



**SKM – Katholischer Verein für soziale
Dienste Bocholt e.V.**

Tätigkeitsbericht 2025

1925 – 2025
seit 100 Jahren
in Bocholt

skm-bocholt.de

Bocholt, im Mai 2026
Berthold Tenhonsel

1 Suchtberatung

Bewegungstherapie in der Suchtberatung – mehr als nur ein kleiner Schritt...

Sucht und Depression sind zwei Erkrankungen, die oft eng miteinander verbunden sind und das Leben der Betroffenen in vielen Bereichen erheblich einschränken. Die Behandlung dieser Erkrankungen erfordert einen ganzheitlichen Ansatz, der sowohl die körperlichen als auch die psychischen Aspekte berücksichtigt. Eine zunehmend anerkannte und wertvolle Methode in der Therapie von Sucht- und Depressionskranken ist die Bewegungstherapie. Sie hat sich als eine äußerst wirkungsvolle Unterstützung erwiesen, um das Wohlbefinden der Klienten zu steigern, ihre Stimmung zu stabilisieren und ihre Lebensqualität zu verbessern.

Menschen, die an einer Suchterkrankung leiden, kämpfen häufig auch mit psychischen Belastungen wie Depressionen und Ängsten. Die ständige Suche nach dem Suchtmittel kann zu einem Teufelskreis führen: Suchtverhalten verstärkt die Depression, und die Depression wiederum kann das Verlangen nach dem Suchtmittel erhöhen. Das führt dazu, dass Betroffene oft in einer emotionalen Sackgasse stecken, aus der sie nur schwer herausfinden.

Depressionen zeichnen sich durch Symptome wie anhaltende Traurigkeit, Antriebslosigkeit, Schlafstörungen und den Verlust des Interesses an alltäglichen Aktivitäten aus. Der Bereich der sozialen Kontakte ist bei vielen Betroffenen ebenfalls enorm eingeschränkt. Diese Symptome können die Suchtproblematik weiter verschärfen und die Heilung erschweren. Deshalb ist es besonders wichtig, neben der klassischen Suchttherapie auch psychische Aspekte gezielt anzugehen.

Bewegungstherapie ist eine Form der körperlichen Aktivität, die gezielt zur Verbesserung der psychischen Gesundheit eingesetzt wird. Sie kann in verschiedenen Formen angeboten werden, wie etwa durch gezielte Sporteinheiten, Yoga, Walking-Gruppen oder auch Aktivitäten in der Natur.

Aber wie genau kann Bewegungstherapie helfen, die Symptome von Sucht und Depression zu lindern?

Bewegung hat nachweislich positive Auswirkungen auf die Psyche. Sportliche Betätigung führt zur Ausschüttung von Endorphinen, den sogenannten „Glückshormonen“, die das Wohlbefinden steigern und die Stimmung heben. Studien zeigen, dass regelmäßige Bewegung die Symptome von Depressionen signifikant verringern kann – ähnlich wie bei der medikamentösen Behandlung. Für suchtkranke Menschen bedeutet dies eine wertvolle Unterstützung in der Bewältigung ihrer psychischen Belastungen.

Suchtkranke erleben oft hohen emotionalen Stress und Angstzustände. Bewegung trägt dazu bei, den Stresslevel zu senken und die Produktion von Stresshormonen wie Cortisol zu verringern. Zudem führt Sport zu einer besseren Regulation des Nervensystems, was den Klienten hilft, sich zu entspannen und innerlich zur Ruhe zu kommen.

Die regelmäßige Teilnahme an Bewegungstherapie ermöglicht den Klienten, ein Gefühl der Kontrolle über ihren Körper und ihr Leben zurückzugewinnen. Durch das Erreichen kleiner Ziele wie das Erhöhen der sportlichen Leistung oder das regelmäßige Durchhalten bei Bewegungseinheiten, erfahren sie eine positive Bestätigung und ein wachsendes Selbstbewusstsein. Dies ist besonders für Menschen in der Suchtbehandlung von Bedeutung, da sie oft mit einem geringen Selbstwertgefühl kämpfen.

Körperliche Erkrankungen, die durch Suchtverhalten bedingt sind, wie etwa Übergewicht, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Schlafstörungen, können durch Bewegungstherapie effektiv behandelt werden. Ein gesunder Körper unterstützt wiederum eine gesunde Psyche, was sich positiv auf die psychische Stabilität der Betroffenen auswirkt.

