

Gruppengespräche

Autor(en): **Eisenring, Karl**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Die Kette : Schweizerisches Magazin für Drogenfragen**

Band (Jahr): **10 (1983)**

Heft 1

PDF erstellt am: **20.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-799866>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Rahmenbedingungen des Entzuges

Der äussere Rahmen des 15-tägigen Drogenentzuges der CIKADE ist geprägt durch das gemeinsame Zusammenleben in einem Haus, welches ca. 1 km vom nächsten Dorf entfernt liegt. Die Gruppe besteht bei Entzugsbeginn aus ca. 3 - 7 Drogensüchtigen und 3 - 4 Mitarbeitern. Diese 6 - 11 Personen leben rund um die Uhr zusammen. Die Mitarbeiter haben während der 15 Tage abwechselungsweise je 4 Tage frei. Die Klienten dürfen die nähere Umgebung nicht alleine verlassen.

Der Entzug erfolgt medikamentenlos. Als Hilfsmittel werden Tee, Massagen, Sauna und manchmal auch Bäder eingesetzt. Das Verrichten der täglichen Haushaltsarbeiten (Waschen, Putzen, Aufräumen, Abwaschen), kochen, heizen, körperliche Arbeit sowie Spaziergänge, Sport etc. helfen mit, den Tag sinnvoll auszufüllen und zu strukturieren. Zweimal am Tag findet ein Gruppengespräch von ca. 1 Std. statt.



Gruppengespräche

Die täglichen Gruppengespräche im Entzugshaus

Seit Beginn unserer Arbeit im Entzugshaus finden täglich zweimal Gruppensitzungen statt, die im Verlaufe der Zeit zu einem tragenden Element geworden sind. Sie helfen, das intensive Zusammenleben zwischen Drogenabhängigen und uns Mitarbeitern besser und gezielter zu nutzen für ein vertiefteres Kennenlernen und Erleben der eigenen Person und der Beziehungen untereinander. Jeder hat dadurch täglich Zeit und Raum, seine Erlebnisse, Gedanken, Gefühle, Befürchtungen und Ängste oder anderes mehr, was ihn beschäftigt, mitzuteilen. Der Umstand, dass der Süchtige seinen körperlichen Entzug macht, beeinflusst das Gruppengeschehen und gibt ihm einen speziellen Charakter. Die auftretenden Entzugserscheinungen führen zu gesteigerter physischer und psychischer Labilität. Der Umgang mit dieser starken Veränderung des körperlichen und seelischen Befindens bildet denn auch einen wichtigen Teil der Gespräche während der Zeit des Entzuges. Daneben ist Platz für organisatorische Fragen, insbesondere die Gestaltung des Tagesablaufes. Die Dauer der Gruppensitzungen beträgt etwa eine bis anderthalb Stunden, manchmal auch länger, wenn die Situation es erfordert. Bei akuten Krisensituationen (z.B. plötzlich manifest werdender Wunsch eines Abhängigen, den Entzug abzubrechen), kann ebenfalls eine Gruppensitzung stattfinden. Die Gruppengrösse ist unterschiedlich; in der Regel besteht eine Gruppe aber aus 3 - 7 Süchtigen und 2 - 3 Mitarbeitern.

Die Gruppe als integrierende Kraft des erlebten Alltags

Wir haben die Gespräche bewusst auf den Morgen und auf den Abend gelegt. Die Morgensitzung lässt Raum für Mitteilungen über die vergangene Nacht, welche vor allem in der Anfangszeit durch massive Schlafstörungen geprägt ist. Nach einer unruhig verbrachten Nacht ist es hilfreich, sich darüber aussprechen zu können und zu spüren, dass man nicht allein gelassen wird. Auch die innere Einstellung zum neuen Tag wird hier angesprochen, um zu spüren, wie jeder den Tag angehen will, entsprechend seiner momentanen Verfassung. Die verschiedenen nächtlichen Erlebnisse - erfreuliche oder unangenehme - fliessen somit ins Ganze der Gruppe ein. Oft sind diese Gespräche Gradmesser, oder symbolisch ausgedrückt 'Fiebermesser' für zu erwartende Schwierigkeiten. Manchmal herrscht am Morgen Resignation; Fluchtgedanken haben sich über Nacht wie eine schwarze Wolke am Himmel zusammengebraut. Hier vermag die Morgensitzung vielleicht die nötige Stützung zu geben oder ein zugrundeliegendes Problem kann soweit geklärt werden, dass ein Weitermachen wieder möglich wird.

