



Sucht am Arbeitsplatz –  
eine lösbare Aufgabe

 **ikk**classic  
Unser Handwerk. Ihre Gesundheit.

# Herzlich Willkommen!

Ihr Referent  
Matthias Hansmerten

## Themenüberblick

- Was heißt hier eigentlich süchtig?
- Gemachte Erfahrungen – erlebte Auswirkungen
- Der richtige Umgang mit Betroffenen
- Der Stufenplan
- Möglichkeiten und Grenzen des Betriebes

## Was heißt hier süchtig: Alkohol

- Das Genussmittel Alkohol ist sozial akzeptiert.
- In jedem Supermarkt und jeder Tankstelle sind alkoholische Getränke unbegrenzt verfügbar und leicht erhältlich.
- Alkoholtrinken ist „in“
- „Trinkrituale“
- Nicht wer trinkt fällt auf, sondern wer **nicht** trinkt.

## Was heißt hier süchtig: Medikamente

- Medikamentenabhängigkeit ist neben der Alkoholabhängigkeit die häufigste Suchterkrankung bei den Rauschdrogen.
- Sofortige Verfügbarkeit über Apotheken und ärztliche Verschreibung.
- Der Konsum erfolgt heimlich und bleibt oft über Jahrzehnte unentdeckt.
- Unsicherheit im Umgang mit möglichen Konsumenten, da die Auswirkungen oft nicht bekannt sind.
- Schmalere Grad zwischen ärztlicher Notwendigkeit und missbräuchlichem Konsum

## Was heißt hier süchtig: Illegale Drogen

- Bei jüngeren Mitarbeitern „in“ und verbreitet.
- Trotz Illegalität sind Drogen jederzeit und kurzfristig organisierbar.
- Der Konsum wird häufig verharmlost.
- Unsicherheit im Umgang mit möglichen Konsumenten, da die Auswirkungen oft nicht bekannt sind.
- Konsumrituale bei den Jugendlichen.

## Die Ennepetalsperre im Sauerland...

Mit der Jahresproduktion der deutschen Alkoholindustrie könnte man die Ennepetalsperre im Sauerland bis zur Überlaufgrenze füllen. Immerhin liegt die Eichmarke dort bei 12,6 Millionen Kubikmetern.

## Fakten (Alkohol)

- Ca. 1,5 bis 2 Mio. Menschen in Deutschland sind alkoholabhängig.
- Mindestens 1,5 Mio. Deutsche haben einen kritischen Alkoholkonsum.
- Fast jedes dritte Gewaltdelikt wird unter Alkoholeinfluss begangen.
- Bei chronischem Alkoholmissbrauch verkürzt sich die Lebenserwartung um etwa 20 Jahre.

Quelle/Veröffentlichung: DHS, Jahrbuch Sucht 2014 und Alkohol in Europa, Stand Nov. 2011, basierend auf unterschiedlichen Datenquellen



# Kein Alkoholproblem in Deutschland?

Jedes Jahr sterben in Deutschland

74.000 Menschen

an den Folgen missbräuchlichen Alkoholkonsums.

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit - Drogen- und Suchtbericht Mai 2015

## Fakten (andere Drogen)

- In Deutschland gibt es ca. 5,5 Millionen süchtige Raucher.
- Rund 320.000 Menschen sind abhängig von illegalen Drogen, weitere rund 240.000 Menschen missbrauchen illegale Drogen.
- Bei etwa 260.000 Bundesbürgern ist ein pathologisches Glücksspielverhalten erkennbar, bei weiteren 275.000 Personen ist es problematisch.
- Laut Robert-Koch-Institut gibt es bei etwa 20% der Jugendlichen bis 17 Jahren Hinweise auf ein gestörtes Essverhalten.

