



Jahresbericht 2017

asbm

alkohol- und
suchtberatung
bezirk meilen

Impressum

asbm Alkohol- und Suchtberatung
Bezirk Meilen
Bruechtstrasse 16
8706 Meilen
044 923 05 30
info@asbm.ch
www.asbm.ch

Gestaltung

Orlando Duó Graphic Design SGD, Wetzikon

Druck

Druckerei Zimmermann AG, Uster

Auflage: 200 Ex.
April 2018

Jahresbericht 2017

Inhalt

Der Präsident berichtet	2
Die Stellenleiterin berichtet.....	4
Zahlen und Statistiken.....	6
Jahresrechnung.....	10
Trauma und Sucht – eine Kurz- fassung des Referates von der Jahresversammlung 2017	13
Wer sind wir	18
Herzlichen Dank.....	20

Der Präsident berichtet.

Im Frühjahr 2017 hat der Wechsel in der Stellenleitung stattgefunden. Silvia Zucker hat ihren wohlverdienten Ruhestand angetreten. An dieser Stelle möchte ich ihr für ihre kompetente und erfolgreiche Tätigkeit als Stellenleiterin und Beraterin im Namen des Vorstandes ganz herzlich danken. Als neue Stellenleiterin und Beraterin ist Susanne Schultz zu 80% angestellt worden. Sie hat jahrelang als Suchtberaterin gearbeitet und bringt damit die nötige Erfahrung für diese Aufgabe mit. Ebenfalls im Frühjahr wurde Svatava Breuer zu 20% für das Sekretariat angestellt. Wir wünschen Frau Schultz und Frau Breuer viel Erfolg bei ihrer neuen Tätigkeit in der Alkohol- und Suchtberatung Bezirk Meilen.

Trotz der Personalmutationen hat die asbm ein erfolgreiches Jahr hinter sich, was keineswegs selbstverständlich ist. Herzliche Gratulation allen vier Angestellten an dieser Stelle.

Auch im Vorstand gab es verschiedene Wechsel. Giovanni Weber ist aus beruflichen Gründen aus dem Vorstand ausgeschieden. Er hat angeboten, dass er für juristische Belange noch verfügbar sei. Vielen Dank für dieses wertvolle Angebot. Weiter bestand immer noch die Vakanz von Imke Harms, welche 2016 zurückgetreten war. Als neues Vorstandsmitglied wurde Elizabeth Casal an der Jahresversammlung 2017 gewählt. Seit August 2017 ist auch Walter Mulisch im Vorstand tätig. Seine Wahl ist an der Jahresversammlung 2018 vorgesehen. Zu diesem Zeitpunkt möchte ich mein Amt als Präsident abgeben, werde aber weiterhin als Vorstandsmitglied für die Finanzen zur Verfügung stehen. Walter Mulisch hat sich bereit erklärt, das Amt des Präsidenten zu übernehmen, auch dies ist mit den Wahlen an der Jahresversammlung 2018 noch zu bestätigen.

Jahresrechnung 2017

Nachfolgende Abweichungen zum Budget haben zu einem Verlust von ca. Fr. 10'000.– anstelle einer geplanten 0 geführt.

Einnahmen ca. – 15'000 Franken

Der Beitrag aus dem Alkoholzehntel ist wie jedes Jahr sehr schwankend. Er hat ca. 11'000.– weniger eingebracht als budgetiert. Auch die Einnahmen aus den Kontrollfällen sowie die Spenden sind um jeweils 2'000.– Franken geringer ausgefallen als im Budget angegeben.

Dies führt zu Einnahmen, die um 15'000.– tiefer sind als budgetiert.

Ausgaben ca. – 5'000 Franken

Da ein neuer Arbeitsplatz eingerichtet werden musste, sind bei den Ausgaben folgende zwei Posten höher ausgefallen als budgetiert: Unterhalt und Ersatz von Einrichtungen und EDV, (+ 3'000 Franken) und Abschreibungen (+ 1'000 Franken). Weniger ausgegeben als budgetiert hat die asbm bei folgenden Posten: Löhne (– 2'000 Franken), Raumkosten (– 1'000 Franken), Büro- und Verwaltungskosten (– 2'000 Franken) und Werbekosten (– 4'000 Franken).

Insgesamt hat die asbm bei den Ausgaben also 5'000 Franken weniger gebraucht als budgetiert.

Nochmals herzlichen Dank allen Beteiligten in der Beratungsstelle und im Vorstand.

