

# ULA – Un-abhängigkeit und Lebensqualität im Alter

„Unabhängig im Alter –  
Suchtprobleme  
gemeinsam lösen“

Fachtag des Deutschen  
Caritasverbands e.V.

Heike Stienkemeier-Tisch,  
Suchtberatung Freiburg  
01.06.2016



# Agenda

## 1. Vorbemerkungen

## 2. Vorstellung des Projekts ULA

**Un-Abhängigkeit und Lebensqualität im Alter**

➤ **ULA 1 und ULA 2**

## 3. Schlussbemerkungen



# Vorbemerkungen

- Zu Projektbeginn (2010) war Sucht im Alter ein wenig beachtetes Thema in der Öffentlichkeit und Fachöffentlichkeit (Altenhilfe, Suchthilfe, Medizin)
- Geringe Inanspruchnahme von suchtspezifischen Beratungs- und Behandlungsangeboten durch Ältere
- Zunahme älterer Menschen mit riskantem bis abhängigem Suchtmittelkonsum zu erwarten





Un-Abhängigkeit und Lebensqualität im Alter



# U L A

## Un-Abhängigkeit und Lebensqualität im Alter

### Entwicklung und Umsetzung:

- Suchtberatung Freiburg

### Finanzierung:

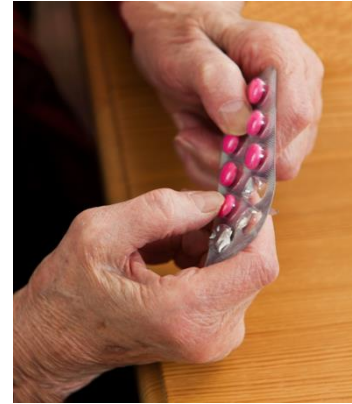
- AGJ und BW Stiftung

### Laufzeit:

- Juni 2010 – Mai 2013 (ULA 1)
- Juni 2015 – Mai 2018 (ULA 2)

### Umfang der Förderung:

- 50% Personalstelle



**BADEN-  
WÜRTTEMBERG**  
STIFTUNG  
Wir stiften Zukunft



# Bausteine (ULA 1)



Un-Abhängigkeit und Lebensqualität im Alter

- **Öffentlichkeitsarbeit**
- **Vernetzung und gegenseitiger Wissenstransfer  
Suchthilfe und Altenhilfe**
- **Zielgruppenspezifische und niederschwellige  
Angebote**



# Öffentlichkeitsarbeit

- **Allgemeine Öffentlichkeit:**
  - Pressearbeit / Rundfunk
  - Vorträge in einem Haus der offenen Altenhilfe
- **Fachöffentlichkeit:**
  - Vorträge in verschiedenen Gremien



# Fachtag

## „Alt, süchtig – und wie erreichbar?“

12.09.2012  
Suchtberatung Freiburg  
und  
Katholische Akademie

- **Verlesen eines Grußwortes** der Drogenbeauftragten der Bundesregierung Mechthild Dyckmans MdB
- Prof. Dr. Thomas Klie (Gerontologie, Freiburg):  
**Risiko- und Schutzfaktoren in der Altersentwicklung**
- Dr. Berit Prinz (Zentrum für Geriatrie und Gerontologie, Freiburg):  
**Langzeitgebrauch der Benzodiazepine**
- Dr. Friedemann Hagenbuch (Zentrum für Psychiatrie, Emmendingen):  
**Sucht im Alter – die stille Katastrophe?**
- **Altersspezifische Therapiemöglichkeiten - Schlussdiskussion**





# Wissenstransfer - Angebote für Einrichtungen der Altenhilfe

- Vortrag zum Einstieg
- Basisschulung (4 Termine)
  - Problematischer und abhängiger Konsum im Alter
  - Motivierende Gesprächsführung 1 + 2
  - Burnout-Prophylaxe
- Einrichtungsübergreifender Expertinnen und Expertenkreis mit regelmäßigen Fallbesprechungen
  - Vertiefung der Schulung
  - Entwicklung von Standards



# Zielgruppenspezifische Angebote

- Sprechstunde in einer Einrichtung der offenen Altenhilfe (monatlich)
- Vorträge („Zu viel des Guten?“) in einer Einrichtung der offenen Altenhilfe (halbjährlich)
- Telefonische Sprechstunde (wöchentlich)
- Altersspezifisches Gruppenangebot (wöchentlich)



