



# 25 JAHRE

25 Jahre Ambulante Medizinische  
Rehabilitation Sucht (ARS)  
im Kreis Heinsberg





*„Der Weg war steinig und schwer,  
das Ziel beeindruckend.“*

*Ein ARS-Teilnehmer*

**Austausch und Begegnung mit  
anderen Gruppenteilnehmern**

**Erkennen, dass man mit der  
Abhängigkeitserkrankung nicht alleine ist**

**Förderung der Motivation für ein  
abstinentes, selbstbestimmtes Leben**

**Erkennen und umgehen mit Ambivalenzen**

**Offenlegung und Reduzierung von  
Diskrepanzen zwischen Zielen und  
bisherigen Verhaltensmustern**

**Identifizierung der alten Verhaltensmuster**

**Hinterfragung der dysfunktionalen Denkmuster**

**Erforschung der Funktion des  
Suchtmittelkonsums**

**Erarbeitung des eigenen Störungsmodells**

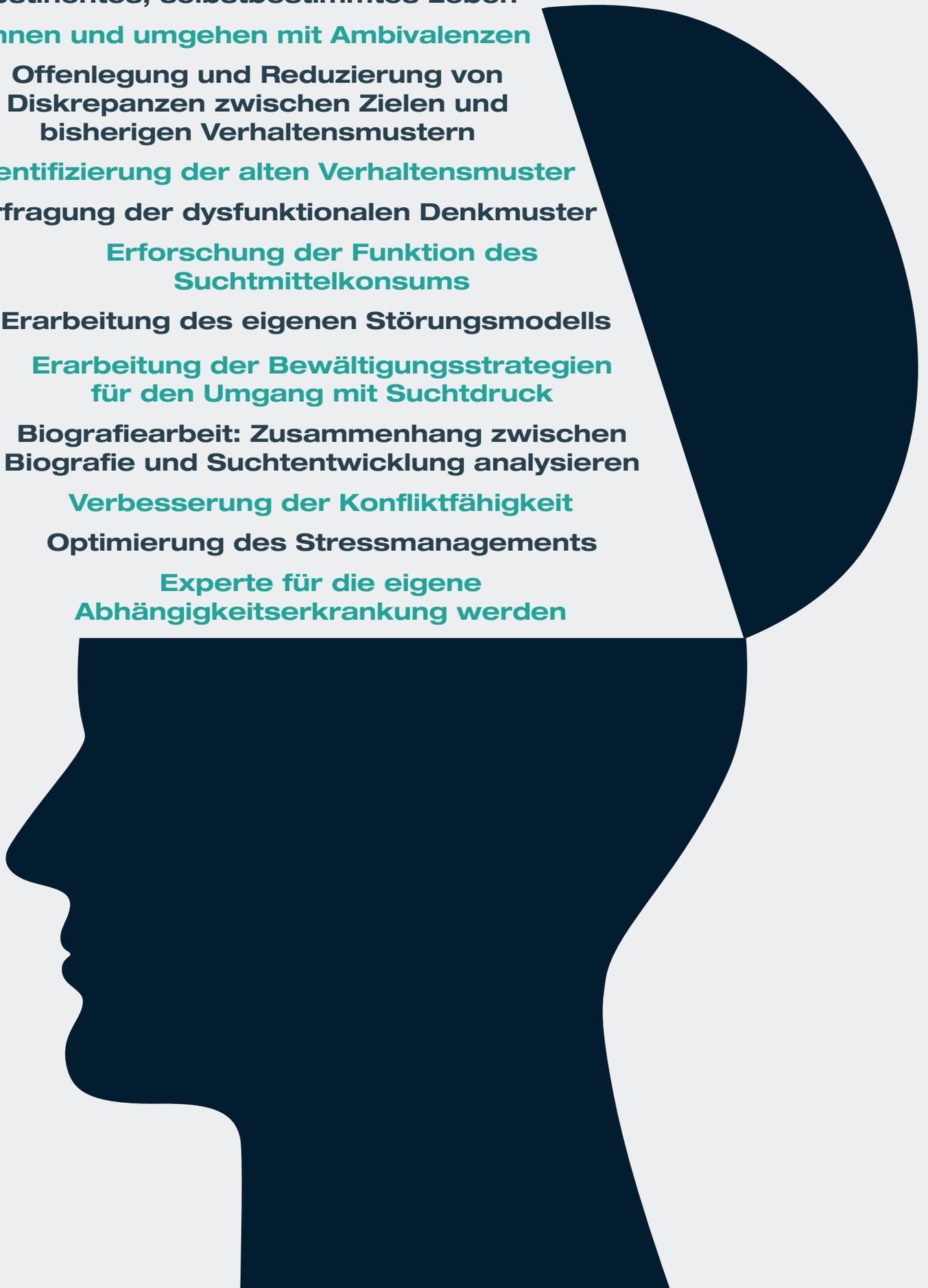
**Erarbeitung der Bewältigungsstrategien  
für den Umgang mit Suchtdruck**

