

# SUCHTBERATUNG (ALH)

## Dein **WELCOME** Paket

Begrüßung & Einführung in Deine Ausbildung, erste Schritte in Deiner Lernwelt, erfolgreiche Methoden, wie Du Dein Zeit- & Selbstmanagement optimierst, wie Du mit „Zeiffressern“ umgehst

## GRUNDLAGEN UND PSYCHOLOGIE DER SUCHT

### Einführung in die Suchthematik

Das Menschenbild, Suchtmodelle, Krankheitsbegriff, Theorien der Suchtentstehung, Verbreitung in der Bevölkerung, ganzheitliche Betrachtung von Suchtphänomenen

### Psychologie der Sucht

Psychodynamik, Lebenswelt von Suchtkranken, Umweltbezug von Suchtphänomenen, Suchtverläufe, Persönlichkeitsdiagnostik, typische Abwehrmechanismen Suchtkranker, ressourcenorientierte Sichtweise

### Medizinische Aspekte der Sucht

Verfahren der Schulmedizin, neurobiologische Erkenntnisse, medizinisches Versorgungssystem, Neuro-Enhancement

## EINSTIEG IN DIE SUCHTBERATUNG

### Aufgaben und Tätigkeitsfelder der Suchtberatung

Zielgruppen, mögliche Widerstände, Aufgaben der Suchtberatung, Grenze zur Therapie

### Dein praktischer Einsatz: Der Erstkontakt und Vertrauensaufbau

Kennenlernen, Gesprächseinstiege, Empathie ausdrücken, Vereinbarung/Ziele treffen

### Selbstreflexion: Biographie & Rolle von Suchtberatern

Reflexion der eigenen beruflichen Rolle

### Selbstfürsorge-Tipps für Suchtberater

Erarbeitung eines Selbstfürsorgekonzepts, Übungen zur Steigerung der Resilienz, Burnout vorbeugen, Ressourcen aktivieren, Abgrenzung

### Entwickle Deine Selbstfürsorge-Routine

Zusammenstellung einer Routine für den Alltag

## SUBSTANZSÜCHTE

### Alkoholismus

Konsumpraktiken und Epidemiologie, Verstoffwechslung & Wirkungsspektrum, pharmakologische Wirkungen, wesentliche Formen und Folgen der Alkoholintoxikation, Abgrenzung von sozialem Trinken, Alkoholmissbrauch und Abhängigkeit, Alkoholkonsum bei Jugendlichen

### Rauchen, Dampfen & Inhalieren

Erscheinungsformen der Tabakabhängigkeit, Cannabiskonsum, besondere Problematik des Inhalantienmissbrauchs

### Medikamentenabhängigkeit

Ursachen des Medikamentenmissbrauchs, Besonderheiten der ärztlichen Verschreibungspraxis, Suchtstoffpharmakologie, Substanzgruppen & Suchtpotential, Entzugssyndrome, Notfallsituationen

### Substanzsüchte: Fälle aus der Praxis

Entstehung und Verlauf von Suchterkrankungen

### Betäubungsmittelabhängigkeit

Ursachen, Substanzgruppen, Suchtpotential & Konsumpraktiken, Designerdrogen, Diagnosekriterien, Entzugssyndrome, Notfallsituationen, Folgen auf psychiatrisch-neurologischem Gebiet

## VERHALTENSÜCHTE

### Verhaltenssüchte

Pathologisches Glücksspiel, Onlinesucht, neue Medien, Spielsucht (Gaming), Esssucht, Kaufsucht, Sexsucht

### Facetten der Mediensucht in der Praxis

Auswirkungen Social Media/Mediensucht, Spielsucht insbes. bei Jugendlichen, Aufklärung/Prävention, Mediensucht und alltäglichen Medienkonsum differenzieren

### Komorbidität bei Suchtverläufen

Selbstmedikation bei psychischen Belastungen, Wechselwirkung von psychischen Erkrankungen und Substanzmissbrauch, Persönlichkeitsstörungen & Suchterkrankungen, Indikationsstellung bei Doppeldiagnosen, Essstörungen

## PRAXIS DER SUCHTBERATUNG

### Modelle der Suchtberatung

Beraterische Basisfähigkeiten, Beratungsmodelle verschiedener Therapieschulen, Motivationsbildung, niedrigschwellige Beratungsansätze, motivierende Gesprächsführung, Reflexion der eigenen Helferrolle, Aus- und Weiterbildung, Selbsterfahrung und Supervision, Netzwerke

### Motivierende Beratung: Modelle, Konzepte & Praxis

Beraterische Ressourcen, Motivationsarbeit verschiedener Therapieschulen, Motivational Interviewing, Erstgespräche, Umgang mit Widerstand, Zwangskontext, Betriebliche Suchtberatung

### Toolbox für die Suchtberatung

Systemik, Achtsamkeit, positive Psychologie, Gruppendynamik, Interventionstipps

### Aufbau eines Beratungsprozesses im Einzelsetting

Einstieg, Ausgangssituation und Zieldefinition, verschiedene Analysetools, Risikosituationen

identifizieren, Notfallkoffer, Lebensqualität verbessern – Alltagsgestaltung

### Dein praktischer Einsatz: Verschiedene Tools & Krisenintervention in der Suchtberatung anwenden

Anwendung (Systemik, Achtsamkeit, positive Psychologie), Analyse der Situation, Risikoeinschätzung, heimlicher vs. gemeldeter Rückfall, Fallbeispiele und Übungen

### Aufbau eines präventiven Kurskonzepts im Gruppensetting

Aufbau, Didaktik & Rahmenbedingungen, Kurskonzepte Suchtprävention/Entwöhnung: Anforderungen an Präventionsmaßnahmen, Stundenbilder, Arbeitsblätter, Medien, spezielle Zielgruppen

