

2.4. Zur Logik der Module und Themen in der Psychoedukation für Opiatabhängige Menschen

Allgemeines

In seiner Grundlogik folgt das gruppenpsychoedukative Programm den Erfahrungen anderer bereits erprobter Psychoedukationsmodell bei anderen Erkrankungen, wie etwa PEGASUS von Wienberg oder PEGPAK von Wessels und Westermann.

Das bedeutet grundsätzlich eine abgestufte Herangehensweise: Allgemeine Informationen über die Erkrankung, Förderung der Selbstheilungskräfte der Teilnehmer und die Überführung in Eigenständigkeit, bzw. Selbsthilfe. Dabei sollten die drei Elemente der Psychoedukation (Information, Kommunikation, Ressourcenförderung) auf allen Ebenen durchgeführt werden, wenn auch mit leicht verschobenen Akzenten.

Inhaltlich wurden die Unterthemen der Suchterkrankung, genauer: der Opiatabhängigkeit, angepasst:

1. Suchterkrankung, Themen: Suchtverständnis (individuell und gesellschaftlich), Nebenwirkungen der Erkrankung, somatische und psychische Komorbidität
2. Ressourcenförderung, Themen: Ressourcen über Selbst- und Fremdbildbestimmung, Peergroup und Familie, Partnerschaft und Sexualität
3. Problemlösemodelle und Selbsthilfe, Themen: Navigation im Hilfesystem, Umgang mit Risikosituationen, verhaltenstherapeutisches Problemlösemodell, Einführung in die Selbsthilfe.

Modul 1 Suchterkrankung

Oberstes Anliegen des ersten Moduls ist es in erster Linie Informationen über die Suchterkrankung und ihre Nebenwirkungen zu geben. Dabei ist eine Nähe zu den Teilnehmern zwingend: ihre Kenntnisse fließen in die Stundenergebnisse ein.

Auf der emotionalen Ebene ist für das erste Modul gewünscht das Angstniveau der Teilnehmer so niedrig wie möglich zu halten. Das kann zum einen dadurch geschehen, dass über ausgesprochene Wertschätzung das Wissen und die Erfahrungen der Teilnehmer Gegenstand des inhaltlichen Geschehens werden: Deren Suchtverständnis ist ebenso viel wert

für die Behandlung wie wissenschaftliche oder medizinische Kategorisierungen. Ebenso sind die Erfahrungen mit der Krankheit wichtige Ergänzung zu den allgemeinen Kenntnissen, bzw. wichtige Übereinstimmungen. Sollte das Gruppengespräch für die Teilnehmer eine Überforderung darstellen, können die Gruppenleiter den informativen Teil erhöhen. Dabei sollte darauf geachtet werden, dass der Vortrag nicht Überhand gewinnt und häufiger die Darstellungsmedien gewechselt werden.

Block 2 Ressourcen

Ging es im ersten Teil eher um eine informative Ebene auf kommunikativer Basis, in dem es um Austausch von Expertenwissen ging, werden nun im zweiten Teil bewusst emotionalere Bereiche angesprochen.

Allgemeines Ziel ist es den Begriff der Ressourcen so anschaulich wie möglich darzustellen und zu erläutern.

Dahinter verbirgt sich die Vorstellung, dass die Teilnehmer Zugang zu ihren bekannten und verschütteten Fähigkeiten, Fertigkeiten und Stärken finden. Eine Reflexion des alltäglichen Lebens, verborgener Ängste und unangenehmer Erfahrungen können so zu nutzbaren Quellen der Stärkung des Selbstbewusstseins werden.

Wichtig ist in diesem Abschnitt die Betonung positiver Eigenschaften. Wir gehen davon aus, dass die Teilnehmer nach dem Kennenlernen im ersten Teil mehr Sicherheit in der Gruppe und bei den Gruppenleitern gefunden haben, so dass nun die Möglichkeit besteht dass Sie sich vermehrt öffnen können und damit mehr in einen interaktiven und lebendigen Austausch kommen.

Dieser Teil ist auch eine Vorbereitung auf den dritten Teil, der eher kognitiv und verhaltenspräventiv angelegt ist. Während im zweiten Teil sehr offen und weniger ergebnisorientiert gearbeitet wird, ist der dritte Teil von modellhaftem Lernen geprägt.

Block 3 Selbsthilfe und Strategien zur Problemlösung

Dieser Teil ist - wie angekündigt - eher kognitiv und verhaltenspräventiv angelegt.

Nachdem nun der informative erste Teil und der ressourcenorientierte zweite Teil abgeschlossen sind, muss es darum gehen die Teilnehmer weiter zu befähigen ohne,

beziehungsweise mit weniger, professioneller Hilfe auszukommen. Die Selbstheilung und Selbsthilfe sollen in den Mittelpunkt gestellt und gefördert werden.

Dies ist auf verschiedene Art und Weisen möglich:

- Durch Sensibilisierung für kritische Situationen
- Vermittlung von Kenntnissen über die regionale Versorgungsstruktur
- Erwerb einer Problemlösestrategie
- Anbindung an Selbsthilfesstrukturen

Insgesamt geht es in dieser Phase darum, die Teilnehmer auf die Zeit nach der Behandlung vorzubereiten: Es gibt ein Ende der Gruppe und danach kommen die Teilnehmer alleine klar – oder sie wissen, wie sie sich rasch und qualifiziert Unterstützung holen können.

Dies sollte unabhängig von der Abschlusssitzung und den Auffrischungssitzungen geschehen.