In der Abendgruppe halten wir einerseits Rückblick auf den verflossenen Tag; andererseits können aktuelle Probleme bearbeitet werden, wobei ein bewusstes Erleben der Gefühle schrittweise gefördert wird. Die integrierende Kraft der Gespräche besteht darin, die individuellen Erlebnisse soweit in die Gesamtgruppe einzubringen, dass allmählich ein "Gruppengefühl" wachsen kann. Dieses Zusammengehörigkeitsgefühl, das durch die vertiefte Auseinandersetzung in der Gruppe entsteht, schafft Sicherheit und Geborgenheit für den einzelnen.

Prozess und Inhalte des Gruppengeschehens

Am Anfang stehen die Entzugsbeschwerden und die Orientierung des einzelnen in der neuen Gruppensituation im Vordergrund. Die eigene Befindlichkeit hält die meisten "auf Trab". Die Konzentrations- und Wahrnehmungsfähigkeit ist noch gering und jeder versucht auf seine Art und Weise, mit körperlichen und psychischen Reaktionen fertigzuwerden. Mit dem Nachlassen der körperlichen Symptome tritt vermehrt innere Unruhe in den Vordergrund. Die "innere Leere" wird spürbar und die Gegenwart ist für manche kaum mehr auszuhalten. Orientierungslosigkeit und Sinnlosigkeitsgefühle werden stark empfunden. Alles drängt auf eine Neuentscheidung. Tiefe Verunsicherung und Ängste vor Gegenwart und Zukunft brechen durch und die Selbstakzeptierung in dieser neuen, "nüchternen" Situation wird zu einem Prüfstein. Das Gruppengespräch kann helfen, diese Krise anzunehmen und durchzustehen, statt sich wieder betäuben zu müssen. Das Lernen, sich zu akzeptieren, mit seiner ganzen Verletzlichkeit und Verunsicherung, die aufbrechenden Gefühle zuzulassen, ist ein Thema, das die ganze Gruppe beschäftigt, soweit bereits genügend Vertrauen besteht. Im Verlaufe der zweiten Entzugswoche verändert sich der Prozess und die nahe Zukunft wird zur drängenden Frage. Wie geht es weiter nach dem Entzug? Sei es der Eintritt in eine Therapeutische Gemeinschaft, eine ambulante Nachbetreuung oder auch Rückkehr ohne spezielles Anschlussprogramm - die Vorbereitung auf die Zeit danach ist häufig Gruppenthema. Rollenspiele und ähnliche gezielte Methoden ermöglichen es, ein Stück "Realität" vorwegzunehmen, und der einzelne spürt, wie fest oder

wacklig er dem Ende der Entzugszeit entgegengeht.

Die hier dargestellten Inhalte im Verlauf des Gruppenprozesses sind lediglich eine Auswahl immer wiederkehrender Themen. Das Beziehungsgeflecht innerhalb der Gruppe unter Einbezug der Mitarbeiter spielt ebenfalls eine wichtige Rolle während dem gesamten Gruppenprozess und wird in den Sitzungen regelmässig angesprochen.

Die Gruppe als Chance bei Krisen

Ein Entzug verläuft nicht ohne persönliche Krisen und deren Bewältigung gehört zum langen Weg eines drogenabhängigen Menschen, der lernen möchte, drogenfrei zu leben. Das Erleben der Nüchternheit wird häufig als Schock empfunden. Gedanken, Gefühle und Träume kreisen um die Droge, die immer noch eine Faszination ausübt. Die Versuchung der Droge ist von den meisten psychisch schwer auszuhalten und das sogenannte "Reissen", auch "Schussgeilheit" genannt, bringt den Süchtigen oft in die Krise: "Soll ich diesen unangenehmen Zustand aushalten, oder mich durch den nächsten 'Schuss' erlösen?" Bei diesem inneren Ringen kann das Gruppengespräch oft als "Notbremse" wirken und einen überstürzten Abbruch des Entzuges verhindern. Die vertiefte Auseinandersetzung, zu der auch das Aufzeigen der Konsequenzen eines Abbruchs zum jetzigen Zeitpunkt gehört, gibt dem Süchtigen nochmals Gelegenheit, sich bewusster zu entscheiden, was er wirklich will.

