

Suchthilfe KONKRET



SCHWERPUNKT

Legal, illegal, alles egal?

Ab Juli 2021 soll mit dem neuen Staatsvertrag für Glücksspielwesen das Online-Glücksspiel in Deutschland gesetzlich geregelt werden. Doch wichtige Fragen in Sachen Spielerschutz bleiben offen, bemängeln die Expertinnen der Caritas Regensburg.

»Ihr Spiel in sicheren Händen!« – dazu das jubelnde Konterfei des wohl bekanntesten Fußball-Torwarts Deutschlands. Ob Plakate in der Stadt oder ein Spot abends im Fernsehen: Die Werbekampagne eines großen Sportwettanbieters war in den letzten Jahren überall zu sehen. Wer käme da auf die Idee, dass die massiv beworbenen Online-Sportwetten in 15 der 16 deutschen Bundesländer de facto bis Juni 2021 illegal waren?

Doch die Sportwettanbieter generierten in den vergangenen Jahren enorme Umsätze in Deutschland: Allein im Jahr 2020 waren es circa acht Milliarden Euro. In der Vergangenheit versuchten die Bundesländer, das Angebot von Glücksspiel in Deutschland auf staatliche Angebote zu beschränken. Private Anbieter von Online-Casinospielen

und Sportwetten fanden aber Mittel und Wege, um sich trotz der gesetzlichen Auflagen am Markt zu etablieren.

Vom staatlichen Monopol zur Duldung illegaler Angebote

2008 trat der erste Staatsvertrag zum Glücksspielwesen in Deutschland in Kraft. Dadurch wurde ein staatliches Glücksspielmonopol geschaffen, das Glücksspiel- und Wettsucht am Entstehen hindern sollte. Der Europäische Gerichtshof kippte das Monopol im September 2010 jedoch; die groß angelegten Werbekampagnen zur Gewinnmaximierung

der staatlichen Anbieter waren nicht mit der Suchtprävention vereinbar. Laut Gericht grenze die deutsche Regelung den freien Dienstleistungsverkehr innerhalb der Europäischen Union ein. Das generelle Verbot von Glücksspiel im Internet war der Gerichtsentscheidung zufolge jedoch zulässig, auch wenn es in anderen EU-Staaten erlaubt sei.

Um das deutsche Rechtssystem zu umgehen, berufen sich die meist in Malta sitzenden Anbieter auf die Dienstleistungsfreiheit und versuchen, mittels der allgemeinen Geschäftsbedingungen das Risiko auf Nut-

→ Fortsetzung auf Seite 2

Liebe Leserin, lieber Leser, Glücksspiele sind Spiele, deren Verlauf überwiegend vom Zufall bestimmt wird. So sagt es zumindest Wikipedia. Der Zufall ist also des Glückes Schmied. Durch den neuen Glücksspielvertrag stützt der Staat sogar noch dieses Zufallsspiel. Seit dem 1. Juli 2021 darf Online-Glücksspiel ganz legal in ganz Deutschland angeboten werden. Auch die Werbung bleibt erlaubt. Die Milliardenumsätze der Glücksspielanbieter und Zahlungsdienstleister sind also gesichert. Zum Schutz der Glücksspieler wurde auch etwas gemacht: So ist zum Beispiel ein zentrales spiel- und anbieterübergreifendes Sperrsystem vorgesehen. Das Einzahlungslimit ist auf 1000 Euro pro Monat beschränkt. Minderjährige oder gesperrte Spieler werden ausgeschlossen. Spielerschutz gut und schön, aber er muss auch technisch umgesetzt werden können. Laut derzeitigem Stand ist das erst bis spätestens 31. Dezember 2022 möglich. Parallel zum Umsatz der Sportwettanbieter stieg in den letzten Jahren bei der Caritas die Zahl der Beratungsgespräche zu glücksspielbezogenen Problemen stetig an. Die Caritas bietet Unterstützung von Betroffenen und Angehörigen, auch online. Denn für uns gilt: Jeder Mensch, der unverschuldet oder verschuldet in Not gerät, bekommt Hilfe. Dieses Angebot ist nicht vom Zufall abhängig. Darauf können Sie wetten! Zum Glück für die Menschen. Eine interessante Lektüre der neuen Ausgabe wünscht

Michael Weißmann
Caritasdirektor der Diözese Regensburg



Inhalt

- 1 Editorial
- 1 Legal, illegal, alles egal?
- 2 Die Entwicklung der Online-Beratung
- 4 Bewusstes Wahrnehmen verhindert Rückfälle
- 4 SERIE Wenn Singen Kraft gibt
- 5 PERSONALIA Mitarbeiter im Profil
- 6 INTERVIEW mit Peter Häusler und Benjamin Treffert
- 7 Kurz notiert
- 8 Das innere Gleichgewicht finden
- 8 Jubiläen in Zeiten der Pandemie
- 10 Statistik der Suchthilfe 2020
- 11 SPIRITUELLER IMPULS
- 12 Rat und Hilfe, Impressum



Infolge der Empfehlung für den Schutz von Verbrauchern von Online-Glücksspiel-dienstleistungen seitens der EU-Kommission sollte ein zweiter Glücksspieländerungsstaatsvertrag folgen, dieser wurde jedoch nicht von allen Bundesländern ratifiziert. Auch der dritte Glücksspieländerungsstaatsvertrag brachte keine Verbesserung bei Online-Sportwettangeboten oder -Casinos; die rechtliche Grauzone blieb bestehen.

»Die insgesamt erhöhte und besonders einfache Verfügbarkeit führt zu neuen Risiken der Suchtentwicklung, -aufrechterhaltung und Rückfallgefährdung«, so die DHS in ihrer Stellungnahme zum neuesten Glücksspielstaatsvertrag. Dies legen auch konkrete Zahlen aus der Suchthilfe nahe: Parallel zum Umsatz der Sportwettanbieter stieg in den letzten Jahren auch die Zahl der Beratungsgespräche zu glücksspielbezogenen Problemen stetig an. »Alleine in Regensburg suchten im Jahr 2020 insgesamt 139 Personen die Fachstelle Glücksspielsucht auf«, bilanziert Celine Schulz-Fähnrich, Suchtberaterin der Caritas Regensburg und Leiterin der Fachstelle. Bei ihrer Kollegin Vanessa De Luca von der Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme in Weiden, wo ebenfalls eine Fachstelle Glücksspielsucht angesiedelt ist, waren es 43 Personen. Das Online-

Neuregelung ab 1. Juli 2021

Durch den neuen Glücksspielvertrag darf Glücksspiel im Internet mit der Erlaubnis der zuständigen Behörde seit dem 1. Juli 2021 legal in ganz Deutschland angeboten werden. Das Angebot umfasst nunmehr Online-Sportwetten, Online-Casinos und, mit gewissen Bedingungen, virtuelle Automaten Spiele. Auch die Bewerbung der Angebote bleibt mit einigen Einschränkungen weiterhin erlaubt.

Neben dieser weitreichenden Liberalisierung des Marktes enthält die Neuregelung aber auch Veränderungen beim Spielerschutz. So ist zum Beispiel ein zentrales spiel- und anbieterübergreifendes Sperrsystem vorgesehen sowie eine Datei zur Verhinderung von parallelem Spielen. Darüber hinaus haben sich die Bundesländer auf ein anbieterübergreifendes Einzahlungslimit von 1000 Euro pro Monat geeinigt; außerdem sollen minderjährige sowie gesperrte Spieler durch eine digitale Authentifizierung vom Spiel ausgeschlossen werden.

Online-Glücksspiel birgt erhöhtes Suchtrisiko

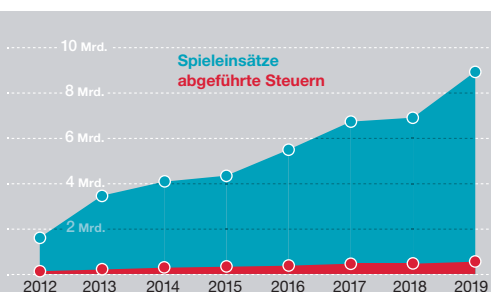
Doch Expertinnen und Experten warnen angesichts der Öffnung des Marktes: Laut der Bayerischen Akademie für Sucht- und Gesundheitsfragen zeigt die Mehrheit der aktuell vorliegenden Studien zum Online-Glücksspiel ein erhöhtes Suchtrisiko für die Nutzerinnen und Nutzer. Insbesondere Jugendliche scheinen eine äußerst gefährdete Gruppe zu sein.

