

# Suchtprobleme

## Ein Familienthema?!

**Kerstin Dahlke**

Fachgebietsleitung  
Diakonisches Werk  
Region Kassel

Ob in den Kirchengemeinden engagierte Menschen Berührungspunkte mit dem Thema Sucht haben, wird an die Mitarbeiter:innen in der Fachambulanz Sucht des Diakonischen Werkes Region Kassel eher selten herangegangen. Wir gehen davon aus, dass viele jemanden kennen, den das Folgende betrifft:

Die Fachambulanz Sucht im Diakonischen Werk Region Kassel ist im Wesentlichen für Menschen im Stadtgebiet und im Landkreis Kassel tätig. Unsere Angebote sind gedacht für Menschen mit problematischem Nutzungs-/Konsumverhalten von Alkohol, Medikamenten, Glücksspielen und Medien sowie deren Angehörige, bzw. soziales Umfeld.

**„Drogen und Suchtmittel verursachen bei uns in Deutschland erhebliche gesundheitliche, soziale und volkswirtschaftliche Probleme: Nach repräsentativen Studien (insbes. Epidemiologischer Suchtsurvey 2018) rauchen 12 Mio. Menschen, 1,6 Mio. Menschen sind alkoholabhängig und Schätzungen legen nahe, dass 2,3 Mio. Menschen von Medikamenten abhängig sind. Rund 600.000 Menschen weisen einen problematischen Konsum von Cannabis und anderen illegalen Drogen auf und gut 500.000 Menschen zeigen ein problematisches oder sogar pathologisches Glücksspielverhalten. Auch eine exzessive Internetnutzung kann zu abhängigem Verhalten führen: Es ist davon auszugehen, dass in Deutschland etwa 560.000 Menschen onlineabhängig sind.“**

Sucht und Drogen | BMG (bundesgesundheitsministerium.de)

**„Etwa 10 Millionen Menschen in Deutschland sind Angehörige von Suchterkrankten.“**

Belastungen & Perspektiven Angehöriger Suchtkranker: ein multimodaler Ansatz (BEPAS) (bundesgesundheitsministerium.de)

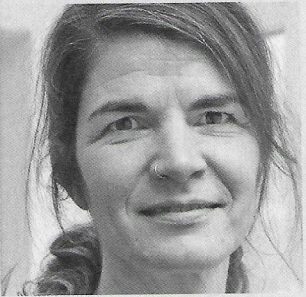
**„Mindestens 10% der Bevölkerung Deutschlands sind oder waren in ihrer Kindheit durch ein familiäres Suchtproblem belastet. Dabei ist mit einer hohen Dunkelziffer zu rechnen.“**

Zahlen | NACOA Deutschland (nacoa.de)

In der Beratungsarbeit mit Inhaftierten in der Justizvollzugsanstalt Kassel II, Sozialtherapeutische Anstalt und bei der „Aufsuchenden Suchthilfe“ auf der Straße in zwei Kasseler Stadtteilen werden die Menschen suchtmittelübergreifend beraten und begleitet.

Wir stellen fest, dass die Not der Angehörigen von Suchterkrankten oftmals lange Zeit nicht wahrgenommen wird. Stigmatisierungen, Schuldgefühle und Schamgefühle sind nicht nur für die Suchterkrankten ein Hindernis bei der frühzeitigen Suche nach Hilfen. Auch Angehörige, egal ob Erwachsene oder Kinder, versuchen lange Zeit, das Problem selbst in den Griff zu bekommen und es nicht nach außen sichtbar werden zu lassen. Nach Jahren ist der Druck nicht mehr gut aushaltbar. Bei vielen Angehörigen entwickeln sich eigene psychische oder körperliche Probleme. Angehörige von Suchterkrankten sind doppelt so stark gefährdet an einer Depression zu erkranken als der Durchschnitt.

Während erwachsene Angehörige sich Hilfen im Gesundheitssystem suchen können, sind Kinder von suchtkranken Eltern nur selten in der Lage, sich mit ihrem Problem an Dritte zu wenden. Umso wichtiger ist es, dass die Menschen im Umfeld einen Blick dafür entwickeln, ob Kinder einem Suchtproblem der Eltern oder im Umfeld ausgesetzt sind. Kinder von Suchtkranken fallen oft in der Schule auf, ohne dass der Hintergrund



**Claudia Lutsch**

Diplom-Sozialarbeiterin,  
Diplom-Sozialpädagogin  
und Sozialtherapeutin

## » Kinder verinnerlichen den dysfunktionalen Bindungsstil, den sie in der suchtblasteten Familie erleben. «

dafür klar wird. Angstsymptome, Essstörungen, Verhaltensauffälligkeiten, Depressivität, selbstverletzendes Verhalten, aber auch eine große Überangepasstheit und starke Leistungsorientierung können Anzeichen sein.

Denn Kinder verinnerlichen den dysfunktionalen Bindungsstil, den sie in der suchtblasteten Familie erleben. Sie erleben zum Teil massive Einschränkungen in der Entwicklung einer psychisch gesunden Persönlichkeit. Sie haben im späteren Leben oft mit eigenen psychischen Krankheiten zu kämpfen, gehen Partnerschaften mit suchtkranken Menschen ein, überfordern sich im Beruf und Privatleben durch fehlende Abgrenzungsfähigkeit, übertriebene Selbstaussbeutung und Schuldgefühle. Das Risiko für eine eigene Suchterkrankung im späteren Leben ist erhöht.

