

Stefanie Kitzinger

Alltagsbewältigung ehemaliger Drogenabhängiger

**Grenzen und Möglichkeiten der
Unterstützung durch Selbsthilfegruppen**



Diplomica Verlag

Kitzinger, Stefanie: Alltagsbewältigung ehemaliger Drogenabhängiger: Grenzen und Möglichkeiten der Unterstützung durch Selbsthilfegruppen. Hamburg, Diplomica Verlag GmbH 2015

Buch-ISBN: 978-3-95850-874-3

PDF-eBook-ISBN: 978-3-95850-374-8

Druck/Herstellung: Diplomica® Verlag GmbH, Hamburg, 2015

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Bearbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Die Informationen in diesem Werk wurden mit Sorgfalt erarbeitet. Dennoch können Fehler nicht vollständig ausgeschlossen werden und die Diplomica Verlag GmbH, die Autoren oder Übersetzer übernehmen keine juristische Verantwortung oder irgendeine Haftung für evtl. verbliebene fehlerhafte Angaben und deren Folgen.

Alle Rechte vorbehalten

© Diplomica Verlag GmbH

Hermannstal 119k, 22119 Hamburg

<http://www.diplomica-verlag.de>, Hamburg 2015

Printed in Germany

Inhaltsverzeichnis

Danksagung.....	5
1. Einleitung	7
2. Selbsthilfe.....	9
2.1 Selbsthilfeinitiativen.....	10
2.2 Selbsthilfegruppen.....	10
2.3 Selbsthilfeorganisationen	11
2.4 Selbsthilfekontaktstellen	12
3. Geschichtliche Entwicklung der Selbsthilfe	13
4. Selbsthilfegruppen.....	15
4.1 Merkmale von Selbsthilfegruppen.....	15
4.2 Funktionen von Selbsthilfegruppen.....	16
4.3 Themenbereiche und Typisierungen von Selbsthilfegruppen	16
4.4 Das Wirkprinzip von Selbsthilfegruppen	17
5. Allgemeine Studien zu Selbsthilfegruppen	19
5.1 Teilnahmebereitschaft der Bevölkerung.....	19
5.2 Motive für die tatsächliche Teilnahme an Selbsthilfegruppen	21
5.3 Selbsthilfegruppen-Mitglieder.....	21
5.4 Nutzen und Wirksamkeit von Selbsthilfegruppen.....	22
6. Interne Studie der Narcotics Anonymous	24
7. Sucht.....	28
7.1 Formen der Sucht.....	29
7.2 Typische Merkmale einer Suchterkrankung.....	30
7.3 Erklärungsmodelle für die Entstehung einer Suchterkrankung.....	31

8. Wege aus der Sucht	33
8.1 Transtheoretisches Modell der Verhaltensänderung	33
8.2 Modell des Rückfallprozesses	35
9. Das quantitative Forschungsprojekt	39
9.1 Untersuchungsdesign und Untersuchungsablauf.....	39
9.2 Erhebungsinstrument	40
9.3 Hypothesen	42
9.4 Variablen	43
10. Beschreibung der Stichprobe	44
10.1 Rücklauf.....	44
10.2 Geschlecht der Befragten.....	45
10.3 Alter der Befragten	45
10.3 Hauptdrogen der Befragten	46
10.4 Abstinenz und Dauer der Mitgliedschaft.....	47
11. Unterstützung durch die Selbsthilfegruppe	49
11.1 Gefühlter Unterstützungsgrad.....	49
11.2 Art der Unterstützung durch die Gruppen	50
12. Einflüsse auf die Alltagsbewältigung.....	52
12.1 Grad der gefühlten Alltagsbewältigung.....	52
12.2 Schwierigkeiten im Alltag der Befragten	53
12.3 Verhältnis zwischen Alltagsproblemen und Suchtmittel.....	55
12.4 Verhältnis zwischen Alltagsproblemen und Ausstiegsweg.....	55
12.5 Verhältnis zwischen Alltagsproblemen und Umfeld.....	56
12.6 Verhältnis zwischen Alltagsproblemen und Abstinenzdauer	57
12.7 Verhältnis zwischen Alltagsproblemen und Dauer der Mitgliedschaft.....	58

