

SUCHTPRÄVENTION AM ARBEITSPLATZ

- gesund führen und handeln -

Leistungen und Angebote

der



Altötting

Geschäftsstelle:
Bahnhofstraße 50
84503 Altötting
Tel: 08671-969896
Fax 08671-969897

Burghausen

Berliner Platz 3/II
84489 Burghausen
Tel: 08677-985598
Fax 08677-985597

Sucht beeinflusst die Arbeit - und Arbeit die Sucht



Suchtmittelabhängigkeit ist eine Krankheit, die auch vor Betrieben kein Halt macht.

Die Fakten:

Laut DHS (Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen) sind etwa 5% der Beschäftigten eines Unternehmens alkoholabhängig und weitere 10% sind alkoholgefährdet. Ein Drittel der Heroin- und zwei Drittel der Cannabiskonsumenten gehen einer Vollzeitbeschäftigung nach.

Suchtmittelabhängige Mitarbeiter fehlen im Vergleich zu nichtabhängigen Mitarbeitern 2,5-mal so oft im Jahr und sind 3,5-mal häufiger in Arbeitsunfälle verwickelt.

Raucher fallen aufgrund von Raucherpausen hochgerechnet rund elf bezahlte Arbeitstage pro Jahr aus und fehlen durch gesundheitliche Belastungen im Schnitt 30% häufiger als Nichtraucher.

Betriebliche Suchtprävention bezieht sich nicht nur auf Alkohol, sondern schließt auch Tabak, illegale Drogen, Medikamente, sowie alle stoffungebunden Süchte wie Spielsucht, Essstörungen etc. mit ein.

Die Fachambulanz für Suchtkranke im Landkreis Altötting mit langjähriger Erfahrung in der betrieblichen Suchtarbeit bietet:

- Betriebliche Suchthilfe
 - Vorträge/Fortbildungen für Mitarbeiter, Auszubildende und Führungskräfte
 - Coaching von Führungskräften
 - Unterstützung bei der Implementierung von Betriebs-/Dienstvereinbarung „Sucht“
 - Suchtbeauftragte
- Suchtprävention für AZUBIS
- Verkehrspsychologische Beratung zur MPU-Vorbereitung
- Newsletter (anonyme Selbsttests und aktuelle Themen)
- Tabakentwöhnung

● Betriebliche Suchthilfe

➤ Vorträge/Fortbildungen für Mitarbeiter, Auszubildende und Führungskräfte

Sucht ist eine anerkannte Erkrankung, die nach wie vor viel Verunsicherung im sozialen Umfeld auslöst.

In diesem Seminar geht es darum Vorgesetzte für das Thema Sucht zu sensibilisieren. Es soll Hintergrundwissen zur Entstehung von Sucht, Grundlagen zum Krankheitsverständnis und aktive Handlungsmöglichkeiten sowie Hilfsmöglichkeiten vermittelt werden.

Dies kann sowohl anhand von Fallbeispielen als auch in Rollenspielen geübt werden, was sich sehr bewährt hat.

Inhalt:

Teil 1 : „Suchtspezifische Aspekte“

- Vorstellen der Fachambulanz für Suchtkranke im Landkreis Altötting mit seinem gesamten Leistungsspektrum
- Stoffgebundene und nichtstoffgebundene Suchtformen
- Suchtspirale (Gebrauch-Missbrauch-Abhängigkeit)
- Wirkfaktoren von Suchtentwicklung
- Motivation
- Krankheitseinsicht
- Einflüsse des Umfeldes auf den Suchtmittelkonsum (Co-Abhängigkeit)

Teil 2: „Betriebliche Aspekte“

- Alkohol- und Drogenkrankheit im Betrieb
- Erkennen von Suchtkrankheit im Betrieb
- Unfallgefährdung am Arbeitsplatz
- Interventionsprogramm
- Verhaltensregeln für Vorgesetzte
- Pflichten des Vorgesetzten
- Verhalten und Hilfen zum Führen eines Erstgesprächs

Teilnehmerzahl: bis 15

Dauer: 3 - 4 Stunden

• Betriebliche Suchthilfe

➤ Coaching von Führungskräften

Der Ernstfall tritt ein, ich **muss** reagieren, was kann ich tun?

Welche arbeitsrechtlichen Aspekte muss ich beachten?

Wie soll ich anfangen?

Wie kann ich ein Erstgespräch führen?

Habe ich „Angst“ zu reagieren oder bin ich überfordert?

