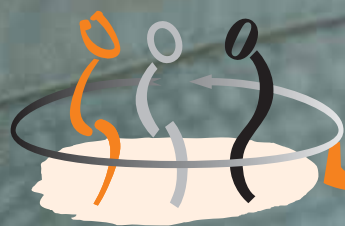


Freundeskreis



Journal

Kinder von suchtkranken Eltern

Die übersehene Gruppe

ILSE BRÄUER-WEGWERTH, STELLVERTRETENDE VORSITZENDE UND
EHRENAMTLICHE PROJEKTLEITERIN ÜBER KINDER VON SUCHTKRANKEN ELTERN



Liebe Leserinnen und Leser
des Freundeskreis-Journals,
liebe Freundinnen
und Freunde,

die Selbsthilfe lebt davon, dass Menschen aus ihren persönlichen Krisenerfahrungen lernen und in den Gruppen anderen Hilfesuchenden davon berichten. Die Annahme und Bearbeitung der eigenen Lebensgeschichte sind Voraussetzung für die Weitergabe von Erfahrungen an andere Menschen – daraus entsteht ein positiver Kreislauf. Das neue Selbsthilfeprojekt der Freundeskreise soll suchtkranke Eltern und alle Menschen, die mit Kindern von Suchtkranken zu tun haben, ermutigen, auch unsere Kinder auf ihre Lebenssituation anzusprechen.

Wenn Vater oder Mutter trinken, sind davon auch immer die Kinder betroffen. Kinder von Suchtkranken gelten als die übersehene Gruppe im familiären Umfeld der Sucht. Die Suchterkrankung eines oder beider Elternteile bleibt in der Regel nicht ohne Folgen auf die Entwicklung des oder der Kinder in diesen Familien. Der Suchtkreislauf setzt sich über Generationen fort, wenn er keine Unterbrechung findet. Kinder von Alkoholikern können als die größte Risikogruppe für die Entwicklung von Alkoholmissbrauch und -abhängigkeit angesehen werden. Im Vergleich zu Kindern nicht suchtkranker Eltern haben sie ein bis zu sechsfach höheres Risiko, selbst abhängig zu werden oder Alkohol zu missbrauchen.

Zu den häufigsten Erfahrungen gehört die Unberechenbarkeit des elterlichen Verhaltens: Versprechungen, Vorsätze, Ankündigungen usw. werden oft nicht eingehalten, aber auch unbeständiges und widersprüchliches Belohnungs- und Bestrafungsverhalten herrscht vor. Sie werden z. B. manchmal übermäßig verwöhnt und manchmal übermäßig bestraft. Sie verachten und hassen manchmal den suchtkranken Elternteil extrem, lieben ihn aber auch und umsorgen ihn.

Bei den Kindern entwickeln sich Symptome mangelnden Selbstwertgefühls und häufig auch Selbsthass und Schuldgefühle. Belegt ist auch, dass sie ein erhöhtes Risiko haben, an anderen psychischen Störungen zu erkranken. Kinder in suchtbelasteten Familien übernehmen bisweilen Eltern- oder Partnerrollen, das System Familie gerät in seiner ursprünglichen Ordnung durcheinander und wird auf den Kopf gestellt. Betroffene Kinder haben Gefühle von

Hilflosigkeit und Ohnmacht und haben starke Selbstwertprobleme. Häufig geben sie sich die Schuld an dem Trinken des Vaters oder der Mutter oder im Extremfall auch wegen ihrer bloßen Existenz.

Ist es Aufgabe der Selbsthilfe, sich der Thematik „Kinder von Suchtkranken“ anzunehmen? Auch in den Freundeskreisen gibt es bei den betroffenen Eltern durchaus Widerstand und Wegschauen. Lange Zeit galt in der Selbsthilfe das Motto: „Mein Kind hat nix gemerkt, es war noch viel zu klein.“ Hier sind sicher Ursachen ganz persönliche (Schuld-) Gefühle bei den Betroffenen und sicher auch die Angst: „Wie soll ich das meinem Kind gegenüber ansprechen?“

Nachdem nun die Sucht-Selbsthilfe die Kinder bei einer Suchterkrankung in der Familie über lange Zeit ausgeklammert hat, ist hier in den letzten Jahren eine Veränderung eingetreten, und die Selbsthilfe widmet sich den Kindern. Kinder und Jugendliche werden in die Aktivitäten der Gruppen einbezogen. Es gibt Familienfreizeiten mit Gesprächen mit den Kindern und vereinzelt Angebote von Jugendgruppen, – sicher noch nicht genug, aber es sind immer wieder Ansätze da.

Es ist zudem festgestellt worden, dass Kinder aus Familien, in denen die Suchterkrankung überwunden wurde – durch Therapie und Selbsthilfe – wenig bis gar keine Auswirkungen auf ihr zukünftiges Leben zu befürchten haben. Nicht alle Kinder aus suchtbelasteten Familien leiden so unter der Suchtproblematik, dass sie Schäden davon tragen. Es ist nachgewiesen, dass diese Kinder auch stark sein können – durch die gemachten Erfahrungen und wenn mit ihnen darüber gesprochen wurde.

Es darf nicht sein, dass wir unseren Kindern stillschweigend unterstellen, sie wollten gar nicht mehr darüber sprechen. Manchmal erscheint diese Ausweichmöglichkeit für beide Seiten – Eltern wie Kinder – der gangbare Weg zu sein, ist aber nur der bequemere. Dadurch lässt sich nichts aufarbeiten. Wir müssen unsere Kinder entlasten von dem Gedanken, sie wären irgendwie und irgendwann beteiligt oder gar schuld an unserer Abhängigkeit. Dieses Anliegen in unsere Selbsthilfegruppen zu tragen, ist auch ein Ziel unseres Projektes.

Herzliche Grüße
Ihre / Eure

Ilse Bräuer-Wegwerth
Ilse Bräuer-Wegwerth

KINDER VON SUCHTKRANKEN ELTERN



Was trägt mich durchs Leben – Seminare für Kinder und Jugendliche vom Landesverband Sachsen	4
Den Gefühlen freien Lauf lassen – Kanufreizeiten in Schleswig-Holstein	5
Projekt „Wasserbombe“ – Angebote für Kinder beim LV Württemberg	6
Erfahrungen aus Leutkirch: Interview mit Olaf Köhle	7
Meine Geschichte: Aufwachsen und Leben in einer Suchtfamilie	8
Was macht Kinder suchtkranker Eltern stark – Thesen von Erziehungswissenschaftler Prof. Dr. Günther Opp	9
Kindern von Suchtkranken Halt geben – Ein neues Projekt	11
Sucht – auch ein Problem für Familienangehörige und Freunde: Ein Weiterbildungsprojekt in Gütersloh	12
Familienclubs: Ein Angebot der Guttempler in Deutschland	13

Foto: imagesource



Inhalt

Impressum

Herausgeber:

Freundeskreise für Suchtkranken-
hilfe – Bundesverband e.V.
Selbsthilfeorganisation
Untere Königsstraße 86
34117 Kassel
Telefon (05 61) 78 04 13
Fax (05 61) 71 12 82
eMail: mail@freundeskreise-sucht.de
Internet: www.freundeskreise-sucht.de

Mitglied im Diakonischen Werk in Kurhessen-
Waldeck, Kassel, im Gesamtverband für Sucht-
krankenhilfe im Diakonischen Werk der EKD in
Deutschland e.V., Berlin, und in der Deutschen
Hauptstelle für Suchtfragen e.V., Hamm

Redaktion: Käthe Körtel, Ute
Krasnitzky-Rohrbach, Lothar
Simmark, in Zusammenarbeit mit
dem AK Öffentlichkeitsarbeit:
Andreas Bosch, Frank Dietrich,
Heinz von Frieling, Catherine Knorr,
Michael Christian Knorr, Heinrich
Lerch

Verantwortlich für den Inhalt:
Rolf Schmidt, Käthe Körtel

Layout: Redaktionsbüro
Lothar Simmark, Kassel

Herstellung: Druckerei
A. Bernecker GmbH, Melsungen

Das Freundeskreis-Journal erscheint zweimal im
Jahr. Auflage: 8.000 Exemplare. Fotos (soweit
nicht anders angegeben): Freundeskreise.
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben
nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers
wieder. Nachdruck (mit Quellenangabe) gestat-
tet; Belegexemplar erbeten.

