

INSIDE HALT

THEMA: BEWÄLTIGUNGS- KONSUM

Konsummotive

Fallvignette

Arbeitsweise

Weitervermittlung

Gruppenangebote



2005

2025

**BEWÄLTIGUNG
STELLTE 45 %
DER KONSUM-
MOTIVE DAR**



HaLT berät junge Menschen mit riskantem Alkohol- und Drogenkonsum. Innerhalb der Beratung wird neben Konsumsituation, Konsumanalyse und Sozialanamnese ein großes Augenmerk auf das Konsummotiv gelegt. Wichtig für die gelingende Arbeit mit den jungen Menschen ist es, die Gründe für den Konsum zu verstehen.

Ursprünglich bildeten Verstärkungs- und soziale Motive den Hauptanteil der Fälle. In den statistischen Trends lässt sich seit 2017 eine Verschiebung hin zu mehr Bewältigungskonsum ablesen. Dieser setzt sich seitdem fort, nahm durch die Coronapandemie erheblich zu und war so auch 2025 mit 45% am stärksten vertreten.

Dieser Entwicklungen gilt es in der Arbeit zu begegnen – sie soll im Folgenden dargestellt werden.

Senatsverwaltung
für Wissenschaft,
Gesundheit und Pflege

BERLIN



*Gemeinsam für ein
gesundes Berlin*

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT



Spitzenverband



Die Gesundheitskasse



BKK



IKK



SVLFG



KNAPPSCHAFT
für mehr Gesundheit!



vdek

HaLT trifft zunehmend auf Klient:innen in sehr prekären Lebenslagen, deren Lösungsversuch Substanzkonsum darstellt – Bewältigung ist also das zentrale Motiv. Anhand einer fiktiven **Fallvignette** wird im Folgenden versucht die Lebenswelt der jungen Menschen, und die daraus resultierend veränderte Arbeitsweise durch HaLT, abzubilden.

FALLVIGNETTE

Charly (16) kommt mit ihrem Betreuer aus der stationären Wohngruppe zum Erstgespräch. Sie ist seit drei Monaten in der Einrichtung, der Betreuer berichtet von Problemen im Hinblick auf Tagesstruktur und Schule. In letzter Zeit gab es vermehrt Vorfälle, bei denen auffällig wurde, dass bei Charly Substanzkonsum vorliegt. Aus diesem Grund musste sie die vorherige Einrichtung verlassen, auch in dieser gilt das Abstinenzgebot.

Charly kann sich gut auf das Setting einlassen und beginnt im Einzelgespräch sich mehr und mehr zu öffnen. Sie berichtet von einem sehr dysfunktionalen Familiensystem, aktuell besteht kein Kontakt zum Elternhaus. In der Schule hat sie aufgrund der Belastungen viele Fehlzeiten und große Konzentrationsschwierigkeiten.

Seit ihrem zwölften Lebensjahr lebt Charly in stationären Jugendhilfeeinrichtungen. Mit 14 Jahren begann sie Opioide zu konsumieren. Sie hat gemerkt, wie sie damit Abstand zu den belastenden Gefühlen bekommt – sich für einen Moment geborgen fühlen kann. Durch den Konsum fühlt sie sich viel leichter und entspannter. Sie weiß, dass Medikamente schnell abhängig machen und versucht deshalb ihren Konsum gering zu halten – aber manchmal braucht sie das einfach. Der Druck zu funktionieren, überfordert sie sehr. Sie fühlt sich oft nicht gesehen und verstanden. Am liebsten würde sie gar nicht konsumieren, aber ohne den Konsum fühlt sich für sie alles dunkel und schwer an. Sie kann sich nicht vorstellen, dass sie es schaffen soll, von der Substanz wegzukommen.

