

INHALT

Lothar Schmidt, Vorwort	9
Zur Einführung	11

I. Das Verständnis der Drogenabhängigkeit und ihrer Auswirkungen

1	Was ist Alkoholismus und Drogenabhängigkeit? . . .	19
1.1	Zur Klärung der Begriffe	19
1.2	Zu den Ursachen der Drogenabhängigkeit	21
1.2.1	Die spezifische Wirkung der Drogen	22
1.2.2	Die Auswirkungen des sozialen Umfeldes	22
1.2.3	Der einzelne Mensch in seiner körperlichen und seelischen Verfassung	24
1.3	Zur Unterscheidung von »physischer« und »psychischer Abhängigkeit«	26
1.3.1	Die physische Abhängigkeit	26
1.3.2	Die psychische Abhängigkeit	27
2	Entwicklung und Verlauf der Abhängigkeit	29
2.1	Phase 1: Die Möglichkeit einer Stimmungsveränderung durch Alkohol wird kennengelernt	29
2.2	Phase 2: Die Stimmungsveränderung durch Alkohol wird gezielt gesucht	30
2.3	Phase 3: Der Übergang zur destruktiven Abhängigkeit . . .	31
2.3.1	Emotionale Veränderungen beim Abhängigen	32
2.3.2	Verhaltensänderungen beim Abhängigen	32
2.3.3	Die Abwehr des Abhängigen	35
2.4	Phase 4: Endphase der Abhängigkeit	40
2.4.1	Das Fortschreiten des Prozesses	40
2.4.2	Zeiten des totalen Gedächtnisverlustes	42
2.4.3	Die euphorische Erinnerung	43
3	Auswirkungen der Drogenabhängigkeit auf die Umgebung des Abhängigen	45
3.1	Die Familie des Drogenabhängigen	45
3.1.1	Die sieben Phasen des familiären Krankheitsverlaufes nach Joan Jackson	46
3.1.2	Die Verleugnung als das Schlüsselproblem des familiären Krankheitsprozesses	47
3.2	Auswirkungen der Drogenabhängigkeit auf den Beruf . . .	51
4	Die Krise als Chance	54
4.1	Ein neues Konzept der gezielten Intervention	55

4.2	Vorbereitung und Durchführung der gezielten Intervention	56
4.3	Ein Beispiel gezielter Intervention	59
4.4	Die gezielte Intervention durch das Gericht	62
5	Überblick über den Verlauf der Therapie	64
5.1	Die Aufnahme in die Klinik	64
5.2	Das Leben auf der Station	66
5.3	Das therapeutische Team	68
5.4	Weitere therapeutische Instrumente	70
5.4.1	Vorträge	70
5.4.2	Die tägliche Gruppensitzung	71
5.4.3	Das Einzelgespräch	73
5.4.4	Literatur	74
5.4.5	Der tägliche Bericht	74
5.4.6	Erhebungsbogen	75
5.4.7	Psychologische Testuntersuchungen	76
5.4.8	Familienberatung	76
5.5	Entlassung und Nachbetreuung	76
5.6	Die »Langzeit-Therapie«	77
5.7	Übergangseinrichtungen	78
5.8	Das Problem des Rückfalls	79

II. Die 12 Schritte zur Wiederherstellung

6	Der Durchbruch zur Realität (Schritt 1)	83
6.1	Die Verstärkung der Abwehr durch die Auseinandersetzung mit Schritt 1	83
6.2	Hilfe von außen zur Auseinandersetzung mit der Abwehr	87
6.3	Der Durchbruch von innen her	89
6.4	Mit den negativen Gefühlen in Kontakt kommen	90
6.5	Den eigenen Engpaß entdecken	92
6.5.1	Hilfen der Transaktionsanalyse zum Verstehen der Engpässe	93
6.5.2	Beispiele für Engpässe	95
7	Der Anfang des neuen Lebens durch Vertrauen und Hoffnung (Schritt 2)	99
7.1	Die Widersprüche gegen die Annahme einer »Macht, größer als wir selbst«	99
7.2	Die Droge als die »höhere Macht« des Abhängigen	101
7.3	Vertrauen und Hoffnung und die vier grundlegenden Einstellungen dem Leben gegenüber	102
7.4	Annehmen – Vergeben – Verändern	105
7.4.1	Was bedeutet Annehmen – Vergeben – Verändern für den, der verletzt hat?	106
7.4.2	Was bedeutet Annehmen – Vergeben – Verändern für den, der verletzt worden ist?	108
7.5	Die drei Kreise der Liebe	110
7.5.1	Die Entscheidung, mich selbst zu lieben	111

