

## **1.2. Begründung des Einsatzes von Psychoedukation in der Behandlung von Drogenkonsumenten**

Im Rahmen der Behandlung von chronischen Erkrankungen wie der Schizophrenie hat sich die psychoedukative Therapie als Intervention bewährt: Sie trägt zur Minderung psychiatrischer Symptome bei, erhöht die soziale Kompetenz und Integration, verbessert die Lebensqualität der Patienten und hilft ihnen bei der Bewältigung von mit der Krankheit zusammenhängenden Anforderungen und dem Lösen daraus sich ergebender Probleme. Außerdem erhöht sie die Behandlungcompliance (Hornung 2000). Insgesamt lassen sich für zahlreiche verschiedene Problembereiche bzw. Patientengruppen manualisierte Konzepte von Psychoedukation finden (Fiedler 1995), u.a. bei Alkoholabhängigkeit (Petry 1993), Angststörungen (Wittchen et al. 1993) und affektiven Störungen (Kühner et al. 1994, Goldstein 1992, Van Gent & Zwaart 1993, Peet & Harvey 1991).

Vor dem Hintergrund dieser Erfahrungen in der Behandlung schizophrener Psychosen empfiehlt sich die Psychoedukation auch im Bereich der Therapie Heroinabhängiger mit den vielen gemeinsamen Problembereichen. Auch hier ist eine Erhöhung der sozialen Kompetenz und eine Verbesserung der Integration sowie der gesamten Lebensqualität von großer Bedeutung; die Problemlösung und die subjektive Bewältigung von mit der Sucht assoziierten Belangen sind für eine umfassende Behandlung im Rahmen einer chronischen Erkrankung sehr wichtig.

Zur psychosozialen Begleitung in der Behandlung Drogenabhängiger existiert bereits ein weites Spektrum von Therapien – sowohl in Form von Einzel- als auch Gruppentherapie. Die wissenschaftliche Diskussion beschränkte sich allerdings bis jetzt darauf, den Beweis anzutreten, dass eine begleitende Psychotherapie innerhalb einer Drogenbehandlung in jedem Fall einen positiven Effekt hat und somit die damit verbundenen zusätzlichen Kosten gerechtfertigt sind (McLellan et al. 1996). Die Effekte lassen sich jedoch hier nicht auf eine Reduktion oder eine Beendigung des Substanzkonsums beschränken. Eine begleitende Psychotherapie hatte in allen Fällen eine deutliche Verbesserung bezüglich des Risikoverhaltens – im Sinne von eigener Gesundheitsfürsorge – und der sozialen Kompetenz zur Folge.

Bisher gibt es keine Untersuchung, die die Effektivität der verschiedenen psychosozialen Therapieverfahren im Bereich der Drogenbehandlung miteinander vergleicht, wie es im Heroinmodellprojekt geschehen ist. Die Psychoedukation ist für die Einbeziehung in einen solchen Vergleich aus mehreren Gründen gut geeignet.

So wird durch die Manualisierung der Psychoedukation ein hoher Standardisierungsgrad erreicht, der für die wissenschaftliche Begleitung die notwendige Vergleichbarkeit gewährleistet. Die Wirksamkeit psychoedukativer Verfahren ist wissenschaftlich belegt. Auch für die Durchführenden hat das Verfahren deutliche Vorteile gegenüber anderen therapeutischen Verfahren: Die zeitlich begrenzte und überschaubare Struktur erlaubt eine unproblematische Einarbeitung der Leiter, die sich somit einer erprobten Methode bedienen können, ohne hierfür eine langwierige Psychotherapieausbildung vorweisen zu müssen. Das stellt eine breite Verfügbarkeit auf die Versorgungsqualität in Aussicht bei einer geregelten Durchführungsintensität, expliziten Verfahrensweisen und Therapiezielen. Außerdem macht

die Strukturierung psychoedukativer Behandlungskonzepte für solche Teilnehmer eine Wiederholung der Maßnahme möglich, die aus unterschiedlichen Gründen dem ersten Durchlauf nicht gewachsen waren und stellt die Rahmenbedingungen für die Adaptation an spezifische Bedingungen der Patienten wie z.B. an eine vorhandene Komorbidität dar.