# Offene Informations- und Beratungsgruppe

## Zielgruppe:

- Menschen mit Suchtmittelproblematik ab 60 Jahren

## Termin:

- Donnerstags 14:30 bis 15:30 Uhr

## Ort:

- Suchtberatung Freiburg, Oberau 23

## Ziele:

- Niederschwelliger Zugang
- Information und Beratung
- Motivierung und ggfls. Vermittlung in Behandlung



# Offene Informations- und Beratungsgruppe

## Ziele:

- Lebensqualität verbessern / wiederherstellen / erhalten - Erhöhung der Selbständigkeit
- Förderung / Verbesserung / Wiederherstellung eines selbstbestimmten Lebensstils
- Möglichst zufriedene Lebensgestaltung / Förderung sozialer Kontakte und sozialer Fähigkeiten
- Förderung einer positiven, zuversichtlichen Lebenseinstellung
- Individuelle Lösungen im Umgang mit der Substanz finden (modifizierte Zielhierarchie)



# Offene Informations- und Beratungsgruppe

## Spezifische Themen (Gruppe und „Einzel“):

- Vereinsamung, Schuld- und Schamgefühle
- Verlust des beruflichen Status, körperlicher Fähigkeiten, des bisherigen Freizeitverhaltens
- Bilanzierung und Aussöhnen mit dem gelebten Leben
- Angst vor Hilflosigkeit, vor Erkrankungen, Schmerzen und Tod
- Angst vor Autonomieverlust, vor Wert- und Nutzlosigkeit
- Trauerbewältigung, Integration von Verlusten
- Kriegs- und Nachkriegserlebnisse
- Wohnen im Alter / finanzielle Situation / soziale Einbindung



# Offene Informations- und Beratungsgruppe

## Erfahrungen aus der Gruppenarbeit:

- Ich kann etwas tun und es lohnt sich
- Ich bin nicht alleine betroffen – ich muss mich hier nicht schämen
- Gegenseitige Unterstützung und Ermutigung, Modelllernen, voneinander profitieren
- Erleben körperlicher Erholung durch Reduktion bzw. Abstinenz
- Gemeinsame Unternehmungen / Ideen für Freizeitgestaltung
- Veränderung von schon bestehenden Zielen, Erwartungen, Ansprüchen oder Hinwendung zu neuen Zielen



# Dokumentation

## Fachöffentlichkeit und Wissenstransfer

	Veranstaltungen	Termine	Personen
2010 <small>(ab 06)</small>	15	15	262
2011	28	41	417
2012	12	12	332
2013 <small>(bis 05)</small>	4	4	231
<b>Gesamt</b>	<b>59</b>	<b>72</b>	<b>1242</b>



# Dokumentation KlientInnen 60+ in der SB Freiburg

	Einmalberat.	Berat./Behandl.	Gesamt
2010	15	11	26
2011	5	22	27
2012	26	37	63
2013	20	51	71





# Bewertung ULA1

- Thema in Fach-/Öffentlichkeit platziert
- Zunahme der Klientel in der SB Freiburg
- Nachhaltigkeit: Gruppe 60+ im Regelangebot
  
- Weiterhin kaum Zugang zu Medikamentenabhängigen
- Viele (insbesondere stationäre) Einrichtungen konnten nicht erreicht werden
- Nachhaltigkeit in der Altenhilfe?



# Bausteine ULA 2



Un-Abhängigkeit und Lebensqualität im Alter

- Entwicklung und Implementierung von Konzeptionen in ambulanten und stationären Einrichtungen der Altenhilfe
- Früherkennung und Frühintervention in Kliniken durch Screenings
- Aufbau eines ehrenamtlichen Besuchsdienstes mittels Schulung und Begleitung von abstinent lebenden älteren Suchtkranken



# Entwicklung und Implementierung von Konzeptionen

Konzeptentwicklung mit einer Kirchlichen Sozialstation und einem Seniorenwohnheim

## Ziele:

- **Früherkennung** von schädlichem Suchtmittelkonsum
- **Frühintervention** zur Verhinderung von Suchtentwicklungen
- **Verbesserungen** bei bestehenden Suchtproblemen
- **Entlastung** der Mitarbeitenden



# Entwicklung und Implementierung von Konzeptionen

## Zentrale Elemente:

- **Screenings** bei NeukundInnen (Alkohol, Medikamente)
- **Ansprechpersonen Sucht**
- **Motivierende Gesprächsführung**
- **Coaching** durch die Suchtberatung Freiburg