Der Umgang mit solchen Krisen bedeutet eine grosse Herausforderung für uns Mitarbeiter. Je nach Persönlichkeit des Süchtigen und dessen Lebensgeschichte mag hier z.B. intensive psychische Stützung, massive Konfrontation oder auch eine paradoxe Intervention das richtige Mittel sein, um die Situation aufzufangen. Eine Chance besteht dann, wenn der Süchtige wieder mit sich und seinen Gefühlen "hier und jetzt" in Kontakt kommt und sich nicht vom momentanen Druck nach der "erlösenden Droge" überwältigen lässt. Rückzug und Isolierung in derartigen Krisenzuständen führen oft zum Abbruch, denn der Betroffene fühlt sich allein und gibt so eher der drängenden Versuchung des nächsten "Schusses" Heroin nach. Deshalb versuchen wir stets, den Abhängigen dann für ein Gruppengespräch zu motivieren, damit er seine Entscheidung bewusst fällt und dies der ganzen Gruppe mitteilt. Ob er dann seine Abbruchentscheidung nochmals verändert oder sie beibehält, ist seine eigene Entscheidung, wobei allerdings der Begriff der "eigenen freiwilligen Entscheidung" angesichts der speziellen Entzugssituation relativiert werden muss. Die Erfahrungen der bisherigen Entzüge haben gezeigt, dass der Süchtige in dieser Phase höchster Labilität oft überfordert ist, wirklich das zu tun, was er möchte. Deshalb kann in dieser Situation aktive therapeutische Stützung absolut nötig sein. Einige Abhängige, welche sich bereits entschieden hatten, den Entzug abzubrechen, haben ihn

nach positiver Bewältigung der Krise zu Ende geführt.

Als Mitarbeiter fühle ich mich in solchen Extremsituationen stark herausgefordert. Nur wenn es mir in Ansätzen gelingt, meine eigenen Motive, Absichten und Impulse gegenüber dem Betroffenen zu spüren und ich mich innerlich unabhängig genug fühle, kann ich ihm eine Hilfe sein, zu seiner eigenen Entscheidung zu finden. In jeder neuen Krise liegen viele Lernchancen, sowohl für den Abhängigen als auch für mich selbst, sofern es zu einer ehrlichen Auseinandersetzung kommt. Eine bewusst erlebte und überwundene Krise schafft ein Erfolgserlebnis und neuen Mut für die Weiterführung des Entzuges. Wie ich als Mitarbeiter mit eigenen Lebenskrisen fertig werde, fliesst dabei in die Arbeit mit ein und wird in solchen Momenten dauernd neu aktualisiert.

Weitere Aspekte der Gruppengespräche

Ein wichtiger Aspekt, der den Gruppenprozess wesentlich beeinflusst, ist unsere Haltung und unser Selbstverständnis als Mitarbeiter. Wir sind einerseits Begleiter des Entzuges im Rahmen eines intensiven Zusammenlebens, verbringen Tag und Nacht gemeinsam in einer wohngemeinschaftlichen Atmosphäre. Gleichzeitig tragen wir die Verantwortung für den organisatorischen Ablauf und sind Leiter der Gruppensitzungen. Dies verlangt eine grosse Rollenflexibilität und die Fähigkeit zur emotionalen Abgrenzung bei aller Einfühlung und menschlichem Engagement für die Drogenabhängigen. Ich erlebe mich dabei auf einer Art "Gratwanderung". Ich möchte die erforderliche Haltung als "selektive Offenheit und partielle Teilnahme" bezeichnen, um einen Begriff aus der Integrativen Gestalttherapie zu gebrauchen. Es geht darum, mich so weit gefühlsmässig zu öffnen und aktiv zu werden, dass ich dem Süchtigen auf dem Weg zu innerem Wachstum, zu grösserer Bewusstheit und Selbsterkenntnis eine Hilfe bin. Bringe ich mich subjektiv zu stark ein und beeinflusse ihn zu sehr aufgrund meiner eigenen Vorstellungen, so behindere ich seinen eigenen Wachstumsprozess und beraube ihn des eigenen Erkennens. Bin ich aber zu distanziert und halte meine eigenen Gefühle zurück, dann entsteht kaum ein Klima des Vertrauens, in dem Lernen an sich selbst gerade hier und jetzt in der Gruppe geschehen kann. Jeder von uns Mitarbeitern findet im Laufe der Zeit seinen eigenen Stil, je nach Persönlichkeit und therapeutischer Erfahrung. Die hier angesprochene Handlungsfrage spielt nicht nur in den Gruppensitzungen eine wichtige Rolle, sondern überhaupt während der ganzen Zeit, die wir in unserem Entzugshaus verbringen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt der Gruppengespräche ist das Thema Widerstand. Ich verstehe dabei "Widerstand" im weitesten Sinne als ein Sich-Wehren gegen Veränderung, eine gerade während des Drogenentzugs an sich begreifliche Reaktion. In den Gruppengesprächen macht

