

Lebenszufriedenheit, chronischer Stress, psychische und interpersonale Probleme bei trockenem Alkoholikern

Mandy Schulze Dipl. Reha. - Psych (FH), Prof. Dr. Gabriele Helga Franke & Prof. Dr. Christel Salewski

Fragestellung:

Literaturrecherchen haben ergeben, dass Partnerschaftsprobleme, chronischer Stress und kritische Lebensereignisse Indikatoren für ein erhöhtes Rückfallrisiko von trockenem Alkoholikern sind. Die vorliegende Studie hatte daher zum Ziel, die Lebenszufriedenheit, den chronischen Stress, die psychischen sowie interpersonellen Probleme, die zusammen genommen verschiedene Belastungsparameter darstellen bei trockenem Alkoholikern zu untersuchen.

Methode

Untersucht wurden 89 trockenem Alkoholikern (AA) die in regelmäßigen Abständen an der Selbsthilfegruppe der Anonymen Alkoholikern teilnahmen.

Fragebogenset:

- Brief-Symptom-Inventar-18 (Derogatis, 2000)
 - Fragebogen zur Erfassung der Lebenszufriedenheit (Fahrenberg, Myrtek, Schuhmacher & Brähler, 2000)
 - Inventar zur Erfassung Interpersonaler Probleme (Horowitz, Strauß & Kordy, 2000)
 - Trierer Inventar zum chronischen Stress (Schulz, Schlotz & Becker 2004)
- Die Gesamtstichprobe wurde anhand der 12-Item Screening Skala zum chronischen Stress (SSCS) aus dem TICS, die zur Erfassung der globalen Stressbelastung dient, in zwei Gruppen getrennt. Dabei hatte die Gruppe 1 (N=59; 66,2%) keine globale Stressbelastung und die Gruppe 2 (N=30; 33,7%) zeigte eine erhöhte.

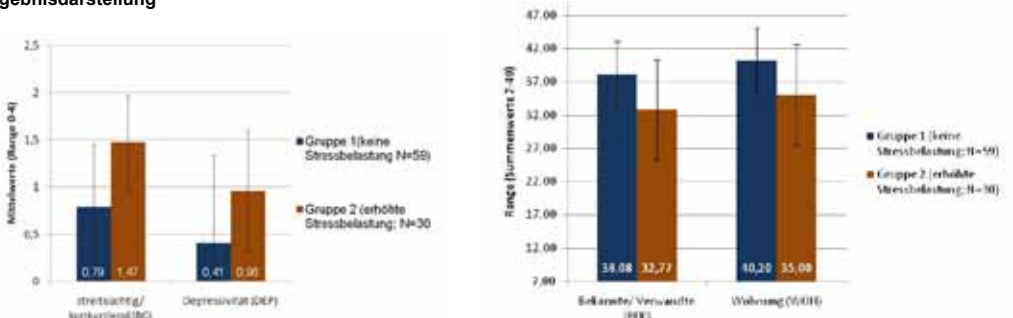
Ergebnisse

Soziodemographie:

Das Alter schwankte zwischen 26 und 71 Jahren (M=51,9; SD=9,6). Darunter fanden sich 17 (19,1%) weiblich und 72 (80,9%) männlich Probanden. Im Durchschnitt waren die Anonymen Alkoholikern in etwa 76,33 Monate (SD=79,77; Mini 3 Monate, Maxi 336 Monate) abstinent.

Die Mitglieder der zweiten Gruppe berichteten über statistisch signifikant höhere Belastungen im interpersonellen Bereich, besonders auf der Skala „streitsüchtig/ konkurrierend“ ($t = -5,461, p < 0,000$). Zudem waren sie statistisch signifikant unzufriedener mit ihrem Leben, auffallend auf den Skalen „Bekannte/ Verwandte“ ($t = 3,488, p < 0,001$) sowie Wohnung ($t = 3,403, p < 0,001$) und signifikant psychisch labiler, vor allem auf der Skala „Depressivität“ ($t = 2,903, p < 0,006$).

Ergebnisdarstellung



Diskussion

Die Einteilung der Stichprobe in Personen mit erhöhter Stressbelastung und Personen ohne erhöhte Stressbelastung erbrachte deutliche Gruppenunterschiede in allen drei untersuchten Bereichen. Die Ergebnisse weisen auf die Notwendigkeit stressspezifischer und psychoedukativer Interventionsmaßnahmen hin, um die Lebensqualität, die psychischen und interpersonellen Probleme, insbesondere bei der stressbelasteten Gruppe zu verbessern. Zur Rückfallprävention im Suchtbereich sollten diese Aspekte grundsätzlich Berücksichtigung finden – gerade zunehmender Stress und psychische Belastung sind Indikatoren für einen Rückfall.

