

Aller (Therapie)anfang ist schwer

Die Schwelle einer " Suchtberatungsstelle " zu überschreiten ist für viele Menschen eine sehr große Hürde. Anders als beim Betreten einer Arztpraxis wird hierdurch sofort deutlich, " ich habe ein Problem " und das auch noch in aller Regel mit Alkohol oder Medikamenten. Hinzu kommt die bange Frage: Was erwartet mich dort?

Begleitet von Ängsten, Selbstzweifeln, Verlegenheit oder innerer Ablehnung ist oft der Fluchtgedanke größer als der Mut, sich etwas Ungewissem auszusetzen. Wer kennt es nicht, unangenehmen Situationen lieber auszuweichen, als sich ihnen zu stellen. Häufig ist der Druck durch Außenstehende (Partner, Arbeitgeber, Arzt etc.) aber so groß geworden, daß kein Ausweg bleibt, oder die eigene Verzweiflung läßt keine andere Wahl.

In dieser Situation treffen Ratsuchende und Berater aufeinander. Entscheidend für den weiteren Verlauf der Zusammenarbeit ist die Gestaltung und Atmosphäre des Erstkontaktes. Hierbei geht es besonders um die Herstellung einer Beziehung und " vertrauensbildende " Maßnahmen.

Jeder Mensch hat ein Recht darauf, in seiner Würde respektiert und in seinem Anderssein akzeptiert zu werden. Dies gilt erst recht in einer Situation, in der sich Klienten in einer schwächeren Position erleben und Hilfe in Anspruch nehmen möchten.

Professionelle Beratung holt den Hilfesuchenden da ab, wo er momentan steht, vorurteilsfrei und ohne den Hintergedanken " ich weiß schon, was das Beste für Sie ist ". Der gegenüber soll das Gefühl bekommen, so sein zu dürfen, wie er im Moment fühlt, denkt und handelt. Zusätzliche Erhöhung des Außendruckes würde die sensible Beziehungsgestaltung unnötig belasten und möglicherweise sogar verhindern.

Für die Beraterin / den Berater ist es wesentlich, die innere und äußere Situation des Klienten zu erfassen, ein Verständnis für seine Lage zu entwickeln und sich als Vertrauensperson anzubieten. Hierbei gilt es, die individuellen Anliegen bzw. Aufträge zu erkunden und zu beachten.

Gelingt dieser erste Schritt, werden die folgenden Gesprächssituationen frei für weiterführende Inhalte. Der Austausch von Informationen über Abhängigkeitserkrankungen im allgemeinen, unterschiedliche Hilfsangebote oder auch die speziellen Möglichkeiten der Beratungsstelle können bestimmende Themen werden. Diese Motivations- bzw. Klärungsphase - immer auf dem Hintergrund der Freiwilligkeit - wird sich unterschiedlich lange gestalten. Die Zeit zum Überlegen zwischen den Gesprächskontakten sowie die mögliche Rückkopplung mit der Partnerin / dem Partner dient in erster Linie dem Zweck sich Klarheit darüber zu verschaffen: Was ist mit mir los? Wo stehe ich? Wie kann es weitergehen?

Die gewünschte Teilnahme an unserer Kontaktgruppe kann helfen, Ängste abzubauen, zusätzliche Denkanstöße zu bekommen und das Gefühl der Isolation zu durchbrechen. Hier werden weitergehende Informationen über das Suchtgeschehen vermittelt, Erfahrungen mit Gruppensituationen gesammelt und durch das Erleben von Solidarität, die Motivation zu möglichen therapeutischen Maßnahmen entwickelt.

Welches "Ergebnis" letztendlich für die Hilfesuchenden am Ende der individuell unterschiedlichen Klärungsphase steht, bleibt offen. Getragen von dem Gedanken der Selbstverantwortung hat jeder die Möglichkeit, " seinen " Weg zu gehen, frei nach dem Grundsatz: " Alles ist gut, Hauptsache ich tu's ".

Ist eine grundsätzliche Entscheidung gefallen und haben sich die Menschen für eine intensivere Anbindung an unsere Einrichtung entschieden, können die nächsten gemeinsamen Schritte wie eingehende Diagnostik, Therapieplanung und Kostenübernahme erfolgen.

Klaus Friedrich
aus ECHO 2/95

01.02.2001

<http://www.suchtkrankenhilfe.net/anfang.htm>

<http://home.t-online.de/home/hbkost/sucht/anfang.htm>