

Sucht, Beziehung und Familie

Jan-H. Obendiek

F a c h k l i n i k " A l t e Ö l m ü h l e
Magdeburg



Was sind Angehörigen ?

- q Ein Versuch von Kurt Tucholsky ;
- q Die Familie (familia domestica, die gemeine Hausfamilie) kommt in Mitteleuropa wild vor und
- q verharret gewöhnlich in diesem Zustande.
- q Sie besteht aus einer Ansammlung vieler Menschen verschiedenen Geschlechts,
- q die ihre Hauptaufgabe darin sehen, ihre Nasen in deine Angelegenheit stecken.
- q Wenn die Familie größeren Umfang erreicht hat, nennt man sie „ V e r w a n d t s c h a f t “ .

Was ist die Situation

q 3,4 Millionen Suchtkranke

q 1,77 Millionen alkoholabhängig

q 1,4 Millionen medikamentenabhängig

q 600.000 drogenabhängig

„ * Drogen- und Suchtbericht BmG 7/2014

q 5–7 Mio. Angehörige

è *mehr Angehörige als Suchtkranke !!!*

è Nur 10% der Alkoholiker machen eine Therapie (Mann)

è 90% der Angehörigen leben mit einem Kranken zusammen, der keine Behandlung bekommt !!!

WAS ICH AUCH TUE- MEIN
MANN STEHT IMMER
VOLL HINTER MIR...

TOLL!



Was ist die Situation

q Angehörige von Suchtkranken sind besonders belastet.

q Sie ...

q ... werden (mit) verantwortlich gemacht

q ... fühlen sich selbst (mit) verantwortlich

q ... erleben die Sucht bewusster als

q ... sind sozial belasteter als andere.*

* Moos, R.H., Finney, J.W. & Gamble, W. The process of recovery from alcoholism II. Comparing spouses of alcoholic patients and matched community controls. *Journal of Studies on Alcohol* 43, 888-909



Fragen, Fragen, Fragen ...

q Warum trennen sich Angehörige nicht (einfach)?

q *umgekehrt gefragt:*

q Was hält jemand mit einem Suchtkranken zusammen?

q Was hält Menschen überhaupt zusammen?

q *Therapie?*

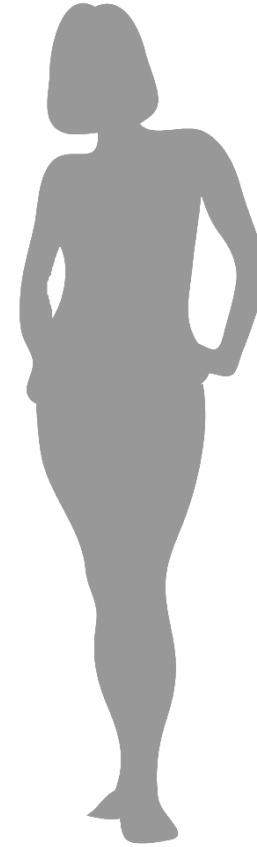
Was zusammenhält



Beziehung



Was hält eine
Beziehung
zusammen?



Was hält Familien zusammen?

Bindung

- q Starke emotionale Beziehung
 - q Kind: Nähe suchen
 - q Erwachsener: Fürsorge zeigen
- q evolutionär angelegtes Verhaltenssystem
 - q è Bindungsverhalten

Wie entsteht Bindungsverhalten



John Bowlby

Bindung ist ein ...

q affektives (gefühlsbetontes)

q als Folge von vorprogrammierten Verhaltensmuster,

q auf ein bestimmtes Individuum konzentriert

q die Wirkung besteht darin,
das erste Individuum nahe an das andere heranzubringen,
und es dort zu halten

q deshalb der umfassende Begriff „ E



JanH. ObendiekAlte ÖlmühleMagdebrug

Unterschiede im Bindungsverhalten



Individueller Unterschiede in der Bewältigung von Trennungsstress . Die fremde Situation
Mary Ainsworth

Unterschiede im Bindungsverhalten

Beobachtung: Verhalten bei Wiedervereinigung

- q Kontakt und Nähe zur Mutter sicher
- q Ignorieren oder aktives Vermeiden der Mutter vermeidend
- q Annäherungs-Vermeidungs-Konflikts gegenüber der Mutter ängstlich-ambivalent
- q è **Bindungsstile**

