

Sich helfen lassen statt leugnen

REGENSDORF. Alkohol-süchtige auf ihr Problem anzusprechen ist nicht einfach. Deshalb fand für Freiwillige der Besuchsdienste eine Veranstaltung zum Thema «Alkoholsucht im Alter» statt.

BARBARA GASSER

Die Freiwilligen der Besuchsdienste im Furttal werden bei ihren Einsätzen bei älteren Leuten zu Hause ab und zu mit dem Problem Alkoholsucht konfrontiert. Möglichkeiten aufzuzeigen, wie die Betroffenen darauf angesprochen werden können, war das Ziel der Weiterbildung vom Mittwoch.

Rund 30 Personen hörten den beiden Referentinnen des Blauen Kreuzes, Arlette Reinmann Rudolf und Margo Schoute, zu. Gemäss den Erfahrungen des Kantonalverbands Zürich waren letztes Jahr 28 Prozent der Klienten mit einem Suchtproblem über 55 Jahre alt. In der ganzen Schweiz hat rund jede zehnte Person über 65 Jahre eine Abhängigkeit entwickelt, oft sogar erst im Alter. Aus ihrer Arbeit wissen die beiden Fachfrauen, dass bei den Betroffenen Angst und Scham eine grosse Rolle spielen. Lieber leugnen sie ihr Problem, statt Hilfe in Anspruch zu nehmen. Gerade im Rentenalter bleibt die Sucht oft lange Zeit unsichtbar und verdeckt.

Einmischung ja oder nein

Bei den Teilnehmenden der Weiterbildung herrschte Unsicherheit darüber, ob eine Einmischung von ihrer Seite überhaupt sinnvoll sei. Sie finden es schwierig zu beurteilen, wie gravierend das Problem ist, da die Leute bei den Besuchen nicht betrunken seien. Jemand sagte: «Oft ist die Sucht nicht offensichtlich, wenn



Beim Rollenspiel zum Thema «Alkoholsucht im Alter» haben die Teilnehmenden der Info-Veranstaltung gerne mitgemacht. Bild: Barbara Gasser

wir die Leute nur jede zweite Woche besuchen.» Arlette Reinmann Rudolf rät, sie auf jeden Fall anzusprechen, wenn der Verdacht auf Alkoholsucht besteht. «Es lohnt sich, auch wenn die erste Reaktion meist nicht positiv ist.»

Wie ein solches Gespräch ablaufen könnte, haben die Freiwilligen in Zweiergruppen geübt. Eine Person übernahm die Rolle des Alkoholsüchtigen, die andere jene des Betreuers. Anhand von Stichworten für mögliche Verhaltensweisen auf beiden Seiten führten sie das Gespräch. Die Reaktionen des Betroffenen können leugnen oder verharmlosen sein, Ausreden bringen, die Schuld auf andere schieben oder gar aggressives Verhalten. Die Referentinnen hielten fest, dass es nicht in erster Linie darum geht, die Leute vom Trinken abzuhalten, sondern ihnen Möglichkeiten aufzu-

zeigen, wo und wie sie Hilfe bekommen können. «Die Behandlungserfolge bei älteren Menschen mit einem Alkoholproblem sind gut», sagte Arlette Reinmann Rudolf. «Und Sie als Freiwillige im Besuchsdienst sind die richtigen Leute, um das Problem anzusprechen.»

Nützliches Rollenspiel

Unter den Teilnehmenden war auch ein ehemaliger Alkoholsüchtiger. Er hat beim Rollenspiel die Seite des Beraters eingenommen. Das ist bei der Frau, welche die Abhängige mimte, sehr gut angekommen. Sie erklärte: «Ich habe versucht, meine Sucht abzustreiten, aber er blieb hartnäckig.» Und zwar habe er sich für sie und ihr Problem interessiert, habe gesagt, es sei ihm etwas aufgefallen, und sie könne sich jederzeit bei ihm melden. «Am meisten beeindruckt hat

mich, dass er mich zu einer Fachstelle begleiten wollte.» Interesse zeigen und das Problem ansprechen sind gemäss den Referentinnen die richtigen Ansätze. «Man kann nicht das Trinkverhalten eines andern Menschen ändern, aber man kann Vorschläge machen und über Hilfsangebote reden», sagte Arlette Reinmann Rudolf. Auch wenn kein unmittelbares Resultat erkennbar werde, setze dieses Interesse von aussen etwas in Gang, sodass die betroffene Person sich irgendwann helfen lasse.

Dass es manchmal sehr lange dauert, konnte der anwesende Betroffene aus eigener Erfahrung erzählen. Auch er habe seine Sucht gelehnet, sein Trinkverhalten verharmlost und dabei sein Geschäft beinahe in der Ruin getrieben. «Ich hielt gar nichts von all den gescheiten Fachleuten in den Kliniken. Die

Einzel- und Gruppengespräche waren mir zuwider. Ich wollte gar nicht mit dem Trinken aufhören», erzählte er. Erst einem Psychiater, der Klartext geredet, ihn ziemlich hart auf die wirkliche Situation aufmerksam gemacht habe, sei es gelungen, dass er die Kehrtwende vollzogen habe. Er ist einer von denen, die den Ausstieg aus der Abhängigkeit vom Alkohol geschafft haben, das war vor 30 Jahren.

ALKOHOLSUCHT

Nicht nur die Betroffenen selber leiden unter ihrer Sucht, sondern auch deren Angehörige. Hilfe finden sie unter folgenden Internetadressen: www.blaueskreuzzuerich.ch, www.praevention-zuerich.ch, www.zuerfan.ch, www.alterundsucht.ch. (bag)