Literatur

- Derogatis, L. R. (2000). *Brief Symptom Inventory (BSI) 18*. Administration, Scoring, and Procedures Manual. / Minneapolis, MN: NCS.
- Fahrenberg, J., Myrtek, M., Schumacher, J. & Brähler, E. (2000). *Fragebogen zur Lebenszufriedenheit (FLZ)*. Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie.
- Horowitz, L. M., Strauß, B. & Kordy, H. (2000). *Inventar zur Erfassung interpersonaler Probleme – Deutsche Version (IIP-D)*. (2., überarbeitete neu normierte Auflage). Göttingen: Beltz
- Schulz, P., Schlotz, W. & Becker, P. (2004). *Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS)*. Göttingen: Hogrefe.

Kontakt:
Herbi83@gmx.de

Lebenszufriedenheit, chronischer Stress, psychische und interpersonale Probleme bei trockenen Alkoholikern

M. Schulze, Prof. Dr. G. H. Franke & Prof. Dr. C. Salewski

Hochschule Magdeburg-Stendal (FH), Fachbereich Angewandte Humanwissenschaften, Studiengänge B.Sc. und M.Sc. Rehabilitationspsychologie, Osterburger Str. 25, 39576 Stendal; E-Mail: gabriele.franke@hs-magdeburg.de

Zusammenfassung

Fragestellung: Literaturrecherchen haben ergeben, dass Partnerschaftsprobleme, chronischer Stress und kritische Lebensereignisse Indikatoren für ein erhöhtes Rückfallrisiko von trockenen Alkoholikern sind. Die vorliegende Studie hatte daher zum Ziel, die Lebenszufriedenheit, den chronischen Stress, die psychischen sowie interpersonale Problemen bei trockenen Alkoholikern zu untersuchen.

Methode: Untersucht wurden 89 trockene Alkoholiker, die in regelmäßigen Abständen an der Selbsthilfegruppe der Anonymen Alkoholiker teilnahmen. Die Datenerhebung erfolgte von Oktober bis November 2008 in unterschiedlichen Selbsthilfegruppen im Landkreis Stendal um Umgebung. Zur Erfassung wurden standardisierte Testverfahren sowie ein Fragebogen zur Erhebung der soziodemographischen und suchtspezifischen Daten eingesetzt.

Die Gesamtstichprobe wurde anhand der 12-Item Screening Skala zum chronischen Stress (SSCS) aus dem TICS, die zur Erfassung der globalen Stressbelastung dient, in zwei Gruppen getrennt. Dabei hatte die Gruppe 1 (N=59; 66,2%) keine globale Stressbelastung und die Gruppe 2 (N=30; 33,7%) zeigte eine erhöhte.

Ergebnisse: Die Mitglieder der zweiten Gruppe berichteten über statistisch signifikant höhere Belastungen im interpersonale Bereich, besonders auf der Skala „streitsüchtig/ konkurrierend“ ($t = -5,461$, $p < 0,000$). Zudem waren sie statistisch signifikant unzufriedener mit ihrem Leben, besonders auf der Skala „Bekannte/ Verwandte“ ($t = 3,488$, $p < 0,001$) und signifikant psychisch labiler, vor allem auf der Skala „Depressivität“ ($t = -2,903$, $p < 0,006$).

Diskussion: Die Ergebnisse der vorliegenden Studie weisen auf die Notwendigkeit stressspezifischer und psychoedukative Interventionsmaßnahmen hin, um die Lebensqualität, psychische und interpersonale Probleme, insbesondere bei der stressbelasteten Gruppe zu verbessern. Dieses sollte auch aus Gründen der Rückfallprävention grundsätzlich in der Selbsthilfearbeit in Suchtbereich Berücksichtigung finden.

1. Hintergrund

Arbeiten aus dem Bereich der Stressforschung und auf dem Gebiet des Alkoholismus liegen nur wenige vor. Schon sehr lange befasste man sich mit Aspekten wie kritische Lebensereignisse oder Lebensveränderungen im Kontext mit Alkoholismus.

