

Mutige Gesprächsführung bei Suchtfragen

Svenja Beßling-Wissel & Dr. Lisa C. Zimmermann

Tabuthema „Sucht“

- Ermutigung, das Tabuthema „Sucht“ offen anzusprechen.
- Die Auswertungen der betrieblichen Erfahrungen belegen den materiellen und sozialen Nutzen von Maßnahmen zur Suchtprävention und -hilfe. Diese tragen zum **Erhalt** und zur **Wiederherstellung** der Gesundheit und zur **Vermeidung** krankheitsbedingter Abwesenheiten bei.
- **Frühzeitige Interventionen** bei Auffälligkeiten durch geschulte Führungskräfte sowie gezielte Unterstützungs- und Beratungsangebote an Beschäftigte gehören zu den Standards der betrieblichen Suchtprävention und Suchthilfe.
- Wesentliche Effekte in der Verbesserung der **Arbeitssicherheit** und des **Führungs- und Arbeitsklimas** sowie im **Erhalt der Arbeits- und Leistungsfähigkeit** der Beschäftigten.

Tabuthema „Sucht“

- **Suchtprävention:** Prävention folgt dem Prinzip, gesunderhaltende Ressourcen zu stärken und Risikofaktoren, die die Gesundheit gefährden können, zu vermeiden.
- Die betriebliche Suchtprävention ist der effektivste Weg, erwachsene Menschen mit **gezielten Präventionsanliegen** zu erreichen.
- Als aktiver Part im betrieblichen Gesundheitsmanagement liefert die Suchtprävention einen wesentlichen Beitrag zur Erfüllung **der gesetzlichen Präventionspflichten**

Rahmenempfehlung für den Aufbau von Suchtpräventionsprogrammen

Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Frauen, Familie
und Gesundheit

Suchtprävention
und Suchthilfe
in der
Niedersächsischen
Landesverwaltung

Rahmenempfehlungen 2006

Die niedersächsische Landesregierung hat mit dem gemeinsamen Runderlass des Niedersächsischen Sozialministeriums und der übrigen Ministerien vom 19.01.1998 erstmals ihren Willen bekundet, den Sucht- und Missbrauchsproblemen in der Landesverwaltung nachhaltig zu begegnen und hat eine **Rahmenempfehlung für den Aufbau von Suchtpräventionsprogrammen** vorgelegt.

Suchterkrankungen in Deutschland

- 2017 galten nach Hochrechnungen des Statistischen Bundesamtes fast **9 % der erwachsenen Bevölkerung zwischen 18 und 64 Jahren** als **tabakabhängig**.
- **1,77 Millionen Personen (3,2%) zeigten eine** Abhängigkeit von Schmerzmitteln. Schädlicher Gebrauch fand sich mit 7,6 % am häufigsten bei nichtopioidhaltigen Analgetika. Zudem: gesteigerte Nachfrage bei leistungssteigernden Arzneimitteln (**Psychostimulanzien**).
- **3,1% Personen galten als alkoholabhängig** (= 1,6 Millionen Personen mit enorm erhöhtem Morbiditäts- und Mortalitätsrisiko), 2,8 % hatten einen schädlichen missbräuchlichen Konsum.

Abhängigkeit (-ssyndrom) nach ICD-10

- Starkes **Verlangen/Zwang** zu konsumieren
- Anhaltender Konsum um **Belastungssituationen** (*Familie, Beruf,...*) zu bewältigen
- Anhaltender Konsum trotz **negativer Konsequenzen** (Partnerschaft, Arbeitsplatz, Strafrechtlich,...),
- Körperliche und/oder seelische **Folgeschäden** durch den Konsum
- **Erfolgreiche Versuche** den Konsum zu verändern, verminderte Kontrolle
- **Toleranzentwicklung** und körperliches **Entzugssyndrom** bei Absetzen oder Reduktion

Eine Gruppe von Verhaltens-,
kognitiven und körperlichen
Phänomenen, die sich nach
wiederholtem Substanzgebrauch
entwickeln.