Männedorf, im März 2018

Der Präsident

Peter Hug

Die Stellenleiterin berichtet.

Das Jahr 2017 stand für die asbm im Zeichen des Abschieds und des Neuanfangs.

Silvia Zucker, die etwas mehr als 10 Jahre lang die Geschicke der Alkohol- und Suchtberatung Bezirk Meilen (asbm) geführt hat, ist im Frühling 17 in den Ruhestand getreten. Sie hat mit ihrem Engagement und vorausschauenden Handeln eine bestens laufende, erfolgreich geführte Institution hinterlassen, eine Organisation, die im Bezirk Meilen gut aufgestellt ist. Mit dazu beigetragen haben die beiden langjährigen Mitarbeiter Beat Blatter und Erich Schmucki. Mit ihnen konnte ich zwei kompetente, erfahrene und engagierte Fachleute übernehmen, die sich mit Empathie, Geduld und Humor ihrer Aufgabe als Suchtberater stellen.

Gleichzeitig mit mir als Stellenleiterin und Suchtberaterin hat auch Svatava Breuer im Frühling 17 die Arbeit bei der asbm aufgenommen. Sie führt mit ihren 20 Stellenprozenten das Sekretariat.

Durch die zusätzliche Arbeitskraft musste auch ein neuer Arbeitsplatz eingerichtet werden, was zu einer grösseren Büro-Rochade führte. Bei dieser Gelegenheit möchte ich noch einmal meinen Kollegen und Kolleginnen danken, die schon im Vorfeld tatkräftig mit angepackt haben, so dass die eigentliche Umstellung innerhalb eines Tages erledigt werden konnte. Die Klienten und Klientinnen haben ausnehmend positiv auf die Veränderung reagiert.

Ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit ist die Vernetzung mit anderen Personen und Institutionen im Bezirk. Das persönliche Kennenlernen erleichtert die

Zusammenarbeit und führt gegenseitig zu vermehrten Zuweisungen. In diesem Sinne haben wir uns im 2017 mit verschiedenen Institutionen getroffen, so z.B. mit

Vernetzung mit anderen Personen und Institutionen

dem Regionalen Arbeitsvermittlungszentrum (RAV), dem Sozialamt Meilen, dem Psychiatriezentrum Männedorf etc.

Männergruppe

Die im Oktober 14 gestartete Männergruppe ist in der Zwischenzeit gut etabliert und voll ausgelastet. Die teilnehmenden Männer erleben die Gruppe als wertvolle Ergänzung zur Einzeltherapie. Vor allem der Austausch unter Betroffenen wird sehr geschätzt. Sie können gegenseitig von ihren Erfahrungen als Selbstbetroffene profitieren. Die beiden Gruppenleiter legen grossen Wert darauf, ressourcenorientiert zu arbeiten und gemeinsam mit den Teilnehmern Themen zu erarbeiten, die alle ansprechen und interessieren. Die hierzu angewendeten Methoden stossen bei den Teilnehmern auf grossen Anklang – so ist jeder Gruppenabend wieder anders, und die Gruppe bleibt dadurch attraktiv.

Die Gruppe als wertvolle Ergänzung zur Einzeltherapie

Klientenzufriedenheit

Wie jedes Jahr, haben wir auch für 2017 über einen anonymen Fragebogen die Zufriedenheit unserer Klienten und Klientinnen mit unserem Angebot ermittelt. Der Fragebogen wurde an 70 Personen verschickt. Die Rücklaufquote betrug dieses Jahr 46%, was bei Fragebögen ein sehr hoher Wert ist. Mit einem Durchschnitt von 8.92 Punkten bei maximal 10 möglichen Punkten, können wir mit unserer Leistung zufrieden sein.

Susanne Schultz
Stellenleiterin

Zahlen und Statistiken

Die Zahlen zu unserer Beratungsarbeit sind dieses Jahr etwas tiefer ausgefallen als in den vorangehenden Jahren. Dieser Rückgang erklärt sich im Wesentlichen durch den Personalwechsel. Viele Klienten und Klientinnen nahmen den Weggang von Silvia Zucker zum Anlass, die Beratung zu beenden. Der Aufbau eines neuen Klientenstammes dauert naturgemäss eine längere Zeit.