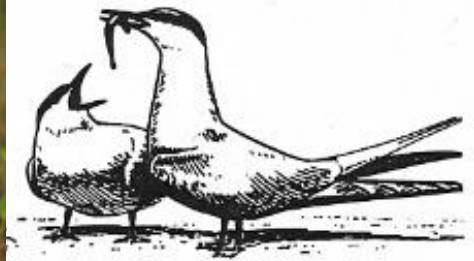
Fürsorge/ Bindungsverhalten

Reptilien

z.B. Iguanas keine elterliche Fürsorge



- q Vögel
z.B. Seeschwalben Gesten der elterlichen Fürsorge an
Signal beim Balzverhalten wiederverwandt



- q Säugetiere
z.B. Orangutan
Emotionale Repertoire der Eltern-Kind-Interaktion wird
in der erwachsenen Paarbeziehung erneut verwe



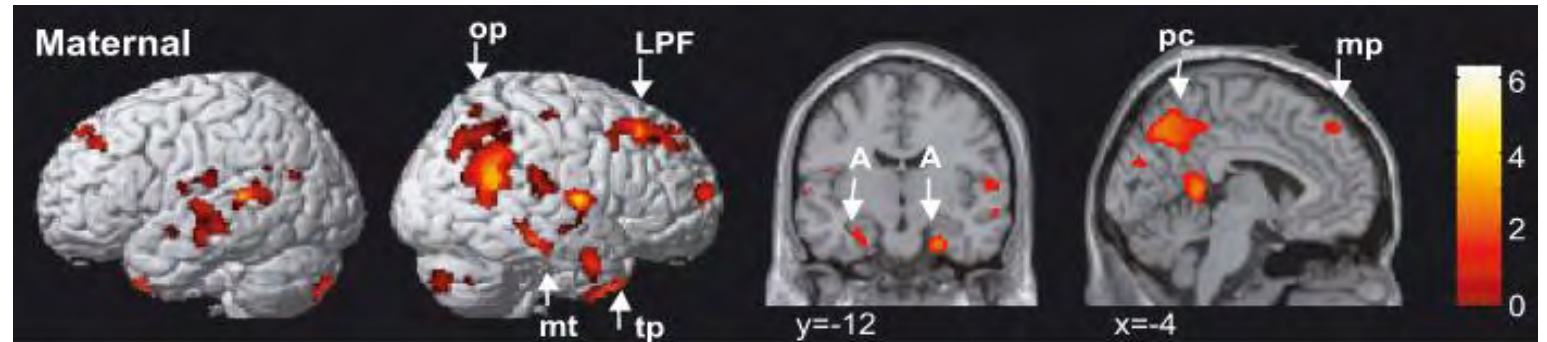
Macht Liebe blind?

Mütterliche und romantische Liebe deaktivieren bzw. aktiviert die gleichen Areale im Gehirn

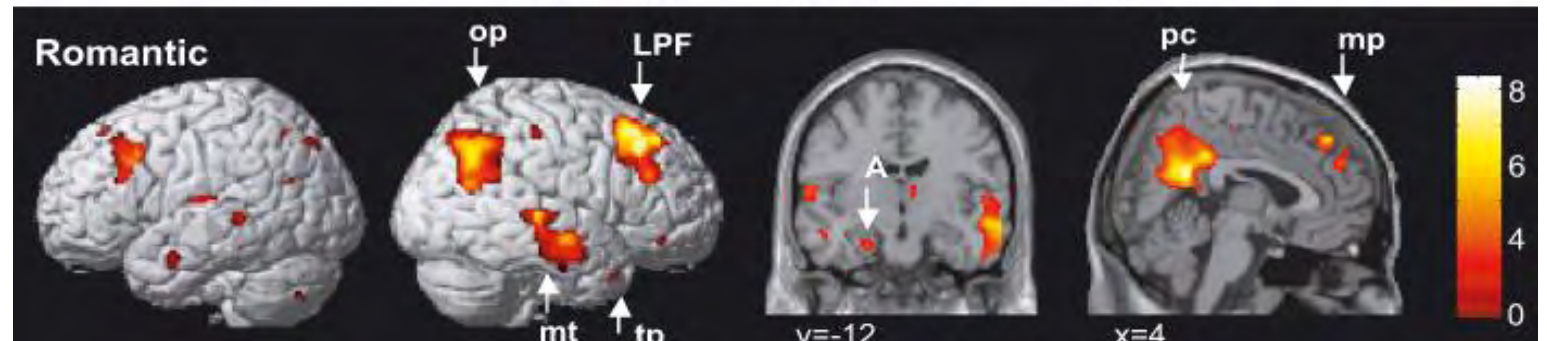
ò negative Emotionen, kritische soziale Beurteilungen v. Mitmenschen