In der Suchtberatung wird Bewegungstherapie mittlerweile in vielen Einrichtungen als integraler Bestandteil der Therapie angeboten. Gruppenkurse, die regelmäßig stattfinden, Outdoor-Aktivitäten wie Wandern oder Laufen sowie individuelle Bewegungseinheiten sind bewährte Ansätze. Durch die soziale Komponente von Gruppensportarten profitieren die Klienten nicht nur von den körperlichen Effekten, sondern auch von der sozialen Unterstützung und dem Austausch mit anderen Betroffenen.

Zudem zeigt die Praxis, dass Bewegungstherapie nicht nur während des Therapieprozesses wichtig ist, sondern auch ein hilfreiches Mittel in der Rückfallprävention darstellt. Ein gesunder Körper und eine stabile Psyche sind entscheidend, um den Herausforderungen des Alltags ohne Rückfall zu begegnen.

Für viele Betroffenen ist die Bewegungstherapie mehr als nur ein kleiner Schritt, da sie einige ihrer vorhandenen Probleme gleichzeitig bearbeiten können. Sie überwinden die Antriebslosigkeit, der Schlafrhythmus verändert sich, soziale Kontakte finden statt und die Stimmung wird deutlich verbessert. Bewegungstherapie ist ein effektiver und vielseitiger Ansatz in der Behandlung von Suchterkrankungen und Depressionen. Sie unterstützt nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern wirkt sich direkt positiv auf das psychische Wohlbefinden aus. Durch die regelmäßige Teilnahme an Bewegungseinheiten können Klienten lernen, ihre Sucht zu überwinden, depressive Symptome zu lindern und eine stabile, gesunde Lebensweise zu entwickeln. Für viele Menschen, die mit Sucht und Depression kämpfen, kann die Bewegungstherapie eine wertvolle Hilfe auf dem Weg in ein besseres Leben sein.

Hanna Wendland

1.1 Angebote der Suchtberatung

Die Beratungsstelle für Suchtkranke, Suchtgefährdete und deren Angehörige beim SKM wurde auch 2025 unverändert gut nachgefragt. Das Angebot unterliegt der unbedingten Verschwiegenheit und Vertraulichkeit.

Offene Sprechstunde

Unsere Sprechstunde, in der wir kurzfristig zur Verfügung stehen, führen wir als Erstkontaktliste, aus der wir heraus verteilen und im Notfall sofort telefonisch bereitstehen. In diesem ersten Kontakt wird gemeinsam herausgefiltert, wie die nächsten Schritte aussehen könnten, es wird z. B.:

- ein Folgegespräch vereinbart,
- ein anschließender Termin mit dem Hausarzt besprochen,
- eine Entgiftung im Krankenhaus Rhede vorbereitet und/oder
- über eine ambulante oder stationäre Therapie gemeinschaftlich entschieden

Einzelgespräche

In den Einzelgesprächen wird das Anliegen des Klienten geklärt. Beratung eines Angehörigen, Vermittlung in Entgiftung, Vermittlung in eine Entwöhnungsbehandlung, Vorbereitung einer ambulanten medizinischen Rehabilitation und Umgang mit dem Verlust des Führerscheines sind die wichtigsten Themen der Einzelgespräche.

Ambulante medizinische Rehabilitation

In Bocholt bietet der SKM in Kooperation mit der Praxis ZNS Bocholt-Borken ambulante Entwöhnungstherapien für legale und illegale Suchtstoffe wie für die Glücksspielsucht nach den Qualitätsstandards der Rentenversicherungen an. Diese Therapieform ist für viele Betroffene eine gute Alternative zu einer in der Regel mehrmonatigen stationären klinischen Entwöhnungsbehandlung.

Die Fallzahlen der Medizinischen Ambulanten Rehabilitation beim SKM waren im Jahr 2025 stabil. Die ambulante Form der Therapie kommt insbesondere dann in Betracht, wenn das soziale System (Familie, Freunde, Verwandten) noch funktioniert und/ oder der Arbeitsplatz durch die Präsenz des Klienten vor Ort erhalten werden kann.

Die Auseinandersetzung mit der jeweiligen Vergangenheit erfolgt im Rahmen des Therapieprozesses in der „ambulanten Rehabilitation Sucht“ in gesprächsorientierten Einzel- und Gruppenangeboten. Der SKM bietet darüber hinaus Indikationsgruppen an, die neben dem sprachlich orientierten Angebot andere Formen des „sich selbst Kennenlernens“ und „seine Sucht besser verstehen lernen“, bieten. Hierzu zählt neben körper- und bewegungsorientierten Angeboten, das kunsttherapeutische Angebot und das Achtsamkeitstraining für Männer. Durch die Arbeit mit kreativen Medien und künstlerischen Methoden gelingt es den Rehabilitanden, sich mit ihren Sozialisationsprozessen auseinanderzusetzen, ihre Prägung durch Familie und Umfeld neu zu erleben und positive wie negative biographische Erfahrungen zu verarbeiten.