Die meisten bisher konzipierten psychoedukativen Therapien sind für das Gruppensetting erstellt worden. Dies hat folgende Vorteile: Zum einen kann die Erfahrung, nicht allein zu sein mit seinem Problem, Angst mindern und Hoffnung machen. Die Mitglieder der Gruppe nehmen gegenseitig Modellfunktionen wahr, was ein wesentlicher Beitrag zur Entwicklung und dem Erlernen von Bewältigungsstrategien ist (Saupe et al. 1991). Mit Hilfe der Gruppe kann eine krankheitsbedingte Isolation aufgebrochen werden (Stark 1992). Durch das Miteinander in der Gruppe wird es dem Einzelnen ermöglicht, ungünstige Rollenmuster zu erkennen und durch Interaktion mit den anderen zu verändern. Ebenso können negative Erfahrungen zwischen Professionellen und Betroffenen durch Erlernen eines neuen Umgangs überwunden werden. Nicht zuletzt lassen die Gruppentherapien auch einen günstigeren Kosten-Nutzen-Effekt erwarten im Gegensatz zu vergleichbaren Einzeltherapien.

Generell ist es sinnvoll, eine psychoedukative Gruppentherapie bei Patienten mit einer Suchterkrankung einzusetzen, weil viele dieser Patientinnen und Patienten große Schwierigkeiten haben, enge und befriedigende Beziehungen zu anderen herzustellen und/oder aufrecht zu erhalten. Da sie nur wenige oder deutlich gestörte interpersonelle Verhaltensmuster zur Verfügung haben, stellt die Beziehung zu einem einzelnen Berater für manche Patienten eine Überforderung dar. Die Gruppe kann hier ein wichtiges ergänzendes Lernfeld sein, das gerade durch die Gruppenprozesse die gegenseitige Kompetenzförderung, den Lernprozess unter Betroffenen, ermöglicht (Yalom 1989).

Der Mangel an sozialer Kompetenz wird in jeder Form der Gruppentherapie, so auch in der Psychoedukation, aufgegriffen. Da weder eine hohes Maß an Kommunikationsfähigkeit, noch eine deutliche Bereitschaft zur sozialen Interaktion oder eine starke Introspektionsfähigkeit vorausgesetzt werden, können die Teilnehmer hier lernen, sich frei von Angst in einer Gruppe zu bewegen. Sie lernen, es in einer Gruppe „auszuhalten“. Auch die zeitliche Begrenzung und die Transparenz des psychoedukativen Programms wirken hier erleichternd.

Die Psychoedukation schafft den Patienten Raum und Möglichkeiten, Verhalten zu beobachten und damit auch – wenn nötig – zu verändern: Da die Beziehungsebene in der Psychotherapie eine wichtige Rolle spielt und es eine ihrer Aufgaben ist, die Beziehungsfähigkeit zu fördern, liegt es nahe, dies bei Suchtpatienten im Rahmen eines Gruppensettings zu versuchen. In der Gruppensituation erleben die Patienten bisher gewohnte Stile der Beziehungsaufnahme neu. So haben sie die Möglichkeit, diese Art der Beziehungsgestaltung zu verändern. Sie können die für bestimmte Verhaltensweisen verantwortlichen Ereignisse, erwartete Reaktionen, tatsächliche Wirkungen und Reaktionen der anderen Gruppenmitglieder analysieren und thematisieren und so therapeutisch nutzen. Die Patienten lernen auf diese Weise direkt aus Erfahrungen und können neue Verhaltensweisen in der Gruppe ausprobieren. Mit anderen Worten: es ergibt sich für die Patienten die Möglichkeit einer Realitätsprüfung in einem geschützten Rahmen. Des weiteren bietet ein solches Gruppensetting aber auch herausfordernde und Angst besetzte interpersonale Konfrontationen, an denen die Patienten, die in solchen Situationen oft gescheitert sind, wachsen können.

Die Struktur des speziell auf opiatabhängige Menschen zugeschnittenen Psychoedukationsprogramms ermöglicht ein hohes Maß an Praxisorientierung (Farnbacher 2002). Dazu gehört auch die Vorbereitung auf die Selbsthilfegruppen. Diese sind in aller Regel ähnlich aufgebaut: in ihnen begegnet sich eine Gruppe von Menschen in einer vergleichbaren Lebenssituation, die sich nach klaren und eindeutigen Regeln versammelt. Übergeordnetes Ziel der psychoedukativen Therapie ist es, den Patienten eine aktive Hilfe zur Selbsthilfe anzubieten. Damit muß die praktische Kompetenz des Gruppenleiters für eine entsprechende Navigation im Hilfesystem verbunden sein. Das heißt, dass der Patient sowohl auf der Problembewältigungsebene als auch auf der Beziehungsebene dahingehend geschult wird, dass er sich anschließend in konkreten Situationen entweder selbst helfen kann oder weiß, wo er die entsprechende Hilfe anfordern kann.