ñ Belohnungssystem

Mütterliche Liebe



Romantische Liebe





Jan-H. Obendiek Alte Ölmühle Magdeburg

Grundbedürfnisse des Einzelnen

- q Bindungsbedürfnis
- q Orientierung und Kontrolle
- q Lustgewinn/Unlustvermeidung
- q Selbstwerterhöhung

*Grawe,2004

- q Alle Grundbedürfnisse sind im Fall von Sucht irritiert

Beim Suchtkranken:

- Ausgrenzung
- Kontrollverlust
- Unlusterleben
- Minderwertigkeitsgefühle

Beim Angehörigen:

- Ausgrenzung u. Alleingelassen
- Kontrollverlust
- Unlusterleben
- Minderwertigkeitsgefühle

Bindung Bezogenheit

- q Auf wen ist der Suchtkranke bezogen?
- q Auf wen sind die Angehörigen bezogen?
- q Bindung + Sucht = Einbahnstrasse



s Ô-ρEà @ê } * ã *





Jan H. Obendiek Alte Ölmühle Magdeburg

#-

- q 50er Jahre, 80er Jahre in Deutschland
 - q vordergründig einleuchtend
 - q die krankheitsfördernden Dynamiken innerhalb der Familiensysteme man sich zu ersten Mal erklären
 - q „Suchtfamilie“ oder „suchtkranke“
 - q „Die Abhängige leidet an einem Mangel an Selbstwertgefühl, das durch übermäßige Fürsorge und Kontrolle“
-

- q Vorteil: Erklärung der Suchtkranke fühlt sich nicht allein betroffen
- q Nachteil: „Diagnoseabhängig“ kann Schuldgefühle erzeugen;
- q der Angehörige könnte zum Problem erklärt werden

Sucht, Bindungsstil, Gesundheit

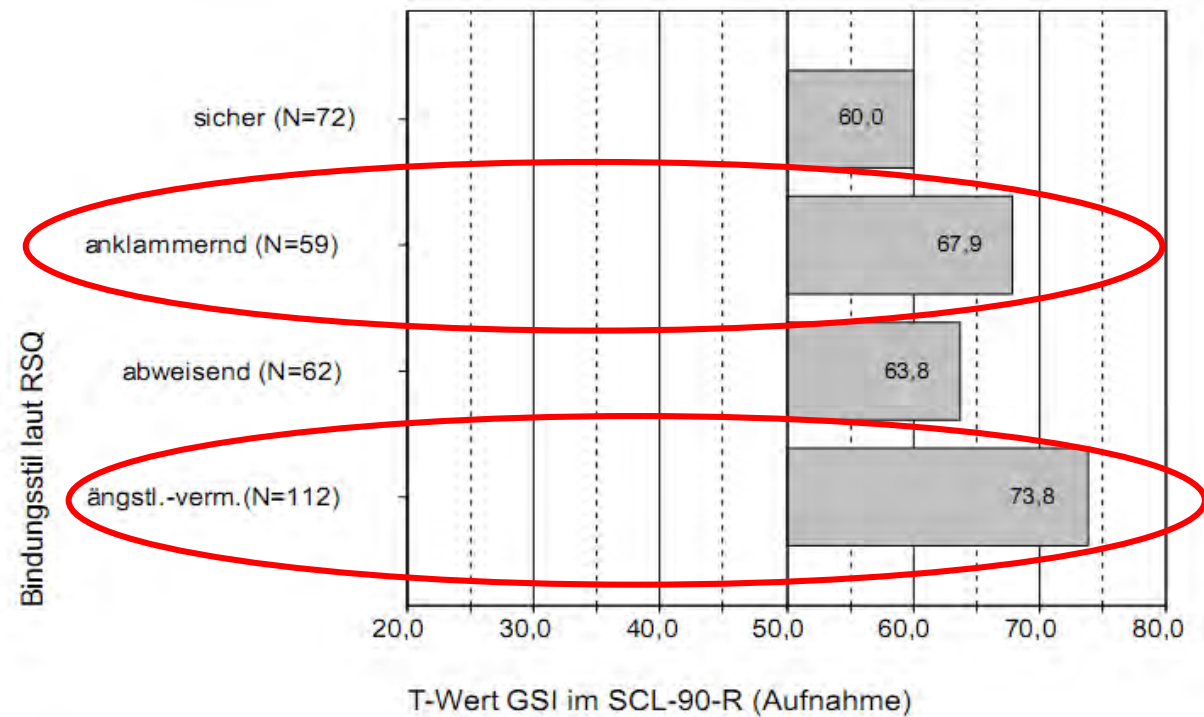
q è Sucht verändert Bindungsverhalten

Angehöriger

Suchtkranker

anklammernd/abweisend

ängstlich/vermeidend



Was bedeutet das für die Therapie

Bindungsverhalten ist ein zentrales Thema !