Falls Sie unsere Arbeit finanziell unterstützen
möchten, hier unser Spenden-Konto: Nr. 1953
bei Evangelische Kreditgenossenschaft Kassel,
BLZ 520 604 10

JUMUS (JUNGE MENSCHEN UND SUCHT)



Brücken bauen – Junge Suchtkranke und Selbsthilfe Neues über das gemeinsam von den fünf Sucht-Selbsthilfe-Verbänden durchgeführte Projekt	15
„Wir wollen Erfahrungen sammeln ...“ Zwei Teilnehmer im Projekt „Brücken bauen“ – Interview mit Käthe Körtel	17

AUS DEM BUNDESVERBAND



Delegiertenversammlung im bayerischen Niederaltich	19
Franz Stark ist gestorben – Nachruf	19
Hilfe für Medikamentenabhängige	20
Interessante DHS-Tagung in Berlin	20
Die Freundeskreise auf dem Ev. Kirchentag in Hannover	21
Der Kirchentag in Zahlen	22

AUS DEN LANDESVERBÄNDEN



Frauentag in Baden: Rückfallgefahr durch Alltagsstress und Überlastung	23
Niedersachsen: 25-jährige LV-Jubiläumsfeier	24
Schleswig-Holstein: Ilse Bräuer-Wegwerth verabschiedet sich aus dem Vorstand	25

AUS DEN FREUNDESKREISEN



Blomberg: FK Blomberg macht mit beim neuen Präventionsprojekt	26
Nürnberg: Triathlon 2005 – Freundeskreis Nürnberg mitten drin	26
Preußisch-Oldendorf: Fußball-Hallenturnier	27
Westallgäu: Familienfreizeit an der Ostsee	27
Reutlingen: Jubiläum beim Freundeskreis Reutlingen	28
Goch: Information beim Notfalltag	28
Vogelsberg: W. und M. Weitzel für 25-jähriges Engagement geehrt	28

MATERIAL FÜR DIE GRUPPENARBEIT



Die Welt der Mandalas	29
CD aus eigener Produktion: Vergangenheit und Zukunft	30
Buchtipps	31
Ein Geist namens Barleycorn – von Bea Reuther	32

Was trägt mich durchs Leben?

Der Landesverband Sachsen bietet Seminare für Kinder und Jugendliche an

Bereits zum achten Mal bot der Landesverband Sachsen der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe ein Kinderseminar an. Zum siebten Mal fand ein Seminar für Jugendliche statt. Beide Angebote sind über die letzten sieben Jahre qualitativ gewachsen und mittlerweile ein fester Bestandteil in unserer Arbeit. Die Seminartermine werden langfristig in unseren Freundeskreisen bekannt gegeben, und wir informieren laufend darüber, wie nützlich und wichtig die Teilnahme für die Förderung des Gemeinschaftsverhaltens der Kinder und Jugendlichen ist.

Am einwöchigen Kinderseminar (Montag- bis Freitagmittag) nehmen rund 24 Kinder zwischen 5 und 14 Jahre teil sowie acht Eltern. 20 junge Menschen von 14 bis 30 Jahren nehmen in diesem Jahr am Wochenendseminar (Freitagnachmittag bis Sonntagmittag) für Jugendliche teil.

Was steht auf dem Programm? Für die Kinder: Basteln (Windows Color, Bommeltiere, Holzbastelarbeiten, Masken) Fußballspiel, Baden in der Körse-Therme, Besuch der Feuerwehr in Wilthen, Pilzwanderung mit Pilzberaterin, Lagerfeuer, Nachtwanderung. Wie in jedem Jahr wird der Freundeskreis Schirgiswalde einen Tag gestalten mit Pumput (das ist der Rübezahl der Lausitz) und einer Schatzsuche. Für die Eltern sind Gesprächsrunden und ein Seminar mit Kerstin Rayczyk (Mitarbeiterin der Suchtberatungsstelle Kamenz) geplant.

Das Kinderseminar erfordert langfristige Vorbereitung. Fünf Personen aus verschiedenen Freundeskreisen sind praktisch ein ganzes Jahr damit beschäftigt. Die Arbeit beginnt mit der Auswertung der letzten Veranstaltung, führt weiter über das Sammeln und Testen interessanter

Spiele und Basteltechniken für Kinder. Die erforderlichen Materialien werden eingekauft und der Ablaufplan wird erarbeitet, Unterkünfte und Verpflegung werden gebucht.

Das Kinderseminar wird größtenteils von Kindern und Eltern besucht. Die Eltern-Gesprächsrunden mit Psychologen haben das Ziel, die Kommunikation in den Familien zu fördern. Die finanzielle Absicherung der Durchführung der Seminare ist nur mit der Unterstützung durch die Diakonie, der AOK und anderen Sponsoren möglich.

Das Jugendseminar läuft in diesem Jahr unter dem Thema „Was trägt mich durchs Leben?“ und wird am Sonnabend von Herrn Gahrig (Mitarbeiter der Suchtberatungsstelle Kamenz) geleitet. Ein Filmabend zum Thema „Sucht“ und ein Besuch der Körse-Therme sind geplant.

Beim Jugendseminar bin ich selbst schon zum siebten Mal in die Vorbereitung und Leitung einbezogen. Ständig suche ich nach Möglichkeiten, es weiter zu verbessern, es interessant und attraktiv für die jungen Leute zu gestalten. Im vorigen Jahr habe ich mit Unterstützung der „Aktion Mensch“ unter dem Motto „Freundeskreise – Sucht – Jugend“ ein einjähriges Projekt mit monatlichen Veranstaltungen durchgeführt und damit insgesamt 34 Jugendliche aus Sachsen erreicht. In diesem Rahmen veranstalteten wir im April in Schirgiswalde ein Seminar zum Thema „Illegale Drogen – was ist dran, und



Angebote für Kinder suchtkranker Eltern in Sachsen

was dann?“.

Den Erfolg unserer Arbeit für Kinder und Jugendliche führe ich darauf zurück, dass nicht der Landesverband Thema und Ablauf bestimmt, sondern dass die Wünsche und Ideen der Kinder bestmöglich berücksichtigt werden und die Jugendlichen mit entscheiden, welches Thema sie interessiert und welche Freizeitaktivitäten durchgeführt werden. Dies spricht sich herum, und es ist eben auch für jeden etwas dabei.

Zum anderen wird in den Seminaren frei und offen über das Thema Sucht gesprochen, was im alltäglichen Leben sonst nicht immer möglich ist. Für die Kinder (und Jugendlichen!) suchtkranker Eltern und auch für selbst betroffene junge Menschen ist es sehr wichtig zu wissen, dass sie mit ihren Problemen nicht allein sind. Durch die Seminare werden Freundschaften geknüpft, die zum Teil über Jahre halten.

Seit März 2004 leite ich in Kamenz eine Jugendgruppe. Auch hier werden die Inhalte der Gruppentreffen und Freizeitaktivitäten durch die Jugendlichen festgelegt und mit organisiert. So wird auch das Interesse der jungen Menschen und ihre Kreativität gefördert.

Uwe Wolf

Den Gefühlen freien Lauf lassen

Kanufreizeiten für Kinder und Jugendliche in Schleswig-Holstein

Der Landesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in Schleswig-Holstein führt seit 1998 in regelmäßigen Abständen eine Kanufreizeit für Kinder und Jugendliche durch. Entstanden ist diese Idee nach persönlichen Gesprächen des Vorstandes mit dem Landesdrogenbeauftragten im Kieler Sozialministerium. Daraufhin wurde im Landesverband ein Arbeitskreis (AK) „Jugend“ gegründet, der sich jetzt AK JuMuS (Junge Menschen und Sucht) nennt.

Eva Wessalowski (19) hat als Kind selbst Erfahrungen mit Sucht in der Familie gemacht. Als Sprecherin des AK JuMuS gehört sie zum Landesvorstand und nimmt an den Sitzungen des erweiterten Vorstandes teil. So hat sie die Möglichkeit, die Anliegen des AK JuMuS direkt in der Vorstandsrunde vorzutragen und auch Zusammenhänge in der Vorstandsarbeit zu erfahren.

Den Freundeskreisen in Schleswig-Holstein ist wichtig, mit der Kinder- und Jugendarbeit ein Freizeitangebot für Kinder und Jugendliche aus den Freundeskreisen anzubieten – ein Angebot, das so auch im Sinne von Selbsthilfe durch Freundeskreismitglieder initiiert und durchgeführt werden kann.

Mitte August fand die diesjährige Kanufreizeit statt. Eva Wessalowski berichtet darüber:

Am Freitag trafen 25 Jugendliche aus Schleswig-Holstein und aus Wismar auf dem Campingplatz Lindanus bei Winnemark ein. Die 12 bis 27 Jahre alten Teilnehmerinnen und Teilnehmer wurden durch Sandra, Alina und mich begrüßt. Wir gehören alle dem AK JuMuS an. Wir grillten

gemeinsam und machten uns miteinander bekannt. Um 23 Uhr war Bettruhe angesagt. Am nächsten Morgen weckte ich um 8 Uhr alle und bis 9.30 Uhr haben wir gefrühstückt. Um 10 Uhr ging es los mit dem Kanufahren. Die Kanus wurden mit den Jugendlichen und einem Betreuer besetzt, und dann ging das Abenteuer los. Das war für alle Jugendliche eine ganz tolle Attraktion.

Die Jugendlichen hatten endlich mal Zeit nur für sich, ohne an Zuhause und an das Alkoholproblem in der Familie denken zu müssen. Gerade auch den älteren Jugendlichen konnten wir gut vermitteln, dass ein Leben auch ohne Alkohol möglich ist. Wir sind auch nicht nur mit den Kanus gefahren, sondern haben auch Gespräche mit den Jugendlichen geführt. Sie hatten da die Möglichkeit, ihren Gefühlen freien Lauf zu lassen und das zu sagen, was sie wirklich bewegt. Wir haben auch über Spielsucht gesprochen, denn der Vater

eines Jugendlichen ist Spieler. So haben wir erfahren können, wie sich diese Sucht auf Kinder auswirkt. Der Abend klang nach den Gesprächen fröhlich mit einer Nachtwanderung aus. Danach fielen wir alle total müde ins Bett. Am Sonntag wurde nach dem Wecken gemeinsam ausgiebig gefrühstückt. Danach ließen wir das Wochenende in einer Abschlussrunde noch einmal Revue passieren.