Literaturrecherchen haben ergeben, dass Partnerschaftsprobleme, chronischer Stress und kritische Lebensereignisse Indikatoren für ein erhöhtes Rückfallrisiko von trockenen Alkoholikern sind (exemplarisch: Reinecke & Zauner, 1983; Walter et al., 2006). Die vorliegende Studie hatte daher zum Ziel, die Lebenszufriedenheit, den chronischen Stress, die psychischen sowie interpersonalen Problemen, die zusammen genommen verschiedene Belastungsparameter darstellen, bei trockenen Alkoholiker zu untersuchen.

2. Methode

Untersucht wurden 89 trockene Alkoholiker, die in regelmäßigen Abständen an der Selbsthilfegruppe der Anonymen Alkoholiker teilnahmen. Die Datenerhebung erfolgte von Oktober bis November 2008 in unterschiedlichen Selbsthilfegruppen im Landkreis Stendal und Umgebung. Zur Erfassung wurden folgende Testverfahren verwendet: Das Brief- Symptom- Inventory-18 (Derogatis, 2000), der Fragebogen zur Erfassung der Lebenszufriedenheit (Fahrenberg, Myrtek, Schuhmacher & Brähler, 2000), das Inventar zur Erfassung interpersonaler Probleme (Horowitz, Strauß & Kordy 2000), das Trierer Inventar zum chronischen Stress (Schulz, Schlotz & Becker 2004) sowie ein Fragebogen zur Erhebung der soziodemographischen und suchtspezifischen Daten.

Die Gesamtstichprobe wurde anhand der 12-Items umfassenden Screening-Skala zum chronischen Stress (SSCS) aus dem TICS, die zur Erfassung der globalen Stressbelastung dient, in zwei Gruppen getrennt. Dabei hatte die Gruppe 1 (n=59; 66,2%) keine globale Stressbelastung und die Gruppe 2 (n=30; 33,7%) zeigte eine erhöhte Stressbelastung.

3. Ergebnisse

Das Alter der trockenen Alkoholiker lag im Durchschnitt bei 51,9 Jahren (SD=9,6) und schwankte zwischen 26 und 71 Jahren. Von den Befragten waren 17 (19,1%) weiblich und 72 (80,9%) männlich Probanden. Im Durchschnitt waren die Anonymen Alkoholiker in etwa 76,3 Monate abstinent (SD=79,77; Range 3-336 Monate).

Die Mitglieder der zweiten Gruppe berichteten über statistisch signifikant höhere Belastungen im interpersonalen Bereich, besonders auf der Skala „streitsüchtig/konkurrierend“ ($t=-5,461$, $p<0,000$). Sie waren zudem statistisch signifikant

unzufriedener mit ihrem Leben. Dies zeigte sich besonders auf den Skalen „Bekannte/ Verwandte“ ($t=3,488$, $p<0,001$) sowie Wohnung ($t=3,403$, $p<0,001$). Weiterhin waren diese Probanden statistisch signifikant psychisch labiler, d.h. besonders auf der Skala „Depressivität“ ($t=-2,903$, $p<0,006$) zeigten sie eine erhöhte psychische Belastung.

4. Diskussion

Die Einteilung der Stichprobe in Personen mit erhöhter Stressbelastung und Personen ohne erhöhte Stressbelastung erbrachte deutliche Gruppenunterschiede in allen drei untersuchten Bereichen. Die Ergebnisse weisen auf die Notwendigkeit stressspezifischer und psychoedukativer Interventionsmaßnahmen hin, um die Lebensqualität, die psychischen und interpersonalen Probleme, insbesondere bei der stressbelasteten Gruppe zu verbessern.

Zur Rückfallprävention im Suchtbereich sollten diese Aspekte grundsätzlich Berücksichtigung finden – gerade zunehmender Stress und psychische Belastung haben sich in empirischen Studien als Indikatoren für einen Rückfall erwiesen (exemplarisch: Walter, Dammann, Wiesbeck & Klapp, 2005).

Ein weiterer Ansatz für eine fortlaufende Untersuchung wäre die Frage, ob nach einem Jahr Veränderungen in der Lebenszufriedenheit, der psychischen und interpersonalen Probleme sowie der Stressbelastungen zeigen. Die Wirksamkeit von stressspezifischen Maßnahmen müsste dafür im Längsschnitt untersucht werden.