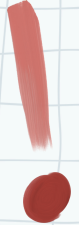
KONSUMMOTIVE

	Positive Wertigkeit	Negative Wertigkeit
innerhalb der Person	Verstärkungsmotive Sie sollen bestehende neutrale oder positive Gefühle verstärken. • Ich mag es betrunken zu sein. • Es macht mir Spaß.	Bewältigungsmotive Sie sollen negative Gefühle der Person mildern*
Außerhalb der Person	Soziale Motive Sie sollen positive Gefühle erzeugen, liegen aber nicht in der Person, sondern in der Situation. • Ich wollte die Party besser genießen. • Es ist dann lustiger, wenn ich mit anderen zusammen bin.	Konformitätsmotive Sie sollen negative Gefühle vermeiden oder mildern, liegen aber nicht innerhalb, sondern außerhalb der Person: • Ich möchte zu einer bestimmten Clique dazugehören. • Ich wollte mich nicht ausgeschlossen fühlen.

* Es hilft, meine Traurigkeit oder depressive Stimmung zu verdrängen.
*Es hilft mir, Probleme zu vergessen.

Charlys Biografie und Konsumverhalten steht exemplarisch für viele Klient:innen, die aus Bewältigungsmotiven heraus konsumieren. Der Konsum stellt einen Lösungsversuch dar, um belastenden Gefühlen und äußeren Umständen zu begegnen. Die Substanz hilft temporär positive Gefühle, Leichtigkeit und Geborgenheit zu empfinden – damit nimmt sie eine zentrale Funktion ein. Viele Jugendliche sehen keine anderen Möglichkeiten ihre Probleme zu bewältigen.

Konsum aus Bewältigungsmotiven stellt ein erhöhtes Risiko für eine Suchtentwicklung dar & sollte daher in der Beratung mit besonderem Augenmerk versorgt werden.



ARBEITSWEISE

In der Beratung wird den Jugendlichen ein wertfreier Raum gegeben, der so gestaltet werden kann, wie die Individuen es brauchen. Je nach Bedarf wird u.a. angestrebt Ressourcen zu aktivieren, den Selbstwert zu stärken, Entlastung zu schaffen, Ambivalenzbildung oder Veränderungsmotivation anzustoßen, sowie Strategien zur Konsumreduktion zu erarbeiten.

Um Fällen wie Charly, die komplexe Bedarfe aufweisen, zu begegnen, kann die Beratung neben den genannten Punkten zusätzlich dazu dienen:

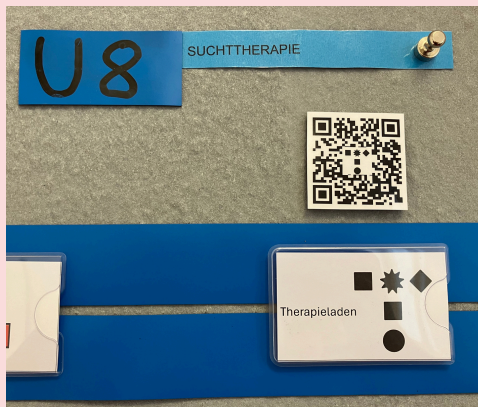
- Hürden für professionelle Hilfe abzubauen
- Bedarfe zu erkennen
- Alternativen für Konsum zu benennen
- **Weitervermittlung anzustreben***
- **Systemisch zu arbeiten***



WEITERVERMITTLUNG

HaLT verfügt seit dem letzten Jahr über eine berlinweite Netzwerkkarte, um die Weitervermittlung niedrigschwelliger zu ermöglichen. Hier können Klient:innen gemeinsam mit den Beratenden passende Angebote finden.

Die magnetische Wand verfügt über thematisch geordnete "U-Bahn Linien" - so können spielerisch passende Angebote gefunden werden. Über die jeweiligen QR Codes gelangen die Klient:innen direkt auf die passenden Websites.



Ab April wird neben der bereits bestehenden Selbsthilfegruppe für junge Menschen eine weitere Gruppe für Angehörige stattfinden. Geplant ist es, in regelmäßigen Zyklen ein Angebot zu schaffen, das Raum für Austausch und Entlastung bietet und die Möglichkeit schafft, Familien systemisch zu begegnen. Der erste Termin wird am **13.04.2026** stattfinden und im 4-Wochen-Takt fortgeführt. Geplante Termine werden auf der **HaLT-Homepage** veröffentlicht.

GRUPPENANGEBOTE