Für alle Angehörigen von Suchterkrankten gilt: Eine bezahlte Behandlung, wie z.B. Psychotherapie, gibt es nur, wenn eine eigene körperliche oder psychische Erkrankung vorliegt. In diesem Fall ist es dann Zufall, wenn der oder die Behandler:in den Zusammenhang zur Sucht in der Familie erkennt, sich mit dem Thema Sucht und der besonderen Probleme von Angehörigen auskennt und dies in der Behandlung die nötige Berücksichtigung findet.

Gerade für den Fall, dass der/die Suchterkrankte noch nicht mit dem Suchtverhalten aufgehört hat, sind Suchtberatungsstellen mit ihren Angeboten für Angehörige hilfreich. Während

es vor Jahrzehnten noch hieß: „Der Suchtkranke bzw. die Suchtkranke muss erst ganz unten sein.“ und Angehörige Angst hatten, selbst als „co-abhängig“ stigmatisiert zu werden, kann heute in der Beratung passgenau auf die familiäre Situation eingegangen werden.

Wir analysieren mit den Angehörigen die jeweilige Situation und vermitteln, was hilfreiche Verhaltensweisen und was „Fettnäpfchen“ sind. Die Angehörigen lernen, negative Folgen des Suchtmittelkonsums beim Suchterkrankten zuzulassen, damit sich bei ihm oder ihr eine Veränderungsmotivation entwickeln kann. Sie lernen eine verbesserte Kommunikation. Sie erfahren, wie sie sich vom Auf und Ab des Suchtprozesses der Suchterkrankten abkoppeln können und wie sie für ihre eigene Genesung sorgen.

Bereits nach dem ersten Gespräch sagen die meisten der Angehörigen: „Das hat mir schon sehr geholfen!“. Zudem reagieren viele der Suchterkrankten auf das veränderte Verhalten der Angehörigen positiv und beginnen, das eigene süchtige Verhalten zu verändern. Aber Veränderungen brauchen Zeit und die Begleitung dieser Veränderungen kann länger dauern und braucht mehr als ein oder zwei Gespräche.



» Wir stellen fest, dass die Not der Angehörigen von Suchterkrankten oftmals lange Zeit nicht wahrgenommen wird. «

Die Suchtberatung gilt als freiwillige Leistung der kommunalen Daseinsfürsorge und ist somit (noch) keine Pflichtaufgabe in der Regelfinanzierung sozialer Hilfsangebote. Um die Barrieren für die Inanspruchnahme von Beratungsgesprächen möglichst gering zu halten, soll die erste Hilfe für die Ratsuchenden trotzdem weiterhin kostenfrei vorgehalten werden. Derzeit wird diese schnelle und unbürokratische Beratungsleistung noch mit einem großen Anteil kirchlicher Mittel finanziert, da kommu-

nale Zuwendungen nicht ausreichen, um den Bedarf zu decken. Die kirchlichen Zuschüsse stagnieren jedoch und sind perspektivisch als rückläufig einzustufen. Es gibt keinen Kostenträger, der die Leistungen dieser informierenden, entlastenden und unterstützenden Beratungsgespräche für Betroffene und Angehörige vollumfänglich mit den tatsächlichen Personal-, Sach- und Overheadkosten übernimmt und in eine Regelfinanzierung überführt. Insofern sind Suchtberatungsstellen zunehmend von einer finanziellen Notlage bedroht und auf Zuwendungen in Form von Spenden angewiesen.

#### Gut zu wissen:

- Risikoarmer Konsum: Bei Männern bis 24 g Reinalkohol pro Tag, bei Frauen bis 12 g Reinalkohol pro Tag. Die Mengen gelten für gesunde Menschen.
- Riskanter Konsum: zwischen 24 und 60 g Reinalkohol bei Männern, zwischen 12 und 40 g bei Frauen, erneut pro Tag.
- Gefährlicher Konsum: 60–120 g Reinalkohol bei Männern, 40–80 g Reinalkohol bei Frauen.
- Hochkonsum: mehr als 120 g Reinalkohol bei Männern, mehr als 80 g bei Frauen.

**Zudem gilt:** der Konsum sollte nicht jeden Tag stattfinden.

Als Richtwert kann man sich merken: in einem halben Liter Bier, einem 0,2 l Glas Wein oder in drei Schnäpsen ist die gleiche Menge an Reinalkohol: etwa 20 g.

Eine Diagnose der Alkoholabhängigkeit ist nicht nur von der Konsummenge abhängig. Um sie stellen zu können, sind weitere Infos notwendig. Im Rahmen der Beratung wird eine Diagnostik durchgeführt und auf der Basis der Ergebnisse werden Empfehlungen für die Behandlungsmöglichkeiten gegeben.

#### Was können Sie tun?

- Sprechen Sie in Ihren Gemeinden das Thema Sucht aktiv an, mit allen offenen Fragen und Aspekten.
- Kommen Sie in die Fachberatungsstellen oder laden Sie uns ein. Wir erarbeiten gerne mit Ihnen, wie Sie vor Ort auf die jeweilige Situation konstruktiv Einfluss nehmen können.
- Setzen Sie sich dafür ein, dass in den Fachberatungsstellen Angebote für Kinder und Angehörige von Suchterkrankten erhalten, aufgebaut und ausgebaut werden können.

#### Kontakt:

Diakonisches Werk Region Kassel  
 Fachambulanz Sucht  
 Frankfurter Str. 78 A · 34121 Kassel  
 Telefon: 0561 93895-0  
[suchtberatung@dw-region-kassel.de](mailto:suchtberatung@dw-region-kassel.de)  
[www.dw-region-kassel.de](http://www.dw-region-kassel.de)