Wir fragten die Jugendlichen, wie ihnen das Wochenende gefallen hatte. Dabei erlebten einige zum ersten Mal, dass sie nach ihrer Meinung gefragt wurden und dass diese auch ernst genommen wurde, auch dann, wenn sie etwas zu kritisieren hatten. Alles in allem bekamen wir sehr positive Rückmeldungen zum Wochenende. Und die Jugendlichen freuen sich schon auf das nächste Treffen in 2006. Am liebsten würden sie wieder an einer Kanutour teilnehmen, und wir hoffen, dass uns dafür wieder Gelder genehmigt werden.



Kanufahren – eine gute Basis für offene Gespräche über die Sucht der Eltern.

Projekt „Wasserbombe“

Angebote für Kinder beim Landesverband Württemberg

Es ist schon lange kein Geheimnis mehr, dass gerade auch Kinder aus suchtkranken Familien ein helfendes Angebot für ihre Persönlichkeitsentwicklung brauchen. So hat der Landesverband Württemberg bereits schon in den 80er Jahren mit einem Familienseminar in Südfrankreich begonnen. Das Seminar findet in zweijährigem Rhythmus als Zeltcamp über zwei Wochen in Frankreich statt. Die Zielsetzung des Seminars ist, den Familien Hilfestellung zu geben; zum einen für die Klärung der Kind-Eltern-Beziehung und zum anderen für die gemeinsame Freizeit- und Urlaubsgestaltung. Beide Bereiche waren durch die Sucht in der Familie stark in Mitleidenschaft gezogen worden bzw. fand eine gemeinsame Freizeitgestaltung nicht mehr statt.



Zur Klärung der Kind-Eltern-Beziehung: Gemeinsamer Urlaub im Zeltcamp in Frankreich

Der Tag beginnt mit einer geistlichen Besinnung mit anschließender Gesprächsgruppe für die Eltern. Mit den Kindern wird von Erzieherinnen in Kleingruppen ein altersgemäßes Programm durchgeführt. Nachmittags hat jede Familie den Freiraum, eigene Ausflüge zu machen oder sich gemeinsamen Angeboten anzuschließen. Ein ganz besonderes Angebot ist der Vater-Kind-Ausflug, da wird zum Beispiel eine Kanutour mit Übernachtung

Kind-Eltern-Seminar

Mir hat am meisten gefallen das ich und Anja Freundinnen geworden sind und das ich am Computer spielen durfte. Ich und Anja haben im Computer immer alles Schwarz-Weiß gemacht. Mir hat auch das Essen geschmeckt. Das mit den Indianern war auch sehr lustig. Mir hat einfach alles gefallen

Danke für alles

von Carola

in Zelten durchgeführt. Dabei besteht die Möglichkeit, die Beziehung zwischen Vater und Kind zu aktivieren und den Vätern ihren Stellenwert für eine gesunde Entwicklung ihrer Kinder nahe zu bringen. Aus Erfahrung wissen wir, dass die Familien von diesem Seminar sehr viel profitieren und vor allem die Kinder oft neue Freundschaften schließen und sie durch das Erleben dieses Seminars positiv geprägt werden.

Aufgrund der Dringlichkeit des Themas wird ebenfalls im zweijährigen Rhythmus (versetzt zum Familienseminar) ein viertägiges Kind-Eltern-Seminar in den Herbstferien angeboten. Das besondere an diesem Seminar ist, dass die Eltern gemeinsam mit einem Psychologen den Blick auf ihre Kinder richten. Die Kinder werden von einer Heilpädagogin begleitet und in Rollenspielen werden erlebte Dinge spielerisch aufgearbeitet. Der Spaß beim Malen, Basteln, Klettern etc. steht natürlich ebenfalls im Vordergrund. Bei der Arbeit richtet sich der Fokus auf die gesunden Anteile im Kind, um diese zu stärken

und zu unterstützen, um das Selbstbewusstsein aufzubauen. Auch in diesem Seminar sind Gemeinschaftsaktionen von Eltern und Kindern ein wichtiger Bestandteil, so können Kinder und Eltern lernen, miteinander zu spielen und Freizeit zu gestalten. So berichtet ein Vater darüber: „Bei einer anderen Aktivität zum Thema Indianer schnitzen wir Väter mit unseren Söhnen zwei Totempfähle während die Mütter mit den Töchtern Kraftsteine filzten.... Wir möchten es jeder Familie mit Kindern ans Herz legen, an dem Seminar teilzunehmen. Es tut gut und ist ein wertvoller Gewinn für die ganze Familie.“

Auch unser Projekt „Wasserbombe“ hat sich in den letzten Jahren bewährt. Hier wird von Familien für Familien ein gemeinsames Wochenende im Zelt oder in Häusern gestaltet. Denn gerade das gemeinsame Erleben in der Familie und mit



Familien-Wochenende im Zelt

anderen Kindern trägt zu einer gesunden Entwicklung der Kinder bei.

In der Hauptsache werden bei diesen Angeboten Familien mit Kinder bis ca. 16 Jahren angesprochen. Die Seminare werden in unserem jährlichen Terminheft ausgeschrieben und die Freundeskreisleiter sprechen außerdem vor Ort Familien an, für die eines dieser Seminare in Frage kommen könnte.

Ute Kehm

Erfahrungen aus Leutkirch



Das Ehepaar Olaf und Brigitte Köhle vom Freundeskreis Leutkirch

Das Freundeskreis-Journal hatte Gelegenheit mit Olaf Köhle zu sprechen. Er ist 38 Jahre alt und seit 16 Jahren verheiratet mit Brigitte. Beide haben drei Kinder im Alter von 15, 13 und 10 Jahren. Seit fast zehn Jahren ist Olaf Köhle trockener Alkoholiker. Er gehört zum Freundeskreis Leutkirch. Gemeinsam mit seiner Frau, hat er sich bei allen Maßnahmen, die Ute Kehm beschrieben hat, als ehrenamtlicher Mitarbeiter in der Vorbereitung und Organisation engagiert.

Herr Köhle, warum liegen Ihnen und Ihrer Frau die Kinder in der Freundeskreisarbeit so am Herzen.

Olaf Köhle: Weil ich aus eigener Erfahrung weiß, dass die Familie beim Thema Sucht immer zu kurz kommt. Es wird in erster Linie „nur“ der Kranke beachtet. Aber Alkoholismus ist eine Familienkrankheit bei der auch der Partner und die Kinder betroffen sind.

Und Sie haben auch bereits ganz konkrete Erfahrungen zum Thema in Ihrem Freundeskreis gesammelt. Erzählen Sie doch bitte unseren Leserinnen und Lesern, was Ihr Freundeskreis seit wann tut.

Olaf Köhle: Vor fünf Jahren haben wir im Altkreis Wangen – dazu gehören die Freundeskreise in Leutkirch, Isny und Wangen sowie andere Gruppen wie der Kreuzbund – eine

Familiengruppe gegründet. Wir treffen uns einmal im Monat. Diese Treffen kann man nicht mit einem üblichen Gruppenabend vergleichen. Wir beginnen mit einem Stuhlkreis. Das Thema passt sich jedoch meistens den Kindern an. Wir machen Spiele und sind sehr aktiv. Es gibt zwar immer Momente, in denen über Sucht geredet wird, aber das ergibt sich aus einem Gespräch heraus.

Meistens reden die Kinder untereinander über die familiären Probleme. Auch Erziehungsprobleme werden immer mal wieder angesprochen. Dabei werden die Kinder immer einbezogen. Es kann aber auch vorkommen, dass sich Eltern mit Frau Berthold, der Familientherapeutin, ohne Kinder austauschen wollen. Manchmal trennen wir die Gruppe – Kinder und Eltern für sich. Es kam schon vor, dass die Eltern redeten, und die Kinder kochten.

Was ist aus Ihrer Sicht das wichtigste, was die Kinder aus diesen Gesprächen mitnehmen?

Olaf Köhle: Es wird Ihnen das Gefühl vermittelt: Sie sind uns wichtig, und wir nehmen sie ernst. In der Zeit, wenn ein Elternteil noch mitten in der Sucht steckt, ist dies meistens weniger der Fall.

Was lernen die Eltern aus diesen Gesprächen?

Olaf Köhle: Dass ihre Kinder ganz normale Kinder sind, und dass sie auch so behandelt werden wollen.

Vielen Dank für das Gespräch!

*Die Fragen stellte
Ute Krasnitzky-Rohrbach*

Kontakt mit Ehepaar Köhle ist möglich: Tel. (0 75 61) 7 16 45 oder Tel. (01 73) 9 65 73 58

Heute hier und morgen da: Nach Zaberfeld ging's in diesem Jahr

Nun sind wir endlich angekommen, und wurden freundlich aufgenommen. Wir fuhren früh los, denn der Weg war weit, bis die anderen kamen war's noch Zeit. Somit schmorten wir noch eine Zeit in der Hitze, und töteten die Ameisen in der Zeltbodenritze. Langsam wurde es voller und voller, somit auch immer toller und doller. Abends saßen wir dann am Lagerfeuer da war's manch einem nicht ganz geheuer. Wir stellten uns ganz freundlich vor, und sangen dann alle gemeinsam im Chor. Wir gingen zu Bett, doch es war sehr kalt, für alle Leute, ob Jung oder Alt.