Therapieprozess ...

Ein Suchtkranker muss erst einmal
zu einer Person eine Beziehung aufbauen
bei der er sich sicher fühlt.

...dann eine Beziehung... dann eine Beziehung... dann neue Beziehungen zu
(neuen) Umfeld.

Ein Angehöriger muss erst einmal
zu einer Person eine Beziehung aufbauen
bei der er sich sicher fühlt.

...dann eine Beziehung... dann eine Beziehung... dann neue Beziehungen zu
(neuen) Umfeld.

q Sicheres gesundes Bindungsverhalten entwickeln



Wie erlebt sich der Einzelne in der Gruppe

Social Experiences in Systems soziale Erfahrungen in Systemen



Private Beziehungen

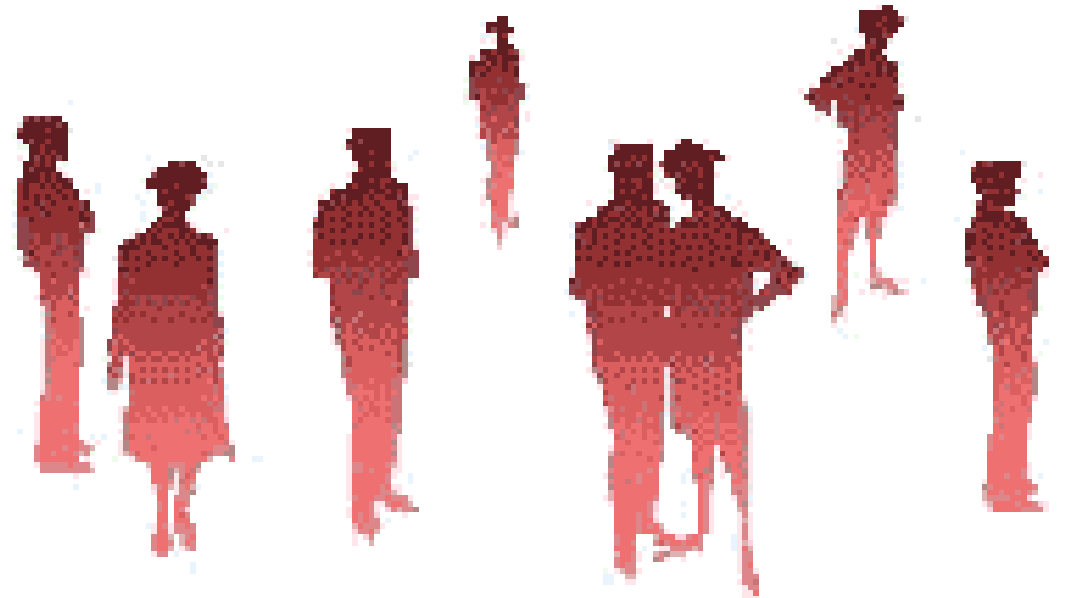
EXIS.pers

Berufliche Beziehungen

EXIS.org

Perspektive

i Ich innerhalb meines Systems



i Kontextuelle Therapie
individueller Ansätze und systemischen Ansätzen

Dimensionen

i Einklang

- ” Wie zufrieden eine Person mit dem ist wie es ist und sich damit fühlt. Einklang
- ” Sich mit anderen im Reinen erlebt

i Zugehörigkeit

- ” Ausmaß in dem sich eine Person zugehörig, beachtet und fühlt. wünscht

i Autonomie

- ” Wie sehr die Person innerhalb ihres Systems für ihre eigenen Bedürfnisse eint sich von anderen Personen abgrenzt.

i Zuversicht

- ” Wie optimistisch jemand ist zukünftig genug Kraft für anstehende Herausforderungen zu haben,
- ” das Ausmaß an Hoffnung und Zuversicht das es gut weitergeht und die Zuversicht mit dem gut klarzukommen, was man nicht ändern kann