sich Widerstand in vielen verschiedenen Formen bemerkbar: als langes, unangenehmes Schweigen, Lachen und Kichern, Verweigerung des Kontaktes und von Mitteilungen, dauerndes Rationalisieren und Rechtfertigen bei gefühlsmässiger Betroffenheit, Trotzreaktionen, oberflächliche Antworten, Vermeidung von innerer Betroffenheit, Müdigkeit und Langeweile, dauernde verbale Aggression und Kritik gegen Mitarbeiter usw. Diese Beispiele sind noch nicht vollständig; der Drogen-süchtige hat im Laufe seiner Drogenkarriere gelernt, gefühlsmässige Betroffenheit auf vielfältige Weise zu umgehen. Bei unserer Arbeit kann es nicht darum gehen, den Widerstand einfach durchbrechen zu wollen, sondern darum, ihn aufzunehmen und dem Süchtigen langsam bewusst zu machen, ihn dafür zu sensibilisieren. Widerstand hat u.a. eine notwendige Schutzfunktion, die nur allmählich abgebaut werden kann. Dies bedarf eines länger dauernden Prozesses unter therapeutischer Begleitung. Während des Entzuges kann ein Anfang gemacht werden, den eigenen Widerstand gegen eine Veränderung des gewohnten Verhaltens zu spüren.

Unsere Gruppensitzungen können als Therapie-vorbereitung z.B. in einer Therapeutischen Gemeinschaft wertvoll sein. Oder sie sind eine abgeschlossene Gruppenerfahrung von 15 Tagen. Sie vermögen Impulse zu geben, sich selbst mit seinen Gefühlen ernst zu nehmen, sorgsam mit sich umzugehen und sich besser spüren zu lernen. Sie sind ein Ort, die vielen Erlebnisse eines Tages oder der Nacht etwas zu ordnen - zu "verdauen" - und gewisse Zusammenhänge für das eigene Leben zu erkennen. Der Süchtige lernt, sich klarer und direkter zu äussern und die Beziehungen zu anderen Gruppenmitgliedern und Mitarbeitern bewusster wahrzunehmen. Auch Fragen nach dem Sinn des Lebens und des möglichen Standortes inmitten einer gewaltvollen, zerstörerischen Welt können zum Thema werden. Denn die Frage ist berechtigt, was es soll, sich von einer Droge zu lösen, ohne in der jetzigen Gesellschaft einen Lebenssinn zu finden. Gerade das Zusammenleben innerhalb dieser 15 Tage mag uns aufzeigen, was wir im alltäglichen Leben verändern können, um wenigstens unter uns etwas Menschlichkeit und Wärme zu spüren. Ein Therapieverständnis ohne Einbezug der sozialen Umwelt, des politischen Kontextes sowie deren kritische Betrachtung, kann zu einer fragwürdigen Anpassung des einzelnen führen. Wenn wir zusammen während des Entzuges ansatzweise etwas "Sinn" zu schaffen vermögen, ist damit ein wichtiger Schritt getan.

Karl Eisenring
Sozialarbeiter