

Stichwortverzeichnis

A

Abgrenzung 99
 Abstinenz 141, 155
 – fördern 105
 Aggressionen (siehe Gewalt)
 Aktivitäten, gemeinsame 106
 Akutbehandlungsmöglichkeiten 132
 Al-Anon 40, 59
 Alateen-Gruppe 59
 Alkohol
 – am Arbeitsplatz 160
 – am Steuer 54
 – im Haushalt 157
 – in Drogerieartikeln 159
 – in Gesellschaft 158
 – in Medikamenten 159
 –, Gründe für den 16
 Alkoholabhängigkeit 18, 19
 – Entstehen abwenden 28
 – Kriterien 19
 Alkoholberatungsstelle (siehe Beratungsstelle)
 Alkoholentwöhnung 136
 Alkoholentwöhnungstherapie 133
 Alkoholentzug (siehe Entzug)
 Alkoholgebrauchsstörung 19
 – Kriterien 21
 Alkoholiker, trockene 156
 – Familie neu organisieren 163
 – Partnerschaft/Freundschaft neu gestalten 162
 – Unterstützung 156
 Alkoholkarriere 15
 – Angehörige 15

Alkoholkonsumstörung 11
 –, schwere 18
 Alkoholmissbrauch
 Alkoholprobleme 10
 – Alltag analysieren 67
 – ansprechen 80
 – Anzeichen 9, 14
 – bei Jugendlichen 54
 – erkennen 16
 – in der Familie 22
 – Kinder im Haushalt 46
 – medizinische Faktoren 17
 – Risikofaktoren 22
 – Verdacht 23, 81
 – verschiedene Ausprägungen 19
 Arbeitskollegen 82, 104
 Arbeitsplatz 14, 83, 104
 –, Alkohol am 160
 – Wiedereinstieg 160
 Auslöser zum Alkoholkonsum 132
 Auswirkungen, soziale 14
 Auto fahren 14, 54, 103

B

Behandlung von Alkoholkonsumstörung 124
 Belastungen bei Angehörigen und Freunden
 – Folgen 41
 –, steigende 14
 – wahrnehmen 39
 Belohnungssystem 105
 – bei Alkoholverzicht 105
 – entziehen 108

Beratung 133
 –, anonyme 134
 –, telefonische 81
 Beratungsstelle 23, 40, 59, 127, 132, 133, 138
 – gemeinsamer Besuch 130
 – wechseln 129
 Beratungstermin vorbereiten 129
 Betroffenheit, eigene 11, 26
 – einschätzen 30
 – Hilfe 39, 57
 – positive Aspekte 29
 Beziehung zum Betroffenen 13, 42, 162
 Bier, alkoholfreies 159

C

Chef informieren 83, 104
 Co-Abhängigkeit 27
 CRAFT-Modell (Community Reinforcement Ansatz: Das Familien-Training) 12, 69, 97
 – Ziele 69
 Craving 21

D

Delir 135
 Diskussionen führen bei Trunkenheit 86
 Du-Botschaften 110, 111

E

- Entspannungstechniken 160
- Entwöhnungstherapie 136
- Entzug 133
 - , alternativer 136
 - ärztliche Beratung 135
- Entzugsbehandlung, stationäre 135
- Entzugssyndrom
 - , körperliches 20, 134
 - , schweres 135
- Entzugstherapie 136
- Erektionsfähigkeit 88

F

- Fachkliniken 132
- Fahrrad fahren 54
- Familienauswirkungen 40
- Familientherapie 164
- Finanzielle Situation 35, 40
 - eigenes Konto 103, 163

G

- Gefahr in Verzug 103
- Gelegenheitstrinker 22
- Gespräch suchen 81
- Gesundheitsschädigungen 20
- Gewalt 43, 84, 109
 - Anzeichen erkennen 85
 - Anzeige 88, 89
 - Hilfe finden 89
 - Kinder schützen 48
 - Notfallplan 84, 85
 - und Sexualität 88
- Gewöhnungseffekt 21

H

- Hausarzt 60, 90, 133
- Hilflosigkeit überwinden 68
- Hilfsangebote 15
 - für Angehörige 57

I

- Ich-Botschaften 110, 111
- Informationen suchen 80
- Internationales Verzeichnis aller anerkannten Krankheiten (ICD 10) 19
- Isolation, soziale 14

J

- Jugendliche mit Alkoholproblemen 54

K

- Kinder
 - Alkoholkonsum 53
 - Alkoholvergiftung 53
 - Ansprechpartner für 48
 - Auffälligkeiten bei 49
 - berücksichtigen 149
 - Gewalt 48
 - Hilfe für 56
 - Kontakt suchen 51
 - Krankheit erklären 52
 - , Rolle der 43, 46
 - Vorbild sein für 52
 - Wohlbefinden prüfen 50
- Kommunikation, gute 81, 110
 - mögliche Antworten in Krisensituationen 87
 - Regeln 110