Lieber einen Mitarbeiter mit 70% Arbeitsleistung behalten als einen zu wenig?

Welcher Vorgehensplan ist hilfreich?

Fürsorgepflicht, muss ich reagieren?

Ist dies der Fall, so gibt es die Möglichkeit Einzelcoaching in Ihrem Betrieb oder in der Fachambulanz in Anspruch zu nehmen.

Angebote:

- Einzelfallberatung (auch Mediation, 50min)
- Einzelcoaching (Basisstrategien, 50min)
- Strukturiertes Gruppencoaching (Konfliktlösungsstrategien, soziales Kompetenztraining, 180 min)
- Offenes Gruppencoaching (Aktuelle Fragen oder Problemstellungen im Betrieb, 120- 180 min)

NEU !!!

- **Klettern** eine andere Möglichkeit der Teambildung

Raus aus eingefahrenen Strukturen, den vollen Terminkalender schließen, sich auf etwas Ungewohntes einlassen und somit Neues erleben.

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit mit ausgebildeten Therapeuten und Trainern sich an der Kletterwand zu erproben. Die Erfahrung zeigt, dass Klettern durch Vertrauensübungen, Grenzerfahrungen neben der Ich-Stärkung, das Wir-Gefühl und den Zusammenhalt im Team stärkt und somit zum Erfolg führen kann.

Teilnehmerzahl: 1 – 12

Dauer: nach Vereinbarung

• Betriebliche Suchthilfe

➤ Unterstützung bei der Implementierung einer Betriebs-/Dienstvereinbarung „Sucht“

Warum eine Betriebs-/Dienstvereinbarung „Sucht“ ?

Das Paradigma im Suchtkrankenhilfesystem ist ständig im Wandel. Deshalb kam im Rahmen der gesundheitsvorbeugenden Maßnahmen vor vielen Jahren die Frage auf, wie können wir als Betrieb einen Mitarbeiter mit einer Suchtproblematik adäquat, sinnvoll und langfristig unterstützen und begleiten. Auch Suchtkranke sind wertvolle Mitarbeiter mit oft langjähriger Berufserfahrung und Betriebskenntnissen, in welche häufig Fortbildungsmaßnahmen investiert wurden.

Das Vorgehen früher: Wegschauen ➔ 1. Abmahnung ➔ 2. Abmahnung ➔ Kündigung

Das Vorgehen heute: Hinschauen ➔ Ansprechen ➔ Handeln

Was heißt das für Sie?

Im Vergleich zu üblichen Vereinbarungen, in welchen die Arbeitgeber- und Arbeitnehmerseite getrennt betrachtet werden, gilt bei der Betriebs-/Dienstvereinbarung „Sucht“ ein einheitliches Vorgehen. Das bedeutet, dass der Firmenchef, die Personalabteilung und der Betriebsrat/Mitarbeitervertretung an einem Strang ziehen, um entsprechend auf suchtmittelauffällige Mitarbeiter zu reagieren.

Was gewinnen Sie dadurch?

- Reduzierung von Konflikt- und Mobbing Situationen
- Rechtssicherheit sowohl für den Betrieb als auch für die Mitarbeiter
- gesunde und belastbare Mitarbeiter
- gutes Betriebsklima, um die Motivation zu erhalten und fördern.

Was beinhaltet ein Stufenplan?

- Handlungssicherheit für alle Vorgesetzten
- konsequente und strukturierte Maßnahmen bzw. Vorgehen
- Miteinbeziehung und Koordination aller arbeitsrechtlichen Verantwortlichen
- Hilfsangebot für alle im Betrieb beschäftigten Mitarbeiter
- Verhinderung von Diskriminierung

Dauer: je nach Bedarf

• Betriebliche Suchthilfe

➤ Suchtbeauftragte

Der Suchtbeauftragte ist zentrales Bindeglied zwischen dem Betroffenen, dem Betriebsverantwortlichen und der professionellen Suchthilfe. Er stellt im Suchthilfesystem eine fachlich qualifizierte und unabhängige Person dar und unterliegt der Schweigepflicht. Darüber hinaus berät er Personalverantwortliche sowie Mitarbeitervertreter und bietet auf Anfrage Veranstaltungen in Ihrem Betrieb an, die über Suchtprobleme aufklären und vorbeugend wirken.

Wie können wir als Suchtbeauftragte in Ihrem Betrieb unterstützend tätig sein?