13. Professionelle Unterstützung neben der Selbsthilfegruppe.....	59
13.1 Professionelle Unterstützung.....	59
13.2 Art der professionellen Unterstützung.....	60
13.3 Unterstützungswünsche	61
14. Vergleich der Stichprobe.....	63
14.1 Frauenanteil	63
14.2 Altersgruppen	63
14.3 Altersdurchschnitt.....	64
14.4 Vor dem Ausstieg konsumierte Suchtmittel.....	64
15. Überprüfung der Hypothesen	65
15.1 Schwierigkeiten im Alltag der Befragten	65
15.2 Einfluss der Hauptdroge auf die Alltagsbewältigung.....	65
15.3 Einfluss des Ausstiegsweges auf die Alltagsbewältigung.....	66
15.4 Einfluss des Umfeldes auf die Alltagsbewältigung.....	66
15.5 Einfluss der Abstinenzdauer auf die Alltagsbewältigung.....	67
15.6 Einfluss der Mitgliedsdauer auf die Alltagsbewältigung	67
15.7 Abschließende Zusammenfassung	67
16. Überprüfung der Forschungsfrage	69
16.1 Unterstützung durch die Selbsthilfegruppe	69
16.2 Professionelle Unterstützung.....	70
16.3 Unterstützungswünsche	71
16.4 Abschließende Zusammenfassung	72
17. Relevanz für die Soziale Arbeit	74
18. Zusammenfassung.....	75
Literaturverzeichnis.....	76
Flyer, Broschüren & Handbücher	78

Verweis.....	78
Internetlinks.....	79
Anhang	83
Fragebogen 1	83
Fragebogen 2	85
Kodierbuch	87

Danksagung

Hiermit möchte ich all jenen danken, die durch ihre fachliche und persönliche Unterstützung zum Gelingen dieser Arbeit beigetragen haben. Im speziellen

- Bei meinen Eltern und meiner Omi für ihre Unterstützung
- Bei Manu, Christiane und Jogi aus der Teinacher, weil sie immer an mich geglaubt haben und
- Bei Petra Podedulic, dafür dass sie die Studie immer und immer wieder Korrektur-gelesen hat

Und natürlich auch bei den Leitern und Mitgliedern folgender Selbsthilfegruppen:

- Danach (Tagwerk Stuttgart)
- Lichtblick & Wendepunkt (Kontaktladen Heilbronn)
- Kreuzbund Stuttgart II
- Helpsters (Four Steps Schorndorf)
- Junge SHG¹ Sucht (Four Steps Fellbach)
- Freundeskreis Bayern
- Drug Stop e.V. (Regensburg)
- SHG Kaiserslautern
- SHG Meckenbeuren
- FrauRaum (Ex User Support Group e.V. Freiburg)
- Alpha Panthers (Ex User Support Group e.V. Freiburg)
- SHG Donzdorf
- Freie SHG Mössingen
- TeilnehmerInnen der Suchthelferausbildung Stetten 2014
- Nüchterne Drogisten (Schwäbisch Gmünd)
- Narcotics Anonymous (Stuttgart)
- Narcotics Anonymous² (Mannheim)
- Freundeskreis Zuffenhausen

¹ Selbsthilfegruppe

² NA

1. Einleitung

„Einem Hungernden nicht bloß einen Fisch geben, ihn nicht bloß das Fischen lehren, sondern ihm helfen, andere zu finden, die auch nicht fischen können und es sich gemeinsam aneignen wollen.“ (NAKOS 2006, S.1)

Dieses Zitat, welches von der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen veröffentlicht wurde, spiegelt den Gedanken der Selbsthilfegruppen wieder. Denn in Selbsthilfegruppen sollen Menschen zusammengeführt werden, die gewillt sind eine Veränderung herbeizuführen und mit demselben Problem konfrontiert sind, um sich gegenseitig zu helfen. Zudem suggeriert es jedoch auch, dass die gegenseitige Unterstützung von Betroffenen hilfreicher und sinnvoller sei als professionelle Unterstützung. Aber reicht die Unterstützung durch andere Betroffene wirklich aus oder benötigen die Mitglieder dennoch professionelle, ergänzende Unterstützung?