Items im EXIS

In den <u>vergangenen 2 Wochen</u> erlebte ich in meinen <u>privaten Beziehungen...</u>	überhaupt nicht	wenig	mäßig	ziemlich	sehr	voll und ganz
01 dass ich mich zufrieden fühlte.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆
02 dass ich mich mit dem, wie es ist, im Einklang fühlte.	<input type="checkbox"/>	Einklang				<input type="checkbox"/> ₆
03 dass ich mit den Anderen im Reinen war.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆
04 dass ich mich zugehörig fühlte.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆
05 dass ich mich beachtet fühlte.	<input type="checkbox"/>	Zugehörigkeit				<input type="checkbox"/> ₆
06 dass ich mich erwünscht fühlte.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆
07 dass ich zu meinen eigenen Bedürfnissen stehen konnte.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆
08 dass ich entscheiden konnte, wie sehr ich mich einbrachte.	<input type="checkbox"/>	Autonomie				<input type="checkbox"/> ₆
09 dass ich mich von den Anderen angemessen abgrenzen konnte.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆
10 dass ich optimistisch war, künftig genug Kraft für anstehende Herausforderungen zu haben.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆
11 die Hoffnung, dass es künftig gut weitergehen wird.	<input type="checkbox"/>	Zuversicht				<input type="checkbox"/> ₆
12 die Zuversicht, auch mit dem, was ich nicht verändern kann, gut klarzukommen.	<input type="checkbox"/> ₁	<input type="checkbox"/> ₂	<input type="checkbox"/> ₃	<input type="checkbox"/> ₄	<input type="checkbox"/> ₅	<input type="checkbox"/> ₆

Fallbeispiel

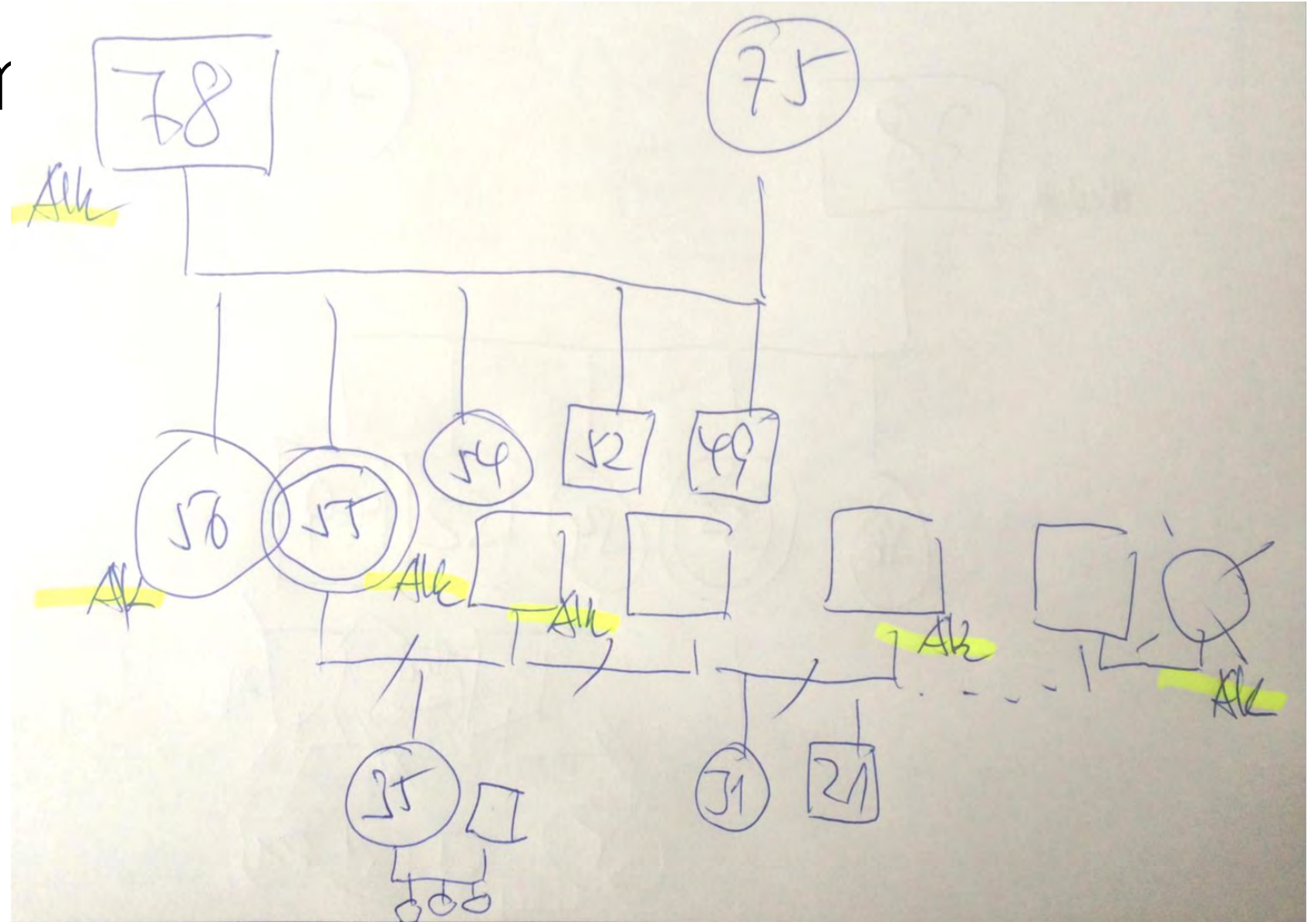
Die Rehabilitandin (55) ist das zweite von insgesamt fünf Kindern. Der Vater (78) ist alkoholabhängig. Betriebsleiter / Produktionsfirma nach der politischen Wende / Versicherungswirtschaft. Die Beziehung zu ihm ist und aufbrausend beschreibend, Beziehung zu ihm ist von Ängsten geprägt. Sie sei sehr oft von ihm mit Lederriemen geschlagen wurden. Bis heute stelle sie sich die Frage, ob sie seine leibliche Tochter sei. Die Mutter (75) Kellnerin und später Altenpflegerin gewesen. Sie habe von ihr oft nicht gesehen gefühlt. Die Beziehung sei von sehr vielen Enttäuschungen geprägt. Zur Schwester (1) sei der Kontakt bis heute sehr gut und von Vertrauen geprägt. Den Kontakt zu ihren und den anderen Geschwistern (Schwester, auch alkoholabhängig, 30 Jahre und Bruder 46 Jahre) habe die Rehabilitandin 2005 abgebrochen, da sie den Konflikten bezüglich ihrer Alkoholabhängigkeit auf dem Weg gehen wollte.

