



Die Alkoholkurzzeittherapie in Wattwil ist unter der Berit Klinik bereits SQS/QuaTheDA-zertifiziert.

Bilder: PD

Der klare Weg aus der Alkoholerkrankung

«Wie kann ich von meiner Alkoholkrankheit geheilt werden?» Eine Frage, die sich viele Suchtkranke an einem gewissen Punkt im Leben stellen. Etwa wenn die Partnerin, der Partner ein Ultimatum stellt, wenn der Arbeitgeber eine Bemerkung macht oder wenn der eigene Körper zu versagen droht.

Wer in einer solchen Lage ist, findet Hilfe in der Berit Klinik in Wattwil. Seit über 35 Jahren gibt es im Toggenburg das Angebot der Alkoholkurzzeittherapie. Ein Angebot, für das sich jede und jeder Alkoholranke selbst anmelden kann. Auf der Website findet man das entsprechende Anmeldeformular, mit einem einfachen Anruf kann man erste Fragen klären. «Bei uns kann sich jede Person melden, unabhängig vom Wohnkanton oder von der finanziellen Situation. Denn die Therapie wird von der Krankenkasse bezahlt und wir in der Klinik kümmern uns um die Kostengutsprache. Es entstehen für die Patienten, nebst der Franchise, keinerlei Kosten», betont Priska Eigenmann. Sie leitet die Alkoholkurzzeittherapie seit bald zwei Jahren und ist stolz auf dieses weitherum einmalige Angebot. «Zum einen sind wir bereit, jede hilfeschuchende Person bei uns aufzunehmen, die mit grosser Motivation einen Entzug und eine Therapie machen möchte. Zum anderen garantieren wir die Dauer von 29 Tagen Therapie. So ist der Aufenthalt bei uns in der Berit Klinik in Wattwil genau planbar», sagt die Therapieverantwortliche. Diese klar begrenzte Dauer sei unter anderem enorm wertvoll für Arbeitnehmende. Zudem sei der Aufenthalt in Wattwil sehr diskret. «Aussenstehende wissen höchstens, dass man in der Berit Klinik ist. Den Grund muss niemand erfahren; er steht auch auf keinem Arbeitsunfähigkeitszeugnis.»

Ein Anruf genügt

Sobald sich jemand an die Berit Klinik in Wattwil wendet und mit der Therapie beginnen möchte, finden innert Tagesfrist erste Abklärungen statt. «Wir vereinbaren einen Termin für das Vorgespräch mit der zuständigen Therapeutin oder dem Therapeuten. Denn jeder Klient hat während der Therapie eine direkte Bezugsperson», beschreibt Priska Eigenmann die ersten Schritte. «Beim ersten Gespräch erklären wir den genauen Ablauf des vierwöchigen Aufenthalts und klären ab, inwieweit der Wunsch einer Veränderung und die eigene Motivation vorhanden sind. Denn dieser Wille ist die Voraussetzung für die Aufnahme in die Kurzzeittherapie.»

Ist diese Absicht geklärt, folgt der Termin für den körperlichen Entzug, der vor Antritt der eigentlichen Therapie Wochen ebenfalls durch die Berit Klinik in Wattwil durchgeführt werden kann. «In der Regel sind es drei bis fünf Tage, je nach

Konstitution des Klienten», sagt Priska Eigenmann. Damit dieser körperliche Entzug gut verläuft, findet er mit medikamentöser Unterstützung und unter enger Betreuung durch Fachpersonen statt. Priska Eigenmann beschreibt diese Phase als «empfindliche Zeit». Denn für Alkoholranke sei das Suchtmittel meistens ein Schutz. «Und plötzlich stehen sie ohne diesen Schutz da – das ist schwierig.»

Wertvoller Halt in der Gruppe

Ist der körperliche Entzug überstanden, beginnt nahtlos die Therapie. Gemeinsam mit maximal sieben weiteren Alkoholkranken startet das Programm. «In der Gruppe finden die Teilnehmenden auch aneinander Halt, sie entwickeln ein Vertrauensverhältnis und unterstützen einander. Eine wertvolle Hilfe, wie wir jeweils aus Rückmeldungen erfahren», sagt Priska Eigenmann. Die Gruppe ist gemischt nach Alter, Herkunft und Geschlecht.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer essen zusammen, besuchen gemeinsam die Therapien und verbringen einen Grossteil ihrer Freizeit miteinander. Der fixe Therapieplan dient den Klienten auch dazu, eine neue Tagesstruktur zu erhalten. Dies sei ein wichtiges Element der Suchtbehandlung.