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS) schloss sich dieser Kritik an:

Fortsetzung von Seite 1

zerinnen und Nutzer abzuwälzen: Diese seien selbst dafür verantwortlich, sich über die einschlägigen Gesetze an ihrem Wohnort zu informieren.

Nach dem Scheitern des ersten Staatsvertrags beschritt Schleswig-Holstein einen Sonderweg: Als einziges Bundesland vergaben die Norddeutschen ab 2011 Lizenzen für Online-Glücksspiel. In der Folge warben Medien bundesweit für die Angebote – obwohl ausschließlich Einwohnerinnen und Einwohner Schleswig-Holsteins das Angebot legal nutzen konnten. Die anderen Bundesländer einigten sich dagegen 2012 auf den ersten Glücksspieländerungsstaatsvertrag, laut dem das Online-Lottospiel zugelassen wurde und private Wettanbieter eine zeitlich begrenzte Konzession erhalten sollten – doch zu einer Vergabe der 20 geplanten Konzessionen kam es nie. Durch die fehlende Umsetzung kam der Europäische Gerichtshof 2016 zu dem Schluss, dass Sanktionen gegen private Wettanbieter nicht rechtmäßig seien; trotz des nach wie vor bestehenden Verbots von Online-Sportwetten kam es zu ihrer Duldung.



Die Entwicklung

An den Caritas Fachambulanzen für Suchtprobleme hat sich die Online-Beratung zum festen Bestandteil der Beratungsangebote entwickelt.

Als 2007 die bundesweite Online-Beratungsplattform vom Deutschen Caritasverband an den Start ging, waren vier Fachambulanzen für Suchtprobleme aus der Diözese Regensburg von Anfang an dabei: Deggendorf, Dingolfing, Regensburg und Tirschenreuth. Die Caritas Regensburg bietet damit ein Angebot für Zielgruppen, für die der Weg in die Beratungsstellen beschwerlich ist: etwa aufgrund eingeschränkter Mobilität oder wegen fehlender Bus- und Bahn-

Glücksspiel habe in den vergangenen Jahren extrem zugenommen: »Spielerinnen und Spieler haben durch die Schließung terrestrischer Angebote in der Pandemie verstärkt auf Online-Glücksspiel zurückgegriffen. Sie zeigen dabei häufig ein noch riskanteres Spielverhalten. Ein Grund dafür ist auch, dass die Betroffenen über die schnellen, virtuellen Einzahlungsmöglichkeiten keinen Überblick mehr haben«, so Schulz-Fährnich.

De Luca wird dies von einer Klientin bestätigt: »Vor dem Lockdown habe ich nie online gespielt. Jetzt muss ich nicht einmal mehr zur nächsten Spielhalle gehen. Ich ziehe mein Handy aus der Tasche und kann in kürzester Zeit meinen gesamten Monatslohn verlieren«, erzählt die Betroffene.

Suchtexpertinnen kritisieren die Umsetzung des Spielerschutzes

Schulz-Fährnich und De Luca sehen zudem die geplanten Maßnahmen zum Spielerschutz kritisch. »Wie kann zum Beispiel die Überwachung von Limits oder Einhaltung von Sperrungen gewährleistet werden?«, so Schulz-Fährnich. Damit schließen sich die Expertinnen der Meinung der DHS an, dass die Liberalisierung des Marktes erst dann stattfinden sollte, wenn die Glücksspielaufsicht in personeller und technischer Hinsicht arbeitsbereit sei. Laut derzeitigem Stand soll dies bis spätestens 31. Dezember 2022 der Fall sein – eineinhalb Jahre nach Inkrafttreten des neuen

Staatsvertrags. Der Betroffenenbeirat Bayern Stimme der Spielerinnen und Spieler befürchtet laut einer Stellungnahme, dass Anbieter diese Lücke ausnutzen. »Gerade zu Beginn der Behandlung einer Glücksspielsucht spielt die Spielersperre aber eine wichtige Rolle«, sagt De Luca. Die Höhe des Einzahlungslimits sehen die Expertinnen wie auch der Beirat als zu hoch an: »Welcher Haushalt kann 1000 Euro im Monat verspielen, ohne finanziell in die Bredouille zu geraten?«

Angesichts dieser Situation setzt die Suchthilfe der Caritas Regensburg auf

konsequente Unterstützung von Betroffenen, Angehörigen und Multiplikatoren. »Es gibt nicht nur Online-Glücksspielangebote, sondern auch Online-Hilfsangebote. Neben der Caritas Online-Beratung bieten wir auch das Beratungstool PlayChange von der Landesstelle Glücksspielsucht an.« Daneben betreuen die Suchtberaterinnen aber auch offene Sprechstunden an ihren jeweiligen Standorten; auch alle weiteren Caritas Fachambulanzen in der Diözese bieten Hilfe bei Glücksspielproblemen.

Celine Schulz-Fährnich, Fachambulanz Regensburg, Vanessa De Luca, Fachambulanz Weiden

Hilfe für Betroffene und Angehörige bei der Caritas Regensburg

- Alle Fachambulanzen der Caritas Regensburg bieten Beratung bei glücksspielbezogenen Problemen, z. B. in der Offenen Sprechstunde oder der Caritas Online-Beratung: beratung.caritas.de/suchtberatung
- Neu ist *GlücksKIT*, die Kurzintervention für Angehörige von Glücksspielerinnen und -spielern, was im Rahmen eines Pilotprojekts der Landesstelle Glücksspielsucht angeboten wird.
- Als Fachstellen für Glücksspielsucht bieten die Fachambulanzen Regensburg und Weiden neben Selbsthilfegruppen auch online Hilfe mit dem Beratungstool PlayChange: playchange.de
- Weitere Informationen und Angebote finden Sie unter caritas-regensburg.de/beratenundhelfen/suchthilfe/projekte/gluecksspiel

Angebote der Landesstelle Glücksspielsucht in Bayern

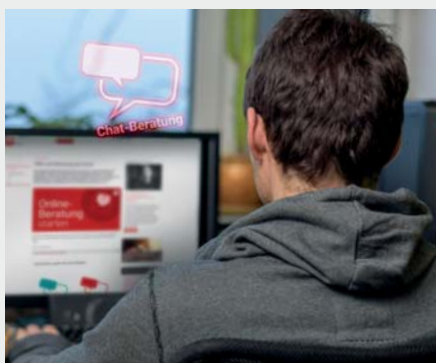
- Die Selbsthilfe-App PlayOff ergänzt PlayChange: verspiel-nicht-dein-leben.de/playoff
- »Entlastung für Angehörige« (EFA) ist ein weiteres Online-Angebot, Informationen finden Sie unter lsg.bayern.de, verspiel-nicht-dein-leben.de oder verspiel-nicht-mein-leben.de
- Online-Tutorial LOSgelöst: In diversen Videos finden Angehörige Hilfe zu verschiedenen Aspekten von Glücksspielsucht: verspiel-nicht-mein-leben.de/online-tutorial-losgelost

der Online-Beratung

Anbindungen. Zudem richtet es sich an junge und online-affine Menschen sowie Personen, die z. B. aus beruflichen Gründen nur außerhalb der Öffnungszeiten Kontakt aufnehmen können.

Die Registrierung auf der Plattform erfolgt anonym und ohne E-Mail-Adresse; persönliche Daten müssen nicht hinterlegt werden. Der Beratungsbereich Sucht sowie die nächste Beratungsstelle können via Eingabe der Postleitzahl ausgewählt werden. Innerhalb zweier Arbeitstage erfolgt eine Rückmeldung der Suchtberaterinnen und -berater. Ein Termin ist nicht notwendig, die Plattform ist rund um die Uhr nutzbar. Das senkt die Hemmschwelle, Kontakt aufzunehmen.