Wir machten `ne Ralley, mit Klettern und Fragen, manch einer war schlapp, wurde getragen. In einem See wurde später geschwommen und die faulen Väter sind nicht mitgekommen. Am Lagerfeuer wurde später gegrillt, und manch eine Wurst wurde dabei gekillt. Am Abend kam dann das Ergebnis von dem heutigen Erlebnis. Als die Gruppe drei dann auch noch erster warn sind sie vor Jubel hochgefahren. Es gab noch ein Eis zur späten Stunde in der großen Abendrunde. An diesem Tag waren alle fröhlich dabei, da war der Tag auch schon vorbei.

Es wurde kein Holz mehr gehackt, denn die Koffer wurden schon gepackt. Der Abschied war dann schon ganz nah, noch ganz schnell ein doppeltes Hurra.

So jetzt müssen wir auseinander gehen, und freuen uns schon aufs Wiedersehen!

Jennifer Jockisch, 13 Jahre

Meine Geschichte

ALS KIND IN EINER SUCHT-FAMILIE AUFGEWACHSEN – SPÄTER SELBST PROBLEME MIT DROGEN: EINE JUNGE FRAU BERICHTET AUS IHREM LEBEN.



„Ich war schon mit elf Jahren eine richtige kleine Hausfrau“

Ich bin im November 1970 als älteste von drei Schwestern geboren. Ich habe einen Sohn: Randy. Und ich hatte Probleme mit Drogen.

Bevor ich dies alles aufschrieb, habe ich gedacht: „Locker, kein Problem für mich. Ich habe doch in der Therapie gelernt, über mich zu sprechen.“ Und doch habe ich zwei Wochen nicht mehr richtig geschlafen, musste oft weinen. Warum? In der Therapie habe ich an mir gearbeitet, aber bis heute habe ich nicht mit meinen Eltern sprechen können.

Meine Mutter war Vater hörig, doch er ging fremd, war gewalttätig, vergnügungs- und spielsüchtig. Ich selbst kenne ihn kaum, denn ich war noch sehr klein, als sich meine Mutter trennte und Roland, meinen Stiefvater, heiratete. Dieser war genau das Gegenteil. Es wäre alles perfekt gewesen, wenn Roland nicht getrunken hätte, doch für meine Mutter gab es nur noch diesen Mann und sein Hotel.

Roland war ein sehr ruhiger Mann. Was den Alkohol angeht, war er keiner von denen, die laut werden, die schlagen, vor denen man Angst haben muss. Im Gegenteil. Man sah ihn selten, hörte ihn noch weniger. Für mich war er nicht greifbar.

Meine Mutter hielt mich auf Abstand zu ihm. Wie eine Mauer stand sie vor diesem Mann und beschützte ihn: „Viel zu tun! Viel Arbeit! Er ist müde. Lass ihn in Ruhe.“ Das waren oft ihre Worte. Und so war Roland auf keinem Geburtstag, auf keiner Konfirmation, auf überhaupt keiner Feier. Immer hieß es: Arbeit, Arbeit – das Hotel, Ihr wisst ja.“ Und ich glaubte meiner Mutter, lernte leise, lieb und brav zu sein, ja keinen Stress zu machen – damit er seine Ruhe hatte. Ich war eine gute Schülerin

– doch ich fühlte mich nicht gut genug für ihn. Ich hatte großen Respekt vor dem Mann, der so schuftete, um die Familie zu ernähren. Damals wusste ich nicht, dass es Lüge war.

1975 kam meine erste Schwester und 1977 meine zweite Schwester zur Welt. Für mich war das schwer, denn jetzt hatten meine Eltern überhaupt keine Zeit mehr für mich. Für meine Mutter war es auch schwer, so glaube ich, aber darüber wurde nie geredet. Sie war immer müde, und das machte mich traurig. Ich nahm ihr die Arbeit ab. Ich hütete meine Schwestern, ging einkaufen, wusch Wäsche, machte den Haushalt. Mit elf Jahren war ich schon eine kleine Hausfrau. Ich war Vorbild für die Kleinen, lernte Verantwortung zu tragen. Für mich war es normal, immer für andere da zu sein, mich und meine Bedürfnisse zurückzustellen, ich funktionierte. Ich ging selten weg, hatte dann meistens meine Schwestern im Schlepptau. Bei Freundinnen schlafen durfte ich nie. Ich akzeptierte alles, was mir meine Eltern vorlebten.

Erst mit 15 oder 16 Jahren fing ich an, zu zweifeln. Da hatte ich dann auch schon meine eigenen Drogenprobleme. Lügen haben bis heute mein Leben bestimmt. Es gelingt mir nicht immer, aber heute sage ich: Nein – nicht mit mir, aber ich mache damit auch viel kaputt. Deshalb bin ich lieber allein. Auf jeden Fall will ich mir und meinem Kind die ganze Lügerei und das Versteckspiel ersparen.

Ich kann kein Vertrauen aufbauen und habe Probleme mit Nähe. Echte Liebe habe ich nicht kennen gelernt. Bisher bin ich immer auf Männer gestoßen, die Suchtprobleme hatten oder die gewalttätig waren.

Was macht Kinder suchtkranker Eltern stark?

„FAMILIENGEHEIMNISSE – WENN ELTERN SUCHTKRANK SIND UND DIE KINDER LEIDEN“ – SO DER TITEL EINER TAGUNG, DIE DAS BUNDESMINISTERIUM FÜR GESUNDHEIT UND SOZIALE SICHERUNG IM DEZEMBER 2003 IN BERLIN DURCHFÜHRTE. DER ERZIEHUNGSWISSENSCHAFTLER PROF. DR. GÜNTHER OPP AUS HALLE HIELT DORT DAS GRUNDSATZREFERAT „IM DUNSTKREIS DER SUCHT: WAS KINDER SUCHTKRANKER ELTERN STÄRKT“. HIER EINE ZUSAMMENFASSUNG SEINER THESEN.

Was kennzeichnet die Erlebenswelt von Kindern suchtkranker Eltern?

Der Alltag der Kinder, die im Dunstkreis von elterlichem Suchtverhalten aufwachsen, ist häufig ein Chaos. Die Kinder sind oft gezwungen, Verantwortung für das eigene Leben, für Geschwister und für die eigenen Eltern zu übernehmen. Dabei sind die Lebensmilieus nicht selten durch Armut, Unsicherheit, Gewalttätigkeiten, sozialen Abstieg und Trennungserfahrungen charakterisiert. Dazu kommt, dass das Suchtproblem nach außen hin oft kaschiert wird. Das bedeutet, die Kinder sind eingebunden in familiäre Rollenspiele. Die Kinder nehmen dabei entweder den Platz ein, der ihnen in diesen Familienspielen zugewiesen wird oder den, der für sie übrig bleibt.

Grundsätzlich behindert es Kinder in ihrer Entwicklung, wenn

- sie dauerhaftem Streit und familiären Konflikten ausgesetzt sind, insbesondere dann, wenn Schuldzuweisungen und Negativität gebündelt auf das Kind gerichtet sind,
- kontinuierliche, individuelle, persönliche Fürsorge fehlen;
- Wechselbeziehungen in der Kom-

munikation und beim Spiel fehlen,

- eine negative sittlich-moralische Grundhaltung vermittelt wird durch die Zugehörigkeit zu bestimmten sozialen Gruppen (z. B. Peergruppen).

Was benötigen Kinder, um gesund aufzuwachsen und lernen zu können?

Um gesund aufzuwachsen, gut zu lernen und glücklich zu sein, benötigen Kinder:

- beständige, liebevolle Beziehungen,
- körperliche Unversehrtheit und Sicherheit,
- Erfahrungen, die auf individuelle Unterschiede zugeschnitten sind,
- entwicklungsgerechte Erfahrungen,
- Grenzen und Strukturen,
- stabile, unterstützende Gemeinschaften und kulturelle Kontinuität und
- die Aussicht auf eine gute Zukunft.

Es gibt auch Faktoren, die vom Kind ausgehen und die sich ebenso auf dessen Entwicklung positiv auswirken. Dazu gehören:

- ein angenehmes Temperament,
- die Fähigkeit, sich helfen zu lassen,

- altersangemessene Kommunikationsfähigkeiten,
- gut entwickelte Lesefähigkeit,
- die Fähigkeit, die Aufmerksamkeit auf bestimmte Dinge zu konzentrieren,
- eine gute Impulskontrolle,
- besondere Interessen und Hobbys,
- ein positives Selbstkonzept,
- und Lern- und Bildungsfähigkeit.

Was kann das Umfeld tun, damit Kinder sich gut entwickeln können?

Das Umfeld kann ein Kind unterstützen, wenn

- ihm umfassende Aufmerksamkeit vor allem im ersten Lebensjahr zuteil wird,
- neben der Mutter auch noch weitere zusätzliche Fürsorgepersonen zur Verfügung stehen,
- es emotionale Unterstützung durch andere Familienangehörige oder Nachbarn erhält,
- im Haushalt klare Strukturen und Regeln vorherrschen,
- Beratungsangebote zur Verfügung stehen,
- Werte vermittelt und
- ein Sinn für Zusammengehörigkeit vermittelt wird.

Kinder sind in der Lage, auch hochriskante Lebenswelten zu überleben, wenn sie die Möglichkeit haben, sich Ressourcen anzulegen und die Fähigkeiten zu entwickeln, darauf zu bauen und diese zu nutzen. Das muss jedoch im Lebenslauf erlernt und erprobt werden. Im Mittelpunkt dabei stehen solche Fähigkeiten, die helfen, einen schützenden inneren psychischen Raum zu entwickeln, der sich auch gegenüber äußeren Einflüssen behauptet, die genau gegenteilig sind.