- als unabhängigen und fachlichen Ansprechpartner für suchtmittelauffällige Mitarbeiter
- zur Unterstützung und Beratung Betroffener bei der Bewältigung ihrer Suchtproblematik
- bei der Förderung von Motivation und der Krankheitseinsicht für therapeutische Maßnahmen
- bei der Einleitung und Beantragung angemessener Maßnahmen (Behandlung, Nachsorge)

• Suchtprävention für Auszubildende

interaktiv, abwechslungsreich und an der Lebenswelt junger Menschen orientiert

Allgemeine Ziele:

- Sachgerechte Informationsvermittlung
- Reflexion des eigenen Konsumverhaltens, Risikowahrnehmung und Risikokompetenz
- Erkennen eigener Schwächen, Stärken und Grenzen, Entwicklung protektiver Lebenskompetenzen
- Verantwortungsvoller Umgang im Team/ mit Kollegen
- Unterstützung zur Entwicklung persönlicher Werte und Normen
- Förderung der Konfliktfähigkeit
- Angemessener Umgang mit Stress

Sonstiges:

- Die Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht
- Materialien werden mitgebracht
- Die Bausteine können frei gewählt werden, Vorkenntnisse der Teilnehmer sind nicht notwendig.
- Wir orientieren uns an den projektbezogenen Standards für Qualität der Suchtprävention Bayerns

Zielgruppe: Junge Menschen zwischen 15 und 21 Jahren

Teilnehmerzahl: 10 bis 30 Teilnehmer sind möglich. Außer bei dem Simulationsspiel „Voll die Party“, hierfür ist eine Mindestteilnehmerzahl von 15 Personen notwendig.

Unsere Angebote zur Auswahl:

1. Party-Simulationsspiel „Voll die Party“ (Thema Alkohol- auch Bezug zu Cannabis möglich)

Inhalt:

- Imitation einer sozialen (Party-)Situation, in der Jugendliche (riskant) Alkohol trinken
- erlebbar machen von möglichen Folgen

Ziele:

- Wissensvermittlung zum Thema Alkohol
- Reflektion des eigenen Verhaltens in Gruppendrucksituationen
- Auseinandersetzung mit der eigenen Risikobereitschaft
- Handlungsanweisungen in Notfallsituationen

Dauer: ca. 3 Stunden

Setting: großer Raum , in dem sich die Teilnehmer gut bewegen können. 4 Tische werden benötigt, sowie Stühle für alle Teilnehmer

2. Konsum im Kontexts des eigenen Lebenslaufs (Bezug zu allen Abhängigkeitsformen)

Inhalt:

- anonyme Bestandsaufnahme des Konsumverhaltens der Teilnehmer (Konsumprofil)
- Analyse des Konsumverhaltens
- Differenzierung von genussvollem/riskanten Konsum/ Abhängigkeit
- Betrachtung des eigenen Konsums in Zusammenhang mit der jeweiligen Zukunftsplanung

Ziele:

- Informationsvermittlung zu verschiedenen Süchten und Abhängigkeitsformen
- Bewusstwerden von riskanten Verhaltensweisen
- Hinterfragen eigener Wertvorstellungen und Normen im Hinblick auf die eigene Lebensgestaltung: Stärkung der Eigenverantwortung
- Herausarbeiten individueller Stärken und Sensibilisierung für eigene Grenzen

Dauer: ca. 3 Stunden

Setting: bestuhlter Raum

3. Regeln, Werte und Normen (Bezug zu allen Suchtformen)

Inhalt:

- Erstellen von Regeln: 1. Konsumregeln, 2. Regeln zum gesunden Umgang mit sich selbst, 3. Gruppenregeln/ Verantwortung für andere
- Stressbewältigung, Ärger- und Konfliktmanagement: Input durch interaktive Spiele (Das Band/ Reality Check/ Tower of Power)

Ziele:

- Informationsvermittlung Konsum illegale Drogen, Medien, etc.
- Bewusstsein schaffen für auffälliges Verhalten und den Umgang damit (bei sich selbst und anderen)
- Info über das Hilfesystem im Landkreis
- Problemmunikation mit Betroffenen erarbeiten, Umgang mit Betroffenen im Betrieb, verdeutlichen der innerbetrieblichen Regelungen

Dauer: 3-4 Stunden

Setting: Raum mit Bestuhlung für alle Teilnehmer, Zusatzraum für interaktive Spiele (Raum mit ausreichend Bewegungsfreiraum)

