

Alkohol & Sucht

Zwischen Genuss und Alkoholmissbrauch

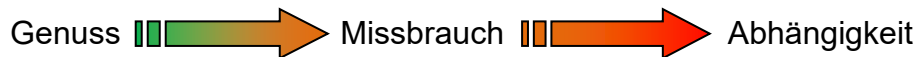
Alkoholprobleme beginnen als Verhaltensstörung und können als **lebensbedrohende Krankheit** enden. Sie entstehen und wirken auf drei Ebenen gleichzeitig: seelische Ebene, im Körper und im gesellschaftlichen Umfeld. Alkoholprobleme oder eine Alkoholsucht sind **KEIN Zeugnis von fehlender Charakterstärke**, moralischer Schwäche oder ein krimineller Zustand, sondern eine **anerkannte Krankheit!**

Prinzipiell kann **jeder Mensch** einer Alkoholsucht zum Opfer fallen! Sei es ihr Chef, ihre beste Mitarbeiterin, ihre Partnerin oder auch Sie selbst. Diese Menschen können vor der Alkoholerkrankung die produktivsten Kräfte im Unternehmen gewesen sein. Wie viele andere Krankheiten auch, führt Alkoholmissbrauch zu Leistungseinbußen. Nach erfolgreicher Behandlung können diese MitarbeiterInnen aber wieder ihre volle Leistung bringen und wieder ein wertvoller Bestandteil des Unternehmens sein.



90% der erwachsenen Bevölkerung trinken Alkohol
15% bewegen sich im Bereich der Risikokonsumenten
5% betreiben starken Alkoholmissbrauch bzw. sind alkoholabhängig

Menschen, die zu bestimmten Anlässen und überwiegend aus einer neutralen oder positiven Stimmungslage heraus Alkohol trinken, sind in der Regel nicht alkoholgefährdet. Es sei denn, sie gewöhnen sich an häufige Trinkanlässe und an den Konsum größerer Mengen. Sonst kann es über einzelne Fälle von Missbrauch aber zu einer starken Abhängigkeit führen.



Folgen von übermäßigem Alkoholkonsum

Körper: Lebensgefahr durch „Übertrinken“, Schäden an inneren Organen (zB. Leber, Niere, ..), Anfälligkeit für Verletzungen/Unfälle/Erkrankungen

Seele: Depression, Schlafstörung, Konzentrationsstörung, Verlangsamung, Delir/Verwirrung

Soziales Umfeld: Schulden, Verlust alter Freunde, Streit/Gewalt in der Familie, Kriminalisierung

In der Regel gibt es während der Entwicklung einer Alkoholsucht verschiedene Anzeichen und Warnsignale, die aber erst später erkannt werden (siehe Anhang).

Co-Abhängigkeit

Co-Abhängige (Familie, KollegenInnen, Freunde, Führungskräfte, ...) versuchen die negativen Folgen des Trinkens auszugleichen, in der Hoffnung, dass sich die trinkende Person irgendwann wieder bessert. Sie tun dies in guter Absicht. Dadurch verhindern sie jedoch, dass die trinkende Person die tatsächliche Tragweite ihrer Probleme erkennen kann. In vielen Fällen lügen und bagatellisieren Co-Abhängige für die trinkende Person, decken sie und gewöhnen sich daran, auch ihre aggressivsten und destruktivsten Verhaltensweisen hinzunehmen. Mit Drohungen oder reinem Verständnis lassen sich bei Personen mit einer Suchterkrankung aber keine Veränderungen erzielen.

Durch **Co-Abhängigem Denken** wird die Sucht der KollegInnen unterstützt ...

- „Wenn ich es anspreche, leugnet er/sie es“
- „Er/Sie hat es momentan nicht so einfach“
- „Sollen es doch die anderen sagen/ansprechen“ ...

... und führt zu **Co-Abhängiges Verhalten:**

- Verhalten des/der Süchtigen wird gefördert/geschützt
- Verantwortung wird für ihn/sie übernommen
- Belastungen werden abgenommen
- Realität der Sucht wird verleugnet

Rückfall

Ein Rückfall kann schnell passieren, vor allem, wenn der/die Süchtige meint, dass ihm/ihr nicht das mehr passieren kann. **Entwöhnung ist ein Lernprozess**, bei dem Fehler gemacht werden (dürfen). Wichtig ist, zu lernen wie man mit Rückfällen umgeht um die Entwöhnungsmotivation nicht zu gefährden.

Je früher man in den Suchtprozess eingreift, desto bessere Heilungserfolge sind möglich!