Im Suchtbereich werden Selbsthilfegruppen als unumstrittenes Element einer umfassenden Suchthilfe beschrieben und es ist für Suchthilfe-Einrichtungen alltäglich mit Selbsthilfegruppen zu kooperieren. (Vgl. MAZAT 2004, S. 39) Zudem wird Selbsthilfe im Suchtbereich oft verordnet. Entweder über Nachsorgeempfehlungen an die Staatsanwaltschaft bei Therapien über §§35,36 BtMG oder durch den TÜV. In besonderen Fällen aber auch als Aufnahmebedingung in eine Tages-Rehabilitation oder als festes Element einer stationären Rehabilitationsbehandlung. Obwohl dies kontrovers diskutiert wird, gibt es dennoch nicht viele Studien, die sich speziell auf Selbsthilfegruppen für ehemalige Drogenabhängige beziehen. (Vgl. HUNDERTMARK-MAYSER u.a. 2004, S. 23)

Durch den persönlichen Kontakt mit einigen Mitgliedern der Selbsthilfegruppe ‚Danach‘, welche an das Tagwerk, eine teilstationäre Rehabilitationseinrichtung in Stuttgart, angebunden ist, wurde deutlich, dass viele der Mitglieder, neben dem Besuch der Selbsthilfegruppe, auch eine ambulante Psychotherapie bei einem niedergelassenen Psychotherapeuten absolvieren oder anstreben. Nach Aussage der Mitglieder sei dies der Fall, da sie eine persönliche Veränderung beabsichtigen, welche sie mit Hilfe der Gruppe nicht erreichen könnten. Veränderungen die ihnen die Bewältigung ihres Alltags und den Umgang mit ihren Mitmenschen erleichtern sollen. Aufgrund dessen soll mit dieser Studie überprüft werden, ob die Anbindung an eine Selbsthilfegruppe generell nicht ausreicht oder ob dies nur vereinzelt der Fall ist. Die Forschungsfrage, welche Grundlage dieser empirischen Studie ist, lautet deshalb:

Inwieweit reicht die Unterstützung durch die Anbindung an eine Selbsthilfegruppe aus, um ehemalige Drogenabhängige bei Schwierigkeiten in ihrer cleanen Lebens- und Alltagsbewältigung zu unterstützen?

Um eine Grundlage für die Thematik der Studie zu schaffen, werden zu Beginn der Arbeit Selbsthilfe im Allgemeinen und Selbsthilfegruppen im Speziellen erläutert. Da das Augenmerk in dieser Studie auf Selbsthilfegruppen für ehemalige Drogenabhängige liegt, werden Theorien zur Entstehung einer Suchterkrankung, aber auch zum Ausstieg aus dieser erläutert. Da Veränderungsprozesse meist nicht ohne Fehler ablaufen und viele Drogenabhängige mehrere Versuche für den endgültigen Ausstieg benötigen, wird auch ein Modell zum Prozess des Rückfalls beschrieben, welches auch Anhaltspunkte für die Vermeidung von und den Umgang mit erneutem Konsum gibt.

Auch wenn die theoretischen Modelle zur Sucht allgemeingültig sind, bezieht sich diese Studie jedoch auf Menschen mit einer Abhängigkeit von illegalen Drogen. Dies wird durch die Begriffe Drogen- und Alkoholabhängigkeit deutlich gemacht, da Drogenabhängigkeit mit dem Konsum von illegalen Drogen assoziiert wird. (Vgl. SARRAZIN 2011, S. 890) Dennoch besteht die Möglichkeit, dass neben illegalen Drogen auch Medikamente oder Alkohol konsumiert werden, also ein polyvalentes Konsummuster vorliegt.

Spezielle Studien zu Selbsthilfegruppen für ehemalige Drogenabhängige waren in der Literatur nicht zu finden. Die einzige Selbsthilfeorganisation, welche interne Studien durchführt, sind die ‚Narcotics Anonymous‘. Auszüge daraus werden im Verlauf dieser Arbeit wiedergegeben. Jedoch handelt es sich bei diesen Gruppen nicht um spezielle Gruppen für Drogenabhängige, sondern um gemischte Gruppen für drogen- und alkoholabhängige Menschen. Studien darüber, welche anderen Hilfemöglichkeiten Mitglieder der NAs oder anderer Selbsthilfegruppen für ehemalige Drogenabhängige noch in Anspruch nehmen, konnten nicht gefunden werden. Es werden zudem aber noch Ergebnisse aus Studien über Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen aufgeführt, welche sich nicht auf spezielle Gruppen beschränken.