Schule hat für Kinder von Suchtkranken eine besondere Bedeutung

Prof. Dr. Opp schreibt in diesem Zusammenhang vor allem der Schule eine ganz besondere Bedeutung zu. Schule sollte ein Ort der fürsorglichen Gemeinschaft sein. Kinder von Suchtkranken können dort Struktur und Erwartbarkeit erleben, und so kann Schule zur Zuflucht in einem „Meer von Chaos“ werden.

Wie sollte eine Schule beschaffen sein, in der Kinder Halt finden?

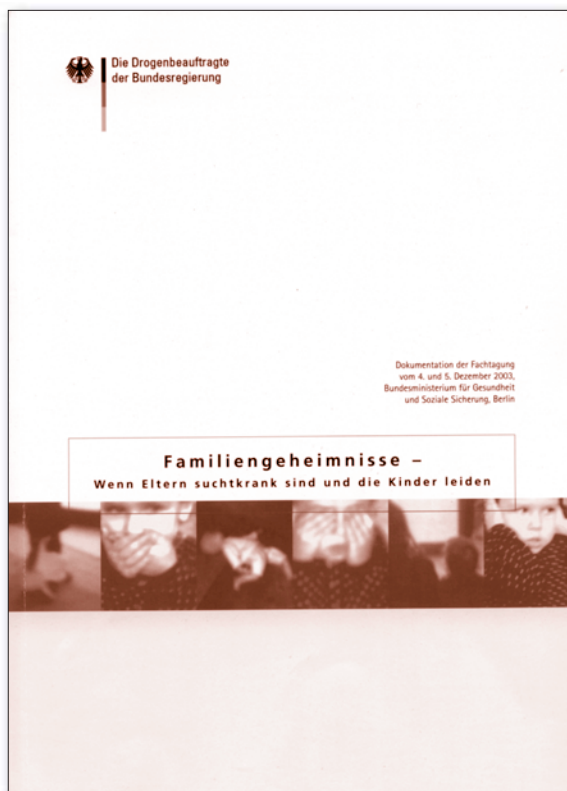
- Kinder und Jugendliche sollten sich mit der Schule verbunden fühlen können.
- Es sollte dort auf fürsorgliche Beziehungen geachtet werden.

- Es sollte den Kindern Vertrauen entgegen gebracht und ihnen Aufmerksamkeit geschenkt werden.
- Kinder sollten dort Empathie für ihre Sorgen und Nöte erleben.
- Erwachsene sollten als Ansprechpartner zur Verfügung stehen.
- Kinder sollten Erfolg und Bestätigung erfahren.
- Sie sollten dort respektiert werden.
- Erzieher sollten die Erwartungen, die an die Kinder gestellt werden, auch vorleben (= echt sein).

Dies sind Grundforderungen, die bedingen, dass Kinder auch einen respektvollen Umgang mit Konflikten und die Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Interessen und Ansprüchen lernen, also Beziehungen erfahren und lernen, Grenzen zu setzen.

Prof. Dr. Opp sieht jedoch nicht allein die Schule als einen Ort, wo Kinder entwicklungsgerechte Lernumwelten erfahren, sondern er nimmt hier auch Politik und Gesellschaft in die Pflicht, insbesondere vor dem Hintergrund, dass zukünftig der Staat immer weniger soziale Aufgaben wird übernehmen können.

Ute Krasnitzky-Rohrbach



inweis:

Dokumentation der Fachtagung „Familiengeheimnisse“: anfordern bei der Drogenbeauftragten der Bundesregierung, Tel. 0180/51510

Kinder von suchtkranken Eltern - Hintergrundinformationen

- 2,65 Mio. Kinder unter 18 Jahren leben in Deutschland, die mit mind. einem alkoholkranken Elternteil aufwachsen.
- Hinzu kommen schätzungsweise 40.000 bis 60.000 Kinder drogenabhängiger Eltern.
- Rund 25 % der Kinder aus Suchtfamilien werden selbst süchtig.
- Weitere 50 % dieser Kinder leiden später unter Ängsten, Depressionen und anderen psychischen Störungen.
- Ca. 80 % der Töchter alkoholabhängiger Eltern(-teile) verbinden sich später mit alkoholabhängigen Männern.
- Über 69 % junger Suchtkranker kommen aus Familien, in denen ein oder beide Elternteile suchtkrank sind.

Prof. Dr. Opp lehrt an der Martin-Luther-Universität in Halle, Fachbereich Erziehungswissenschaften. Sein Referat ist nachzulesen in der Dokumentation zur Tagung, S. 43.

Wahrnehmen – verstehen – handeln: Kindern von Suchtkranken Halt geben

Ein neues Projekt

Das Projekt wird gemeinsam vom Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe (FK BV) und dem Bundesverband der Betriebskrankenkassen (BKK BV) bis Anfang 2007 durchgeführt.

„Vergesst die Kinder nicht!“ – diese Mahnung hörten wir immer wieder, als wir bis zum vergangenen Jahr – ebenfalls zusammen mit dem BKK BV – erfolgreich ein Projekt zu Co-Abhängigkeit organisierten, das vor allem die Partner/innen von suchtkranken Menschen im Blickpunkt hatte. Wir nahmen diese Mahnung ernst und konzipierten ein neues Projekt, das die lange vergessenen Kinder von Suchtkranken in den Mittelpunkt stellt. Dabei trafen wir beim BKK BV erneut auf offene Ohren und im April dieses Jahres fiel in Kassel der Startschuss mit der ersten Sitzung der Projektbegleitgruppe.

Wahrnehmen, verstehen, handeln, wenn es um die Kinder von Suchtkranken geht, und den Mut aufbringen, Hilfe und Halt anzubieten – diese Botschaften möchten wir vor allem jenen Menschen vermitteln, die mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben. In dem zweijährigen Projekt „Kindern von Suchtkranken Halt geben“ werden unter anderem ein Faltblatt und eine Broschüre über das Thema informieren. Noch zu entwickelnde Leitfäden zur Gesprächsführung geben Hilfestellung dabei, das Thema bei betroffenen Kindern und Eltern anzusprechen. Weiterhin sind fünf Fachtage an verschiedenen Orten geplant, bei denen vor allem Mitarbeitende der Jugendhilfe, Erzieher/innen, Lehrkräfte an Schulen und die Sucht-Selbsthilfe für das Thema

sensibilisiert werden sollen. Ein Ziel des Projektes ist die Kooperation und Vernetzung mit Kommunen, der Jugendhilfe, der Selbsthilfe und bestehenden Initiativen und Projekten. Außerdem sollen bestehende Angebote für Kinder von Suchtkranken bekannt gemacht werden.

Was kann die Selbsthilfe tun? Warum führen wir dieses Projekt durch?

Nachdem die Sucht-Selbsthilfe die Kinder bei einer Suchterkrankung in der Familie über lange Zeit „ausgeklammert“ hat, ist hier aber auch in den letzten Jahren eine Veränderung eingetreten und die Selbsthilfe widmet sich den Kindern. Kinder und Jugendliche werden in die Aktivitäten der Gruppen einbezogen, es gibt Familienfreizeiten, mit Gesprächen mit den Kindern, es gibt zum Teil das Angebot von Kindergruppen – sicher noch nicht genug, aber es sind immer wieder Ansätze da.

„Mein Wunsch ist, dass alle, die mit Kindern zu tun haben, sensibel für die Nöte der Kinder in Suchtfamilien werden und den Mut haben, für sie da zu sein und das auch zu sehen und zu spüren, was nicht so augenscheinlich sichtbar ist. Sucht verbirgt sich auch hinter SCHEINBAR ganz normalen Fassaden.“



Brigitte Sander-Unland
Mitarbeiterin im Projekt

„Ich denke, dass auch von den Eltern in der Selbsthilfe über das Projekt Hilfe bei der Bewältigung oder des Angehens dieses Themas erwartet wird. Wir werden also zum einen mit dem Projekt auch die Diskussion dieses Themas verstärkt in die Gruppen tragen und zum anderen ist es ja auch Aufgabe im Projekt, einen Leitfaden für Gespräche zu erarbeiten. Die Gruppen und Gruppenteilnehmer/innen sind motiviert, sich mit der Thematik auseinander zu setzen, sie wissen um die Wichtigkeit des Themas für die Entwicklung ihrer Kinder und sie wollen das in die Öffentlichkeit tragen.“



Käthe Körte
Projektleiterin

Erhältlich sind der Aufkleber und das Faltblatt zum Projekt. Kostenlose Einzelexemplare können Sie in der Geschäftsstelle des Bundesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe bestellen:

Untere Königsstr. 86, 34117 Kassel,
Tel. 05 61 / 78 04 13,
Fax 05 61 / 71 12 82,
mail@freundeskreise-sucht.de
Bei Anforderungen von größeren Stückzahlen bitten wir um die Erstattung der Portokosten.

Auf unserer Homepage www.freundeskreise-sucht.de ist eine Extraseite über das Projekt eingerichtet. Ebenso können Sie sich auch einen Newsletter abonnieren.



Aufkleber und Faltblatt des Projekts „Kindern Halt geben“

Sucht - auch ein Problem für Familienangehörige und Freunde!