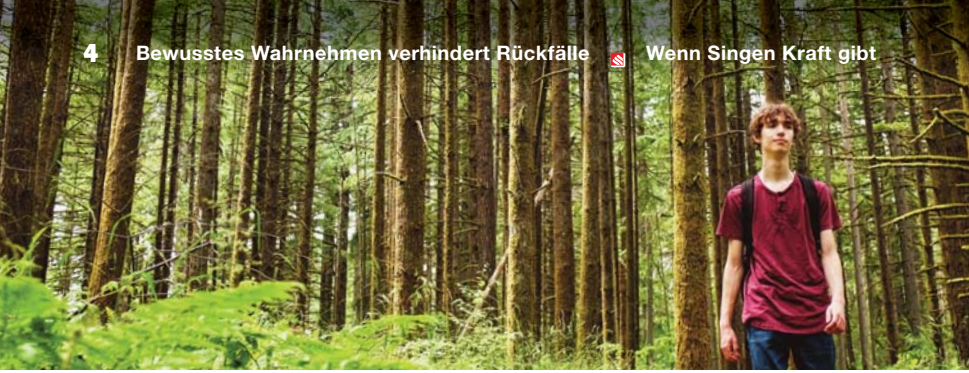
Laut Statistik nutzten in den letzten Jahren häufig Frauen sowie Angehörige die Online-Beratung. Die Entscheidung, ob aus der Online-Beratung auch ein persönlicher Kontakt wird, liegt bei den Nutzerinnen und Nutzern. Das Schreiben ist häufig ein erstes »Coming-out« und hilft, Gedanken zu ordnen und sich selbst über die Situation klar zu werden. Es ist ein Schritt zu mehr »Verbindlichkeit« beim Versuch, Suchtprobleme in den Griff zu bekommen.



Die Plattform ist inzwischen auch auf mobilen Geräten nutzbar. Die Caritas Fachambulanzen für Suchtprobleme in der Diözese Regensburg bieten fast ausnahmslos die Online-Beratung an oder besuchen aktuell entsprechende Schulungen.

Die Erfahrungen im Lockdown haben deutlich gemacht, dass die Online-Beratung eine gute Möglichkeit bietet, in Kontakt zu kommen oder zu bleiben. Mit »Blended Counseling« wird die Vielfalt der Kommunikationskanäle genutzt: Die Online-Beratung ergänzt die Telefon- und Präsenzberatung und ermöglicht zusätzlich eine datensichere Übermittlung von Arbeitsblättern, schriftlichen Unterlagen oder Ähnlichem. Ab Sommer 2021 ist geplant, über die Caritas Online-Beratung auch Videoberatung zu ermöglichen.

Irmgard Pernpeintner, Fachambulanz Regensburg



Bewusstes Wahrnehmen verhindert Rückfälle

Achtsamkeit gegenüber der eigenen Person und Umgebung reduziert Stress und verbessert die Lebensqualität. Die Caritas Fachklinik in Haselbach nutzt das Prinzip zur Unterstützung ihrer Rehabilitandinnen und Rehabilitanden.

»**W**as verstehen Sie unter Achtsamkeit?« Wer diese Frage stellt, der erntet häufig fragende und auch skeptische Gesichter. Viele mögen an Esoterik, Räucherstäbchen und Klangschalen denken. Manch andere kennen den Begriff vielleicht im Zusammenhang mit klassischer Meditation, jedoch geht Achtsamkeit weit darüber hinaus.

Als wichtiger Bestandteil der dritten Welle der Verhaltenstherapie hat die Achtsamkeit nicht nur an Popularität gewonnen, sondern ist mittlerweile als therapeutisches Werkzeug wissenschaftlich anerkannt und wird in der praktischen Arbeit sehr geschätzt. Obgleich es sich nicht um eine neue Erfindung handelt, sondern die ersten Wurzeln schon im Buddhismus wiederzufinden sind, wurde ihr Nutzen für die Psychotherapie, vor allem als Ergänzung zu klassisch kog-

nitiv-verhaltenstherapeutischen Methoden, erst in den letzten Jahren von der breiten Masse der Therapeutinnen und Therapeuten entdeckt.

Der Wert dieses Ansatzes wird deutlich, wenn man sich mit den Grundprinzipien der Achtsamkeit beschäftigt. Professor Jon Kabat-Zinn, der sich in seiner Forschung auf die Zusammenhänge von körperlichen Vorgängen und geistigen Aktivitäten konzentriert, fasste sie wie folgt zusammen: »Achtsamkeit bedeutet, sich dem unmittelbaren Augenblick mit einer nicht wertenden annehmenden Haltung zuzuwenden, dem, was wir gerade tun, ohne in Grübeleien, Erinnerungen oder Zukunftsplanungen gefangen zu sein. Man ist einverstanden, mit dem, was gerade ist, unabhängig davon, ob eine Situation gerade angenehm oder unangenehm ist.«

Bereits 1979 konzipierte er das erste Achtsamkeitstraining für die Psychotherapie. Das Programm »Mindfulness-Based Stress Reduction« (MBSR) konnte in zahlreichen Studien belegen, dass die Haltung der Achtsamkeit etliche körperliche und psychische Stresssymptome reduziert und die allgemeine Lebensqualität sowie das Wohlbefinden der Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer verbessert.

Dies legte den Grundstein für weitere achtsamkeitsbasierte Programme wie die Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT). Es verbindet das MBSR mit der kognitiven Verhaltenstherapie und soll Menschen mit Depressionen vor schweren Rückfällen bewahren. Außerdem integriert es Module der Dialektisch Behavioralen Therapie (DBT) für Menschen mit einer emotional-instabilen Persönlichkeitsstörung vom Borderline-Typus.

Auch für die Entwöhnungsbehandlung von alkohol- und medikamentenabhängigen Menschen bietet die Achtsamkeit hilfreiche Ansätze. Sarah Bowen, Neha Chawla und Gordon Alan Marlatt vom Addictie Behaviors Research Center der University of Washington entwickelten eigens ein Programm zur achtsamkeitsbasierten Rückfallprävention bei Substanzabhängigkeit.

An dessen Inhalten orientieren sich auch die Achtsamkeitsgruppen an der Caritas Fachklinik Haselbach. Wichtigster Bestandteil ist das Kennenlernen des Autopilot-Modus im Rückfallprozess. Ohne bewusste Wahrnehmung von Risikosituationen, Auslösern oder Suchtmittelverlangen ist das Risiko eines Rückfalls deutlich erhöht. Die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden lernen durch

SERIE: Suchttherapie ist mehr als reden

Wenn Singen Kraft gibt

In der Caritas Fachklinik Haselbach gründeten Rehabilitandinnen und Rehabilitanden in Eigeninitiative einen Chor. Das gemeinsame Singen war nicht nur Freizeitgestaltung, sondern unterstützte auch maßgeblich ihre Rehabilitation.



Mit der heilenden Kraft des Singens hat sich der Musiktherapeut Wolfgang Bossinger intensiv befasst. Sein Buch der heilsamen Lieder hat er speziell für den Gesundheitsbereich konzipiert. Darin finden sich zudem zahlreiche wissenschaftliche Erkenntnisse zu Gesang und Musik.

Untersuchungen haben zum Beispiel ergeben, dass sich Singen positiv auf Im-

munsystem, Hormon- und Herzkreislaufsystem, Herzfrequenz sowie Atem- und Gehirnaktivitäten der Menschen auswirken. Auch der angstlösende Wirkstoff Oxytocin wird in größeren Mengen beim Singen ausgeschüttet.

Singen hat also eine deutliche gesundheitsfördernde Wirkung und setzt zudem Selbstheilungskräfte frei. Nachweislich stei-

gert Singen auch das Selbstwertgefühl und sensibilisiert die Wahrnehmung. Nicht zuletzt kostet es nichts, verbessert die Stimmung – und verbindet.

Dies erlebte nun auch die Caritas Fachklinik Haselbach: Dank des Engagements eines Rehabilitanden ist im Patientenkreis im letzten Jahr eine Gesangsgruppe entstanden. Er steckte mit seiner Freude am Gitarre spielen und Singen weitere Rehabilitandin-

einfache Alltagsübungen, was es heißt, achtsam zu sein, und wie sie Achtsamkeit bewusst in den Alltag integrieren können. Sie erfahren dabei unter anderem, dass bereits kleine Übungen – wie achtsames Atmen, achtsames Essen oder achtsames Gehen – erste Veränderungen bewirken können.

Achtsamkeit ist vielfältig einsetzbar, sodass sie bereits in zahlreichen Therapien genutzt wird, ohne dass sie als solche explizit benannt wird. Ein gutes Beispiel hierfür ist das Genusstraining. Ohne die Fokussierung auf den Geschmackssinn sowie neugieriges Erforschen ist Genuss kaum möglich.

