

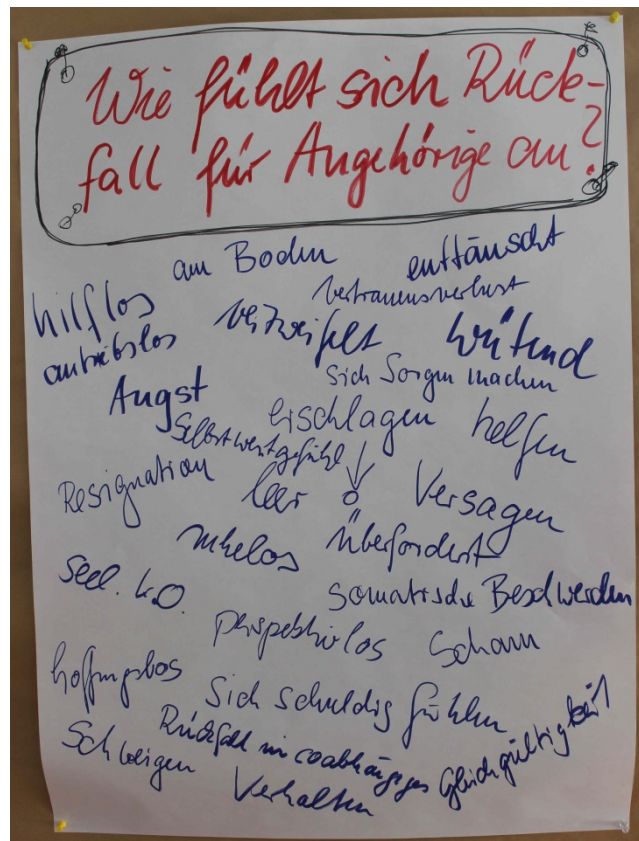
AG I - Rückfall aus der Sicht der Angehörigen

Moderation:

Beate Drowatzky, Caritasverband Dresden-Meißen



Wie fühlt sich Rückfall für Angehörige an?



Für Angehörige ist ein möglicher Rückfall mindestens so bedrohlich wie für den Suchtkranken selbst.

Je enger die persönliche Beziehung zur suchtkranken Person und je geringer die Freiheit auf Distanz gehen zu können, umso belastender und emotional überwältigender wirkt sich der Rückfall aus.

Während der Suchtkranke der Handelnde bleibt, steht der Angehörige dem Rückfallgeschehen oft hilflos gegenüber. Manchmal fragen sich Angehörige: was habe ich falsch gemacht? hätte ich den Rückfall verhindern können oder gar müssen? aber auch: wie kann es jetzt weitergehen?

Gefühle der Hilflosigkeit, der Enttäuschung, des Mitleids, aber auch des Ärgers, der Wut und der Genugtuung sind in der Rückfallsituation **normal, dürfen sein und brauchen ihren Platz**, sollen aber nicht dem Rückfälligen übergestülpt werden.

Gemeinsam haben die Teilnehmenden überlegt, mit welchem Blick sie auf Rückfälle schauen:

Rückfall – erneuter Konsum der „Problemsubstanz“ nach einer Phase der Abstinenz!

Rückfall – Nichterreichen/ Unterschreiten eines selbstgesteckten Zieles im Umgang der Problemsubstanz

Rückfall als Chance

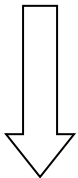
Rückfall als Katastrophe

Rückfall als Krise (im Sinne von Wendepunkt)

Rückfall als Teil des Krankheitsgeschehens

Warum ist es hilfreich, zwischen Ausrutscher und schwerem Rückfall zu unterscheiden?

Vorfall



1. Erklärung eigener Unfähigkeit; „Ich bin einfach ein labiler Mensch“
2. Resignation, sinkende Zuversicht; „Nun ist sowieso alles aus.“
3. Schuld- und Schamgefühle; „Ich könnte in den Erdboden versinken.“, „Ich kann keinem mehr in die Augen sehen.“

Schwerer Rückfall

Folgerungen aus diesen Verläufen:

1. Ausrutscher nicht dramatisieren
2. Ausrutscher nicht bagatellisieren
3. Ausrutscher ernst nehmen

Viele Angehörige empfinden Gefühle der Rat- und Hilflosigkeit und Ohnmacht, Sie haben den Eindruck, dass sie nichts tun können, nichts verändern können, nur abwarten können, dass etwas passiert. Selbstverständlich kann der Betroffene nur selbst einen Schritt setzen, um das Problem wieder in den Griff zu bekommen, aber auch Angehörige haben Einfluss auf das Suchtgeschehen.



