

Selbstbestimmter Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln

Geistige Behinderung und Sucht

Bleiben Sie in ihren Konzepten und Handlungen glaubwürdig und verhältnismäßig! Seien Sie es auch in ihren nonverbal ausgedrückten Botschaften.

Der schwierige Einzelfall, die Probleme im Alltag für die Betroffenen und das soziale Umfeld bedürfen gezielter, fachlicher und wirksamer Interventionen. Erfolgversprechend sind sie aber nur, wenn die Maßstäbe unseres Handelns den Rahmen der Verhältnismäßigkeit wahren.

Entwickelt werden müssen Angebote, die der Lebensrealität von Menschen mit einer geistigen Behinderung und Konsumproblemen entsprechen und von ihnen verstanden werden.

Dabei ist „Therapie“ nur ein Baustein. Training und Stärkung von Selbstbewusstsein, auch Wissensvermittlung, sind angemessene Vorgehensweisen.



Selbstbestimmter Umgang mit Genuss- und Suchtmitteln von Menschen mit Behinderungen erscheint wenn wir schon darüber reden von Anfang an als Problem.

Die wohlmeinende Sorge mit guten Gründen um Menschen mit einer geistigen Behinderung bestimmt die Strategien der Fachleute und der Angehörigen.

"RISIKO"

Gefahr



Auch Menschen mit einer Behinderung haben das Recht auf Rausch und Konsum und können darüber selbst entscheiden!

Auch Menschen mit einer geistigen Behinderung haben Anspruch auf Genuss - auch auf Rausch?



Kaffee



Getränke mit Koffein



Bier Radler



Wein , Sekt



Süßigkeiten und Schokolade



Schnaps

**Normalität und selbstbestimmter
Umgang mit Sucht- und Genussmitteln
sind immer noch nicht selbst-
verständlich für Menschen mit einer
geistigen Behinderung.**

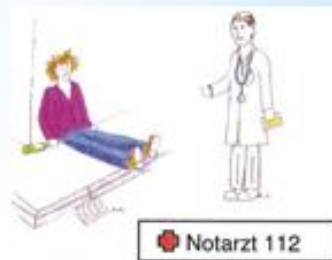


Das bewahrende Denken von Institutionen wird zum Kriterium für unser Handeln.

Die fachliche Auseinandersetzung mit dem Thema Sucht und geistige Behinderung geschieht aus dem Blickwinkel der Institution.



Orientierungslosigkeit



Bewusstlosigkeit



Streitsüchtig oder aggressiv werden

Unbestritten ist lediglich, dass

- a) das Problem deutlicher gesehen wird,
- b) die sich ergebenden Schwierigkeiten zuzunehmen scheinen und
- c) versucht wird mit Prävention und therapeutischen Angeboten zu reagieren.



Einen Plan machen, der mir helfen kann
NEIN zu Alkohol zu sagen.

Die auftretenden Schwierigkeiten setzen die Mitarbeitenden unter Handlungsdruck. Dabei fehlen sowohl geeignete Konzepte als auch die Mittel zu deren Umsetzung.

Durch Substanzmittelmissbrauch verstärken sich:



Enttäuschung



Ärger



Wut



Angst

Selbstbestimmung beinhaltet auch die Folgen seines Handelns zu tragen. Nehmen wir auch diesen Grundsatz an, sind wir auf dem Weg zu einer ehrlicheren Arbeit.



Alkohol ist ungesund, einige werden davon sehr krank.



Einige können nicht mehr ohne Alkohol, sie sind süchtig.

Auch Menschen mit einer geistigen Behinderung haben ein Recht darauf sich selbst zu schädigen und dann mit den Folgen konfrontiert zu werden. Ist Normalität nur dann angezeigt, wenn es um die Ausweitung und Entwicklung von Selbstbestimmung geht, nicht aber bei deren Folgen? Das ist unehrlich und unvollständig.

Dazu sollten auch Risiken zugunsten von Normalität, Autonomie und Selbstbestimmung eingegangen werden können.

Mut zur Gesundheit - Programm zur gesunden Lebensweise.
Erkennen wie und wo besteht die Gefahr für die
Gesundheit.

Einfache Symbole am Beispiel der Verkehrsampel



Gefahr



Risiko kann zur Gefahr werden



Gutes tun für die Gesundheit

Gesund und fit wie mache ich das? Umgang mit Alkohol!

Eigene Ressourcen und Erfahrungen in gemeinsamen Gesprächen
aufgreifen.

Was mache ich, wenn es mir schlecht geht - Darmgrippe -

andere Essgewohnheiten - Veränderung - Beitrag zur Gesundung

Information zu gesundheitsfördernden Verhalten

Risikoarmer Umgang mit Genussmitteln

Nahrungsmittel und Genussmittel praktisch zu ordnen



Bier Radler



Süßigkeiten und Schokolade



Obst



Wirkung der Ernährung bzw. des Konsums von Genussmittel besprechen - zu wenig esse - Hunger - zu viel esse - Bauchschmerzen

Grenzen erkennen - Wann nehme ich Genussmittel zu mir? - Getränke mit Alkohol -

wenn es mir langweilig ist, Angst oder Ärger habe, ich wütend oder enttäuscht bin,

Kann ich meine Grenzen erkennen - je öfters die Grenze überschritten - desto größer die Gefahr.

Trinkgründe herausarbeiten



Ich will anerkannt sein und dazu gehören, deshalb lassen sich einige zum Trinken überreden.

Information über Wirkung der Droge (Alkohol) an Hand von Risiko und Gefahr



1 gesunde Frau



1 Glas Bier 0,2l



½ Glas Wein 0,1l



1 kl. Glas Schnaps 0,2 cl



1 gesunder Mann



2 kleine Gläser Bier je 0,2 l



1 Glas Wein 0,1l



2 kl. Gläser Schnaps 0,2 cl



Trinken sie nicht 2 Tage hintereinander, - kein Alkohol - kein Risiko
mehr Alkohol - mehr Risiko





Saft trinken



Obst essen



Sich bewegen



Jemanden besuchen

Stress abbauen durch:

Weitere Pläne:

Tagespläne und Wochenpläne erstellen!



**Ich kann mir Feiern
ohne Alkohol vorstellen!!**

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit !!

Wolfgang Beine - Bielefeld

Ralf Klinghammer - Hoffnungstaler Stiftung Lobetal
Bernau bei Berlin

Quelle: Bilder DIDAK Westfalenfleiß GmbH

Gemeinsame Strategien entwickeln

Einen Plan machen der mir helfen kann in Risiko-Situationen, wenn mir langweilig ist, wenn ich ärgerlich bin oder Wut habe

Schriftliche Vereinbarungen treffen

Punktabstinenz

Erinnerungs- Tagebuch



Jemanden sprechen



Jemanden anrufen



Einkaufszettel schreiben



Gemeinsam Einkaufen