Außerdem kann Achtsamkeit auch hilfreich sein, eine gesunde Distanz zu negativen Gedanken einnehmen zu können – gemäß dem Motto »Ein Gedanke ist nur ein Gedanke«. Dabei werden negative Gefühlszustände nicht immer sofort reguliert oder verändert, sondern neugierig und wohlwollend erforscht. Dies fördert nicht zuletzt auch die (Selbst-)Akzeptanz.

Für praktische Übungen nutzen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Caritas Fachklinik auch gerne die naturnahe Umgebung. Egal ob beim Barfußlaufen über den Naturpfad im Garten oder beim Waldbaden: Die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden lernen ihre Umgebung und auch sich selbst wieder bewusster wahrzunehmen und empfinden dies einerseits als spannend, andererseits auch als äußerst entschleunigend. Ein weiterer schöner Nebeneffekt im Alltag der permanenten Reizüberflutung.

*Danielle Keufl,
Fachklinik Haselbach*

nen und Rehabilitanden an. In der Folge übten insgesamt acht Patientinnen und Patienten in regelmäßigen Proben ein ganzes Repertoire an Liedern ein.

Die Gruppe zeigte sich begeistert über die positiven Wirkungen des gemeinsamen Musizierens. Sie erlebten ein starkes Gemeinschaftsgefühl und berichteten, wie das Singen sie freier atmen ließ. Auch die gesamte Fachklinik profitierte von der Initiative: Bei einer Hausversammlung sowie bei der Weihnachtsfeier stellte der noch junge Chor sein Können unter Beweis. Die Hausgemeinschaft und nicht zuletzt die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Fachklinik waren zutiefst beeindruckt von der großartigen Leistung und der Kraft der Musik.

*Fritz Rieder,
Fachklinik Haselbach*



Kerstin Barylla, Fachambulanz für Suchtprobleme Dingolfing

..., Jahrgang 1960, stammt ursprünglich aus Gröbenzell in Oberbayern. Nach ihrem Schulabschluss verschlug es sie nach Wuppertal, wo sie Hotelfachfrau lernte. Schon bald zog es sie aber zurück nach Bayern. Hier arbeitete sie noch einige Jahre im Gastgewerbe und baute ihr Talent für Kommunikation und Organisation weiter aus. Anschließend machte sie eine Umschulung zur Kauffrau für Bürokommunikation und sammelte zahlreiche Erfahrungen als Sekretärin und später auch als Personalreferentin.

Seit Herbst 2007 unterstützt sie als Verwaltungskraft die Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme in Dingolfing. Als erste Anlaufstelle für Klientinnen und Klienten beantwortet sie eingehende telefonische Anfragen und koordiniert die Termine. Daneben übernimmt sie zahlreiche Verwaltungsaufgaben wie die Vorbereitung der Buchhaltung. Ihre Freizeit verbringt sie leidenschaftlich gerne mit ihren Enkeln oder mit einem guten Buch. Wenn es die Umstände wieder zulassen, freut sie sich schon auf die nächste Reise.

MITARBEITER im Profil



Eva Vitzthum, Fachambulanz für Suchtprobleme Weiden

..., Jahrgang 1997, ist gebürtige Weidenerin. Nach ihrem Schulabschluss studierte sie in Regensburg Soziale Arbeit. Im Rahmen ihres 22-wöchigen-Praktikums lernte sie die Arbeit der Caritas vor Ort kennen: Sie unterstützte die Schwangerschaftsberatung in Weiden und hospitierte im Zuge dessen bei weiteren Caritas-Beratungsstellen in der nördlichen Oberpfalz. Dabei verfestigte sich ihr Wunsch, als Beraterin Ratsuchende zu unterstützen und zu begleiten.

2020 schloss sie ihr Bachelorstudium an der OTH Regensburg ab und kehrte direkt im Anschluss wieder in ihre Heimatstadt zurück: Seit Oktober 2020 verstärkt sie die Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme in Weiden. In ihrer Freizeit verabredet sich Eva Vitzthum gerne mit Freunden, derzeit vor allem zum Spaziergehen oder Skypen. Neue Kraft schöpft sie beim Yoga und beim Lesen – ihre besondere Vorliebe sind historische Romane.

Individualität, die verbindet

Peter Häusler leitet seit vielen Jahren die Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme in Schwandorf. Benjamin Treffert ist seit letztem Jahr Leiter Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme in Amberg. Gemeinsam sprechen sie über Entwicklungen in der Suchthilfe.

In den letzten Jahren hatte die Digitalisierung auch großen Einfluss auf die Suchtberatung. Herr Häusler, wie gerne beraten Sie online?

Peter Häusler (PH): Anfang der 2000er-Jahre lieferte die IT-Abteilung den ersten Computer an die Fachambulanz Schwandorf – ohne weiteren Kommentar. Ich brachte ihn so schnell wie möglich ins Zimmer einer Kollegin, wo er ein halbes Jahr unbenutzt stand. Ich bin nicht mit der Digitalisierung aufgewachsen; persönliche Beratungsgespräche sind mir deutlich lieber.

Benjamin Treffert (BT): Ich finde die Digitalisierung spannend. Mit digitalen Medien kann man schnell und gut Kontakt aufnehmen, ohne in den Bus steigen zu müssen. Die Infrastruktur ist nicht immer gut ausgebaut. Hat jemand den Führerschein verloren, ist es fast unmöglich, Anschluss zu finden. Da kann die Digitalisierung ein Befreiungsschlag sein.

Aber man sollte Beratungsangebote nicht nur im digitalen, sondern auch im persönlichen Bereich stärken. Auch wenn man heute digital viele Informationen austauschen kann: Ein reelles Gespräch zwischen zwei Menschen hat oft etwas Heilsames und birgt mehr Informationen, als man meint. Deshalb ist für mich eine ausgewogene Mischung das beste Mittel, das sogenannte Blended Counseling.

PH: Das hört sich jetzt blöd an, aber Corona hat uns diesbezüglich vorangebracht.

Wir waren zur Telefonberatung gezwungen. Zunächst waren wir skeptisch, aber es hat gut funktioniert. Das hat deutlich gemacht: Wir brauchen eine Beratung auf mehreren Säulen, insbesondere im ländlichen Raum.

BT: Ja, in der Krise mussten wir schnell lernen, wie man online oder am Telefon berät. Generell wurde der Digitalisierungs-Boost gut angenommen.

Haben Sie eine Idee, wie sich die Beratung noch weiter entwickeln kann?

BT: Unser Beratungsportal könnte umfunktionalisiert werden zu einem Live-Chat, zum Beispiel für eine offene Beratungsstunde: Die Klienten klicken sich ein zu einer bestimmten Uhrzeit und erhalten direkt Antworten.

PH: Ich muss gerade daran denken, wie lange wir früher gebraucht haben, um Statistiken zu erstellen. Heute geht das wesentlich schneller. Die Kehrseite ist aber: Wenn der Computer nicht geht, können wir nicht arbeiten. Das Problem hatten wir früher nicht.

BT: (lacht) Das ist das letzte Aufbäumen der klassischen Klienten-Akte. Mit dem PC können wir heute schnell und einheitlich arbeiten. Aber sobald ein System-Update kommt, kann ich nicht einmal eine Nummer nachschlagen oder meine Termine einsehen. Generell überwiegen für mich aber die Vorteile: Ruft ein Klient bei einer Kollegin an, ist das sauber dokumentiert und ich muss keine Hieroglyphen entziffern.

Herr Häusler, Sie haben Statistiken erwähnt. Zeigen diese Veränderungen bei den Suchtproblematiken?

PH: Es gibt immer wieder neue Suchtmittel. In meiner Anfangszeit, 1984, war zum Beispiel Spielsucht noch kein Thema, in den letzten Jahren kam Crystal Meth hinzu.

BT: Wobei Crystal regional gebunden ist. Natürlich kenne ich auch Fälle in Kelheim und Straubing, aber in Amberg ist das häufiger der Fall. Das steht im Zusammenhang mit der Autobahn Richtung Tschechien.

Peter Häusler (LINKS) und Benjamin Treffert (RECHTS) sprechen über ihre Erfahrungen aus der Suchthilfe.