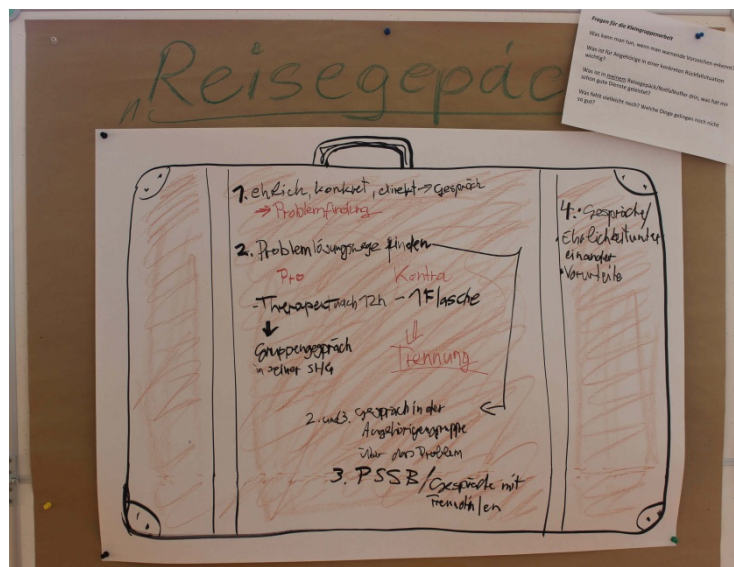
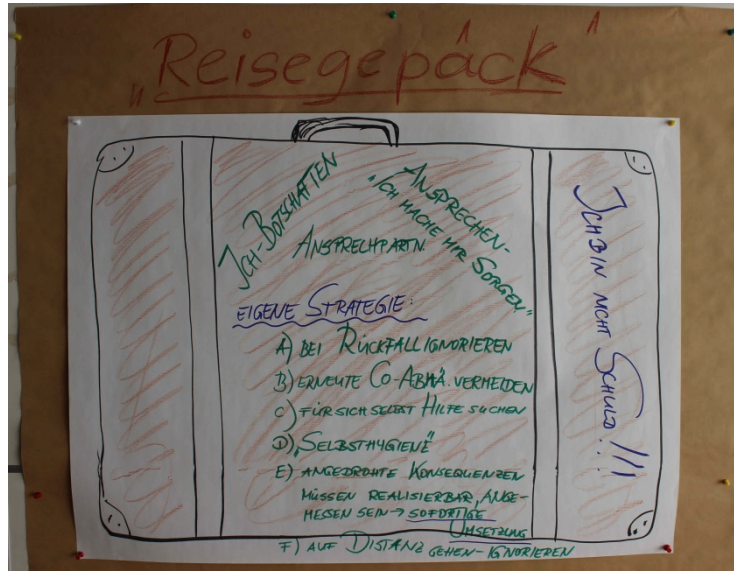
In zwei Kleingruppen diskutieren die Teilnehmenden zu folgenden Fragen:

Was kann man tun, wenn man warnende Vorzeichen erkennt?

Was ist für Angehörige in einer konkreten Rückfallsituation wichtig?

Was ist in meinem Reisegepäck/Notfallkoffer drin, was hat mir schon gute Dienste geleistet?

Was fehlt vielleicht noch? Welche Dinge gelingen noch nicht so gut?



In einer akuten Rückfallsituation:

- Ruhe und Überblick bewahren
- Fakten klären / Überblick verschaffen
- Gibt es einem „Notfallplan“? (Klinik , Rückfalltraining, Abstinenzkarte)
- Bedarf es notärztlicher Versorgung?, ggf. Krankenhaus
- eigener Notfallplan; Was hatten Sie sich vorgenommen?