Neu- bzw. Wiederanmeldungen im Vergleich

2017: 78 Klienten und Klientinnen	2013: 117 Klienten und Klientinnen
2016: 98 Klienten und Klientinnen	2012: 100 Klienten und Klientinnen
2015: 95 Klienten und Klientinnen	2011: 94 Klienten und Klientinnen
2014: 89 Klienten und Klientinnen	2010: 124 Klienten und Klientinnen

Beratungsstunden im Vergleich

2017: 2'645 Stunden	2013: 2'487 Stunden
2016: 2'914 Stunden	2012: 2'319 Stunden
2015: 2'844 Stunden	2011: 2'566 Stunden
2014: 2'751 Stunden	2010: 2'846 Stunden

Aktuell in Behandlung

Per 31.12.2017 waren 127 Klienten und Klientinnen in Beratung bzw. Therapie. Ein Jahr zuvor waren es zum gleichen Zeitpunkt 159 Personen.

Anzahl Personen mit mindestens einer Konsultation

Im Verlauf des Jahres 2017 besuchten 229 Klienten und Klientinnen die asbm für mindestens eine Konsultation. Im Jahr 2016 waren es 243 Personen.

Zusammenarbeit mit Justiz und Strassenverkehrsamt ZH

Im Zusammenhang mit diesen beiden Institutionen haben wir dieses Jahr 24 Klienten und Klientinnen betreut. Der Durchschnitt der letzten 4 Jahre betrug 17 Personen.

Weitere Zahlen

Total konsultierten 229 Personen 2017 die asbm.

Von diesen Personen waren 111 Frauen und 118 Männer.

Diese unterschieden sich in 63 Angehörige und 166 Direktbetroffene.

Von den Angehörigen waren 49 Frauen und 14 Männer.

Von den Direktbetroffenen waren 62 Frauen und 104 Männer.



Aufteilung des Stundenaufwandes (klientenspezifisch) nach Arbeitsfeldern im Vergleich 2014 bis 2017

	2014	2015	2016	2017
Stellenprozent Beratung	195%	195%	195%	210%
Aufwand / Leistung	in Std.	in Std.	in Std.	in Std.
Einzelgespräche	1'308	1'243	1'245	1'200
Paar- und Familiengespräche	156	104	167	84
Gruppengespräche	69	112	76	70
Besprechungen mit Dritten	124	94	95	62
Telefonische Beratungen	144	240	263	216
Konferenzen mit KlientInnen und Drittpersonen	30	21	43	18
Super- und Intervision	44	28	54	19
Übriger Aufwand: Aktenführung, Gutachten, etc.	920	1'031	1069	977
Gesamtaufwand	2'795	2'873	3'012	2'645
Klientenbestand	2014	2015	2016	2017
Neuanmeldungen	89	95	98	78
Abschlüsse	55	114	95	107
per 31. Dezember in Beratung	175	156	159	127
Klienten mit mindestens einer Konsultation im Jahr	224	263	243	229
Gesetzlich Massnahmen	2014	2015	2016	2017
Beratung von Klienten mit Zuweisung über das Strassenverkehrsamt oder die Justiz	14	20	19	24

Leistungen Gemeinden

Leistungen für	2014		2015		2016		2017	
	Std.	Klient.	Std.	Klient.	Std.	Klient.	Std.	Klient.
Erlenbach	162	14	93	16	92	9	65	6
Herrliberg	105	9	56	12	159	14	94	14
Hombrechtikon	185	19	203	25	249	25	236	26
Küsnacht	404	22	393	25	323	34	269	31
Männedorf	320	24	380	20	292	23	348	27
Meilen	815	52	744	59	787	54	663	43
Oetwil am See	165	14	455	15	186	12	145	7
Stäfa	383	32	350	39	540	38	528	37
Uetikon am See	233	17	206	24	166	22	167	18
Zollikon	122	17	131	19	243	9	192	14
Zumikon	17	3	16	5	17	3	53	5
Total Gemeinden	2'911	223	3'027	259	3'054	243	2'760	228

Zusätzlich haben wir noch eine Person beraten, die über eine Kostengut-
sprache einer anderen Gemeinde finanziert wurde.