Ein Weiterbildungs-Projekt der Zentralen Akademie für Berufe im Gesundheitswesen in Gütersloh



Der von der Projektgruppe entwickelte Flyer

Pascal Vette, 31 Jahre alt, hat vor kurzem seine Weiterbildung zum Fachpfleger Sucht abgeschlossen. Er arbeitet auf einer geschlossenen Entgiftungsstation (Station 3A) im Krankenhaus Lübbecke. Im Rahmen dieser Weiterbildung hat er sich in einer Projektgruppe mit dem Thema „Angehörige von Suchtkranken“ beschäftigt. Er berichtet, wie es dazu kam und zu welchen Ergebnissen die Projektgruppe gekommen ist: „Das Thema ist in unserer Arbeit sehr aktuell. Immer wieder stoßen wir in unseren Einrichtungen auf hilflose Angehörige, die viele Fragen haben. Leider wird dann den Angehörigen oft wenig Stellenwert eingeräumt, und sie werden vernachlässigt. So sind wir auf die Idee gekommen, uns mit Angehörigen von Suchtkranken zu befassen. Für dieses Projekt standen uns 80 Stunden in der Weiterbildung zur Verfügung. Uns interessierte schwerpunktmäßig: Welche Bedürfnisse und Wünsche haben Angehörige, deren Familienmitglied sich auf einer Entgiftungsstation befindet? Was wollen sie von uns als Fachkräfte wissen?“

Zu diesem Zweck erstellten wir einen Fragebogen und publizierten diesen auf einer eigens dafür geschaffenen Website. Ebenso verteilten wir ihn in diversen, örtlich ansässigen Selbsthilfegruppen und auf Entgiftungsstationen. Schon bei der ersten Auswertung bestätigte sich, dass Angehörige einen ganz großen Bedarf an Informationen haben und Unterstützung benötigen. Sie wollen wissen, wie sie mit ihren suchtkranken

Familienmitgliedern umgehen sollen, wenn diese wieder zu Hause sind.

Als thematische Schwerpunkte stellten sich weiter heraus:

- Welche Folgeerkrankungen hat Sucht?
- Woran erkennt man, dass jemand suchtkrank ist?
- Welche Behandlungsformen und Therapiemöglichkeiten gibt es?

Das brachte uns dazu, einen Flyer zu entwickeln, den wir Angehörigen an die Hand geben können.

Zum anderen finden wir es ganz wichtig, auf den Stationen spezielle Informationsgruppen für Angehörige einzurichten, um eine Möglichkeit des Austausches zu bieten und um auf individuelle Fragen eingehen zu können. Für die Durchführung der Informationsgruppen haben wir ein Konzept entwickelt und dieses dann auf unseren jeweiligen Stationen getestet und weiter entwickelt. Aus den direkten Gesprächen mit den Angehörigen haben wir für uns viele neue Erkenntnisse gewonnen, besonders dazu, wie sich Sucht auf das ganze Umfeld des Suchtkranken auswirkt.

Und wir konnten dieses Wissen auch in die Behandlungsteams weitertragen, mit denen wir zusammenarbeiten. Dort haben wir eine Sensibilisierung für die Angehörigen von Suchtkranken erreichen können. Dies ermöglicht uns eine ganzheitliche Sichtweise des suchtkranken Menschen und in die Beziehungsproble-

matiken unserer Patienten. Dadurch, dass sich die Angehörigen ernst genommen fühlen, konnten Ängste abgebaut werden, Sicherheit entstand.

Fazit der Projektarbeit: Wir halten es für wichtig, Angehörige in den Behandlungsprozess einzubeziehen. Sie sollten auch die Möglichkeit haben, während der Entgiftungsphase Kontakte zu Selbsthilfe- und Angehörigengruppen aufzunehmen. Eine gute Zusammenarbeit mit den entsprechenden Selbsthilfegruppen – es bestehen übrigens gute Kontakte mit den Freundeskreis-Selbsthilfegruppen im Raum Minden-Lübbecke, die sich regelmäßig in unserer Klinik vorstellen – erachten wir als zwingend notwendig. Wir begrüßen es sehr, wenn Gruppenstunden direkt auf den Stationen durchgeführt werden.

Die Projektgruppe: Annette Aistermann, Ulrike Balgar, Adriane Jentges, Franziska Lasch, Heike Stannek, Uwe Schweeren und Pascal Vette

Weitere Information über www.suchtwb16.de und www.zab-gesundheitsberufe.de



Die Ausbildungsgruppe mit Pascal Vette (Dritter von rechts)

Familien-Clubs: Ein Angebot bei den Guttemplern in Deutschland



SUCHTPROBLEME BETREFFEN NICHT NUR DIE ODER DEN ABHÄNGIGEN, SONDERN DIE GANZE FAMILIE – DIESES WISSEN IST MITTLERWEILE ALLGEMEINGUT. ABER WIE REAGIERT UNSER HILFESYSTEM AUF DIESE BEKANNTE TATSACHE? WELCHE HILFEMÖGLICHKEITEN UND WELCHE CHANCEN AUF VERÄNDERUNG UND GESUNDUNG GIBT ES FÜR PARTNERINNEN, KINDER ODER ELTERN? AUCH DAS IST BEKANNT: NACH WIE VOR RICHTET SICH DAS HAUPTAUGENMERK DER HILFEN, DER THERAPIEANGEBOTE UND AUCH DER SELBSTHILFE ÜBERWIEGEND AUF DIE ODER DEN ABHÄNGIGEN.

Aber es geht auch anders, wie zum Beispiel in Italien, Dänemark und in anderen europäischen und außereuropäischen Ländern zu sehen, zu erleben und zu erfahren ist. Ein anderer Ansatz der Gruppenarbeit, die sog. Family-Clubs (Familien-Clubs) könnte auch für uns in Deutschland interessant sein und neben den bewährten Gesprächsgruppen ein neues, sinnvolles und wichtiges Hilfe-Angebot werden.

In Italien wurden in den 80er Jahren die ersten Familien-Clubs gegründet – mittlerweile sind aus diesen Anfängen mehr als 2.500 Clubs in ganz Italien entstanden. Auch IOGT Dänemark erprobte Ende der 90er Jahre als erstes skandinavisches Land diese Form der Arbeit – und der Erfolg überzeugte. Inzwischen gibt es in Dänemark mehr als 20 Familien-Clubs (alleine vier in Kopenhagen). Andere skandinavische Länder zeigen großes Interesse und haben ebenfalls begonnen, Gruppen aufzubauen, zum Beispiel in Island, Norwegen, Schweden – überall funktionieren die Gruppen und das Angebot ist stark nachgefragt. Auch in Ländern wie Neusee-

land, Indien, in südamerikanischen und vielen süd- und osteuropäischen Ländern entwickeln sich diese Clubs, die alle nach den gleichen Grundprinzipien und Methoden arbeiten. Auch wenn ausdrücklich mit dem Angebot nicht beabsichtigt war, neue Mitglieder zu gewinnen zeigt sich (Erfahrungen aus Dänemark und anderen skandinavischen Ländern), dass viele neue Mitglieder über diesen Weg zu IOGT kommen, weil sie von den Grundsätzen und Prinzipien überzeugt sind – und weil sie mitarbeiten wollen! Und es zeigt sich, dass durch diese Form der Gruppenarbeit ganz besonders jüngere Menschen (zwischen 25 und 40 Jahre) erreicht werden!

Familien-Clubs wirken durch das Selbsthilfeprinzip. Alle Familienangehörigen sind aktiv im Gruppenprozess beteiligt und alle versuchen gemeinsam mit den anderen Familien des Clubs, ihre alltäglichen Probleme, die aus und durch Abhängigkeitsproblematiken entstanden sind, zu lösen.

Ziel ist nicht alleine die Suchtmittelfreiheit, sondern die Verbesserung der Lebensqualität und die Entwick-

lung eines neuen Lebensstils.

Die in Kroatien und Italien entwickelte Methode ist universell. Sie hilft, wirkungsvoll mit alkoholbezogenen Problemen umzugehen und berücksichtigt die Tatsache, dass ein Alkoholproblem (oder anderes Suchtproblem) in der Familie alle Familienmitglieder betrifft und daher alle Unterstützung und Veränderung brauchen. Dieser Ansatz respektiert, dass die Familien selbst Experten für ihre eigenen Probleme und ihre Lebenssituation sind. In kurzer Zeit lernen die Familien durch den Gruppenprozess, zusammen mit anderen Familien in ähnlicher Situation, ihre alkoholbezogenen Probleme zu lösen und ihre Lebensqualität und -freude (und nicht zuletzt ihre Selbstachtung) zu verbessern.

Die Arbeitsgrundlagen oder -regeln sind denkbar einfach, aber ihre Einhaltung ist von besonderer Bedeutung, damit die Gruppen wirklich funktionieren können. Ein wichtiges Prinzip der Clubs ist die Zusammenarbeit mit sozialen, seelsorgerischen und anderen Einrichtungen im Lebensumfeld der Familien.

Im September 2001 trafen sich in Deutschland erstmals interessierte Guttemplerinnen und Guttempler aus sechs Distrikten, die sich mit dem Ansatz der Familien-Clubs vertraut machen wollten. Möglich wurde dieses Arbeitstreffen durch die finanzielle Unterstützung der Guttempler-Stiftung und des Guttempler-Bundesverbandes. Erfahrene und kompetente Referentinnen und Referenten aus Italien und Dänemark erläuterten den Ansatz und berichteten aus ihren praktischen Erfahrungen. Alle Teilnehmer/-innen waren sich einig: Das Modell der Familien-Clubs ist höchst interessant und bietet genau die Möglichkeit, die Erkenntnis: „Sucht ist eine Familienkrankheit“ ernst zu nehmen und ein wirksames Hilfeangebot für alle Beteiligten zu schaffen.

