

Paartherapie – wenig beachtet, aber hoch effektiv

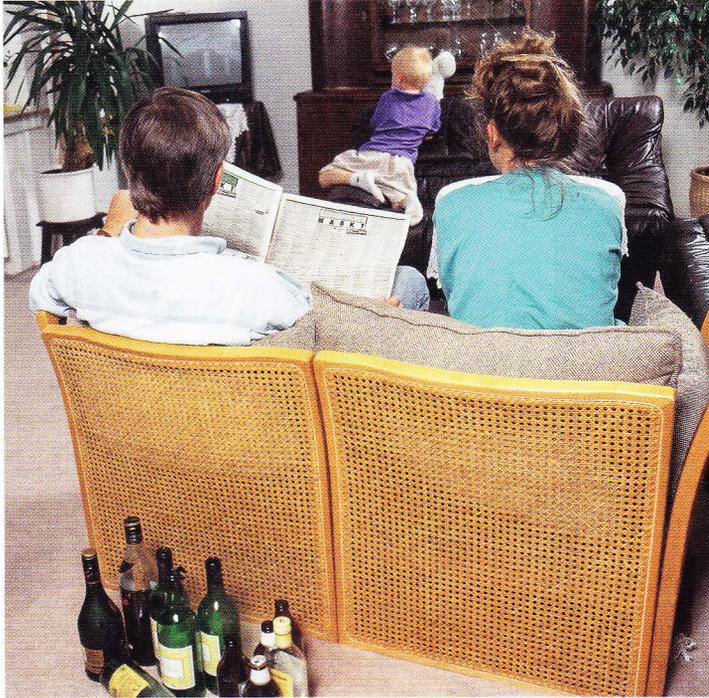


Foto: Schulz

»Die Partner verstärkt in die Therapie einzubeziehen hat eine große Dynamik in die Suchtarbeit gebracht«, so Dr. Reker.

»Innerhalb der Suchttherapie gibt es kaum ein anderes Verfahren, das so erfolgreich ist wie die Paartherapie«, betont Dr. Martin Reker vom Ev. Krankenhaus Bielefeld. Umso mehr bedauert er es, dass diese Therapieform bisher so wenig Beachtung in Deutschland findet. Für einen Workshop konnte der Betheler Suchtexperte jetzt eine der weltweit profiliertesten Therapeutinnen auf diesem Gebiet – Prof. Dr. Barbara McCrady von der Universität von New Mexico in Albuquerque – gewinnen. In der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie informierte die Direktorin des Center on Alcoholism, Substance Abuse and Addictions über die paartherapeutische Suchtarbeit.

Angehörige werden auch bisher schon in der Suchtarbeit berücksichtigt. Im Gespräch mit den Fachleuten erfahren sie, wie sie sich gegenüber ihren Partnern verhalten sollen und wo sie Fehler machen. Die Paartherapie verfolgt einen anderen Ansatz. »Das Gegenüber, mit dem man als Therapeut arbeitet, ist das Paar«, zitiert Dr. Reker die Hauptbotschaft der amerikanischen Expertin Prof. McCrady. »Gemeinsam werden Strategien für eine gute

Partnerschaft entwickelt.« Die Partner lernen, miteinander zu kommunizieren, Probleme zu lösen und gut miteinander umzugehen.

Blick auf Ressourcen

»Die Partner verstärkt in die Therapie einzubeziehen hat eine große Dynamik in die Suchtarbeit gebracht«, so Dr. Martin Reker. In der Psychiatrischen Institutsambulanz des Ev. Krankenhau-

ses Bielefeld werden bereits seit einigen Jahren Paartherapien angeboten, und es gibt in dem Betheler Krankenhaus Paarentgiftungen, wenn beide Partner suchtkrank sind. »Dabei wird auch sichtbar, welche Konflikte die Partner haben und wie sie damit umgehen. Oft werden die fehlenden Konfliktlösungsstrategien zum Ausgangspunkt von Rückfällen. Zugleich macht die Einbeziehung der Partner deutlich, welche Ressourcen in der Partnerschaft stecken. So zeigt sich, wo man mit der Therapie ansetzen kann.«

Partner als Experten

Den Blick auf die Ressourcen in einer Partnerschaft vermisst Dr. Reker beim viel diskutierten Konzept der »Co-Abhängigkeit«. Co-Abhängigkeit steht unter anderem für Verhaltensweisen, die durch die Abwendung von negativen Folgen des Konsums die Sucht eines Menschen aufrechterhalten – zum Beispiel den Partner bei anderen zu entschuldigen und den Schein der Normalität zu wahren. »Gerade Frauen, manchmal auch männliche Partner, stehen bei diesem Konzept in dem Verdacht, die Sucht ihres Angehörigen durch ihr fürsorgliches Verhalten zu verstärken. Immer wieder kommt



Dr. Martin Reker.