Jahresrechnung

Einnahmen	Rechnung	Budget
Beiträge Gemeinden		
Erlenbach	15'875.90	
Herrliberg	14'169.22	
Hombrechtikon	24'218.49	
Küsnacht	44'730.72	
Männedorf	32'781.12	
Meilen	63'879.30	
Oetwil	21'169.89	
Stäfa	42'552.04	
Uetikon	21'837.11	
Zollikon	29'788.27	
Zumikon	8'997.94	
Beiträge Gemeinden total	320'000.00	320'000.00
Beiträge Staat		
Alkoholzehntel	103'913.30	115'000.00
Kontrollfälle	1'350.00	3'000.00
	105'263.30	
Mitgliederbeiträge	180.00	300.00
Spenden		
ausserord. Spenden / Stiftungen	0.00	
Private, Vereine, Firmen	100.00	
Kirchgemeinden (Kollekten)	2'000.00	3'700.00
	2'100.00	
Entschädigungen für Dienstleistungen		
Seminare / Vorträge	0.00	
Beratungen / Therapien	300.00	
Diverses	0.00	1'000.00
	300.00	
Zinserträge Bank / Postcheck	1.70	–
EINNAHMEN TOTAL	427'845.00	443'000.00

Ausgaben	Rechnung	Budget
Personalkosten		
Löhne Beratungsstelle incl. Sekr. brutto	301'308.90	297'000.00
Soziallasten (AHV, Unfall/Kranken, BVG)	60'788.80	65'000.00
Supervisionen, Weiterbildung	4'377.77	7'000.00
Personalkosten div.	1'660.90	1'000.00
TZ Rentner	–	
Personalkosten total	368'136.37	370'000.00
Gruppenkurse / Fremdlöhne	–	–
Kosten KsF	–	–
Raumkosten (Miete, Strom, Sachvers., Reinigung)	40'085.40	41'000.00
Unterhalt, Ersatz Einrichtung und EDV		
Unterhalt Einrichtung und Mobiliar allg.	621.70	3'500.00
Unterhalt und Ersatz EDV Anlage	9'909.00	4'000.00
Unterhalt und Ersatz total	10'530.70	7'500.00
Autokosten / Reisekosten	– 74.00	500.00
Büro- und Verwaltungskosten		
Büromaterial, Jahresversammlung	3'530.40	4'500.00
Telefon, Porti Bankspesen	2'460.70	2'500.00
Fachliteratur, Abos, Verbandsbeiträge	3'191.60	4'000.00
Buchhaltung, Budget, Sitzungsgelder etc.	6'427.75	6'000.00
Büro- und Verwaltungskosten total	15'610.45	17'000.00
Abschreibungen	3'820.55	2'500.00
Reorganisation, Konzepte, neue Drucksachen	–	–
Auflösung Rückstellung KsF	–	–
Werbekosten (Inserate, Einträge, Veranstaltungen, Diverses)	0.00	4'500.00
Ausgaben Total	438'109.47	443'000.00

Gesamtrechnung

Einnahmen total	427'845.00	443'000.00
Ausgaben total	– 438'109.47	– 443'000.00
Verlust 2017	– 10'264.47	0.00

Vermögensrechnung und Bilanz

	CHF	CHF
Betriebskapital, 1.1.2017		60'732.86
Verlust 2017		– 10'264.47
Betriebskapital, 31.12.2017		50'468.39

Bilanz per 31.12.2017

Aktiven

Kassa	341.50	
Postcheck	17'291.25	
Banken: Dep.Kto. ZKB	6'602.59	
Guthaben Verrechnungssteuer	–	
Mietzinsdepot Bruechstr. 16	16'772.10	
Transitorische Aktiven	8'846.00	
Einrichtungen, Mob. + Maschinen + EDV	7'100.00	56'953.44

Passiven

Kreditoren	2'185.05	
Transitorische Passiven / Vorausz. Gemeinden	0.00	
Transitorische Passiven / diverse	4'300.00	
Fond für Teuerungszulagen Rentner	–	
Klientenkonti (treuhänderisch verwaltet)	0.00	6'485.05

Betriebskapital

50'468.39

Revisionsbericht

Wir beantragen der Jahresversammlung die vorliegende, von uns geprüfte Jahresrechnung 2017 zu genehmigen und den Vorstand zu entlasten.

Männedorf, 29.3.2018

Die Revisoren:
Rolf Hubli Dr. W. Meier

Trauma und Sucht –

eine Kurzfassung des Referates von der Jahresversammlung 2017

Das an der Jahresversammlung gehaltene Referat über Trauma und Sucht ist auf grosse Resonanz gestossen. Darum möchte ich hier den Platz für eine Kurzfassung nutzen.

*«Wenn ich mich mit genug Alkohol betäube,
kann ich endlich vergessen.»
«Ohne meinen Schuss könnte ich nicht überleben.»*

So tönt es, wenn schwer traumatisierte Menschen zu uns in die Suchtberatung kommen. Der Suchtmittelkonsum wurde für sie zur Überlebensstrategie um sich einigermaßen zu stabilisieren.

