.

Forschung

Im deutschen Sprachraum mangelt es an wissenschaftlichen Studien⁵. Nationale resp. auf die Schweiz bezogene Studien würden aber nicht nur zur Qualitätssteigerung in der Beratungsarbeit mit Angehörigen beitragen. Darüber hinaus würden sie es AkteurInnen, die über Angebote für Angehörige verfügen oder solche entwickeln möchten ermöglichen, ihr Vorhaben auf wissenschaftlichen Evidenzen aufzubauen Und nicht zuletzt würden aktuelle und nationale Studien helfen, die Politik zu sensibilisieren und diese für die Finanzierung von Projekten und Unterstützungsangeboten zu gewinnen. Auch HausärztInnen lassen sich eher mit wissenschaftlichen Erkenntnissen zum Handeln gewinnen.

Der Fachverband Sucht hat folgendes Forschungsdesiderat festgestellt:

Erstellung wissenschaftlicher, aktueller und auf die Schweizer Bevölkerung bezogener Grundlagen zur Angehörigenthematik. Gewinnbringend wären insbesondere:

- Beschreibungen der Belastungen, gesundheitlichen Risiken, Bedürfnisse und Bewältigungsstrategien von Angehörigen entsprechend ihrer Beziehung zu den Suchterkrankten (Kinder, Eltern, Geschwister, PartnerInnen etc.).
- Beschreibung und Evaluation verschiedener Beratungs- und Therapieansätze in der Angehörigenarbeit.

Angehörige

Auf der Ebene der Angehörigen hat der Fachverband Sucht folgenden Handlungsbedarf zur Optimierung der Unterstützung Angehöriger suchterkrankter Menschen festgestellt:

- Sensibilisierung Angehöriger für ihre eigene Problemlage und Verbreitung der Botschaften, dass auch Angehörige ein Recht auf Unterstützung haben, dass es Angebote für sie gibt, und dass sie sich möglichst früh Unterstützung holen sollen, da die Behandlung einer Suchterkrankung häufig ein langer und belastender Prozess ist.
- Information für Angehörige über die Abhängigkeit als Krankheit, die ein ganzes System / auch das Umfeld des/r Suchtbetroffenen betrifft, sowie über risikoreiche Konsumformen und deren Folgen.
- Verschiedenartige Unterstützungsangebote, die sich an verschiedene Gruppen bzw. Typen von Angehörigen richten, da diese keine homogene Gruppe bilden.
- Übersicht über Unterstützungsangebote zuhanden Angehöriger: Welche Unterstützungsangebote gibt es, für welche Gruppen bzw. Typen und für welche Bedürfnisse von Angehörigen?
- Einfache Onlinesuche nach Angeboten für Angehörige.
- Zentrale Telefonnummer (Helpline) für Angehörige.

⁵ Eine Übersicht über aktuelle Studien sind in folgendem Artikel des Suchtmagazins 2012 zu finden: «Angehörige und Sucht: Zeit für einen Perspektivenwechsel» von C. Kläusler-Senn und R. Stohler, SuchtMagazin 1/2012, 5-10.

Suchtbetroffene

Im Hinblick auf die Suchtbetroffenen hat der Fachverband Sucht den folgenden Handlungsbedarf festgestellt:

Auch Suchtbetroffene müssen für die Probleme ihrer Angehörigen sensibilisiert und über die Unterstützungsmöglichkeiten, die Angehörigen zur Verfügung stehen, informiert werden. Die Bestandesaufnahme des Fachverbands Sucht hat gezeigt, dass die Betroffenen bei der Vermittlung von Angeboten für Angehörige eine zentrale Rolle spielen: Sie können die Angehörigen über Angebote informieren und sie am besten motivieren, Unterstützung zu suchen und anzunehmen.

Fachpersonen der Regelversorgung⁶

Was Fachpersonen der Regelversorgung betrifft, hat der Fachverband Sucht den folgenden Handlungsbedarf festgestellt:

Angehörige von suchterkrankten Menschen sind oft früher (oder sogar nur) mit nicht-suchtspezifischen Hilfesystemen in Kontakt als mit Suchtfachstellen. Fachpersonen dieser Hilfesysteme spielen deshalb eine zentrale Rolle, wenn es darum geht, die Angehörigen auf Unterstützungsangebote hinzuweisen und sie zu motivieren, solche aufzusuchen. Mit ihrer Hilfe gelingt es, die spezifischen Probleme der Angehörigen bereits sehr früh zu erkennen und anzugehen. Es besteht daher ein Bedarf nach einer Sensibilisierung von Fachpersonen der Regelversorgung für die Problemsituation der Angehörigen sowie nach einer Vertiefung des Wissens dieser Fachpersonen im Umgang mit Angehörigen.