Quelle/Veröffentlichung: DHS, Jahrbuch Sucht 2014

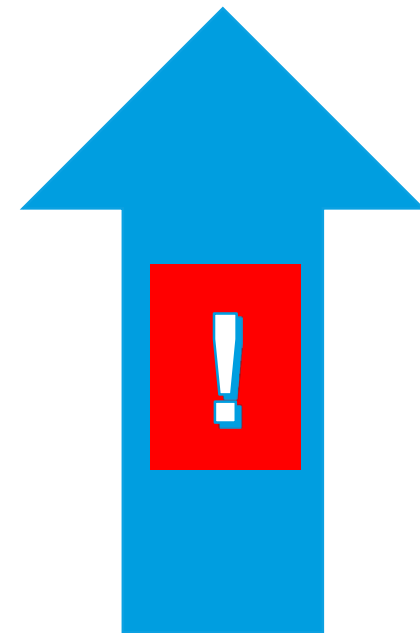
## Fakten (andere Drogen)

- In Deutschland gibt es ca. 5,5 Millionen süchtige Raucher.
- Rund 320.000 Menschen sind abhängig von illegalen Drogen, weitere rund 240.000 Menschen missbrauchen illegale Drogen.
- Bei etwa 260.000 Bundesbürgern ist ein pathologisches Glücksspielverhalten erkennbar, bei weiteren 275.000 Personen ist es problematisch.
- Laut Robert-Koch-Institut gibt es bei etwa 20% der Jugendlichen bis 17 Jahren Hinweise auf ein gestörtes Essverhalten.

Quelle/Veröffentlichung: DHS, Jahrbuch Sucht 2014

- **Spezialthema Medikamente:**

In Deutschland sind schätzungsweise 1,4 – 1,9 Mio. Menschen medikamentenabhängig, davon 70 % Frauen. Anders als bei der Drogen- oder Alkoholsucht verläuft die Abhängigkeit von Medikamenten unauffällig, diskret und im Alltag kaum wahrnehmbar. Sie wird daher auch als „stille Sucht“ bezeichnet.



Steigende Zahlen!

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit - Drogen- und Suchtbericht Mai 2015

## Zwei Wege führen in die Sucht

### Weg 1: Der gewohnheitsmäßige und regelmäßige Konsum

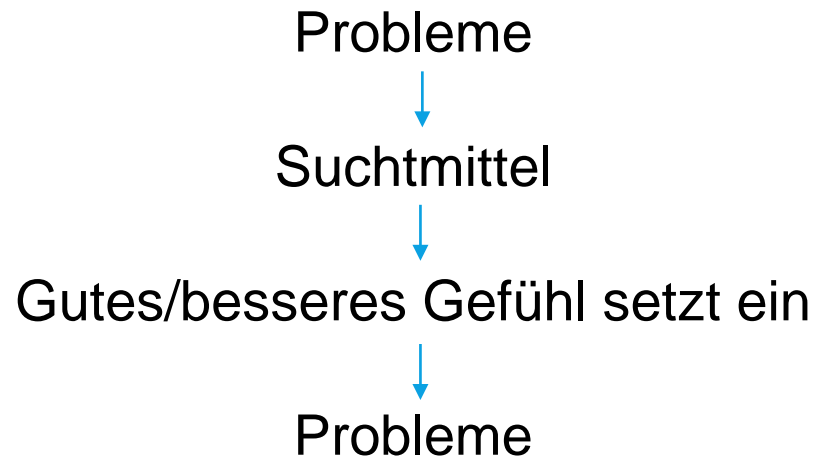
Der Einstieg führt über den „normalen“ Konsum:

- Alkohol: Es fällt nicht der auf, der (mit-)trinkt, sondern derjenige, der nichts trinkt.
- Medikamente: ärztliche Verschreibung, schnelle, passende und frei verfügbare „kleine Helfer“
- Illegale Drogen: Neugier, dazu gehören, anders sein wollen

Konsumrituale werden immer mehr zum unverzichtbaren Bestandteil des täglichen Lebens

## Zwei Wege führen in die Sucht

### Weg 2: Probleme und schwierige Situationen als Auslöser für den Konsum



## Suchtdefinition der Weltgesundheitsorganisation (WHO)

Sucht ist ein Zustand periodischer oder chronischer Vergiftung, hervorgerufen durch den wiederholten Gebrauch einer natürlichen oder synthetischen Droge und ist gekennzeichnet durch vier Kriterien:

- Ein unbezwingbares Verlangen zur Einnahme und Beschaffung der Droge,
- eine Tendenz zur Dosissteigerung (Toleranzerhöhung),
- die psychische und meist auch physische Abhängigkeit von der Wirkung der Droge,
- die Schädlichkeit für den Einzelnen und/oder die Gesellschaft.