Im Folgenden möchte ich erzählen, was ein Trauma ist, wie sich eine Traumafolgestörung zeigt und wie die Arbeit mit traumatisierten Suchtpatienten aussehen kann.

Was ist ein Trauma?

Luise Reddemann, eine Psychiaterin und Spezialistin auf dem Gebiet der Traumatherapie, definiert ein traumatisches Ereignis folgendermassen: «Eine Person ist selbst Opfer oder aber Zeuge eines Ereignisses, bei dem das eigene Leben oder das Leben anderer Personen bedroht ist oder eine ernste Verletzung zur Folge hat. Die Reaktion des Betroffenen beinhaltet intensive Gefühle von Angst, Hilflosigkeit, Ohnmacht oder Entsetzen.» Dabei ist es wichtig zu bedenken, dass Situationen, die uns Erwachsenen weniger dramatisch vorkommen, im Erleben eines Kindes ganz andere Gefühle auslösen können. So erinnere ich mich an eine Klientin, die als kleines Mädchen von ihrer überforderten Mutter in der Wohnung eingesperrt wurde, mit den Worten: «Wenn du dich so unmöglich benimmst, gehe ich jetzt weg.» Die 4-jährige kam in eine Panik, weil sie meinte, dass die Mutter nie mehr zurückkommen würde. Aus lauter Ohnmacht machte sie all ihre Spielsachen kaputt, kotete ihr Zimmer ein und schlief schliesslich erschöpft auf dem Boden ein.

Wie Menschen mit einer traumatischen Erfahrung fertig werden, hängt nicht nur mit dem Ereignis selber zusammen, sondern auch mit der seelischen Widerstandskraft der Person selber, der sogenannten Resilienz. Ein weiterer Schutzfaktor ist ein tragendes, unterstützendes und verlässliches soziales Umfeld. Hilfreich sind ausserdem stabile Lebensumstände. Aber sowieso, die Verarbeitung eines Traumas braucht Zeit.

Man geht davon aus, dass ungefähr ein Drittel der Betroffenen ein paar Monate nach dem Ereignis das Trauma einigermaßen verarbeitet hat. Ein Drittel leidet an Traumafolgestörungen. Ein weiteres Drittel kommt nach ein paar Monaten zwar wieder im Leben zurecht. Wenn solche Menschen dann aber mit Situationen konfrontiert werden, in denen sie sich ohnmächtig oder hilflos fühlen, kann dies das alte Trauma wieder beleben.

Die Verarbeitung eines Traumas braucht Zeit.

Wie zeigt sich eine Traumafolgestörung?

- Die Betroffenen durchleben die traumatische Situation in Erinnerungen oder Träumen immer wieder. Diese angstbesetzten Erinnerungszustände nennt man Flashbacks. So kann zum Beispiel der Duft eines bestimmten Rasierwassers bei einem Mitfahrer im Bus an den Onkel erinnern, der das junge Mädchen jahrelang sexuell ausgebeutet hat.
- Bei einem Flashback fühlen und handeln die Betroffenen genau so, als ob das Ereignis jetzt gerade geschehen würde. Sie erleben dann die gleiche Panik, Angst oder das Verlustgefühl von damals und verlieren die Verbindung zur Gegenwart. Sie erkennen meistens gar nicht, dass sie in diesem Moment eigentlich Gefühle aus der Vergangenheit leben und probieren nur so schnell wie möglich nichts mehr zu spüren. Bei unseren Klienten und Klientinnen ist dann der Suchtmittelkonsum eine Möglichkeit, die Erinnerungen und die damit verbundenen Gefühle auszuschalten. Andere Betroffene reagieren mit Aggressionen oder selbstdestruktivem Verhalten, mit Depression bis hin zu Suizidalität.

- Neben dem Wiedererleben, den Flashbacks, ist ein weiteres Symptom einer Traumafolgestörung die Vermeidung. Aus Angst, in Situationen zu kommen, die Flashbacks auslösen könnten, meiden Betroffene gewisse Situationen. Sie gehen z.B. nicht mehr unter die Leute, weil jederzeit einer das Rasierwasser des Onkels benutzen könnte.
- Ein weiteres Symptom ist eine anhaltende Übererregung. Das Nervensystem traumatisierter Menschen ist konstant auf einem hohen Erregungsniveau. Das zeigt sich an einer grossen inneren Unruhe, Schreckhaftigkeit, Überwachsamkeit, Schlafstörungen, Erschöpfung und mangelnder Belastbarkeit.
- Schwer traumatisierte Menschen haben ausserdem Mühe ihre Gefühle wahrzunehmen und zu äussern. Viele haben auch das Vertrauen in andere Menschen verloren und wagen es nicht mehr ernsthafte Beziehungen einzugehen oder wenn, dann nur selbstdestruktive Beziehungen.
- Die Selbstwahrnehmung der Klienten verändert sich ebenfalls durch traumatisierende Erfahrungen. Ich erlebe viele Klientinnen, die sich selber Vorwürfe machen, sich die Schuld am Misslingen ihres Lebens geben oder unter extremen Schamgefühlen leiden.