Suchtfachpersonen und Suchtfachstellen

Im Hinblick auf die Suchtfachpersonen und -stellen hat der Fachverband Sucht den folgenden Handlungsbedarf festgestellt:

- Die meisten Organisationen, vor allem im ambulanten Bereich, bieten neben der Beratung und der Therapie für abhängige Menschen auch Unterstützung für Angehörige an. Gemäss den Resultaten der Bestandesaufnahme sind diese Angebote aber ungenügend auf die Bedürfnisse der Angehörigen ausgerichtet, und/oder die Suchtfachpersonen wissen zu wenig, wie sie Angehörige begleiten und unterstützen können. Für sie wäre eine Vertiefung des Wissens zur Angehörigen-thematik wichtig, wie auch eine Auseinandersetzung mit ihrer Doppelrolle in der Begleitung der abhängigen Menschen und der Angehörigen. Es besteht daher ein Bedarf nach Wissensvermittlung zur Angehörigenproblematik für Suchtfachpersonen.
- Die Bestandesaufnahme hat zudem gezeigt, dass es nicht zielführend ist, Angehörige als homogene Gruppe zu verstehen und den Umgang mit ihnen quasi zu vereinheitlichen. Vielmehr bedarf ein adäquates Angebot für Angehörige suchterkrankter Menschen differenzierter Modelle, verschiedener beraterischer und therapeutischer Ansätze und eines individualisierten Herangehens an die jeweilige Problemlage. Um allfällige Rollen- und Gewissenskonflikte der Fachpersonen zu minimieren bzw. offen zu thematisieren, müssen gewisse Fragen wie z. B. jene der Schweigepflicht zudem auf Organisationsebene diskutiert und beantwortet werden.

⁶ Unter «Fachpersonen der Regelversorgung» oder «Regelversorgende» werden Fachpersonen aus Berufsgruppen und Fachdisziplinen verstanden, die an das System der Suchthilfe im engeren Sinn angrenzen, aber diesem nicht angehören. Das sind z.B. HausärztInnen, PsychologInnen und PsychiaterInnen, Sozialarbeitende (verschiedener Berufsfelder) etc.

EMPFEHLUNGEN

Der Fachverband Sucht richtet folgende Empfehlungen an Politik und Verwaltung (regional, kantonal und national), an Suchtfachverbände und verwandte, überregionale Organisationen, an Fachorganisationen der Suchthilfe und der Regelversorgung, an Organisationen der Selbsthilfe sowie die Forschung.

1. Empfehlungen an Politik und Verwaltung

1.1 Durchführung von Sensibilisierungsmassnahmen mit dem Ziel, die Gesellschaft für die Schwierigkeiten und Belastungen, denen das Umfeld suchterkrankter Menschen ausgesetzt ist, zu sensibilisieren. Die Sensibilisierung trägt dazu bei, die Angehörigenthematik zu enttabuisieren, und die Hemmschwelle Angehöriger, Unterstützung aufzusuchen, zu senken.

Umsetzungsbeispiel: Das von Bundesamt für Gesundheit finanzierte und von Sucht Schweiz umgesetzte Sensibilisierungsprojekt «Angehörige motivieren und unterstützen» beinhaltet u.a. eine breit angelegte Öffentlichkeitsarbeit, die zu einer nicht stigmatisierenden Sichtweise gegenüber Angehörigen alkoholkranker Menschen beiträgt.

1.2 Formulierung und Vergabe eines klaren Auftrags an Fachstellen und Selbsthilfeorganisationen mit dem Ziel, Versorgungslücken für Angehörige suchterkrankter Menschen zu vermeiden und die Finanzierung adäquater Unterstützungsangebote für diese Zielgruppe zu sichern.

Umsetzungsbeispiel: In vielen Kantonen ist dieser Auftrag geklärt, und Fachstellen sind bereits im Besitz eines Auftrags, spezifische Angebote für Angehörige zu schaffen resp. bereit zu halten.