(mindestens drei der Kriterien bestehen zeitgleich über einen Monat oder wiederholt über die letzten 12 Monate)

Kommunikation

Kommunikation

- Austausch von Informationen, Ideen, Gedanken, Emotionen oder Meinungen zwischen Personen oder Gruppen von Personen
- mündlich, schriftlich, visuell oder nonverbal
- ermöglicht
 - Beziehungen aufzubauen
 - Wissen zu teilen
 - Zusammenarbeit zu fördern
 - Konflikte zu lösen etc.
- Herausforderungen und Barrieren
 - kulturelle Unterschiede
 - Sprachbarrieren
 - emotionale Barrieren
 - Missverständnisse

Psychische Erkrankungen- Anzeichen am Arbeitsplatz

Anzeichen psych. Erkrankungen

- Psychische Erkrankungen **entwickeln sich oft schleichend**, werden nur manchmal von heute auf morgen akut
- Wichtige Grundregel: **Klinische Diagnosen** fallen in **ärztliche** oder **psychotherapeutische Zuständigkeit**
- Mögliche **Verhaltensänderungen**:
 - Veränderungen im **Arbeitsverhalten**: hohe Fehlzeiten
 - Veränderungen im **Leistungsverhalten**: alle Arten von **Leistungsminderung**
 - Veränderungen im **Sozialverhalten**: sozialer **Rückzug**
 - Veränderungen in den **Gefühlsäußerungen**: **Resignation** und **Versagensängste**
 - **Körperliche** Veränderungen: **vielfältige Beschwerden**

Ins Gespräch gehen

Ins Gespräch gehen

- Gesprächsrahmen
 - Planen Sie **ausreichend Zeit** ein (ca.1 Std)
 - Sorgen Sie dafür, dass Sie für die Dauer des Gespräches **ungestört** bleiben
 - Suchen Sie eine passende Räumlichkeit

Ins Gespräch gehen

- **Wohlwollendes, wertschätzendes und klärendes Gespräch** in einem frühen Stadium sinnvoll
- Insbesondere die **Sorge** um die Kollegin oder den Kollegen **ausdrücken**
- Nicht die (vermuteten) psychischen Probleme in den Vordergrund zu stellen, sondern **das veränderte Arbeitsverhalten**
- **Konkrete Verhaltensauffälligkeiten** anhand von Beispielen ansprechen

Ins Gespräch gehen

- Durch **Aktives Zuhören** der Kollegin oder dem Kollegen **Raum für eigene Schilderungen** geben
- **Offene Fragen stellen** (z.B. „Haben Sie einen Vorschlag zur Verbesserung Ihrer Situation?“): W-Fragen: Wer, wie, was ??
- **Keinen Druck**, der Kollegin/dem Kollegen überlassen was sie/er erzählen möchte
- Ggf. Hinweise auf bestehende **Hilfsangebote** machen

Mögliche Fehler

- Schlechte Vorbereitung
- Mangelnde emotionale Kontrolle
- Vage oder unklare Kommunikation
- Verallgemeinerungen
- Persönlicher Angriff
- Einseitiges Sprechen
- Falscher Zeitpunkt
- Falscher Ort
- Unkonkrete Ziele/Fehlendes Follow-up

Kontakt Daten

Svenja Beßling-Wissel

Telefon: +49 5042 94138 E-Mail: svanja.bessling-wissel@sin.niedersachsen.de

Dr. Lisa Zimmermann

Telefon: +49 441-9215721

E-Mail: lisa.zimmermann@mi.niedersachsen.de

Hilfsangebote I

- Dienststelleninterne Ansprechpersonen (Suchtbeauftragte Personen, Personalratsmitglieder, Gleichstellungsbeauftragte etc.)
- Niedersächsische Landesstelle für Suchtfragen (NLS) <https://nls-online.de/home16/>
- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) <https://www.dhs.de/>
- Initiative neue Qualität bei der Arbeit (psyGA) <https://www.psyga.info/psychische-gesundheit/erkrankungen-und-folgen/sucht>
- STEP – Paritätische Gesellschaft für Sozialtherapie und Pädagogik mbH <https://step-niedersachsen.de/einrichtungen>

Hilfsangebote II

- **Internet:** www.care.niedersachsen.de
- **Intranet:** <http://intra.care.niedersachsen.de>
- **CARE-Hotline: 0511 / 120 4870**
 - Möglichkeit zu einem ersten persönlichen Kontakt
 - Anfragen werden zeitnah an die regionalen Standorte weitergeleitet
 - Beschäftigte in Schulen und Studienseminaren wenden sich bitte an die CARE-Beratungsstellen der [Regionalen Landesämter für Schule und Bildung](#).

Vielen Dank für die
Aufmerksamkeit