Die Arbeit mit traumatisierten Suchtpatienten

Die Arbeit mit Menschen mit der Doppeldiagnose Sucht und Traumafolgestörung unterscheidet sich von der mit Menschen, die «nur» eine Suchtproblematik haben. Am Anfang steht nicht unbedingt die Reduktion des Suchtmittelkonsums oder die Abstinenz, weil das die Symptome noch verstärken könnte. Die nackte Realität wäre für viele dieser Klienten, vor allem für die schwer traumatisierten, nicht aushaltbar und kann zu einer Retraumatisierung führen. Darum geht es in einer ersten (und vielleicht auch einzigen) Phase vor allem um die Stabilisierung. Dazu gehört, ganz wichtig, der Aufbau einer sicheren Beziehung. Unsere Klienten sollen erleben, dass da eine Beratungsperson ist, die sie und ihre Grenzen respektiert, die wohlwollend ist und der sie vertrauen können. Notwendig ist auch, dass wir die Klienten und Klientinnen dabei unterstützen, dass sie einigermassen Stabilität in ihre äussere Lebenssituation bringen. Dann geht es in der Stabilisierungsphase

**Die nackte Realität wäre
für viele dieser Klienten nicht
aushaltbar.**

auch darum, zu den inneren Schreckenswelten ein Gegengewicht aufzubauen, die eigenen Ressourcen zu entdecken. Denn eine Veränderung kann nur über die eigenen Fähigkeiten und Stärken gehen. Ressourcenarbeit heisst z.B. die Aufmerksamkeit auf die ganz unscheinbaren angenehmen Dinge des Lebens zu richten, oder ein Freudetagebuch zu führen, oder ganz intensiv an einer positiven Erinnerung zu arbeiten. Alles Stärkende und Heilsame vertiefen und unterstützen wir. Später lernen sie in dieser Phase auch, wie sie anders mit ihren quälenden Erinnerungen und Flashbacks umgehen können. Es geht um Selbstberuhigung, emotionale Distanzierung und Entdecken der Selbstheilungskräfte. Erst wenn Klienten und Klientinnen all das gelernt haben und sich einigermaßen stabil fühlen, ist eine grössere Reduktion des Suchtmittelkonsums bzw. die Abstinenz ein sinnvolles Ziel.

Nach der Stabilisierungsphase kann, wenn die betroffene Person das noch wünscht, eine Traumakonfrontation gemacht werden. Eine Konfrontation ist aber nicht immer nötig und auch nicht immer angezeigt – vor allem dann nicht, wenn jemand nicht stabil genug ist. Bei einer Traumakonfrontation geht es darum, das traumatische Erleben noch einmal durchzuarbeiten. Es gibt hierzu unterschiedliche Methoden. Zentral bei allen Methoden ist aber, dass der Klient oder die Klientin während der Traumakonfrontation das Geschehen gefühlsmässig aus einer Distanz anschauen kann.

Wie kann eine solche emotionale Distanzierung aussehen? Ein mögliches Konzept dazu ist die Arbeit mit verschiedenen Ich-Anteilen. Wie weiter oben beschrieben leiden traumatisierten Menschen sehr oft unter Flashbacks. Sie werden von den bedrängenden Erinnerungen überschwemmt und fühlen und