Die Rentenversicherungen als Hauptkostenträger der ambulanten Rehabilitation setzen verstärkt auf individuell angepasste, dabei differenzierte Therapieverläufe. Neben den klassischen stationären bzw. ambulanten Behandlungsformen sind zunehmend auch die Kombinationsbehandlung bzw. die ambulante Weiterbehandlung als alternative Behandlungsformen zu nennen. Bei beiden Modellen handelt es sich um Mischformen von ambulanten und stationären Therapieangeboten, die die jeweiligen Vorteile miteinander zu verknüpfen suchen.

Gesprächsrunde mit dem Kreuzbund

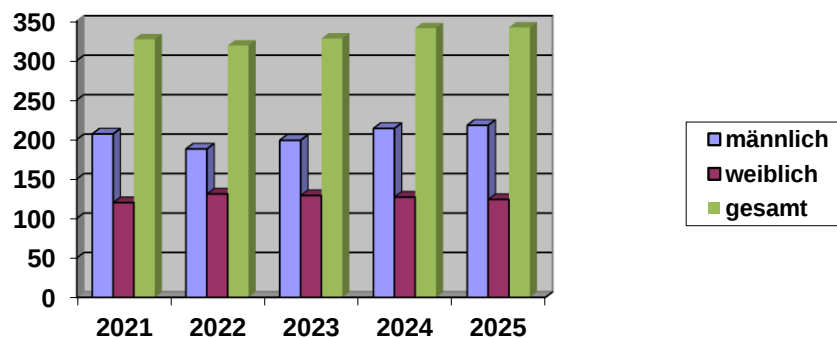
Seit Jahrzehnten freuen wir uns über eine enge Zusammenarbeit mit der organisierten Sucht-Selbsthilfe, in erster Linie sind hier die Kreuzbundgruppen in Bocholt, Rhede und Isselburg zu nennen.

Regelmäßig findet eine Gruppe – unter der Leitung der Suchtberater – mit den Verantwortlichen und den Stellvertretern der Selbsthilfegruppen statt. In dieser Runde finden anonymisierte Fallbesprechungen statt und es werden Hilfestellungen für die Verantwortlichen angeboten, die Gruppen erfolgreich zu leiten

Mit dem Tode von Alfons Eiting im März 2026 haben wir ein Urgestein der Kreuzbundverantwortlichen und eine ständige Stütze der guten Zusammenarbeit verloren.

1.2 Statistik

Aufgliederung nach Geschlecht



In 2025 haben 124 Frauen und 218 Männer die Suchtberatungsstelle aufgesucht.

Es verhält sich so wie in den Vorjahren, dass eher Männer die Beratungsstelle aufsuchen.

Art des Kontaktes in der Beratungsstelle

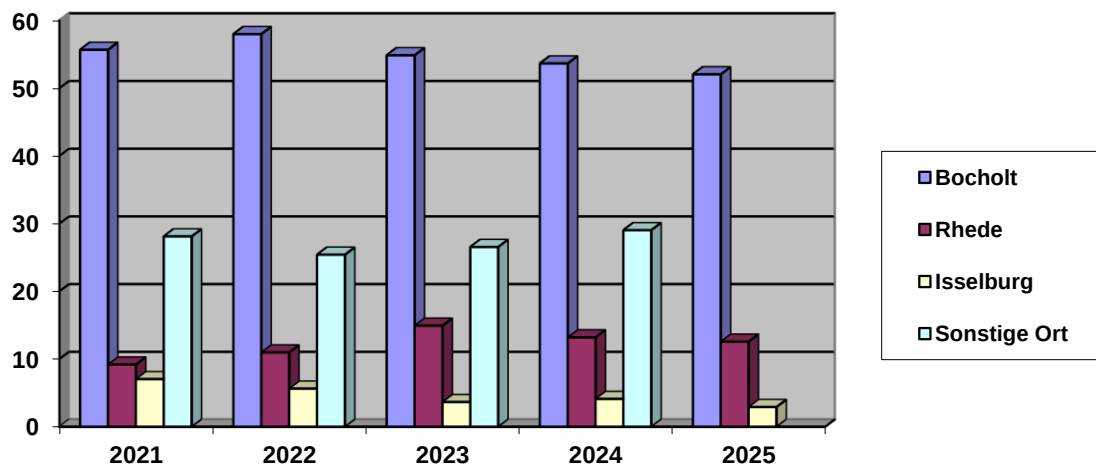
Art des Kontaktes	2022	2023	2024	2025
Einzelkontakte	2305	3317	3426	3245
Gruppenkontakte	826	1444	1510	1430
Paargespräche	13	19	38	26

Hinzu kommen noch 221 1xKontakte im Rahmen der Erstkontaktsprechstunde. Die körpertherapeutischen Gruppen liefen beide in diesem Jahr fortlaufend.