PH: Ja, aber ich bin überzeugt, dass sich die Aufgabengebiete der Suchtberatung stetig verändern.

BT: Stimmt, auch durch die Digitalisierung: Viele Menschen verbringen mehr Zeit vorm PC – unabhängig von ihrer Arbeit. Die Pandemie hat dies wahrscheinlich noch verstärkt.

PH: Viele Veränderungen liegen am gesellschaftlichen Wandel: Mit einem Joint schockt man heute keine Eltern mehr. Früher gelang das noch mit einem Playboy. Zu provozieren ist heute schwieriger. Deshalb sind die Verhaltensweisen oft exzessiver.

BT: Wie kann sich die junge Generation denn überhaupt noch abgrenzen? Da wird das Verhalten extrem, fast schon skurril, bis es irgendwann unsere Arbeit betrifft.

Trägt das gemeinsame Auftreten von Sucht und weiteren psychischen Erkrankungen zu einer Veränderung bei?

PH: Würde man sagen, die Komorbidität gab es früher nicht, wäre das sicher falsch. Weitere Erkrankungen wurden damals einfach nicht erfasst. Heute ist zum Beispiel klar, dass Suchtkranke häufig depressive Verstimmungen haben.

BT: Man wusste zwar von den Erkrankungen, der Fokus lag aber woanders. Heute kennt man die Zusammenhänge, sie werden in der Ausbildung stärker thematisiert. Ein Beispiel: In der Zwischenzeit hat man sich intensiv mit Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) im Erwachsenenalter auseinandergesetzt. Manche Betroffene medikamentieren sich selbst und wollen mit Drogen der Hyperaktivität entgegenwirken. Da ist die Gefahr der Abhängigkeit natürlich groß.

PH: ADHS kam in der Suchtberatung früher nie zur Sprache. Aber plötzlich wurde es, übertrieben gesagt, bei jedem zweiten Klienten diagnostiziert.





Kurz notiert

Gemeinsam wachsen

CaritasGROW vereint alle Angebote, Maßnahmen und Dienstleistungen der Caritas Regensburg zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter können bereits eine große Bandbreite an Vorträgen und Workshops besuchen. Außerdem können sie Supervision, Coaching oder psychotherapeutische Leistungen in Anspruch nehmen – auch ein neu eingerichtetes Expertentelefon steht zur Verfügung. Die Reihe *Minutenpsychologie* liefert zudem regelmäßig neue Impulse für den Berufsalltag.

Weitere Workshops zum Selbst- und Konfliktmanagement, zu Burnoutprophylaxe, Gesprächsführung, Suchtprävention sowie zu weiteren Themen sollen folgen. Auch ein Führungskräfteentwicklungsprogramm ist in Planung. Bei Interesse nehmen Sie gerne Kontakt mit Dr. Stefan Gerhardinger auf, per Telefon unter der Nummer 0941/502 1225 oder per E-Mail an s.gerhardinger@caritas-regensburg.de.



Dingolfing gedenkt gemeinsam

Jedes Jahr sterben zahlreiche Menschen an den Folgen ihrer Abhängigkeitserkrankung.

Auch dieses Jahr möchte die Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme in Dingolfing anlässlich des Drogentotengedenktags am 21. Juli 2021 auf das Schicksal der Verstorbenen und ihrer Angehörigen aufmerksam machen und den verstorbenen Suchtkranken gedenken.

Zum ersten Mal findet die Gedenkveranstaltung in Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen aus Dingolfing statt. Neben der Caritas beteiligen sich die Suchtberaterin vom Landratsamt Uschi Vogginger, Steffi Wagner und Christian Loibl vom Kontaktladen in Dingolfing, Sabine Eggersdorfer von der Aidsberatungsstelle Niederbayern, der Streetworker der Stadt, Marcus Reif, sowie Tuba Uygun vom Stadtteilzentrum Dingolfing. Neben dem Gedenken an die Verstorbenen soll durch diese Aktion auch auf die schwierige Lage der Abhängigen vor Ort aufmerksam gemacht werden.

Für mehr Gesundheit am Arbeitsplatz

Im Januar 2022 startet eine neue Ausbildungsrunde zum Betrieblichen Berater für Sucht und psychische Gesundheit der Caritas Regensburg. Der Lehrgang trägt nachhaltig zum betrieblichen Gesundheitsmanagement von Unternehmen bei: Insbesondere Suchterkrankungen können schwerwiegende Folgen am Arbeitsplatz haben und verursachen zudem hohe betriebswirtschaftliche Kosten.

Die Ausbildung zum Suchtberater oder zur Suchtberaterin kann jeder absolvieren; Vorkenntnisse sind nicht vonnöten. Im Seminar erhalten die Teilnehmer fundiertes Basiswissen über Abhängigkeiten und professionelle Suchthilfe. Weiter erfahren sie Konzepte zur betrieblichen Suchthilfe und wie sich diese in der Unternehmenspraxis umsetzen lassen. Hinzu kommen Hospitationen in am-



bulanten und stationären Einrichtungen der Suchthilfe und der Sucht-Selbsthilfe. Die Referentinnen und Referenten sind vor allem in der Suchtberatung der Caritas tätig. Medizinische und juristische Expertinnen und Experten, Kommunikationsprofis sowie Betroffene ergänzen mit Vorträgen den umfassenden Lehrgang. Die genauen Termine sowie weitere Informationen finden Sie unter caritas-regensburg.de/betrieblicher-suchtberater.

Kreuzbund startet wieder durch

Die Infektionszahlen sinken; die Zahl der Geimpften steigt. Damit kann auch der Kreuzbund Regensburg, eine Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige, wieder Gruppentreffen sowie Veranstaltungen planen. Betroffene können wieder regelmäßige Hilfsangebote wahrnehmen, die den persönlichen Dialog in der Gruppe in den Vordergrund stellen. Der eingerichtete Online-Chat wurde während der Kontaktbeschränkungen zwar gut angenommen, die Gruppentreffen bleiben jedoch das Kernstück des Angebots.

»Resilienz und Engagement sind jetzt mehr denn je gefragt, damit uns das wichtigste Merkmal des Kreuzbund Regensburg, die Herzlichkeit, erhalten bleibt«, so der Vorsitzende, Eugene O'Neill.

Termine sowie Zugang zum Online-Chat finden Sie unter kreuzbund-regensburg.de.

BT: Auch Ärztegremien haben dann darauf hingewiesen, mit der Diagnose vorsichtiger zu sein. Nichtsdestotrotz geben uns die Kenntnisse heute einen Rahmen, wie sich ADHS im Erwachsenenalter auswirken kann. Das schlägt sich auch in der Arbeit der Suchtberatung nieder.

Wie macht sich das bemerkbar?

BT: Die Betroffenen sollen die Mechanismen kennen, die sie Suchtmittel konsumieren lassen. Eine Sucht kann zum Beispiel entstehen, wenn eine Person versucht, an einer anderen Krankheit zu arbeiten. Kennen wir als Berater das Zusammenspiel einer Suchterkrankung und zum Beispiel ADHS, können wir Betroffene darauf hinweisen. Sie lernen die Zusammenhänge ken-

nen und können so, wenn sie das möchten, auch einen entsprechenden Facharzt aufsuchen.

PH: Ich versuche immer, mit Klienten herauszuarbeiten, was die Funktion des Konsums war. In welcher Situation war der Konsum positiv? Anfangs ziehen sie immer einen Gewinn aus dem Suchtmittel, so funktionieren Drogen nun einmal. Nach und nach zeigen sich aber die negativen Facetten, bis sie irgendwann überwiegen.

BT: An die langfristigen Konsequenzen denkt anfangs niemand. Es ist aber ein guter Denkanstoß, sie herauszuarbeiten. Die Klienten investieren dafür viel Zeit und kommen auf interessante Ergebnisse. Das ist eine wirklich schöne Seite an unserer Arbeit.

Sie sprechen also sehr individuell mit den Klienten.

PH: Genau, wir bieten immer eine individuelle Beratung, selbst in den Gruppenangeboten steht das Individuum im Vordergrund. Die Belange und Bedürfnisse sind ja immer andere.