# Screening in Krankenhäusern

**Kooperationspartner: zwei Krankenhäuser in der Region**

- **Screenings** bei Neuaufnahmen älterer Patientinnen und Patienten (Alkohol, Medikamente) zur Identifizierung von schädlichem oder abhängigem Konsum
- **(Früh-) Intervention** durch Ansprache und Gesprächsangebote direkt vor Ort



# Besuchsdienst

**In Senioreneinrichtungen, in Krankenhäusern, in Haushalten, z.B. bei Betreuung durch ambulanten Pflegedienst**

## **Zielgruppe:**

- Menschen mit missbräuchlichem Konsum oder Suchtmittelproblematik ab 60 Jahren

## **Ziel:**

- Menschen erreichen, die bislang keinen Kontakt mit Suchtberatungsstellen aufgenommen haben, z.B. aufgrund eingeschränkter Mobilität oder wegen starker Schamgefühle



# Besuchsdienst

... durch stabil abstinent lebende ältere Suchtkranke

## Aufgaben:

- Unterstützung durch Gesprächsangebote
- Unterstützung als Kontaktperson im Alltag
- Unterstützung durch Ermutigung, Hilfeangebote in Anspruch zu nehmen
- Aufklärung über die unterschiedlichen Möglichkeiten bei Beratung und Behandlung



# Ausbildungsphase

8 Einheiten, nachmittags ca. 2,5h, 14-tägig

## Inhalte:

- Theoretische Inputs: z.B. Entstehungsbedingungen von Sucht und Suchtentwicklung, Besonderheiten im Alter, Suchthilfesystem, Kontaktaufnahme und Erstgespräche, (schwierige) Gesprächssituationen, Motivierende Gesprächsführung, Co-abhängige Verhaltensweisen, SOK-Modell, Rückfallprophylaxe
- Rollenspiele, Einzel-, Paar- und Gruppenübungen
- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen (PME, Genusstraining)





# Besuchsdienst

- Nach Abschluss der Ausbildung: weiterhin fachliche Begleitung und Treffen im gewohnten 14-tägigen Rhythmus zu Fallbesprechungen
- Praxisbesuche, Fortbildungen

**Koordination der Einsätze erfolgt durch die Suchtberatung Freiburg in Zusammenarbeit mit Kooperationspartnern aus der Altenhilfe und Krankenhäusern**



# Erfahrung aus der Suchtarbeit mit Älteren

- Ältere sprechen oft auf einfache Interventionen an
- Einbezug der Angehörigen/des Umfelds ist wirksam
- Modifizierung der Zielehierarchie ist hilfreich
  
- **Oberstes Ziel:**  
**Möglichst zufriedene Lebensgestaltung**



# Herausforderung 1

- **Zunahme älterer Menschen mit riskantem bis abhängigem Suchtmittelkonsum**
- **Gesellschaftliche Tabuisierung**
- **Geringe Inanspruchnahme von suchtspezifischen Beratungs- und Behandlungsangeboten durch Ältere**



# Herausforderung 2

- Verleugnung und Verharmlosung
- Diagnosestellung schwierig



# Herausforderung 3

- **Komorbide psychische Störungen  
(Schlafstörungen, Depression, Dementielle  
Entwicklungen)**
  
- **Multiple organische (Folge-) Erkrankungen**



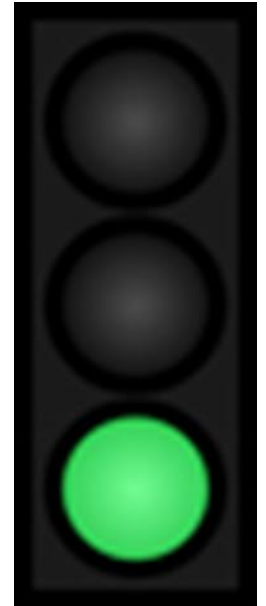
# Herausforderung 4

- **Mit zunehmenden Alter werden die Ressourcen eines Menschen immer weniger:**
  - **Was ist die Perspektive für die sich eine Änderung des Konsumverhaltens lohnt?**
- **Fehlende zielgruppenspezifische Konzepte und Strukturen:**
  - **Wie kann die Suchthilfe Ältere erreichen? Welche Angebote sind notwendig? Welche bewähren sich?**



# Bedarfe ...

- **Altersspezifischen Maßnahmen der Früherkennung und Frühintervention**
- **Altersspezifische Angebote zu Konsumreduktion und Konsumausstieg**
- **Mehr Beachtung des Themas in der (Allgemein-)Medizin**
- **Verbindliche Kooperationen zwischen: Altenhilfe - Medizin – Suchthilfe**



Bildquelle: web-toolbox.net



# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