Die Kontaktzahlen zeigen erneut, dass wir wirklich reichlich zu tun hatten!

Wohnort

Im Jahr 2025 kamen 52,05 % (siehe Tabelle) der Klienten aus Bocholt, 12,57 % aus Rhede, 2,91 % aus Isselburg/ Anholt, 4,09 % aus Hamminkeln/ Dingden. Aus dem übrigen Kreis Borken kamen 15,55 %. Außerhalb des Kreises (z.B. Rees, Kleve oder Wesel) waren es dieses Jahr 12,83 %. Klienten aus dem Bereich Hamminkeln/ Dingden suchen mitunter traditionell eher unsere Beratungsstelle, da sie sich eher in Bocholt als in Wesel aufhalten. Die Zahlen zeigen, dass es keine generellen Verschiebungen gibt.



Altersgruppen

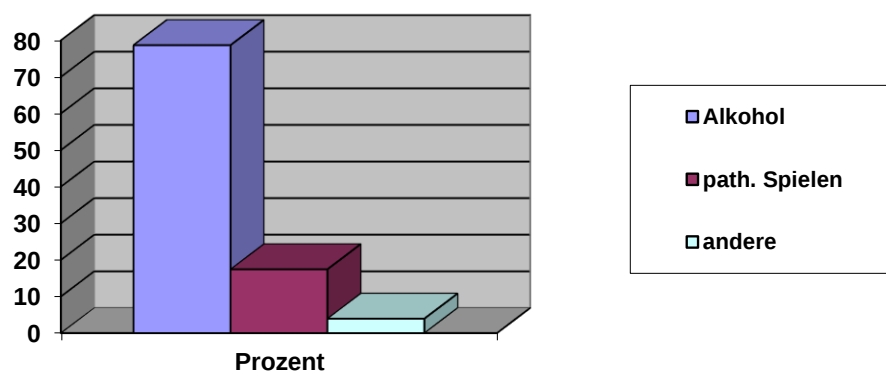
(Angaben in %)

Altersgruppe	2022	2023	2024	2025
unter 18 Jahren	0,94	0,91	0,58	0
18-20 Jahre	4,70	1,22	1,76	1,46
21-24 Jahre	5,64	5,49	4,11	3,51
25-29 Jahre	8,46	7,32	7,33	9,36
30-39 Jahre	21,63	21,65	21,99	18,42
40-49 Jahre	19,12	19,51	20,23	23,10
50-59 Jahre	26,02	29,57	28,74	25,73
über 60 Jahre	16,61	14,33	15,25	18,42

Es kam zu keiner wesentlichen Verschiebung.

Hauptdiagnose

Das Hauptgewicht der Beratung liegt bei der Alkoholabhängigkeit (78,65%). Pathologisches Spielen (17,42%) ist im Verhältnis zu den Vorjahren gestiegen. Unter der Rubrik „andere“ ordnet sich Essstörungen und Abhängigkeit von anderen Stoffen, bzw. diverse Verhaltenssüchte (3,93%) ein.



1.3 Medizinische Ambulante Rehabilitation

Die ambulante Therapie ist ein wichtiger Baustein in der Angebotspalette des SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste. In den letzten Jahren haben viele Klienten das Angebot „ambulant vor stationär“ wahrgenommen.

	2022	2023	2024	2025
Klienten in der Rehabilitation	75	67	65	60
Klienten in der Nachsorge	7	3	2	2
gesamt	82	70	67	62

1.4 Stammt der Gesprächspartner aus einer suchtkranken Familie

In unserer Beratungsstelle erheben wir seit 2010 eine Zusatzfrage (EBIS), um für unsere Beratungsstelle herauszufiltern, wie hoch der Anteil der „ehemaligen“ Kinder aus suchtkranken Familien ist.

Kategorie	2022	2023	2024	2025
gesamt	321	328	341	342
Kind aus suchtkranker Familie	106	97	104	142

1.5 Fazit

Die hohen Fallzahlen sind Bestätigung im Tun, aber auch Verpflichtung, in unserem Bemühen nicht nachzulassen.

Die Suchtberatungsstelle des SKM wird wahrgenommen in der Bevölkerung, auch von Menschen, die noch nicht mit dem Suchthilfesystem Kontakt haben. Die Vernetzung der einzelnen Akteure im Hilfesystem hilft den von Suchtabhängigkeit betroffenen und Mitbetroffenen bei der Auseinandersetzung mit dieser vielschichtigen chronischen Erkrankung.