Resümierend kann an dieser Stelle festgehalten werden, dass die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe der Anonymen Alkoholiker für trockene Alkoholiker(innen) eine positive und prägende Wirkung hat. Dort werden Vergangenes, Gegenwärtiges und Zukünftiges kritisch hinterfragt, diskutiert und betrachtet. Angestrebtes Ziel in der Selbsthilfegruppe sollte immer die Hilfe zur Selbsthilfe sein. Besonderes Augenmerk gebührt der Balance zwischen Stress und Entspannung. Ein Ungleichgewicht führt zu höheren Belastungen und daraus folgen eine schlechtere Lebensqualität und mehr psychische und interpersonale Probleme.

5. Schlusswort

Jeder Mensch wird im Laufe seines Lebens mit unzähligen Problemen konfrontiert, die alle Bereiche des Lebens betreffen. Bei der Bewältigung dieser Probleme agieren die Menschen jedoch sehr unterschiedlich. Für einige Menschen stellt Alkohol eine Kompensationsmethode dar. Über lange Zeit kann sich daraus jedoch eine Sucht entwickeln.

Auf sozialer, körperlicher und emotionaler Ebene greift diese Sucht den Menschen an. Eine erfolgreiche Abkehr vom Alkohol gelingt meist nicht ohne

(professionelle) Hilfe. Der trockene Alkoholiker ist von dieser Hilfe nicht befreit, im Gegenteil, er bedarf besonderer Aufmerksamkeit. Diese Arbeit soll auf die Besonderheiten hinweisen.

Alkoholiker müssen ihr gesamtes Leben mit der Sucht leben. Dieses geteilte Leben bedarf einer speziellen Integration, denn die Sucht gehört für den Betroffenen zu seiner gesamten Biografie. Diese Tatsache verweist auf die Brisanz der Thematik. Überwindet ein Mensch die Sucht, so bleiben der Gedanke und die Vergangenheit mit der Sucht immer ein ständiger Lebensbegleiter. Die darin verankerten Probleme können durch Diskussionen alleine nicht gelöst werden. Eine Sensibilität für dieses Thema sollte sich im wissenschaftlichen Kontext wie auch im zwischenmenschlichen Miteinander ergeben. Die Selbsthilfegruppe der Anonymen Alkoholiker bildet nur einen Schritt für das Verständnis.

In den letzten Jahren ist Alkohol ein öffentliches Thema geworden - viele Präventionsprogramme, Interventionsmaßnahmen sowie Diskussionen haben sich entwickelt. Vergessen wurden die, die jetzt „trocken“ sind und ihr öffentliches Leben wieder zu finden versuchen. Alkohol ist in unserer Gesellschaft schon so etabliert, dass die Überwindung der Krankheit heutzutage ein größeres Leid schafft als noch vor 20 Jahren.

Literatur

- Derogatis, L. R. (2000). *Brief Symptom Inventory (BSI) 18*. Administration, Scoring, and Procedures Manual. Minneapolis, MN: NCS.
- Fahrenberg, J., Myrtek, M., Schumacher, J. & Brähler, E. (2000). *Fragebogen zur Lebenszufriedenheit (FLZ)*. Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie.
- Horowitz, L. M., Strauß, B. & Kordy, H. (2000). *Inventar zur Erfassung interpersonaler Problem –Deutsche Version (IIP-D)*. (2., überarbeitete neu normierte Auflage). Göttingen: Beltz.
- Reinecker, H. & Zauner, H. (1983). Kritische Lebensereignisse als Risikofaktor des Alkoholismus. *Archiv für Psychiatrie und Nervenkrankheiten*, 233, S. 333-346.
- Schulz, P., Schlotz, W. & Becker, P. (2004). *Trierer Inventar zum chronischen Stress (TICS)*. Göttingen: Hogrefe.
- Walter, M., Dammann, G., Wiesbeck, G. A. & Klapp, B. F. (2005). Psychosozialer Stress und Alkoholkonsum: Wechselwirkung, Krankheitsprozess und Interventionsmöglichkeiten. *Fortschritte der Neurologischen Psychiatrie*, 73, S.517-525.
- Walter, M., Gerhard, U., Duersteler-MacFarland, K. M., Weijers, H.-G., Boening, J. & Wiesbeck, G. A. (2006). Social Factors but Not Stress-Coping Styles Predict Relapse in Detoxified Alcoholics. *Neuropsychobiology*, 54, S.100-106.