7.5.2	Die Entscheidung, die Liebe von und zu der Gruppe wirksam werden zu lassen	113
7.5.3	Die Entscheidung, die Liebe von und zu Gott zuzulassen . .	114
7.6	Kann auch ein Atheist den 2. Schritt vollziehen?	116
8	Der Entschluß, sich dem Leben zu überlassen (Schritt 3)	120
8.1	Die Neigung des Drogenabhängigen zu Extremen	120
8.1.1	Der Drogenabhängige im Spannungsfeld von Kontrolle und Kontrollverlust	121
8.1.2	Der Drogenabhängige im Spannungsfeld von Allmacht und Ohnmacht	124
8.1.3	Der Drogenabhängige im Spannungsfeld von Freiheit und Abhängigkeit	125
8.2	Der Drogenabhängige im Spannungsfeld von Sünde und Erlösung	126
8.3	Die Aufgabe der Kontrolle als Weg zur Befreiung	132
8.3.1	Schritt 3 als Anpassung	133
8.3.2	Schritt 3 als Kapitulation	134
9	Leitfaden zur Konfrontation mit der Vergangenheit, um frei zu werden für die Zukunft (Schritt 4)	138
9.1	Über die Bedeutung des 4. Schrittes	138
9.2	Hinweise für den Benutzer des Leitfadens	139
9.3	Leitfaden für den 4. Schritt	140
9.3.1	Negative Verhaltensweisen	140
9.3.2	Auswirkungen der Drogenabhängigkeit	141
9.3.3	Die Möglichkeit eines neuen Lebens	142
10	Das Gespräch über die persönliche Inventur als Tiefenbegegnung mit mir selbst und einem anderen Menschen (Schritt 5)	144
10.1	Die Widerstände gegen Schritt 5	144
10.2	Was geschieht in Schritt 5?	145
10.3	Mit wem können Sie Schritt 5 machen?	148
11	Die Bewährung der neu gewonnenen Nüchternheit im Alltag (Schritte 6–12)	150
11.1	Die Schritte 6 und 7	150
11.1.1	Den Wachstumspunkt finden	151
11.1.2	Mit Geduld und Ausdauer kleine Schritte der Änderung unternehmen	152
11.1.3	Sich positive Verstärkung geben	152
11.2	Die Schritte 8 und 9	153
11.3	Schritt 10	156
11.4	Schritt 11	158
11.5	Schritt 12	159
11.5.1	Die empfangene Hilfe an andere Abhängige weitergeben . .	160
11.5.2	Der politische Beitrag der wiederhergestellten Abhängigen .	161

III. Hilfsagenturen für Alkoholiker und andere Drogenabhängige

12	Die Familie des Drogenabhängigen als Hilfsagentur	165
12.1	Die Situation der Familie vor der Therapie	165
12.2	Die Situation der Familie während und nach der Therapie	167
13	Möglichkeiten der Hilfe durch Arbeitgeber und Arbeitskollegen	171
14	Möglichkeiten der Hilfe durch den praktizierenden Arzt	175
14.1	Information und Fortbildung	175
14.2	Strategien der Hilfe durch den praktizierenden Arzt	177
15	Möglichkeiten der Hilfe durch den Pfarrer und die christliche Gemeinde	181
15.1	Das Beziehungsfeld zwischen Abhängigen und Gemeinde	181
15.2	Die Situation des Pfarrers in der Hilfe für Drogenabhängige	185
15.3	Strategien der Hilfe durch Pfarrer und Gemeinde	190
15.3.1	Information für Pfarrer und Gemeinde	190
15.3.2	Bildung eines gemeindlichen bzw. lokalen Arbeitskreises	191
15.3.3	Der Abhängige als vollwertiges und integriertes Mitglied der christlichen Gemeinde	191
15.3.4	Früherkennung der Abhängigkeit	192
15.3.5	Hilfe für und durch die Familie des Abhängigen	193
15.3.6	Die Zusammenarbeit der Gemeinde mit Selbsthilfegruppen	194
15.3.7	Ausbildung zum Suchtkrankenhelfer	195
15.3.8	Durchführung eigener Gruppen zur Therapie und Nachsorge	195
15.3.9	Vorbeugende Drogenberatung	196
15.3.10	Mitarbeit von Pfarrern in den therapeutischen Teams der Kliniken	198
	Nachwort zur 2. Auflage	199

Anhang

1	Anmerkungen	202
2	Die 12 Schritte der Anonymen Alkoholiker	205
3	Briefwechsel zwischen Bill W. und Carl Gustav Jung	206
4	Verzeichnis von Therapiestätten	211
5	Verzeichnis von Verbänden und Selbsthilfegruppen	212
6	Selbsteinschätzungsbogen	214
7	Fragebogen für den Patienten	218
8	Aufnahmeinterview durch den Berater	222
9	Fragebogen für Bezugspersonen	223
10	Literaturverzeichnis	231