2. Empfehlungen an die Suchtfachverbände und verwandte, überregionale Organisationen

2.1 Sensibilisierung und Fortbildung von Fachpersonen, die mit Angehörigen im Kontakt sind mit dem Ziel, diese Fachpersonen im Umgang mit Angehörigen zu stärken.

Umsetzungsbeispiel: Der Fachverband Sucht bietet 2017 zum zweiten Mal eine Fortbildung zum Thema «Angehörige von suchterkrankten Menschen» an. Diese richtet sich vorwiegend an Suchtfachpersonen aus der Beratung und Therapie. Ab 2017 wird der Fachverband Sucht zudem analoge Fortbildungen für Berufsgruppen der Regelversorgung anbieten⁷.

2.2 Sensibilisierung von Angehörigen suchterkrankter Menschen mit dem Ziel, sie auf ihre Belastungssituation aufmerksam zu machen, über vorhandene Unterstützungsangebote zu informieren und zu motivieren, diese in Anspruch zu nehmen.

Umsetzungsbeispiel: Der Fachverband Sucht plant, Fach- und Beratungsstellen, bei denen Angehörige mit hoher Wahrscheinlichkeit anzutreffen sind (Arztpraxen, Suchtfachstellen, Familien- und Eheberatung, Mütter- und Väterberatung, Schuldenberatung etc.), Poster zur Verfügung zu stellen. Die Poster machen auf die Thematik aufmerksam und weisen diskret auf Unterstützungsangebote hin.

2.3 Erarbeitung und Verbreitung einer Übersicht zu Angeboten für Angehörige mit dem Ziel, Angehörige und Fachstellen differenziert über die verschiedenen bestehenden Unterstützungsmöglichkeiten zu informieren.

Umsetzungsbeispiel: Die Ausgestaltung einer solchen Übersicht ist vom Fachverband Sucht in Zusammenarbeit mit Infodrog bereits in Planung. Bei der Verbreitung der Übersicht ist ausserdem vorgesehen, weitere für die Angehörigenthematik relevante überregionale Organisationen einzubeziehen.

2.4 Optimierung des Zugangs zu Angeboten für Angehörige mit dem Ziel, Angehörigen die Inanspruchnahme der Angebote so stark wie möglich zu vereinfachen. Dazu gehört die Optimierung des Online-Zugangs ebenso wie die Prüfung und ggf. Implementierung einer zentralen nationalen Telefonnummer (Helpline) für Angehörige. Diese Zugänge können auch von Fachpersonen genutzt werden und helfen diesen, rasch und gezielt die passenden Unterstützungsangebote für ihre KlientInnen zu finden.

Umsetzungsbeispiel: In Zusammenarbeit mit Infodrog plant der Fachverband Sucht, den Online-Zugang zu Angeboten für Angehörige zu vereinfachen. Dazu erweitern sie den «suchtindex» möglichst flächendeckend um Angebote für Angehörige, und die Suchmaske wird neu einen direkten Zugang zu Angehörigenangeboten aufweisen. Ferner wird das Beratungsportal «SafeZone» hinsichtlich der Angebote für Angehörige optimiert.

⁷ Unter «Regelversorgende» werden Fachpersonen aus Berufsgruppen und Fachdisziplinen verstanden, die an das System der Suchthilfe im engeren Sinn angrenzen, aber diesem nicht angehören. Das sind z.B. HausärztInnen, PsychologInnen und PsychiaterInnen, Sozialarbeitende (verschiedener Berufsfelder) etc.

3. Empfehlungen an Fachorganisationen der Suchthilfe und der Regelversorgung sowie an Organisationen der Selbsthilfe

3.1 Empfehlung an Organisationen der Regelversorgung: Fortbildung ihrer Fachpersonen zu Angehörigenproblematik, mit dem Ziel, diese Fachpersonen im Umgang mit betroffenen Angehörigen zu stärken, auf die Unterstützungsangebote für Angehörige aufmerksam zu machen und die Triage zu diesen Angeboten zu optimieren.

Umsetzungsbeispiel: Dem Fachverband Sucht sind zum Zeitpunkt des der Erarbeitung der Empfehlungen keine Beispiele bekannt. Die AdressatInnen der Empfehlungen sind eingeladen, mit dem Fachverband Sucht Kontakt aufzunehmen, um gemeinsam eine passende Fortbildung zu erarbeiten.