Regelungen in der Steiermärkischen Sparkasse

§ 12 BV

„Die Angestellten sind verpflichtet, ihren Dienst unter gewissenhafter Beachtung dieser Betriebsvereinbarung, der einschlägigen gesetzlichen Bestimmungen, der Dienstweisungen und Anordnungen mit Aufmerksamkeit, Verlässlichkeit, Treue, Fleiß, Eifer und Pünktlichkeit zu verrichten und stets die Interessen der Sparkasse zu wahren und zu fördern. Mit der Unkenntnis bestehender Vorschriften kann sich niemand entschuldigen.“

Verhaltenskodex

„**Die Konsumation von alkoholischen Getränken während der Dienstzeit ist untersagt.** Als Mitarbeiter ist es Ihnen nicht erlaubt, unter dem Einfluss von Alkohol zur Arbeit zu erscheinen oder in diesem Zustand zu arbeiten. Eine Ausnahme bildet der gemäßigte Konsum von Alkohol in gesellschaftlich üblichem Rahmen, wie etwa bei Geschäftsessen, Kundenveranstaltungen, Weihnachts- oder Geburtstagsfeiern.“

Zusammengefasst bedeutet das:

- Im normalen Arbeitsbetrieb gilt Alkoholverbot.
- Die Mittagspausen sollten grundsätzlich alkoholfrei gestaltet werden.
- Der Dienstantritt hat in einem nüchternen Zustand zu erfolgen.
- Bei den oben genannten Ausnahmefällen gilt als Richtwert die „Harmlosigkeitsgrenze“ von etwa ein Viertel Liter Wein oder ein halber Liter Bier.

Anzeichen am Arbeitsplatz

Auffälligkeiten

- häufig einzelne Fehltage
- unbegründete Abwesenheit vom Arbeitsplatz während der Arbeitszeit
- starke Leistungsschwankungen
- abnehmende Lernbereitschaft, mangelnde Konzentration
- Unzuverlässigkeit

Verhaltensänderungen

- starke Stimmungsschwankungen
- unangemessene Nervosität und Reizbarkeit
- unangemessene Gesprächigkeit oder Geselligkeit
- extreme Selbstüberschätzung oder Aggressivität
- extreme Unterwürfigkeit oder Überangepasstheit

Erscheinungsbild / Auftreten

- Vernachlässigung bei der Körperpflege und Kleidung
- starkes Händezittern
- Schweißausbrüche
- Ausdrucks-Schwierigkeiten
- Versuch, Alkoholfahne zu tarnen (Kaugummi etc.)
- Alkoholgeruch des Menschen

Trinkverhalten

- Alkoholkonsum bei unpassenden Anlässen
- heimliche Alkoholvorräte, heimliches Trinken
- demonstrative Vermeidung von Alkohol mit alkoholfreien Getränken
- Bagatellisieren der Trinkmengen
- Erfinden von Alibis für den Alkoholkonsum

Ansprechpartner und wichtige Adressen

Beratungsmöglichkeiten der Steiermärkischen Sparkasse

Allgemeiner Ansprechpartner für Führungskräfte:

Mag. Martin Weßel, Arbeitspsychologe und
Notfallpsychologe, www.research-team.at
8010 Graz, Brandhofgasse 7
Telefon +43 676 844 510 316
Mail martin.wessel@rt-prevent.at

Arbeitsmedizin:

Dr. Andrea Ganser / Dr. Franz Gschiel
8010 Graz, Albrechtgasse 3, 4. Stock
Telefon +43 50100-35231
Mail andrea.ganser@steiermaerkische.at ,
franz.gschiel@steiermaerkische.at

Arbeitsrecht:

Christof Pusswald
8010 Graz, Sparkassenplatz 4, 3. Stock
Telefon +43 50100-35325
Mail Christof.Pusswald@steiermaerkische.at

Betriebsrat:

Alle Betriebsräte und Vertrauensräte
8010 Graz, Albrechtgasse 1, 4. Stock
Telefon +43 50100-35227
Mail frederick.robertson@steiermaerkische.at

Gesundheitsmanagement:

Bianca Noll
8010 Graz, Sparkassenplatz 4, 3. Stock
Telefon +43 50100-35113
Mail bianca.noll@steiermaerkische.at

Human Resources:

Dipl. Oec. Marion Perissutti, Leiterin HR
8010 Graz, Sparkassenplatz 4, 3. Stock
Telefon +43 50100-35529
Mail marion.perissutti@steiermaerkische.at

Externe Beratungsmöglichkeiten

Suchtberatungsstellen:

b.a.s. Steirische Gesellschaft für Suchtfragen
8020 Graz, Dreihackengasse 1
Telefon 0316/8211990
Mail office@bas.at

Öffnungszeiten:

Mo – Do: 08:30 - 14:00 Uhr
Fr: 08:00 - 12:00 Uhr

Landesnervenklinik Sigmund Freud, Zentrum
für Suchtmedizin
8053 Graz, Wagner-Jauregg-Platz 13
Telefon 0316/2191-2222

Öffnungszeiten:

Mo – Fr: 08:00 - 15:00 Uhr

Anonyme Alkoholiker
Telefon 0316/574740
Jederzeit zu erreichen

Drogenberatung des Landes Steiermark
8010 Graz, Friedrichgasse 7
Telefon 0316/326044
Mail drogenberatung@stmk.gv.at

Öffnungszeiten:

Mo – Do: 10:00 - 12:00 Uhr / 17:00 - 19:00 Uhr
Fr: 10:00 - 12:00

Beratung für die Mitarbeiter*innen der Steiermärkischen Sparkasse?

Eine 30-minütige Erst-Beratung (telefonisch, via Skype oder persönlich bei research-team im Büro) können Sie zu jedem psychologischen Thema, das mit Ihrem Beruf in Zusammenhang steht, kostenfrei in Anspruch nehmen. Ob Sie weitere kostenlose oder vergünstigte Beratungen in Anspruch nehmen können, hängt vom Beratungsthema ab.