**Biografiearbeit: Zusammenhang zwischen  
Biografie und Suchtentwicklung analysieren**

**Verbesserung der Konfliktfähigkeit**

**Optimierung des Stressmanagements**

**Experte für die eigene  
Abhängigkeitserkrankung werden**



# Die Ambulante Medizinische Rehabilitation Sucht (ARS)

Die Ambulante Medizinische Rehabilitation Sucht (ARS) im Kreis Heinsberg wird gemeinsam von den Suchtberatungsstellen des Kreisgesundheitsamtes und der Beratungsstelle für Suchtfragen des Caritasverbandes in Kooperation mit dem Diakonischen Werk des Kirchenkreises Jülich angeboten.

Die Mitarbeitenden beider Träger bilden das Behandlungsteam. Es handelt sich um einen Trägerverbund bestehend aus dem Caritasverband für die Region Heinsberg e.V. und dem Kreis Heinsberg.

Das Behandlungsangebot des Trägerverbundes ARS im Kreis Heinsberg richtet sich grundsätzlich an alkohol-, medikamenten- oder drogenabhängige Menschen ab 18 Jahren und ihre Angehörigen.

Es stellt z. B. für viele eine besonders interessante Alternative zur stationären Langzeitbehandlung in einer Klinik dar, da man weiterhin der Berufstätigkeit oder der Familienaufgabe nachkommen kann.

Auch alleinerziehende Elternteile von kleinen Kindern schätzen die Möglichkeit einer ambulanten Therapie, da die Kinder dann nicht aus ihrem gewohnten Umfeld gerissen werden müssen.

Eine Ambulante Medizinische Rehabilitation Sucht (ARS) kann immer dann erwogen werden:

- wenn mehr Unterstützung erwünscht und notwendig ist, als durch Beratung und Selbsthilfegruppen geleistet werden kann,
- wenn eine stationäre Rehabilitationsbehandlung in einer Fachklinik nicht, noch nicht oder nicht mehr erforderlich ist.

Insofern kommt eine ARS sowohl als Ergänzung als auch als eigenständige Alternative zur stationären Behandlung in Betracht. Sie orientiert sich am neuesten Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse der Suchtforschung und -therapie.



*„Die Gespräche mit den Therapeuten und den Gruppenmitgliedern waren für mich wirklich weltklasse.“*

*Ein ARS-Teilnehmer*

## **Indikationskriterien**

Die ARS ist angezeigt, wenn die Bereitschaft und Fähigkeit der aktiven Mitarbeit und regelmäßigen Teilnahme gegeben ist und:

- eine stabile soziale Einbindung vorliegt, d.h. familiäre und/oder berufliche Integration noch vorhanden ist,
- Abstinenzfähigkeit im ambulanten Rahmen vorliegt,
- die Zielsetzung die Abstinenz darstellt.

## **Kontraindikation**

Eine Kontraindikation liegt vor bei:

- akut behandlungsbedürftigen, psychischen und/oder somatischen Erkrankungen, die eine regelmäßige Teilnahme an den Therapiesitzungen nicht zulassen,
- akuter Suizidgefährdung,
- hirnorganischen Störungen oder sonstigen schweren Einschränkungen der intellektuellen Fähigkeiten,
- akuten Psychosen.

## Behandlungsziele

- Stärkung der Abstinenzentscheidung,
- Stabile Abstinenz von Suchtmitteln,
- Rückfallprophylaxe und Verbesserung der Fähigkeit zur Bewältigung von psychischen Krisen,
- Erhöhung der Frustrationstoleranz,
- Erhalt, bzw. Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit,
- Ggfl. Wiedereingliederung in den Arbeitsmarkt,
- Zusätzliche individuelle Therapieziele, die sich aus der Diagnostik ergeben und zwischen Klient\*innen und Therapeut\*innen vereinbart werden.

Das in der ARS Gelernte kann in kleinen Schritten in den Alltag übertragen und ausprobiert werden.

## Behandlungsdauer

Die ARS orientiert sich an den individuellen Lebenszusammenhängen der Klient\*innen und ist prozessorientiert gestaltet.