3.2 Empfehlung an die Organisationen der Selbsthilfe: Verbesserung der Kommunikation ihrer Angebote und Fortbildung ihrer ehrenamtlichen MitarbeiterInnen mit dem Ziel, die Angehörigen mit ihren Angeboten besser zu erreichen und ihnen eine adäquate Unterstützung bieten zu können.

Umsetzungsbeispiel: Betreffend Kommunikation wird der nationale Dachverband Selbsthilfe Schweiz ab 2017 bei «SafeZone» einsteigen und Austauschmöglichkeiten im Bereich der Selbsthilfe u.a. für Angehörige anbieten. Zudem plant der Dachverband die Herausgabe einer Zeitschrift, welche redaktionelle Beiträge zur Angehörigenthematik ermöglicht. Betreffend Fortbildungen werden in einigen Selbsthilfezentren zu verschiedenen Themen Weiterbildungen für Personen aus Selbsthilfegruppen angeboten. Beispielsweise die Fortbildungen des Selbsthilfezentrums Zürich, die vom Dachverband Selbsthilfe Schweiz unterstützt werden. Der Fachverband Sucht empfiehlt, derartige Angebote um das Thema der Angehörigen suchterkrankter Menschen zu erweitern.

3.3 Organisationsinterne Auseinandersetzung (Haltungspapiere, Handlungsgrundsätze) mit angehörigenspezifischen Themen (z.B. Schweigepflicht und Informationsweitergabe oder Möglichkeiten und Grenzen der Beratungstätigkeit) mit dem Ziel, Rollenkonflikte zu vermeiden, die sich bei der gleichzeitigen Betreuung von Suchterkrankten und ihrer Angehörigen ergeben können.

Umsetzungsbeispiel: Dem Fachverband Sucht sind zum Zeitpunkt des der Erarbeitung der Empfehlungen keine Beispiele bekannt. Die AdressatInnen sind eingeladen mit dem Fachverband Sucht Kontakt aufzunehmen, um gemeinsam Unterstützungsmöglichkeiten für die Erarbeitung entsprechender Papiere zu prüfen.

3.4 Sensibilisierung der Suchtbetroffenen für die Problematik der Angehörigen mit dem Ziel, dass sie die Problemlage ihrer Angehörigen erkennen und wissen, dass sie einen wesentlichen Beitrag dazu leisten können, dass ihre Angehörigen Unterstützungsangebote in Anspruch nehmen.

Umsetzungsbeispiel: Die Umsetzung der Empfehlung bedingt Fachpersonen, die für die Angehörigenthematik sensibilisiert sind (siehe dazu Empfehlung 2.1) und bedingt auch, dass der/die Suchtbetroffene bereit ist, sich auf das Thema einzulassen.

4. Empfehlungen an Fachhochschulen, Universitäten und weitere Forschungseinrichtungen

4.1 Erweiterung der Aus- und Weiterbildungsangebote im Hinblick auf die Angehörigenproblematik mit dem Ziel, das Thema längerfristig in der Ausbildung von Regelversorgenden zu verankern.

Umsetzungsbeispiel: Dem Fachverband Sucht sind zum Zeitpunkt der Erarbeitung der Empfehlungen keine Beispiele bekannt.

4.2 Die Angehörigenthematik zum Forschungsgegenstand machen mit dem Ziel, wissenschaftliche Evidenzen aufzubauen, die der Sensibilisierung der Gesellschaft, der Optimierung von Beratungsangeboten und der Gewinnung entscheidungstragender Instanzen für die Finanzierung von Projekten und Unterstützungsangeboten dienen.

Umsetzungsbeispiel: Die Forschungsarbeit und Dissertation von Lea Ruckstuhl «Angehörige von drogenabhängigen Menschen: Suchterkrankungen aus einer anderen Perspektive» (2014)⁸ und die MAS Thesis von Fabienne Salzmann Walther «Herr und Frau Co, Beratung von Co-Abhängigen im systemischen Kontext» (2011)⁹:

⁸ Die Dissertation kann unter folgendem Link heruntergeladen werden: <http://dissertation.com/abstracts/1078504>

⁹ Die MAS Thesis kann unter folgendem Link heruntergeladen werden: <http://sucht-wallis.ch/?page=publications>