

# Ambulante Rehabilitation



Bei Interesse wenden Sie sich bitte an  
Ihre\*n Berater\*in

**Lukas**  
Suchthilfezentrum Hamburg-West  
Luruper Hauptstraße 138  
22547 Hamburg

Tel.: 040 970 77 0  
Fax: 040 970 77 500  
[lukas.suchthilfezentrum@diakonie-hhsh.de](mailto:lukas.suchthilfezentrum@diakonie-hhsh.de)  
[www.lukas-suchthilfezentrum.de](http://www.lukas-suchthilfezentrum.de)

**Ambulante Therapie**  
Alkohol, Medikamente, Drogen,  
Medien und Glücksspiel

### Zielgruppe

Alkohol-, Drogen-, Medikamenten-, Medien- und Glücksspiel-abhängige Frauen und Männer.

### Leitung

TherapeutInnen aus verschiedenen Berufsgruppen (Sozialpädagog\*innen, Sozialarbeiter\*innen, Dipl.-Psycholog\*innen) mit anerkannten suchttherapeutischen Zusatzausbildungen.

### Ort

Lukas Suchthilfezentrum Hamburg-West  
Luruper Hauptstraße 138,  
22547 Hamburg, Tel. 040 970 770

### Termine der sechs Therapiegruppen Alkohol und Drogen

Montags	17.50 - 19.30 Uhr
Dienstags	17:45 - 18:55 Uhr
Mittwochs	14.00 - 15.10 Uhr 15.40 - 17.20 Uhr 17.50 - 19.30 Uhr
Donnerstags	17.45 - 18.55 Uhr

### Termine der zwei Therapiegruppen Glücksspiel und Medienproblematik

Dienstags	18.00 - 19.40 Uhr
Donnerstags	17.30 - 18.40 Uhr

### Dauer

Zwischen sechs und vierzehn Monaten.  
Nach Bedarf, Absprache und Kostenzusage gibt es die Möglichkeit zur Verlängerung.

### Umfang

Bestandteil der Rehabilitation ist neben den wöchentlichen Gruppenterminen ein Intensivtag pro Halbjahr und Einzelgespräche nach Vereinbarung.

### Kosten

Die Kostenübernahme durch den zuständigen Kostenträger wird vor Beginn der Rehabilitation geklärt.

### Vorbereitung

In den vorbereitenden Gesprächen werden die Formalitäten geklärt und der Rehabilitationsplan erstellt. In diesem wird festgelegt, welche weiteren Angebote außerhalb der ambulanten Rehabilitation noch wahrgenommen werden sollten (z.B. ergänzende Angebote im Lukas Suchthilfezentrum).

### Aufnahme

Je nach Gruppengröße ist die Aufnahme jederzeit möglich.

### Voraussetzungen

- Kostenzusage vom zuständigen Kostenträger
- Vorbereitungsgespräche im Lukas Suchthilfezentrum
- Suchtmittelfreie Lebensweise mindestens zwei Monate vor Beginn der Rehabilitation (bei Medienkonsum risikoarme Nutzung)
- Sicherstellung der regelmäßigen Teilnahme (z.B. Kinderbetreuung)
- Ärztliche Abklärung organischer Krankheiten

### Ziele und Anliegen

In der ambulanten Rehabilitation können neben individuellen Zielen, die mit jedem Gruppenmitglied vor Beginn der Rehabilitation erarbeitet werden, folgende Themenschwerpunkte bearbeitet werden:

- Stärkung der Abstinenz- bzw. der Veränderungsmotivation
- Aufbau von Lebenszufriedenheit ohne Suchtmittel/ - Suchtverhaltensweisen
- Ausbau der persönlichen Fähigkeiten und Stärken
- Abgrenzung und Nein-Sagen lernen
- Maßnahmen der Rückfallvorbeugung
- Auseinandersetzung und Umgang mit Gefühlen wie Freude, Angst, Trauer und Wut
- Abbau von Schuldgefühlen
- Steigerung von Selbstvertrauen und Selbstsicherheit
- Umgang mit Einsamkeit, Langeweile und Depressionen
- Auseinandersetzung mit der Rolle als Frau/ Mann
- Erhaltung und Wiederherstellung der Arbeitsfähigkeit
- Klärung der beruflichen Situation und ggf. berufliche Wiedereingliederung
- Mehr Zufriedenheit in allen wesentlichen Lebensbereichen wie Freizeit, Beruf, Partnerschaft/ Familie, Gesundheit, im Umgang mit anderen Menschen und in der finanziellen Lebensgestaltung