Ende 2002 nahmen Ilse-Marie Bröhan und Wiebke Schneider an einem skandinavischen Seminar für Servant-Teacher teil, um noch einmal genau zu überprüfen, ob und wie das Modell für uns übertragbar sein könnte und welche Schulung der MitarbeiterInnen nötig ist.

Die Rolle der Servant-Teacher erfordert eine besondere Haltung. Servant Teacher sollen sich sehr im Hintergrund halten, keine Gespräche moderieren und nur dann aktiv werden, wenn die Grundregeln der Gruppe verletzt werden. Sie begleiten die Gruppe, leiten sie aber nicht.

Im Mai 2003 haben die ersten Interessierten an einem Seminar für Servant Teacher in Deutschland teilgenommen. Alle zeigten sich sehr motiviert und wollten mit dem Aufbau der Gruppen beginnen. Unterschiedliche Gründe haben jedoch den Start verhindert.

Am 31. März 2004 fand eine Fachtagung in Stuttgart zur Thematik Familien-Clubs (in Kooperation der Guttempler mit der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen, dem Sozialministerium Baden-Württemberg und dem Paritätischen Landesverband Baden-Württemberg) statt. Unter den Referent/-innen waren hervorragende Fachleute aus Italien und Skandinavien.

Die Fachtagung hat bundesweit sehr viel Interesse geweckt und führte unter anderem zum Angebot von „Servant-Teacher“-Kursen in Baden-Württemberg. Teil I fand im September 2004 statt und Teil II folgte im November 2004. Danach entstand der erste Familien-Club in Deutschland in Karlsruhe.

Wiebke Schneider

Guttempler
in Deutschland
Adenauerallee 45,
20097 Hamburg
Tel. 040 / 24 58 80
E-Mail: info@guttempler.de



Positionspapier: Angehörige von Suchtkranken im Blickpunkt

Das gemeinsame Positionspapier der Selbsthilfe- und Abstinenzverbände „Angehörige von Suchtkranken im Blickpunkt: Warum spezifische Selbsthilfeangebote notwendig sind“ ist vom Arbeitskreis „Angehörige in der Sucht-Selbsthilfe“ komplett überarbeitet worden. Es ist jetzt in gedruckter Form wieder in der Geschäftsstelle des Bundesverbandes zu haben. Einzel-exemplare sind kostenfrei, bei Anforderung von Mengen ab 5 Exemplaren bitten wir um Erstattung der Portokosten.

Aus dem Bundesverband

Empfehlung zur Ausstellung von Bescheinigungen

■ Im Zuge der aktuellen Umsetzung der Arbeitsmarktreformen setzen Arbeitsagenturen auf die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen. Die Frage von Besuchsnachweisen bekommt hier wieder – wie bereits bei der Führerscheinan-lan-gung – eine besondere Bedeutung, da es möglich ist, „bei mangelnder Mitwirkung“ Teile des Arbeitslosengeldes II zu kürzen.

Gemeinsam mit der DHS haben die Selbsthilfeverbände eine Empfehlung zur Ausstellung von Bescheinigungen über den Besuch von Sucht-Selbsthilfegruppen erstellt. Diese kann in der Geschäftsstelle des Bundesverbandes angefordert werden.



Brücken bauen – Junge Suchtkranke und Selbsthilfe

JuMuS

Neues über das gemeinsam von den fünf Sucht-Selbsthilfe-Verbänden durchgeführte Projekt „Brücken bauen – junge Suchtkranke und Selbsthilfe“

Verbandsinterne Arbeitsgruppe (ViAG)

Die verbandsinterne Arbeitsgruppe ist mit jungen Suchtkranken aus den Freundeskreisen besetzt, die das Projekt begleiten und versuchen, Ergebnisse in die Arbeit vor Ort umzusetzen.

Im Erfahrungsaustausch wurde deutlich, dass Bewegung und Entwicklung entstanden ist, was das Thema junge Suchtkranke und Selbsthilfe betrifft. Hier sollen einige Beispiele genannt werden:

In Sachsen ist über die „Aktion Mensch“ ein Zugang zu jungen Menschen möglich geworden und darüber auch die Erreichung von den Eltern. Diejenigen, die Probleme mit Suchtmitteln haben, werden im Freundeskreis aufgenommen. Ein inzwischen entwickelter Flyer wird ausgelegt, unter anderem im Gesundheitsamt, in Beratungsstellen, Arztpraxen etc.

In Hersbruck nennt sich eine Gruppe „Junge Suchtkranke – alternativer Freundeskreis“, die mit Beratungsstellen und dem Gesundheitsamt zusammenarbeiten. Weiterhin als wichtig und erfolgreich wird das Weihermühle-Meeting betrachtet. Junge Suchtkranke führen (verbandsübergreifend) regelmäßige Treffen in der Fachklinik Weihermühle – in der junge Patienten behandelt werden – durch. Durch die

Tutoren in Bayern kann dann eine Vermittlung bzw. Kontakt am Wohnort angeboten werden.

In Westfalen hat sich ein Gesprächskreis „Junge Suchtkranke“ – als Zusatzangebot zur bestehenden Gruppe – gegründet. Hier treffen sich zehn Personen unter 40 Jahren. Gedacht war dies verbandsübergreifend zu tun, was aber nicht funktioniert hat, da von anderen Verbänden niemand teilnahm. Inzwischen wurde im LV Westfalen ein Arbeitskreis JuMuS (Junge Menschen und Sucht) gegründet.

Wünschenswert ist, dass es diese Arbeitskreise in allen Landesverbänden gibt, um ein Netz der Austausch- und Unterstützungsmöglichkeiten für junge Suchtkranke zu erreichen.

Der Freundeskreis Selb bietet Freizeitangebote an, um darüber mit Jüngeren ins Gespräch zu kommen.

Im Freundeskreis Bous, Saarland, ist ebenfalls eine Gruppe für junge Leute gegründet worden, die vom Freundeskreis Bous begleitet wird. Eine Mappe zur Präsentation soll erstellt werden.

Auch der durch den Freundeskreis Neumarkt gegründete Arbeitskreis JuS (Jugend sucht / Jugend und Sucht) arbeitet weiterhin gut (wir berichteten im FK-Journal 1/2005). Mitglieder des AK besuchen Schulen

am Ort, informieren gemeinsam mit Lehrern über Suchterkrankungen. Einmal monatlich wird eine Sprechstunde nach Schulschluss in einer Schule angeboten. Am 1. Mittwoch im Monat ist ein Infoabend im Freundeskreis vorgesehen. Bei Bedarf soll eine Gruppe für junge Suchtkranke gegründet werden.

Deutlich wurde in den Berichten, dass die Gruppengröße keine Rolle spielt. Es werden für drei oder auch zehn Personen Angebote gemacht. Wichtig ist, dass eine Idee aufgegriffen und mit der Umsetzung begonnen wird. Es sind die kleinen Anfänge, aus denen etwas entstehen kann.

Die Teilnehmer/innen berichten aber auch, dass die Arbeit nicht ganz einfach ist. Zum einen sind die bestehenden Gruppen oftmals zu eingefahren und es besteht die Angst vor Konkurrenz und Spaltung. Häufig wird aber auch erlebt, dass es schwierig ist, jüngere Suchtkranke für die (regelmäßige) Teilnahme an Gruppenangeboten zu motivieren, damit auch Gruppenprozesse möglich werden.

So müssen die Mitarbeiter/-innen viel Durchhaltevermögen besitzen und erleben gerade deshalb die Möglichkeit des Austausches – und damit der Unterstützung – durch Angebote des Bundesverbandes, wie des AK JuMuS, des Rotenburg-Seminars und nun auch in der ViAG als sehr hilfreich

Workshops

Um modellhaft, bundesweit und verbandsübergreifend Selbsthilfangebote für junge Suchtkranke aufzubauen, wurden in vier Regionen des Landes (Nord, Süd, Ost, West) Lern- oder Aktionsgruppen (= Workshops) gebildet. Diese Lerngruppen werden nun beim Aufbau der neuen Angebote für junge Suchtkranke begleitet und für diese Arbeit qualifiziert. Die ersten Workshops starteten im September.

Drogen machen cool – Material für die Öffentlichkeitsarbeit

Gruppen, die sich für junge Suchtkranke neu gründen, können sich die im Rahmen des Projektes entstandenen Materialien anfordern. Diese wurden von einer professionellen Werbeagentur entwickelt und sind in der Geschäftsstelle des Bundesverbandes zu haben.

Käthe Körtel

Diese Materialien sind gedacht, um mit öffentlichen Aktionen (zum Beispiel in Fußgängerzonen) über Probleme junger Suchtkranker zu informieren:

- Plakat in DIN A0 und DIN A4: „Drogen machen cool“
- Anhänger mit Gummiband
- Aufkleber: „Drogen sind Dreck – Du nicht!“
- Flatterband zum Absperren einer Fläche mit der Aufschrift: „Drogen sind Dreck – Du nicht!“

Bitte in diesem Fall in der Geschäftsstelle des Bundesverbandes (Tel. 05 61 - 78 04 13) bestellen.