BT: Das ist wichtig für die Klienten: Die Konsequenzen anderer betreffen sie nicht. Erst wenn sie sich mit ihrer eigenen Situation auseinandersetzen, hat das eine Wirkung. Wir arbeiten also sehr individuell, aber gleichzeitig ist dieser Ansatz das, was uns in der Suchthilfe der Caritas Regensburg verbindet.

Burcom

Das innere Gleichgewicht finden

»Wie bringe ich die Kuh tanzend vom Eis?« stellt Techniken vor, die Sicherheit und Stabilität vermitteln.

Was ist die Wuu-Atmung? Weshalb gibt uns die Gazelle ein Gefühl der Sicherheit? Das Buch *Wie bringe ich die Kuh tanzend vom Eis?* gibt Antworten auf diese Fragen. Die Autorin Astrid Keweloh lädt ein, ausgewählte Selbsthilfemethoden zu nutzen, um »den in Krisen entstehenden Tunnelblick zu einer neuen und weiterreichenden Perspektive zu öffnen«. Die Psychologin mit Ausbildungen im Bereich der Familientherapie und Klinischen Hypnose spricht mit dem praxisorientierten Buch sowohl Betroffene verschiedener psychischer Probleme und Störungen an als auch Fachleute, die Übungen zur Selbstberuhigung und Veränderung des Erlebens bei ihren Klientinnen und Klienten einsetzen. Sie beschreibt detailliert, was Selbsthypnose ist, wie sie funktioniert und wofür man sie einsetzen kann. Sie stellt Tranceanleitungen zur Verfügung und erklärt positive

Sprache: Wirksamer als »Ich habe Angst« ist »Ich fühle mich noch nicht sicher.« Anhand von Körperbildern vermittelt die Autorin die Position und Bedeutung der Akupunkturpunkte. Das Klopfen wird kombiniert mit Affirmationen und soll alte Muster »verstören« sowie neue neuronale Netzwerke anregen. Ebenso stellt Astrid Keweloh Atemübungen und sogenannte Mudras, Finger-Yoga, vor und ermuntert wie bei allen Übungen: »Geduld ist die Mutter der Porzellankiste«. Dem praktischen Teil vorangestellt ist der theoretische Hintergrund, in dem sie anschaulich und verständlich komplizierte Begriffe und Zusammenhänge erklärt wie »neuronale Netzwerke«, »negative Verzerrung« und

»Stress-Toleranz-Fenster«. Dabei schlägt sie immer eine Brücke zwischen Theorie und Praxis und erklärt die Wirksamkeit der Methoden.

Astrid Kewelohs Buch ist eine Quelle für ressourcenorientierte und körperbezogene Methoden in Beratung und Psychotherapie, in denen Fachleute sicher das eine oder andere Bekannte wiederfinden, aber auch viele neue Anregungen erhalten.

Irmgard Pernpeintner,
Fachambulanz Regensburg



»Wie bringe ich die Kuh tanzend vom Eis?«
Astrid Keweloh,
Carl-Auer-Verlag:
Heidelberg 2020.
ISBN:
978-3-8497-0359-2
Preis: 24,95 Euro

Jubiläen in Zeiten der Pandemie

Seit über einem Jahr hat das Corona-Virus unseren Alltag im Griff. Die Auswirkungen der Pandemie spüren wir täglich – im Berufs- und auch Privatleben. Gleich fünf Einrichtungen und Angebote der Suchthilfe mussten ihr Jubiläum wegen der bekannten Regeln absagen.

Bettina Zurek leitet die Fachambulanz Parsberg. Zum Angebot der Beratungsstelle gehört unter anderem eine Nordic-Walking-Gruppe.

25

In Parsberg entstand 1995 eine eigenständige Fachambulanz aus der 1991 gegründeten Außenstelle. Seither hat sich dort viel getan: Gemeinsame Walkingaktionen mit Klientinnen und Klienten gehören inzwischen genauso zur Tagesordnung wie Info-Stände auf dem Bauernmarkt, Vorträge und Beteiligungen an Gesundheitstagen. Das weitläufige Einzugsgebiet der Fachambulanz sorgt dafür, dass die Netzwerkarbeit bis zur Stadt Neumarkt und dem Sozialpsychiatrischen Dienst Neumarkt reicht. Vergangenes Jahr war es dann soweit: Das Vierteljahrhundert war voll.



10

Das zehnjährige Bestehen feiert die Fachambulanz in Cham: Seit 2011 ist sie eine eigenständige Einrichtung. Zuvor war sie angegliedert an die Fachambulanz in Regensburg. Die Suchthilfe in Cham ist im Laufe der Jahre gewachsen: Zusätzlich zur seit 1996 bestehenden Außenstelle in Bad Kötzting eröffnete 2012 die Außenstelle in Roding, 2020 kam die Außenstelle Furth im Wald hinzu. Schon ein Jahr nach der Eigenständigkeit etablierten die Verantwortlichen eine Angehörigengruppe, die erst 2020 durch die Pandemie eine Unterbrechung fand. Nach dem Rückzug der Beratungsstelle Waagnis aus Cham, wurde die Fachambulanz 2014 zusätzlich eine Anlaufstelle bei Essstörungen.



Hans-Peter Dorsch (LINKS) und Streetworker Ben Peter (RECHTS) freuen sich über das Erfolgsmodell Spritzenaustausch. Peter Häusler ist Leiter der Fachambulanz Schwandorf (UNTEN).



10

»Vor zehn Jahren begannen wir uns in ein Feld zu wagen, ohne abschätzen zu können, wo es hin-

führt«, resümiert Hans-Peter Dorsch von der Aids-Beratungsstelle Oberpfalz. Eines ist zumindest klar: Das Projekt Spritzenaustausch, das 2021 sein zehnjähriges Bestehen feiert, ist ein Erfolgsmodell. Die Zusammenarbeit der Aids-Beratungsstelle, dem Verein DrugStop, der Caritas Fachambulanz für Suchtprobleme und allen Streetworkern zeigt dabei, wie erfolgreich eine gelebte Kooperation sein kann. So meint Dorsch: »Immer mehr Klientel wird erschlossen – da sind wir noch nicht am Ende. Wir erreichen immer mehr Nutzer!«

5

2020 war das Jubiläumsjahr einer weiteren Einrichtung: mindzone Regensburg feierte das fünfjährige Bestehen.

Das 1996 ins Leben gerufene Projekt gibt es inzwischen an sieben bayerischen Standorten und richtet sich an junge Partygängerinnen und Partygänger, die sich über Konsum, Risiken und Wirkungsweisen von Substanzen legaler und illegaler Art informieren wollen und unter Umständen bereits Konsumerfahrungen haben. Unter dem Motto »sauber drauff!« informieren Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen zusammen mit Ehrenamtlichen ohne erhobenen Zeigefinger direkt vor Ort: Bis zur Pandemie hatte mindzone Info-Stände auf über 50 Events, Open Airs und Festivals. Derzeit besteht das Team in Regensburg aus 20 Personen.

10

»2021 feiert die Fachambulanz für Suchtprobleme in Schwandorf ihr zehnjähriges Bestehen als eigenständige Ein-

richtung. Bis zu diesem Jubiläum war es ein ereignisreicher, manchmal auch beschwerlicher Weg«, sagt Peter Häusler. Als der Leiter der Fachambulanz 1984 die erste Vollzeitstelle in Schwandorf übernahm, war sie noch eine Außenstelle der Fachambulanz Amberg. Stefan Schmidberger, der damalige Abteilungsleiter Soziale Dienste im Diözesan-Caritasverband, brachte den Stein ins Rollen: Auf seine Anregung hin entschied sich der Verband, in Absprache mit dem Bezirk Oberpfalz, neben der Außenstelle Cham auch Schwandorf eigenständig werden zu lassen. Die jetzige Leiterin des Referats Ambulante Suchthilfe, Marion Santl, die Psychologin Anne Amann, die Diplom-Sozialpädagogin Karin Schmittner, die Verwaltungsangestellte Dorothea Meyer und der Diplom-Sozialpädagoge Peter Häusler waren die Frauen und Männer der ersten Stunde an der nunmehr eigenständigen Fachambulanz.



Sauber drauff: Über 50 Infostände organisierten die Verantwortlichen von Mindzone in den vergangenen Jahren.