Die Dauer der Behandlung ist flexibel zwischen 6 und 12 Monate mit Verlängerungsmöglichkeit auf 18 Monate. Der Behandlungszeitraum hängt von der Schwere der psychischen Problematik, der Dauer der Suchtmittelabhängigkeit und den vereinbarten Behandlungszielen ab.

Die Behandlungsdauer wird zwischen Klient\*innen und Therapeut\*innen abgesprochen und von den Leistungs- und Kostenträgern festgelegt.



*„In der Therapie habe ich gelernt,  
wachsam in mich hinein zu horchen.“*

*„Möge jeder lernen, seinem  
Selbst ein Freund zu sein!“*

*„Für mich hat es sich  
gelohnt!“*

*„Ich bin nicht alleine mit  
meiner Abhängigkeit.“*

*Eine bunte Sammlung  
aus Zitaten unserer  
Teilnehmerinnen und  
Teilnehmer...*

*„Ich habe mich viele Jahre selbst nicht gekannt und wahrgenommen und die Gründe dafür sind da zu suchen, wo ich sie nie vermutet habe. Alles das, was ich erreicht habe, wäre ohne die ARS nicht möglich.“*

*„Aus der Therapiestunde fuhr ich immer gestärkt wieder nach Hause zurück.“*

*„Mein Selbstvertrauen hat sich bis heute so gefestigt, dass ich mich anderen Menschen gegenüber nicht mehr klein, sondern gleichwertig fühle.“*

*„[...] die positive Entwicklung anderer zu sehen und auch aktiv in den Gesprächen mitzuwirken [...]. Es macht Spaß, weil es motiviert.“*

*„Alle diese positiven Entwicklungen während der ARS haben mir Mut und Zuversicht gegeben, dass es eine trockene und zufriedene Zukunft für mich gibt.“*

*„Ich habe gelernt, mir auch selber wieder Liebe, Aufmerksamkeit und Anerkennung zu geben. Ich muss nicht warten, um es von anderen zu bekommen.“*

*„[...] Ich bin nicht alleine mit meiner Abhängigkeit. Andere Abhängige empfinden vieles sehr ähnlich. Jeder Abhängige hat eine andere Lebensgeschichte, aber alle haben wir an einem Punkt in unserem Leben gleich reagiert. Dies verbindet uns.“*

*„Aufmunternde Worte und Ratschläge zu bekommen und auch zu geben, steigerte mein verloren gegangenes Selbstbewusstsein ungemein. Der Austausch in der Gruppe war mir sehr wichtig und sie ist mir mit der Zeit sehr ans Herz gewachsen.“*

25 Jahre Ambulante Medizinische  
Rehabilitation Sucht (ARS)  
im Kreis Heinsberg



Wo finden Betroffene und Angehörige Beratung?

**Hückelhoven**

Beratungsstelle für Suchtfragen  
(Träger: Caritas Heinsberg und Diakonie)  
Dinstühlerstraße 29, 41836 Hückelhoven  
Tel.: 02433 98145200 • Fax: 02433 98145209  
E-Mail: suchtfragen@caritas-hs.de  
zuständig für Bürger aus der Region Heinsberg

**Heinsberg**

Suchtberatungsstelle des Kreisgesundheitsamtes  
Valkenburger Str. 45, 52525 Heinsberg  
Tel.: 02452 135323 oder 135352 • Fax: 02452 135395  
E-Mail: suchtberatung@kreis-heinsberg.de  
zuständig für Bürger aus Heinsberg,  
Wassenberg & Waldfeucht

**Erkelenz**

Suchtberatungsstelle des Kreisgesundheitsamtes  
Atelierstraße 5, 41812 Erkelenz  
Tel.: 02431 9771810 • Fax: 02431 9771830  
E-Mail: gesundheitsamt.erkelenz@kreis-heinsberg.de  
zuständig für Bürger aus Erkelenz, Wegberg und Hückelhoven

**Geilenkirchen**

Suchtberatungsstelle des Kreisgesundheitsamtes  
Vogteistraße 16, 52511 Geilenkirchen  
Tel.: 02451 911190 • Fax: 02451 9111929  
E-Mail: gesundheitsamt.geilenkirchen@kreis-heinsberg.de  
zuständig für Bürger aus Geilenkirchen,  
Übach-Palenberg, Gangelt & Selfkant

Herausgeber: Trägerverbund ARS im Kreis Heinsberg  
10/2023



**kreis heinsberg**  
bodenständig. weitsichtig.



**Diakonie** 