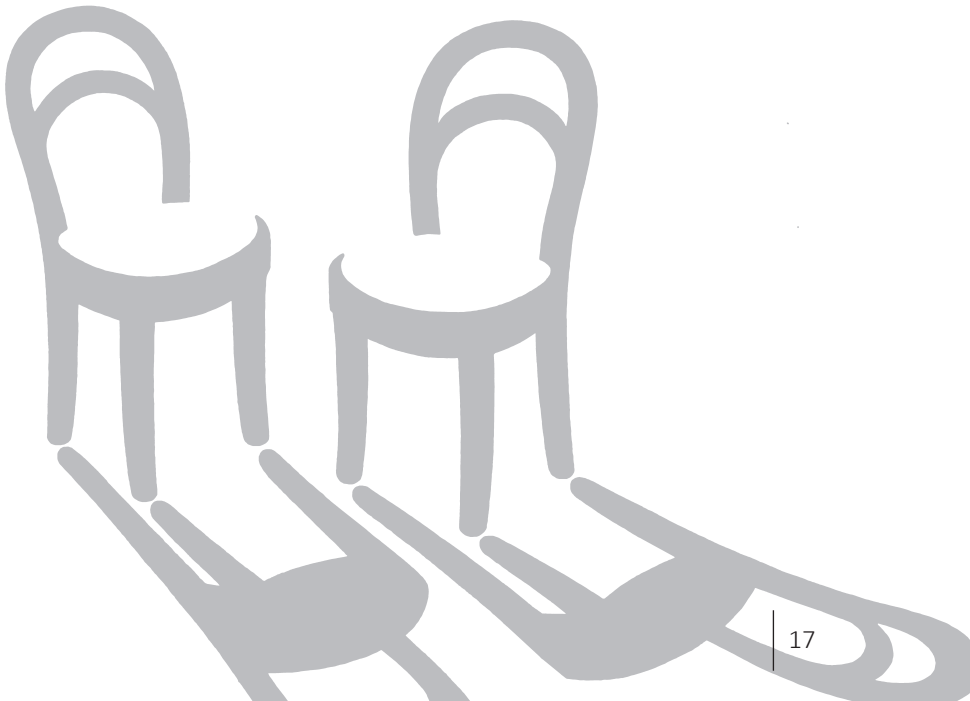
Entdecken der Selbstheilungskräfte

erleben in diesen Momenten alles noch einmal genau so, wie es damals gewesen ist. Eigentlich ist es dann nicht die erwachsene Person, die das erlebt, sondern wieder

das Kind oder die Jugendliche von damals. Wenn ich Klienten in solchen Situationen frage, wie alt sie sich jetzt grad fühlen, kommt oft eine klare Altersangabe. «Ich fühle mich wie die 4-jährige, als meine Mutter mich in der Wohnung eingeschlossen hat.» Oft sehen sie den jüngeren Anteil in der Vorstellung klar vor sich stehen – voller Panik, traurig, ohnmächtig, wütend, trotzig. Die Unterscheidung in einen jüngeren Anteil, der damals Schweres erlebt hat und

einen erwachsenen Anteil, der die Situation überlebt hat, gross geworden ist, sich weiterentwickelt hat, hilft den Klientinnen und Klienten sich zu distanzieren. Nicht sie, die erwachsene Klientin, die da mit mir im Raum sitzt, hat Panik, sondern das 4-jährige Mädchen, das sie vor sich stehen sieht. In der Arbeit mit diesem jüngeren Anteil, oft ist es noch ein Kind, geht es dann darum, diesem Kind, auch wieder in der Vorstellung, zu zeigen, dass das damals ganz schlimm war, dass das nie hätte passieren dürfen, das Kind zu trösten und, ganz wichtig, ihm zu zeigen, dass es vorbei ist, dass es da eine erwachsene Person gibt, die sehr wohl funktionieren kann.

Die Klienten sollen mit der Zeit lernen, sich selber um diese inneren Kinder zu kümmern, für sie zu sorgen, liebevoll und mitfühlend. So können sie einen wohlwollenderen heilsamen Umgang mit sich selber zu finden.



Wer sind wir?

Unsere Fachstelle ist spezialisiert auf die ambulante Beratung und Therapie von Alkohol- und anderen Suchtproblemen.

Das Team

Susanne Schultz

Dipl. Sozialarbeiterin FH
Stellenleiterin und Suchtberaterin
Seit April 2017 bei der asbm

Beat Blatter

Sozialarbeiter FH, CAS in Suchtberatung
Suchtberater
Seit September 2008 bei der asbm

Erich Schmucki

Eidgenössisch anerkannter Psychotherapeut
Suchtberater
Seit Februar 2013 bei der asbm

Svatava Breuer

Sekretariat
Seit April 2017 bei der asbm

Silvia Zucker

MAS-Spezialisierung in Suchtfragen FHNW
Stellenleiterin und Suchtberaterin
Von Juni 2008 bis Mai 2017 bei der asbm

Wir sind politisch und konfessionell neutral und unterstehen der Schweigepflicht.

asbm Alkohol- und Suchtberatung

Bezirk Meilen
Bruechtstrasse 16
8706 Meilen
044 923 05 30
info@asbm.ch
www.asbm.ch

Gesprächstermine
Montag bis Freitag
nach Vereinbarung.