4. Risikoparcours/ Risflecting ® (Bezug zu allen Süchten)

Inhalt:

- Erlebnispädagogischer Parcours (wahlweise Hochseilgarten oder Kletterhalle)

Ziele:

- TAKE A BREAK: Förderung von Entscheidungskultur
- LOOK AT YOUR FRIENDS: Verantwortungsübernahme für sich und für andere
- REFLECT: Lernen für's nächste Mal (nach Risflecting®)
- Erfahren eigener Grenzen/ der Grenzen von Teamkollegen

Dauer: 8 Stunden

Setting: Waldseilgarten Oberreith oder Kletterhalle BGH (längerer Vorlauf nötig) es entstehen zusätzliche Kosten von 35 € pro Teilnehmer

5. Stresstest/Konfliktmanagement (Bezug zu allen Süchten, insbesondere aber auch zu Medien/digitalem Stress)

Inhalt:

- Stresstest zur Selbsterfahrung um Stresssymptome zu verdeutlichen
- Sammlung eigener Stressfaktoren und Zusammenhang mit Konsumverhalten
- Stress und Konflikte: Sammlung guter Streitkultur anhand interaktiver Spiele (Kommunikationsspiele)

Ziele:

- Kennenlernen von möglichen Methoden der Stressbewältigung
- Kennenlernen von Methoden des Konfliktmanagements
- Herausarbeiten gesunder Konfliktlösestrategien

Dauer: ca. 3 Stunden

Setting: bestuhlter Raum

• Verkehrspsychologische Beratung zur MPU-Vorbereitung

Zur Wiedererlangung des Führerscheins nach Fahrten unter Alkohol, Drogen oder nach BtmG-Verstößen verlangt die Führerscheinbehörde oft ein Fahreignungsgutachten, d.h. eine Medizinisch-Psychologische Untersuchung (MPU).

Eine rechtzeitige Auseinandersetzung mit dem eigenen Verhalten in Bezug auf Alkohol und Drogen im Straßenverkehr ist eine entscheidende Voraussetzung für die Wiedererteilung der Fahrerlaubnis.

Mit langjähriger verkehrspsychologischer Erfahrung beraten wir fachlich kompetent und zielführend. Wir entwickeln gemeinsam Lösungswege, die Fahrerlaubnis wieder zu erhalten und langfristig zu sichern.

Im Rahmen der verkehrspsychologischen Beratung werden u.a. folgende Themenschwerpunkte erörtert:

- Infos zum Abstinenzkontrollprogramm, zu Inhalt und Ablauf der MPU
- Allgemeine und verkehrsrelevante Wirkungen/ Folgen von Rauschmittel und deren physischen, psychischen Schäden
- Selbsteinschätzungsanalyse und Standortbestimmung zum persönlichen Konsummuster (Gebrauch/ Missbrauch/ Abhängigkeit)
- Individuelle Vorgeschichte zum Rauschmittelkonsum und deren Entwicklung
- Persönliche Konsummotive und -anlässe, sowie Erkennen von suchtmittelinduzierte Problemen
- Erarbeitung alternativer Lösungsansätze und sinnvoller Veränderungsmöglichkeiten
- Rückfallrisiken und Rückfallvorbeugung
- Hinweis oder Einleitung weiterer möglicher Maßnahmen in Beratung und Behandlung

Unser Schulungsangebot umfasst sowohl Gruppenangebote, als auch individuelle Einzelberatung:

Verkehrspsychologisches Schulungsprogramm zur MPU

- Wichtige Informationen zum Abstinenzkontrollprogramm, Inhalt und Ablauf der MPU
- Überprüfung des persönlichen Konsumverhaltens
- Vorbereitung auf das gutachterliche Gespräch
- Bescheinigung der Schulung zur Vorlage bei Gericht, Begutachtungs- oder Führerscheinstelle
- Informationen zur Sperrzeitverkürzung

Dauer: 10 Gruppenabende (1x wöchentlich á 100 Min.)