Fotos (2): Elbracht

Für den Workshop im Ev. Krankenhaus Bielefeld konnte Dr. Martin Reker (vorne, M.) die amerikanische Expertin Prof. Dr. Barbara McCrady (3. v. r.) gewinnen. Die Teilnehmer waren Sucht-, aber auch Paartherapeuten aus Bethel und von anderen Trägern.

es vor, dass ihnen im Angehörigengespräch geraten wird, sich von ihrem Mann – oder ihrer Frau – zu trennen. Dass es in der Beziehung möglicherweise auch Ressourcen für Veränderungen gibt, bleibt bei diesem defizitoriellen Konzept meist unbeachtet.« Die Folge sei, dass die suchtkranken Patienten Gespräche unter Beteiligung ihrer Angehörigen schon im Vorhinein ablehnten, weil es ihre größte Angst sei, den Partner zu verlieren. In der paartherapeutischen Suchtarbeit dagegen sind die Partner auch als Experten einbezogen. »Niemand kennt die suchtkranken Menschen so gut wie ihre Partner«, betont Dr. Reker.

Besondere Expertise nötig

Amerikanische Studien zeigten, dass die Paartherapie der Einzeltherapie deutlich überlegen sei, so der Betheler Suchtexperte. »Sie ist ein nachweislich hoch effektiver, aber viel zu wenig genutzter Ansatz zur Behandlung suchtkranker Menschen und ihrer Angehörigen.« Dass es schwierig sei, die Paartherapie

fest in die »Versorgungslandschaft« einzubauen, liege zum einen daran, dass das deutsche Gesundheitssystem auf eine Individualversorgung ausgerichtet sei und Paartherapien nicht entsprechend refinanziert würden. Auch die Paartherapien in der Psychiatrischen Institutsambulanz des Ev. Krankenhauses Bielefeld können nur für einen Patienten abgerechnet werden. »Da fragen sich natürlich viele Therapeuten, warum sie sie dann anbieten sollen, denn sie erfordert oft mehr Engagement und Aufmerksamkeit als eine Einzeltherapie.« Ein weiteres Hindernis ist die notwendige »doppelte« Fachlichkeit: »Eine Paartherapie mit Partnern, die ein Suchtproblem haben, erfordert eine besondere Expertise. Paartherapeuten haben meist wenig Erfahrung in der Suchttherapie. Umgekehrt haben Suchttherapeuten selten eine paartherapeutische Qualifikation. Es gibt wenig Überlappungen«, erläutert Dr. Reker und weist auf die fehlenden Ausbildungsmöglichkeiten hin.

Der leitende Betheler Arzt und Experte für Abhängigkeitserkran-

kungen etabliert in Deutschland federführend das amerikanische Konzept des »Community Reinforcement Approach« (CRA). Die »gemeindeorientierte Suchttherapie« folgt dem Ansatz, dass Menschen, die suchtkrank sind, einen guten Grund brauchen, um den Konsum von Suchtmitteln aufzugeben. Ohne Sucht zu leben muss für sie attraktiv sein. Gute Gründe für ein suchtfreies Leben können der Erhalt der eigenen Wohnung oder des Führerscheins sein – aber auch eine funktionierende Partnerschaft. »Wir haben es als sehr hilfreich erlebt, die Paartherapie in der gemeindeorientierten Suchttherapie mehr in den Blick zu nehmen«, betont Dr. Martin Reker. »Die Paartherapie verbessert zunächst die Beziehung, und das wirkt sich im weiteren Verlauf positiv auf die Suchtproblematik aus.«

– Petra Wilkening –

Kontakt: Dr. Martin Reker,
Tel. 0521 772-78650,
E-Mail Martin.Reker@evkb.de