«Unser Therapieangebot beinhaltet nebst Einzel- und Gruppengesprächstherapien auch Kunsttherapie und Bewegungstherapie», erklärt Priska Eigenmann. «Alkoholranke müssen lernen, ihren Körper wieder zu spüren, ihre Muskeln gezielt zu gebrauchen. Während der Therapie erfahren sie,

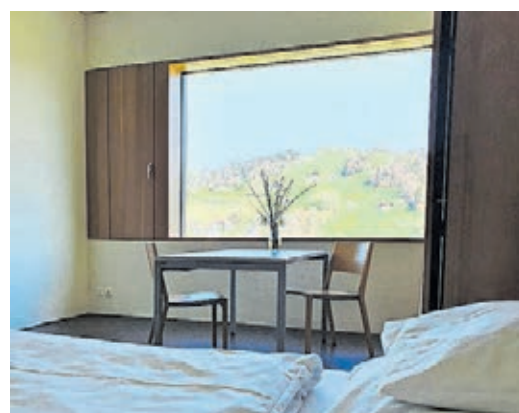


Die Kunsttherapie unterstützt beim Heilungsprozess.

wie sie später im Alltag auf einfache und kostengünstige Weise aktiv sein können – zum Beispiel mit Schwimmen, mit Körperübungen oder mit Spaziergängen in der Natur.» Denn die Therapie befasst sich nicht nur mit der Vergangenheit und der Gegenwart der Klienten, sondern auch mit deren Zukunft. Sie müssen gerüstet sein für den Alltag nach Ende der vier Wochen. Zum einen können alle Therapieteilnehmer am dritten und vierten Wochenende nach Hause – eine Art «Belastungstest» für sie. «Zum anderen legen wir grossen Wert auf eine ambulante Nachbetreuung, zum Beispiel bei einer Suchtberatungsstelle, dem Blauen Kreuz oder weitere psychologische Behandlungen.» Konsumiert jemand während der Therapie Alkohol, sei dies kein Grund, ihn auszuschliessen, hält Priska Eigenmann fest. «Solche Vorfälle gibt es. Wichtig ist, dass man danach die Situation mit dem Therapeuten bespricht und analysiert.»

Unterstützende Massnahmen für den Alltag

Schliesslich tragen auch solche Vorfälle dazu bei, dass das Ziel der Therapie erreicht wird: eine Suchtkompetenz für den Alltag zu erlangen und für sich selbst zu realisieren, welche Folgen die Sucht ganz persönlich hat. «Eine nachhaltige Lebensqualitätsverbesserung ist das oberste Ziel der Behandlung», sagt Priska Eigenmann. Und noch etwas ist Priska Eigenmann wichtig: «Wenn jemand nach einiger Zeit mit ambulanten Behandlungen wieder einen stationären Rahmen braucht, sind wir jederzeit erneut für die Klienten da.»



Alle Teilnehmenden wohnen während der Therapie in Einzelzimmern mit eigenem Bad.



Peder Koch, CEO/Delegierter des Verwaltungsrates, mit Priska Eigenmann, Leiterin der Alkoholkurzzeittherapie.

Neue Räumlichkeiten, bewährtes Team

All dies trägt dazu bei, dass die Alkoholkurzzeittherapie in Wattwil unter der Berit Klinik bereits SQS/QuaTheDA-zertifiziert ist, was Priska Eigenmann freut. Und noch etwas freut die Leiterin dieser aussergewöhnlichen Therapie: «Wir arbeiten jetzt in neuen Räumen und für unsere Klienten haben wir neue, wunderschöne Einzelzimmer, alle mit eigenem Bad und prachtvoller Aussicht. Gleich geblieben ist aber unser seit Langem bewährtes Konzept. Und nach wie vor arbeiten wir mit einem kompetenten Team von erfahrenen Fachleuten, die ihr ganzes Wissen in die Alkoholkurzzeittherapie einbringen.»



Psychosomatische Abteilung PSA

Berit Klinik Wattwil
Steig, 9630 Wattwil
Telefon 071 987 32 55
psa@klinik.ch
www.psa-berit.ch