- Konflikttrinker 22
- Konsequenzen
 - durchsetzen 138
 - spürbar machen 101
- Konsum einschätzen 10, 13
 - Hilfe 23
 - Kriterien 19
- Konsum von Alkohol
 - , eigener 35, 157
 - Erwartungshaltung 17
 - , gefährlicher 18
 - Hochkonsum 18
 - Jugendliche 54
 - Kinder 53
 - kontrollieren 28, 142
 - medizinische Sicht 17
 - Rauschtrinken 18
 - reduzieren 143
 - , risikoarmer 18
 - , riskanter 18, 20
 - , schädlicher 19
- Konsumklassen 18
- Konsummengen 17
- Kontakte, soziale 17
 - einbeziehen 80, 82, 98
- Konto, eigenes 103, 163
- Kontrolliertes Trinken 137, 140
- Kontrollverlust 21, 23
- Krankheit 13, 18, 22, 27, 123
- Krisen, akute 61
- Kur für Angehörige 91

L

- Liebe 44
- Loslassen 148, 165

M

Medikamente 136, 139

N

Nichtkonsum fördern
105

Notdienst

– , ärztlicher 61
– , psychiatrischer 61

Notfalltasche 85

Notfallunterkunft 85

Notruf 112 61, 85

O

Offenheit im sozialen
Umfeld 10, 80, 156

P, Q

Paartherapie 69, 163

Parentifizierung 47

Promillewerte 54

Psychotherapie

– für den Angehörigen 39,
60, 68

– für den Betroffenen
129

– suchen 60

Quartalstrinker 23

R

Rauschtrinker 23

Reha-Maßnahme 91,
137

Rolle, eigene 25, 28, 33

– nach der Therapie 139
– verändern 31

Rückfall

– als Chance 146

– analysieren 146

– Anzeichen erkennen 145

– , Umgang mit 144

– verarbeiten 146

Rückfallgefahr 136

Rückfallprophylaxe 138

Rückschläge 127

S

Schuld 31, 123, 149

Selbstbestimmung,
sexuelle 88

Selbsthilfegruppen 37, 40,
57, 59, 60, 133, 139,
164

Sexualität, Gewalt 88

Sicherheit, eigene 84

Situation analysieren 13,
34

Sorgen 40

– ansprechen 28, 81, 164

Spiegeltrinker 23

Streitereien 14

Substanzgebrauchsstörung
(siehe Alkoholgebrauchs-
störung)

Suchtberatungsstelle (siehe
Beratungsstelle)

Suchterkrankung, Statistik
15

Suchtförderndes Verhalten
29, 99, 100

Suchthilfe 57

– Einrichtungen 132

Suchtprävention, betrieb-
liche 83, 104

Suchtselbsthilfe 132

T

Tabu, gesellschaftliches 10

TelefonSeelsorge 61

Therapie

– begleiten 132, 137

– , nach der 157

– Nachsorge 138

– Umgang mit Rückzieher
131

– vorbereiten 127

– Weigerung 148

Therapiebereitschaft erken-
nen 128

Therapieerfolg 126

Therapiekonzepte 68

Therapiemöglichkeiten 123,
132

Therapiemotivation 130,
133

Therapieschritte 132

Therapievoraussetzungen
125

Toleranzentwicklung (siehe
Gewöhnungseffekt)

Trennung 165

Trinkanzeichen 72, 75

Trinkauslöser (siehe Trink-
Trigger)

Trinken, Kontrolliertes 140

Trinkertypen 22

Trinkfolgen 72, 75, 76

Trinkmenge 73, 77

– reduzieren 143

Trinkmuster, ungesunde 22

Trink-Trigger 71, 74

Trinkverhalten 14, 71

– analysieren 74

– einschätzen (siehe Konsum
einschätzen)

– verharmlosen 14

U

- Überlastung 42, 60
- Umgang
 - mit dem Betroffenen 27
 - mit sich selbst 38
- Unabhängigkeit, finanzielle 103, 163
- Unterstützendes Verhalten 100
 - erkennen 102
 - unterlassen 99
- Unterstützung
 - durch Freunde/Familie 58
 - finden 82, 98

V

- Veränderung
 - , eigene 25, 31, 86, 97, 115
- Veränderungslogbuch 36, 38, 41, 78, 81, 106, 112, 115, 116, 128, 146, 162
- Verhalten ändern 25, 86, 99
- Verhaltenstherapie 139
- Vermeidungsstrategien 33
- Verstärker 132
 - , positive 105
- Versuchungen widerstehen 157
- Verzeichnis für psychische Störungen (DSM-5) 19
- Vorbild sein 52, 58
- Chef informieren 83, 104
- Vorhaltungen vermeiden 14, 112

W

- Wohlbefinden, eigenes 90
- Wünsche, eigene 34, 79, 117, 126

Z

- Ziele
 - des Betroffenen 126
 - , eigene 36, 78
 - neue 126
- Zusammenleben 40, 42
 - nach der Therapie 157