## Erscheinungsformen der Sucht

- Regelmäßiger (täglicher) Konsum verbunden mit einer Dosissteigerung im zeitlichen Verlauf
- Kontrollverlust in Bezug auf die Auswirkungen
- Phasenweise Kontrollverlust
- Entzugerscheinungen
- Substanzgebrauch trotz eindeutiger Schädigung



## Sucht ...

- ist noch immer ein Tabuthema
- verändert die Persönlichkeit eines Menschen
- betrifft Familie, Freunde, Arbeitskollegen und den Arbeitgeber
- macht seelisch und körperlich abhängig
- führt auch nach Jahren noch zu Rückfällen
- braucht fachkundige Hilfe, um davon loszukommen

## Suchtkranke Menschen ...

- müssen zuerst selbst einsehen, dass sie Hilfe brauchen
- müssen die Verantwortung für ihr Tun selbst übernehmen
- können ihre Sucht nur durch Abstinenz überwinden
- dürfen durch ihre Krankheit nicht isoliert werden

**Ganz normale Suchtkranke kommen aus ganz normalen Familien!**

## Sucht am Arbeitsplatz ...

- wirkt sich negativ auf die Qualität der Arbeit aus
- führt häufig zu Problemen mit den Kollegen und Vorgesetzten
- erhöht die Unfallquote
- verursacht zusätzliche Kosten
- schadet dem Image des Betriebes
- verschlechtert das Arbeitsklima

## Fakten zu Alkohol am Arbeitsplatz

- Ca. 15% aller Beschäftigten sind alkoholkrank oder -gefährdet.
- Fast ein Viertel aller Arbeitsunfälle geschehen unter Alkoholeinfluss.
- Arbeitnehmer mit Alkoholproblemen bringen im Durchschnitt nur 75 % an Leistung, 25 % gehen verloren.

## Alkoholsucht – Beobachtungen im Betrieb

- Alkoholfahne, Zittern, Schwitzen
- Starke Stimmungsschwankungen
- Heimlicher Konsum, Depots und Verstecke
- Nervosität, Unruhe
- Wesensänderung
- Häufiges Entfernen vom Arbeitsplatz
- Kurzfristige Fehlzeiten und Krankheitstage
- Zunehmende Unzuverlässigkeit
- Schlechtleistung
- Führerscheinverlust
- Zunehmende Isolierung
- Verändertes Äußeres
- ...

## Der richtige Umgang mit Betroffenen

- Das Verhalten und den Konsum des Betroffenen nicht verharmlosen
- Beobachtbare Fakten sammeln
- Frühzeitig das Gespräch suchen
- Ziel des Gespräches festlegen
- Ruhige und sachliche Gesprächsführung
- Keine Diagnosen erstellen
- Folgen und Konsequenzen des Verhaltens aufzeigen
- Das weitere Vorgehen aufzeigen, die nächsten Schritte festlegen
- Weitere Gespräche ankündigen oder bereits festlegen

## Der Stufenplan, das erste Gespräch:

- Beobachtete Fakten (betriebliche Auffälligkeiten) werden genannt
- Notwendigkeit der Verhaltensänderung wird deutlich gemacht
- Weiteres Vorgehen wird festgelegt (z. B. weitere Gespräche)
- Mögliche Hilfen werden angeboten (z. B. innerbetriebliche Maßnahmen)

## Der Stufenplan, das zweite Gespräch:

- Beobachtete Fakten (betriebliche Auffälligkeiten) werden genannt
- Notwendigkeit der Verhaltensänderung wird deutlich gemacht
- Weiteres Vorgehen wird festgelegt (z. B. weiteres Gespräch unter Einbeziehung der Geschäftsführung)
- Mögliche Hilfen werden angeboten (z. B. Hinweise auf eine Beratungsstelle)