Statistik der Suchthilfe 2020

Durch die Corona-Pandemie ist das Thema Abhängigkeit in den Fokus der Öffentlichkeit geraten. Die Fachambulanzen erreichen derzeit häufig Anfragen, ob es nun mehr Alkoholabhängige gäbe, ein Anstieg bei der Computersucht erkennbar wäre oder ob das Online-Glücksspiel zum großen Problem geworden sei.

Ambulante Suchthilfe

Die Pandemie hat auch die ambulanten Beratungsdienste der Suchthilfe unvorbereitet getroffen. Die anfänglichen Kontakteinschränkungen sowie die Angst vor einer

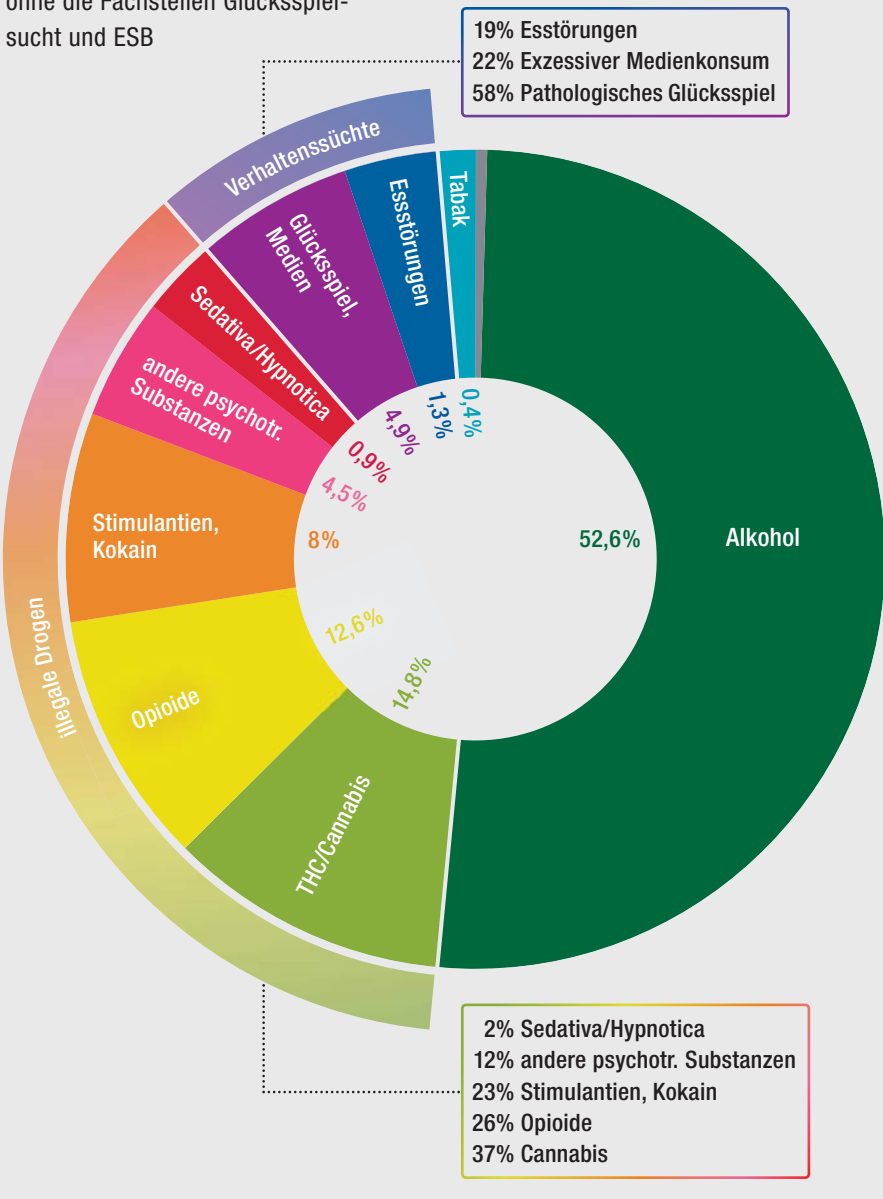
Ansteckung ließen vermuten, dass eventuell weniger Ratsuchende den Kontakt zur Beratung suchen würden, doch die Zahlen blieben relativ stabil: 2020 fanden an den elf Fachambulanzen des Diözesan-Caritasverbandes Regensburg 5299 Betreuungen statt; 2019 waren es 5623. Auch die Verteilung der Hauptdiagnosen fällt ähnlich wie im Vorjahr aus.

Die Ratsuchenden sind sowohl Betroffene als auch Angehörige und Menschen aus dem näheren Umfeld. Die insgesamt 28033 Kontakte fanden persönlich, telefonisch sowie über die Online-Beratungsplattform der Caritas statt.

Der Beratungsanteil von Konsumenten illegaler Drogen lag bei 43%, von Alkohol bei 52%. Bei letzterem ist für die Fachambulanzen neben der Beratung und Behandlung von Abhängigkeit ebenso ausschlaggebend, riskant Konsumierende zu beraten und in einen gesundheitsbewussten Lebensstil zu begleiten.

Die Verhaltenssüchte, zu denen auch Essstörungen, Kaufsucht sowie exzessiver Pornokonsum zählen, machen insgesamt 5% der Beratungen aus. Mit einem Anteil von 58% sind Beratungen zum pathologischen Glücksspiel am häufigsten innerhalb dieser Gruppierung.

Substanzbezogene Hauptdiagnosen ohne die Fachstellen Glücksspiel-sucht und ESB



Fachstellen Glücksspiel

Ein spezifisches Angebot für Betroffene sowie Angehörige bieten die Fachstellen Glücksspiel an den Fachambulanzen in Regensburg und Weiden mit insgesamt 0,95 Stellenanteilen. 2020 suchten in Regensburg 139 Personen die Fachstelle auf; in Weiden waren es 43 Personen.

Im Jahr 2021 gilt es, die Gruppenangebote für Spieler und Spielerinnen wieder einzuführen, ebenso wie die Online-Angebote PlayChange und die Videoberatung weiter auszubauen.

Externe Suchtberatung

Die vier Beraterinnen und Berater der Externen Suchtberatung an den Justizvollzugsanstalten Weiden, Amberg und Regensburg versorgten 2020 489 Klienten mit insgesamt 1537 Beratungskontakten. Ein Schwerpunkt lag auf der Vermittlung der Gefangenen in eine geeignete Therapieeinrichtung. Es wurden 183 Anträge auf Kostenübernahme für eine stationäre Entwöhnungsbehandlung gestellt.

Streetwork

Die Streetwork der Caritas Suchthilfe stand angesichts der Ausgangs- und Kontaktbeschränkungen im vergangenen Jahr vor besonderen Herausforderungen.

Insgesamt versorgte der Streetworker circa 300 Menschen (222 männlich, 78 weiblich) mit Kurzberatungen, Essen, aber auch Non-Food-Artikeln wie Bekleidung sowie pandemiebedingt mit Hygieneartikeln und Mund-Nasen-Bedeckungen. Ein großes Dankeschön gilt allen Unterstützern der Caritas, die dies durch zahlreiche Spenden möglich machten.

Beim Spritzentausch der Fachambulanz für Suchtprobleme und der Streetwork Regensburg wurden während des letzten Jahres 5280 Kontakte gezählt – ein neuer Höchststand.

Stationäre Suchthilfe

Fachklinik Haselbach

2020 haben 147 Rehabilitandinnen und Rehabilitanden eine Therapie in Anspruch genommen, darunter 112 Männer und 35 Frauen. Im Durchschnitt blieben sie 120 Tage im Haus.

Zwischen April und Juli 2020 gab es der Pandemie wegen einen Aufnahmestopp durch die Kostenträger. Nur Rehabilitandinnen und Rehabilitanden, die nahtlos aus Bezirkskrankenhäusern kamen, durften aufgenommen werden.

Im vergangenen Jahr stiegen die Abbrüche von normalerweise 8% auf 22%. Dies ist eventuell eine Folge der Corona-Maßnahmen: Die Rehabilitandinnen und Rehabilitanden durften über einen langen Zeitraum weder Besuch empfangen noch nach Hause fahren.

Kostenträger waren zu circa 80% Rentenversicherungsträger und zu circa 20% Krankenkassen.

Adaption START

2020 erfolgten in der Adaptationseinrichtung 24 Aufnahmen; im gesamten Jahr wurden vier Frauen und 23 Männer behandelt. Die durchschnittliche Verweildauer in der Einrichtung betrug 100,9 Tage.