### Dein Präventionskonzept

Vorstellung eines Präventionskonzepts

## SYSTEMISCHE PERSPEKTIVEN DER SUCHTBERATUNG

### Familie & Angehörige im Fokus der Suchtberatung

Systemisch-familiätherapeutische Sichtweise, Perspektivwechsel von linearen Ursache-Wirkungs-Modellen hin zu zirkulären Sichtweisen, pathologische Familiensysteme, Konzept der Co-Abhängigkeit, suchtkranke Eltern

### Dein praktischer Einsatz: Gespräch mit Angehörigen

Gespräch zu Dritt, Mediation, Setting, Übungen

### Suchtberatung im beruflichen Kontext

Substanzbedingte Einflüsse auf die Arbeitsleistung, Arbeitssicherheit & Unfallrisiken, Stress in der Arbeitswelt, Substanzkonsum zur Stressbewältigung, Neuro-Enhancement, betriebliche Suchtprävention

### Systemisch Lösungsorientierte Ansätze

Suchtklienten und Berater in Beziehungskontexten, systemischlösungsorientierte Konzepte in der Suchtberatung, Sinnhaftigkeit von Suchtverhalten, Sucht und Familie, Co-Abhängigkeits-Konzept

### Rechtliche Aspekte der Suchtberatung

Arbeits- und Sozialrecht, Strafrecht, verkehrsrechtliche Bestimmungen, Betäubungsmittelrecht, Konzept „Therapie als Strafe“, rechtliche Voraussetzungen der Substitutionsbehandlung



## DER ZEITLICHE AUSBILDUNGSABLAUF

Monat	Studienbrief (SB)	Onlinetest (OT)	Webcast (WC)	Fallarbeit (FA)	Onlinevorlesung (OV)	Webinar (WEB) & Web-Based-Training (WBT)		Seminar (S)
Dein <b>WELCOME</b> Paket der ALH-Akademie						WEB: Begrüßungswebinar	WBT: Zeit- und Selbstmanagement	
1	<b>SB 1:</b> Einführung in die Suchthematik	<b>OT 1:</b> Einführung in die Suchthematik						
2	<b>SB 2:</b> Psychologie der Sucht		<b>WC 1:</b> Medizinische Aspekte der Sucht					
3						<b>WEB 1:</b> Aufgaben und Tätigkeitsfelder der Suchtberatung <b>WEB 2:</b> Dein praktischer Einsatz: Der Erstkontakt und Vertrauensaufbau		
4			<b>WC 2:</b> Selbstfürsorge-Tipps für Suchtberater	<b>FA 1:</b> Entwickle Deine Selbstfürsorge-Routine				<b>S 1:</b> Selbstreflexion: Biographie & Rolle von Suchtberatern <i>2 Tage (digital)</i>
5	<b>SB 3:</b> Alkoholismus	<b>OT 2:</b> Alkoholismus & Rauchen			<b>OV 1:</b> Rauchen, Dampfen & Inhalieren			<b>S 2:</b> Motivierende Beratung: Modelle, Konzepte & Praxis <i>2 Tage (präsent oder digital)</i>
6	<b>SB 4:</b> Medikamentenabhängigkeit					<b>WEB 3:</b> Substanzsuchte: Fälle aus der Praxis		
7	<b>SB 5:</b> Betäubungsmittelabhängigkeit	<b>OT 3:</b> Medikamentenabhängigkeit & Betäubungsmittel						<b>S 3:</b> Dein praktischer Einsatz: Verschiedene Tools & Krisenintervention in der Suchtberatung anwenden <i>0,5 Tage (digital)</i>
8	<b>SB 6:</b> Verhaltenssuchte			<b>FA 2:</b> Praxisfälle Verhaltenssuchte		<b>WEB 4:</b> Facetten der Mediensucht in der Praxis <b>WEB 5:</b> Komorbidität bei Suchtverläufen		
<b>#MEINWISSENSCHECK: FACHWISSEN REGELMÄSSIG TRAINIEREN – TESTE AB JETZT DEIN WISSEN SO OFT DU WILLST!</b>								
<b>ZERTIFIKAT „SCHWERPUNKTWISSEN SUBSTANZ- UND VERHALTENSÜCHTE (ALH)“</b>								
9	<b>SB 7:</b> Modelle der Suchtberatung							<b>S 4:</b> Systemisch-lösungsorientierte Ansätze <i>2 Tage (präsent oder digital)</i>
10	<b>SB 8:</b> Toolbox für die Suchtberatung	<b>OT 4:</b> Praxis der Suchtberatung	<b>WC 3:</b> Aufbau eines Beratungsprozesses im Einzelsetting					
11			<b>WC 4:</b> Aufbau eines präventiven Kurskonzepts im Gruppensetting	<b>FA 3:</b> Erarbeitung einer Beratungseinheit		<b>WEB 6:</b> Dein Präventionskonzept		
12	<b>SB 9:</b> Familie & Angehörige im Fokus der Suchtberatung	<b>OT 5:</b> Familie & Systemik				<b>WEB 7:</b> Dein praktischer Einsatz: Das Gespräch mit Angehörigen		
13	<b>SB 10:</b> Suchtberatung im beruflichen Kontext							
14	<b>SB 11:</b> Rechtliche Aspekte der Suchtberatung	<b>OT 6:</b> Arbeitswelt & Rechtsfragen						
<b>ZERTIFIKAT „MOTIVIERENDE BERATUNG &amp; SYSTEMISCHE METHODEN DER SUCHTBERATUNG (ALH)“</b>								
Die Seminare sind einzeln oder in Blöcken buchbar!								

### ABSCHLUSSPRÜFUNG: ABSCHLUSSARBEIT