## Der Stufenplan, das dritte Gespräch:

- Beobachtete Fakten (betriebliche Auffälligkeiten) werden genannt
- Notwendigkeit der Verhaltensänderung wird deutlich gemacht
- Weiteres Vorgehen wird festgelegt (z. B. erste Abmahnung)
- Mögliche Hilfen werden zur Auflage gemacht (z. B. Besuch einer Beratungsstelle)

## Der Stufenplan, das vierte Gespräch:

- Beobachtete Fakten (betriebliche Auffälligkeiten) werden genannt
- Notwendigkeit der Verhaltensänderung wird deutlich gemacht
- Weiteres Vorgehen wird festgelegt (z. B. zweite Abmahnung mit Kündigungsandrohung bei weiteren Auffälligkeiten)
- Mögliche Hilfen werden zur Auflage gemacht (z. B. Therapie)

## Der Stufenplan, das fünfte Gespräch:

- Beobachtete Fakten (betriebliche Auffälligkeiten) werden genannt
- Kündigung wird ausgesprochen

## Gesprächsstrategien von Betroffenen

- Abstreiten des Problems
- Ablenken, Nebenschauplätze
- Andere Probleme werden zur Begründung vorgebracht
- Angriffsstrategie, es werden z.B. juristische Schritte angedroht
- Fachleutestrategie, „Ich bin schon in Behandlung“
- Dem Vorgesetzten wird ein schlechtes Gewissen gemacht
- Suizidandrohung

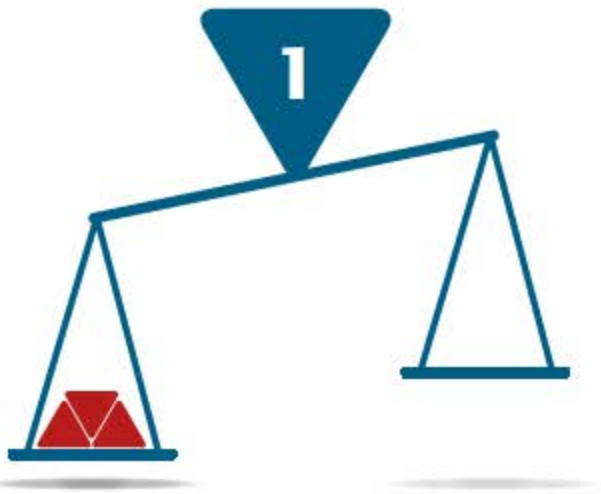
## Tipps für Vorgesetzte im Umgang mit Betroffenen

- Fakten als Grundlage des Gespräches!!
- Das Ziel des Gespräches nicht aus den Augen verlieren!
- Mit Ich-Botschaften das Gespräch führen, Vorwürfe vermeiden
- Sachebene und betriebliche Auffälligkeiten stehen im Fokus, keine Diagnosen erstellen
- Auf professionelle Hilfen verweisen
- Weiteres Vorgehen ankündigen

## Gründe für einen Stufenplan

- Der Betroffene wird mit seinem missbräuchlichen Konsum konfrontiert
- Das betriebliche Vorgehen wird frühzeitig aufgezeigt und transparent
- Die Konsequenzen seitens des Betriebes verstärken sich mit jedem Gespräch
- Gleichzeitig werden Hilfsangebote vorgestellt
- Der Stufenplan bietet dem Betroffenen Hilfestellung beim Ausstieg
- Ziel ist nicht die Kündigung, sondern der Ausstieg aus dem Suchtkreislauf
- Die Vorgesetzten haben einen klaren Handlungsrahmen im Umgang mit Sucht
- Der Stufenplan ist das Kernstück von Betriebsvereinbarungen

## Der Weg zum Leidensdruck



**Aus der Sicht des Betroffenen  
„positiv“**



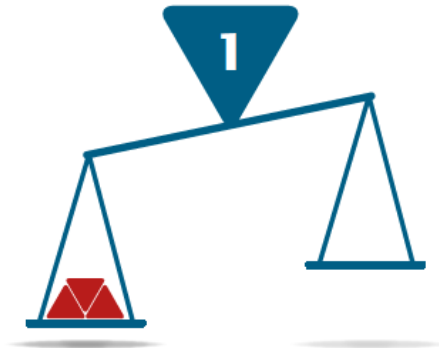
**Aus der Sicht des Betroffenen  
„negativ“**

## Aus der Sicht des Betroffenen „positiv“

### Co-Abhängigkeit

Das Umfeld des Betroffenen ...