14 Klientinnen bzw. Klienten waren aufgrund von Alkohol in der Einrichtung, sechs aufgrund illegaler Drogen sowie vier wegen multiplem Substanzgebrauchs. Besonders auffällig ist, dass bei 61% der Rehabilitandinnen und Rehabilitanden Doppeldiagnosen bestanden.

Aufgrund der Corona-Pandemie hatten von 18 regulär Entlassenen nur zwei eine Arbeitsstelle und ein weiterer einen Studienplatz. Zwei Personen waren berentet, drei weitere langfristig arbeitsunfähig.

Zwölf Rehabilitanden zogen im vergangenen Jahr in eine eigene Wohnung, zwei kamen bei Familienmitgliedern unter. Vier Personen wurden ins Betreute Wohnen vermittelt. Zwei Personen fanden eine Wohnung und erhalten Unterstützung durch Betreutes Einzelwohnen.

2020 hatte START zehn verschiedene Kostenträger, davon zwei verschiedene Bezirke, eine Knappschaft, eine Krankenkasse und sechs Rentenversicherungsträger.

Allen Mitarbeitenden der Suchthilfe der Caritas Regensburg sei an dieser Stelle für das unermüdliche Engagement während dieser unsicheren Zeit herzlich gedankt! Ohne sie wäre das Angebot der Suchthilfe nicht aufrecht zu halten gewesen.



Zum Glück gibt's den Sinn!

Die Pandemie kommt mir vor wie eine Zeit mit angezogener Handbremse. Alles, was in meinem persönlichen Alltag sonst Abwechslung – oder sagen wir es ruhig: Glücksgefühle – bringt, war lange Zeit verboten, z. B. Konzertbesuche, das Weggehen mit Freunden oder ein paar Tage in den Bergen. Ich sehne mich nach Momenten, die sich unterscheiden vom eintönigen Grau des Alltags. Nun gibt es solche grauen Phasen ja nicht nur während einer Pandemie. Auch sonst frage ich hin und wieder: Was gibt mir den Kick, wo es doch gerade wenig Schönes zu erleben gibt? Der Wiener Arzt und Psychotherapeut Viktor E. Frankl (1905–1997) warnt davor, das Glück auf direktem Wege zu suchen. Für ihn ist Glück natürlich auch erstrebenswert im Leben, aber kein Ziel, das man direkt anpeilen und schnell erreichen könnte wie etwa die Zielscheibe beim Bogenschießen. Glück gibt es nicht als Produkt zu erwerben, Glück gibt es nur als Begleiterscheinung eines sinnerefüllten Lebens. Glück stellt sich ein, wenn Menschen sich einer Sache hingeben können oder wenn sie mit Engagement etwas verfolgen, was ihnen sinnvoll erscheint. Frankl kommt sogar zu dem Schluss: »Sich selbst verwirklichen kann der Mensch also eigentlich nur in dem Maße, in dem er sich selbst vergisst, in dem er sich selbst übersieht.«

Dieses Zitat stammt aus einem Vortrag Frankls aus dem Jahr 1972. Fast ein halbes Jahrhundert später lassen sich seine Worte sogar neurobiologisch untermauern. Die Hirnforschung zeigt nämlich, dass sich das Gefühl von Glück immer dann einstellt, wenn Menschen Herausforderungen erfolgreich bewältigen oder mit anderen Menschen empathisch kooperieren. Glück

ist das Resultat mitunter harter Arbeit, aber ein Aufwand, der sich lohnt. In der Bibel gibt es eine interessante Parallele. Jesus hat bei seinem öffentlichen Auftreten viel vom Reich Gottes gesprochen.

Es war sein Anliegen, Menschen dafür zu gewinnen, ihnen den Weg zum Heil schmackhaft zu machen. Wenn er dabei auch exemplarisch Kranke geheilt hat, hat er nicht einfach für alle das Glück herbeigezaubert. Sein Weg war die Pro-Existenz, das Engagement für andere. Besonders augenscheinlich wird dieser Weg beim Abendmahl am Abend vor seinem Leiden. Als zentrales Zeichen schildert das Johannesevangelium, dass Jesus seinen Jüngern die Füße wäscht. Sich für die anderen zu engagieren, das ist Jesu Weg zum Heil – oder eben zum Glück. Auch in anstrengenden, scheinbar glücklosen Lebenssituationen lohnt es sich daher, nach Sinnvollem zu suchen und sich dafür zu engagieren! Den Sinn gibt's zum Glück immer!

Dr. Christoph Seidl, Seelsorger für Berufe im Gesundheits- und Sozialwesen im Bistum Regensburg

Rat und Hilfe

Caritas Fachambulanzen für Suchtprobleme

92224 **Amberg**, Dreifaltigkeitsstraße 3
Telefon 09621/47 55 40
beratung@suchtambulanz-amberg.de

93413 **Cham**, Klosterstraße 13
Telefon 09971/84 69 15
info@suchtambulanz-cham.de

94469 **Deggendorf**, Bahnhofstraße 7
Telefon 0991/374 10 00
beratung@suchtambulanz-deggendorf.de

84130 **Dingolfing**, Speisemarkt 1
Telefon 08731/325 73 30
beratung@suchtambulanz-dingolfing.de

93309 **Kelheim**, Pfarrhofgasse 1
Telefon 09441/50 07 42
beratung@suchtambulanz-kelheim.de

84028 **Landshut**, Gestütstraße 4a
Telefon 0871/80 51 60
mail@suchtberatung-landshut.de

92331 **Parsberg**, Alte Seer Straße 2a
Telefon 09492/73 90
beratung@suchtambulanz-parsberg.de

93047 **Regensburg**, Hemauerstraße 10c
Telefon 0941/630 82 70
suchtambulanz@caritas-regensburg.de

92421 **Schwandorf**, Ettmannsdorfer Straße 2–4
Telefon 09431/998 06 80
beratung@suchtambulanz-schwandorf.de

94315 **Straubing**, Obere Bachstraße 12
Telefon 09421/99 12 24
beratung@suchtambulanz-straubing.de

95643 **Tirschenreuth**, Ringstraße 55
Telefon 09631/79 89 10
beratung@suchtambulanz-tirschenreuth.de

92637 **Weiden**, Bismarckstraße 21
Telefon 0961/39 89 01 50
beratung@caritas-suchtambulanz-weiden.de

Weitere Einrichtungen im Caritas-Suchthilfe-Verbund

Fachklinik für alkohol- und medikamenten- abhängige Frauen und Männer

94354 **Haselbach**, Kneippstraße 5
Telefon 09961/941 20 · info@fachklinik-haselbach.de

Adaptionseinrichtung START

93055 **Regensburg**, Reichsstraße 13
Telefon 0941/79 13 27 · info@start-regensburg.de

Kreuzbund e.V. – Diözesanverband

93047 **Regensburg**, Hemauerstraße 10c
Telefon 0941/63 08 27 11
info@kreuzbund-regensburg.de

Online-Beratung

Jederzeit, anonym und kostenlos

Stellen Sie Ihre Fragen zu Süchten
und Abhängigkeiten schnell und anonym:

caritas.de/onlineberatung
oder suchthilfe-ostbayern.de



Impressum

[Herausgeber] Caritasverband für die Diözese Regensburg e.V.
Von-der-Tann-Straße 7 · 93047 Regensburg · suchthilfe@caritas-regensburg.de
[Redaktion] Burcom Regensburg, Eva Menacher, Fritz Rieder, Marion Santl,
Helmut Würzl
[Konzept & Design] Keysselitz GmbH · 80337 München
[Bildnachweis] Uwe Moosburger 1ro; shutterstock: Tero Vesalainen 1u; istock-
photo.com: artisteer/image Source 3o, Blackregis 3u, Donald Gruener 4o,
Alessandro Biascioli 4u; stock.adobe.com: Andrey Popov 3o, dusanpetkovic 7or;
privat 5, 6, 11; Keysselitz 7Im, 10; Carl-Auer-Verlag 8o; Caritas Regensburg 8u, 9
[Druck] Druck-Kultur GmbH · 85737 Ismaning
[Auflage] 2600 Exemplare

Lesen Sie die »Suchthilfe konkret« als PDF!

www.suchthilfe-ostbayern.de/suchthilfe