Aus einer ersten Beziehung habe die Rehabilitandin eine heute 35jährige Tochter, die bereits verheiratet und drei Kinder habe. Ein weiterer Partner war alkoholabhängig und sei später an den Folgeschäden des Konsums gestorben.

Von 1984 bis 2005 sei sie mit einem Mann verheiratet gewesen, der auch alkoholabhängig sei. Aus dieser Beziehung habe sie eine Tochter (1) und einen Sohn (21).

Seit 2005 lebe sie mit einem Partner zusammen, der nicht alkoholabhängig sei und der seine erste Frau den Alkohol verloren habe. Durch ihn erlebe die Rehabilitandin sehr große Unterstützung

Genogramm



Beispiel

i Prätestung EXIS (Experience In Social Systems) 14.01.2015

” Mittelwert EXIS = 3,5

” Einklang 3,6

” Zugehörigkeit 4

” Autonomie 2,8

” Zuversicht 3,6

Interventionen

- ” Angehörigeninfo: Partner 3x, Tochter
- ” Paargespräch
- ” Familiengespräch (Tochter, Partner und Tochter)
- ” Familientherapie: Genogramm, Aufstellung zur Herkunftsfamilie

Ergebnis der Therapie

” Posttestung EXIS (Experience In Social Systems) 4.06.2015

” Mittelwert EXIS pers. = 5

” Einklang 4,9 (+1,3)

” Zugehörigkeit 5,1 (+1,1)

” Autonomie 4,8 (+2)

” Zuversicht 5,2 (+1,6)

” Der Wert hat sich insgesamt um 42 Punkte verbessert.

” Frau XY fühlt sich mit dem wie es ist und den anderen mehr im Einklang

” sie erlebt sich zu ihrem sozialen System zugehöriger und autonomer in Beziehungen.

” Sie ist zuversichtlicher bei anstehenden Herausforderungen besser gestalten können und besser mit dem umzugehen, was sie nicht ändern kann.



„Die Erfahrung lehrt, daß Liebe nicht darin besteht, daß man einander ansieht, sondern daß man in die gleiche Richtung blickt.“ *A. Saint Exúpery*

U

-)





f ü r ' s Z u h ö r