- verharmlost den Konsum.
- sucht Erklärungen und Rechtfertigungen für den übermäßigen Konsum.
- übernimmt zunehmend Verantwortung für viele Lebensbereiche des Betroffenen.
- schützt den Betroffenen vor negativen Konsequenzen des Konsums.
- leugnet Probleme, um den Betroffenen nicht zu belasten.
- spricht über den Betroffenen, aber nicht mit ihm.
- erlebt massive Enttäuschungen und Verletzungen wegen nicht eingehaltener Zusagen.
- verzweifelt, macht sich Vorwürfe und wird am Ende oft selbst krank.





## Aus der Sicht des Betroffenen „negativ“

### Leidensdruck

Das Umfeld des Betroffenen ...

- schützt den Betroffenen nicht vor den Auswirkungen seines Konsums.
- lässt den Betroffenen die schlechten Erfahrungen durch den Konsum spüren.
- hört auf, Verantwortung für den Konsum des Betroffenen zu übernehmen, ihn zu verharmlosen, zu erklären und zu rechtfertigen.
- gibt dem Betroffenen die Verantwortung für sein gesamtes Handeln zurück.
- beginnt wieder, das eigene Leben zu leben.
- verhält sich konsequent gegenüber dem Betroffenen.
- bietet dem Betroffenen Unterstützung an, wenn dieser wirklich Hilfe sucht.



## Eine Frage der Führung

- Sucht am Arbeitsplatz – eine Aufgabe der Führung?
- Sucht am Arbeitsplatz – ein Problem der Führung?
- Sucht am Arbeitsplatz – ist die Führung das Problem?

## Die Betriebsvereinbarung zum Umgang mit Suchtmitteln und -abhängigen ...

- schafft einen Rahmen für den Umgang mit Suchtmitteln im Betrieb
- ist Leitfaden im Umgang mit betroffenen Mitarbeitern
- bildet das betriebliche Vorgehen ab
- schafft Klarheit für Vorgesetzte und Mitarbeiter
- muss von allen Mitarbeitern mitgetragen werden

## Inhalt der Betriebsvereinbarung

- Titel und Geltungsbereich
- Ziel
- Steuerungsgremium
- Regelungen zum Umgang mit Suchtmitteln
- Rolle und Bedeutung der Vorgesetzten
- Information, Aufklärung und Schulung der Mitarbeiter
- Arbeits- und Arbeitsplatzgestaltung im Hinblick auf Suchtmittel
- Gespräche und Gesprächsabfolge bei Auffälligkeiten (Stufenplan)
- Zusammenarbeit mit den Beratungsstellen oder externen Dienstleistern
- Wiedereingliederung
- Umgang mit dem Rückfall
- Geltungsdauer

## Hilfsangebote in Ihrer Nähe

- Psychosoziale Beratungsstellen,
- Diakonie, Caritas, Freie Wohlfahrtsverbände, eingetragene Vereine,
- Deutsche Hauptstelle Sucht (DHS),
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA),
- Über die Gesundheitsmanager Ihrer regionalen IKK classic.
- Alle Beratungsstellen der Bundesländer sind über die jeweiligen Landesstellen Sucht über **[www.dhs.de/einrichtungssuche](http://www.dhs.de/einrichtungssuche)** abrufbar



Sucht am Arbeitsplatz –  
eine lösbare Aufgabe

 **ikk**classic  
Unser Handwerk. Ihre Gesundheit.

[webinare@ikk-classic.de](mailto:webinare@ikk-classic.de)



Vielen Dank für Ihre Teilnahme!