2 Einzelberatungen (á 50 Min.)

Kosten: 580 € inkl. Handbuch zum Schulungsprogramm

Anmeldung: Auskünfte und Termine unter 08671-96 98 96 oder

www.suchtfachambulanz-altoetting.de

Verkehrspsychologische Einzelberatung zur MPU

- Vorbereitung auf das gutachterliche Gespräch
- Orientierungsberatung
- Beratung bei negativen Gutachten (Gutachtenanalyse)
- Beratung bei speziellen Problemstellungen
- Wichtige Informationen zum Abstinenzkontrollprogramm, Inhalt und Ablauf der MPU
- Bescheinigung der Maßnahme zur Vorlage bei Gericht, Begutachtungs- oder Führerscheinstelle

Dauer: 50 Min. pro Einzelberatung inkl. Arbeitsmaterialien

Kosten: je 75 €

Anmeldung: Auskünfte und individuelle Terminvereinbarung unter 08671-96 98 96

• Tabakentwöhnungsprogramm

(nach den Vorgaben des betrieblichen *Rauchfrei-Programms* des IFT Gesundheitsförderung München)

Das Rauchfrei Programm ist ein modernes Tabakentwöhnungsprogramm. Es arbeitet mit erprobten pädagogischen und psychologischen Konzepten der Motivationsforschung und Verhaltenstherapie. Die Teilnehmer lernen Methoden kennen, kritische Situationen erfolgreich zu bewältigen und langfristig rauchfrei zu bleiben.

Das Rauchfrei Programm ist wissenschaftlich evaluiert, wird kontinuierlich überprüft und weiterentwickelt. Es entspricht den Anforderungen der Krankenkassen und der Gesundheitsverbände gemäß den Kriterien des GKV-Leitfadens Prävention und ist damit zuschussfähig.

➤ **Worin unterscheidet sich das Rauchfreiprogramm von anderen Programmen?**

Dieses Programm berücksichtigt neben den vielen Gemeinsamkeiten auch die unverkennbare Individualität der Raucher und unterstützt individuelle Wege aus dem Tabakkonsum. Mit dieser Vorgehensweise grenzt sich das Programm von anderen auf dem Markt angebotenen Programmen ab, die ihre Methode als für die richtige ansehen und z.B. einen Rückfall damit erklären, dass der Raucher die Methode noch nicht verstanden habe und sie erneut erlernen muss.

➤ **Wirksamkeit des Programms**

In einer Reihe von in wissenschaftlichen Zeitschriften veröffentlichten Evaluationsstudien konnte die Wirksamkeit des mehrtätigen Rauchfreiprogramms nachgewiesen werden. Die Abstinenzquote liegt ein Jahr nach Programmende bei 31%. Das ist im internationalen Vergleich eine sehr gute Quote.

➤ **Wir bieten das Rauchfrei Programm in zwei Versionen an:**



Basisprogramm:

Zielgruppe: Tabakabhängige
Teilnehmerzahl: 9-12
Dauer: 6 Gruppentermine je 120 Min
2 Telefontermine zur Nachbetreuung
Kosten: 210 € pro Teilnehmer

Kompaktprogramm:

Tabakabhängige
9-12
3 Gruppentermine je 120 Min.
2 Telefontermine zur Nachbetreuung
210 € pro Teilnehmer



Warum Wir...

- Seit 1996 sind wir in der betrieblichen Suchtarbeit tätig und können daher auf einer jahrelangen Erfahrung in diesem Bereich zurückgreifen. Unser Angebot umfasst ein breites Spektrum zur Förderung und Erhalts der Gesundheit Ihrer Mitarbeiter.
- Wir arbeiten täglich in der Praxis und können anhand von Fallbeispielen gezielt auf das sehr komplexe Thema Sucht auch in Ihrem Betrieb eingehen.
- Als regionaler Anbieter sind wir niederschwellig vor Ort erreichbar und arbeiten seit Jahren mit allen anderen Anbietern des regionalen Suchthilfesystems eng und vertraulich zusammen
- Wir sind spezialisiert auf die Beratung und Behandlung von Betroffenen, Verantwortlichen und Angehörige bei suchtspezifischen Auffälligkeiten jeder Art.
- Unser multiprofessionelles Team besteht aus qualifizierten Mitarbeitern mit einer anerkannten suchtspezifischen Zusatzausbildungen (RVB) und langjähriger Berufserfahrung.

Sollten wir Ihr Interesse geweckt haben, so wenden Sie sich bitte an die Fachambulanz der Suchtkranke im Landkreis Altötting.

Altötting

Geschäftsstelle:
Bahnhofstraße 50
84503 Altötting
Tel: 08671-969896
Fax 08671-969897

Burghausen

Berliner Platz 3/II
84489 Burghausen
Tel: 08677-985598
Fax 08677-985597