Unsere Stelle wird von den Gemeinden des Bezirks Meilen finanziert.

Vorstand

Peter Hug

Präsident, Finanzen

Ruedi Kübler

Vizepräsident

Elizabeth Casal

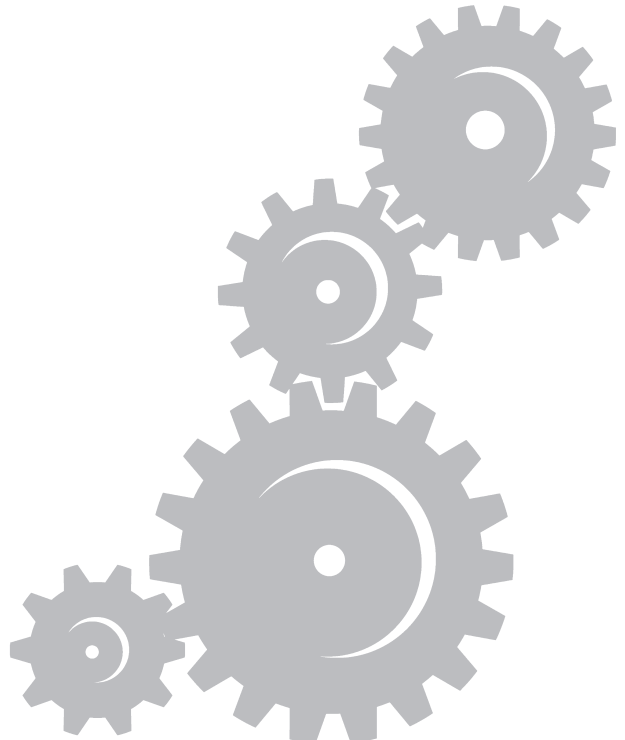
Walter Mulisch

(seit August 2017 im Vorstand,
Wahl noch ausstehend)

Ernesto Peter

Rolf Walther

Gemeindevertreter



Herzlichen Dank

Es ist mir ein wichtiges Anliegen, den nachfolgenden Personen zu danken. Ohne sie könnte die asbm ihren wichtigen Auftrag nicht erfüllen:

Vorstand: Mein Dank gilt dem Vorstand auf dessen Unterstützung wir immer zählen können und der unsere Interessen in der Öffentlichkeit wahrnimmt. Wir schätzen die unkomplizierte, konstruktive Zusammenarbeit, insbesondere mit unserem Vorstandspräsidenten, Herrn Peter Hug.

Team: Ich danke meinen beiden Kollegen Herrn Beat Blatter und Herrn Erich Schmucki für ihr grosses Engagement für unsere Klienten und Klientinnen, für ihre Unterstützung bei der Einarbeitung von uns zwei Neuen und für ihre Offenheit sich auf neue Wege einzulassen. Svatava Breuer danke ich für ihren grossen Einsatz und ihre speditive Arbeitsweise im Sekretariat. Die offene, herzliche Atmosphäre und der unkomplizierte Umgang miteinander ist ein Geschenk und gleichzeitig eine ganz wichtige Ressource für unser Team.

Silvia Zucker: Speziell danken möchte ich Frau Silvia Zucker für ihren Einsatz rund um den Abschluss ihrer Tätigkeit bei der asbm und die Weitergabe ihres Wissens und ihrer reichhaltigen Erfahrung als Stellenleiterin. Ganz besonders schätze ich, dass sie auch noch nachträglich für Fragen offen ist. Es ist schön, ihre Verbundenheit zur asbm zu spüren.

Supervision: Begleitet in unserer fachlichen Arbeit werden wir durch unsere Konsiliarärztin und Psychiaterin Frau Dr. Brigitte Hess und unseren Teamsupervisor Herrn Richard Jucker. Ihr Fachwissen ist ein wichtiger Baustein und eine Bereicherung für die Arbeit mit unseren Klienten und Klientinnen.

Spenden: Gerne danken wir wiederum den vielen Personen und Institutionen für Ihre Spenden.

Peter Hug: Ganz besonders danken möchten wir auch Herrn Peter Hug, der für uns seit Jahren die Treuhandarbeit zu einem Spezialtarif ausführt.

Meilen, im März 2018

Susanne Schultz
Stellenleiterin

asbm

alkohol- und
suchtberatung
bezirk meilen