Aufkleber „Drogen sind Dreck – Du nicht“



Anhänger mit Gummiband: „Drogen sind Dreck – Du nicht“

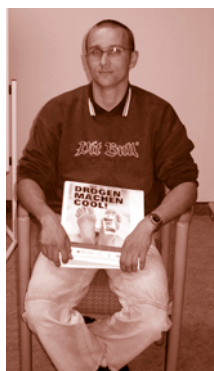


Plakat „Drogen machen cool“

„Wir wollen Erfahrungen sammeln ...“

Zwei Teilnehmer im Projekt im Gespräch mit Käthe Körtel

BEIM ERSTEN WORKSHOP OST DES PROJEKTS „BRÜCKEN BAUEN“, DER VOM 23. – 25. SEPTEMBER IN BAD KÖSEN STATTFAND, SPRACH PROJEKTLITERIN KÄTHE KÖRTEL MIT ZWEI TEILNEHMERN AUS DEN FREUNDESKREISEN: WELCHE VORSTELLUNGEN HABEN SIE VON JUGENDARBEIT?



René Böse, 27 Jahre, kommt aus dem Freundeskreis Oberland im LV Sachsen, bezeichnet sich als Alkoholmissbräucher, weil er keine

Therapie gemacht hat. Den Freundeskreis Oberland hat er im Gefängnis kennengelernt. Dort hatte der Freundeskreis Gruppenstunden für die Häftlinge angeboten. Nach seiner Entlassung besucht er seit Juli den Freundeskreis Oberland.

Warum haben Sie sich entschlossen, beim Projekt „Brücken bauen“ mitzumachen?

René Böse: Ich möchte Erfahrungen sammeln, wie ich eine Jugendgruppe gründen kann. Ende September haben wir eine Gruppe für Kinder von Suchtkranken eröffnet. Ich habe inzwischen Kontakt zur Beratungsstelle aufgenommen, die junge Suchtkranke in die Gruppe vermitteln wird, die ich gründen will. Ich wünsche mir, dass diese Gruppe stabil wird und nicht in die Brüche geht.

Christian Schuldt: Ich möchte Erfahrungen sammeln, wie man junge Menschen für die Selbsthilfe begeistern und sie integrieren kann. Ich habe bereits einiges versucht, dabei aber festgestellt, dass es recht schwer ist. In unserer Gruppe bin ich mit 40 Jahren der Jüngste. Dann sind die Unterschiede im sozialen Bereich sehr groß. Die Älteren haben ihre Rente, die Jüngeren sind arbeitslos oder auf Arbeitssuche und müssen deshalb auch oft den Wohnsitz wechseln. Beide Gruppierungen haben natürlich unterschiedliche Erwartungen und andere Themen. Junge Leute fordern viel, bringen sich selber aber wenig ein. Es kann aber nicht einer alles machen. Wir müssen stärker vermitteln, dass die Gruppe eine Gruppe ist und alle sich engagieren müssen.



Christian Schuldt, 40 Jahre, aus dem Freundeskreis Grabow im LV Mecklenburg-Vorpommern, alkoholabhängig und ohne Therapie trocken, hat

zu Hause den letzten Entzug gemacht. Er begegnet oft der Meinung, er sei kein richtiger Alkoholiker, da er keine Therapie durchlaufen habe.

Was möchten Sie ganz konkret tun für junge Menschen in den Freundeskreisen bzw. was haben Sie schon umgesetzt?

René Böse: Ich habe im Projekt des Landesverbandes teilgenommen, „Aktion Mensch“. Das war ein Präventionsprojekt mit jungen Menschen. Die Arbeit dort hat mich fasziniert, und es hat mich bestätigt, etwas für junge Menschen zu tun.

Christian Schuldt: Ich habe bereits mit jungen Menschen Kontakt aufgenommen, über die Beratungsstelle und über Präventionsarbeit in einer Fachklinik. So biete ich Gespräche für junge Menschen in der Beratungsstelle an. Kontakte, die ich zu jüngeren Menschen habe, nutze ich und lade sie auch schon mal zur Teilnahme in die Gruppe ein.

Welche Hilfen benötigen Sie für Ihre Arbeit mit jungen Suchtkranken bzw. was war Ihnen besonders hilfreich?

René Böse: Für mich war hilfreich, dass mich der Freundeskreis und die Suchtberatungsstelle unterstützt haben. Hier haben mir auch Mitarbeiter angeboten, Referate zum Thema zu halten und mir Tipps für die Gründung einer Gruppe gegeben. Es ist für mich hilfreich, wenn die Arbeit durch Hauptamtliche mit unterstützt wird und ich so eine Anlaufstelle habe.

Christian Schuldt: Ich finde es hilfreich, dass es den Bundesverband der Freundeskreise gibt. Ich habe dadurch an Seminaren, zum Beispiel am Seminar für junge Suchtkranke in Rotenburg/Fulda, teilnehmen können. Dort habe ich mich mit anderen ausgetauscht und gehört, wie die das machen. Hilfreich wäre für mich, wenn die Ärzte mehr über Suchterkrankung und Selbsthilfe wüssten und

Suchtkranke in die Selbsthilfe vermitteln würden.

Welche positiven und negativen Erfahrungen haben Sie gesammelt?

René Böse: Positiv war für mich wie gesagt, die Unterstützung durch die Hauptamtlichen und die volle Rückendeckung durch den Freundeskreis, insbesondere durch den Vorsitzenden, Dieter Sonnleitner. Der Dieter ist 62 Jahre alt und unterstützt mich sehr. Er stärkt mich darin, an Seminaren teilzunehmen. Die Kosten dafür übernimmt dann der Verein. Weiter unterstützt mich sehr gut der Geschäftsführer des LV, Uwe Wolf. Der ist um die 40 Jahre alt.

Christian Schuldt: Mich bestärkt in meiner Arbeit, dass von Jugendlichen etwas zurückkommt. Nur schade, dass sie wenig Durchhaltevermögen haben. Aufgaben werden nicht zuverlässig übernommen, keiner will Verantwortung übernehmen. Negativ ist, dass Mecklenburg-Vorpommern sehr großflächig ist und die Gruppen soweit auseinander liegen.

Wie sehen Sie Ihre Rolle in den Freundeskreisen in fünf Jahren?

René Böse: Oh je, da hoffe ich, dass die Jugendgruppe noch steht. Es gab bei uns ja schon einmal eine Jugendgruppe, die hat aber leider nicht überlebt. Ich möchte die Gruppe lebendig

halten und auch den Austausch mit anderen Gruppen suchen. Es soll auch nicht nur das Thema Alkohol im Mittelpunkt stehen, sondern es soll immer wieder Neues vermittelt werden und Freizeitveranstaltungen sollen stattfinden.

Christian Schuldt: Ich hoffe, dass das, was ich mit der jungen Gruppe erreichen will, auch eintritt und die Gruppe sich hält. Außerdem möchte ich das, was ich gelernt habe, weitergeben. Ich hoffe auch sehr, dass ich einmal einen Nachfolger finde, der die Arbeit weitermacht.



Gemeinsame Erfahrungen verbinden: René Böse und Christian Schuldt mit dem Flatterband: „Drogen sind Dreck – Du nicht!“

Delegiertenversammlung im bayerischen Niederalteich

Der Bundesverband und der Landesverband Bayern luden ein zur jährlichen Delegiertenversammlung des Bundesverbandes vom 27. bis 29. Mai. Dieser Einladung folgten 41 von 43 Delegierten aus den angeschlossenen Landesverbänden und zahlreiche Gäste aus der großen Freundeskreis-Gemeinschaft. Der Landesverband Schleswig-Holstein war mit drei Delegierten vertreten: Hans Christiansen, Jürgen Bräuer und Rudi Burmester. Unser Landesvorsitzender nahm kurzfristig die Funktion der durch einen Todesfall in der Familie verhinderten Birgit Wenck wahr.

Bei herrlichem Sommerwetter begrüßte der Vorsitzende des Bundesverbandes Rolf Schmidt die Teilnehmer der Delegiertenversammlung und die Ehrengäste aus der Region. Neben den formellen Tagesordnungspunkten waren insbesondere die Satzungsänderungen, die Wahlen der Stellvertretenden Vorsitzenden und die Berichte über die laufenden Projekte Schwerpunkte der Versammlung. Nach dem Tätigkeitsbericht des Vorstandes und der Geschäftsstelle in Kassel und dem Kassenbericht des Kassierers wurde der Vorstand des Bundesverbandes einstimmig von der Versammlung entlastet.

Die Beschlussfassung über Satzungsänderungen umfasste unter anderem im § 4 die Einrichtung einer Schlichtungsstelle, die in strittigen Fragen von Landesverbänden und/oder vom Bundesverband angerufen werden kann.

Der Stellvertretende Vorsitzende Josef (Beppo) Meier und der Kassierer Günter Hoffmann traten nicht wieder zur Wahl an. Zur Wiederwahl als Stellvertretende Vorsitzende stellten sich Walter Gibis und Ilse Bräuer-Wegwerth. Andreas Bosch wurde als weiterer Kandidat aus der Versammlung vorgeschlagen.

Die Wahlen hatten folgendes Ergebnis:

Ilse Bräuer-Wegwerth	41 Ja-Stimmen
Andreas Bosch	39 Ja-Stimmen
Walter Gibis	25 Ja-Stimmen

Auf Befragen des Wahlleiters Hermann Mütz nahmen Ilse Bräuer-Wegwerth und Andreas Bosch die Wahl zum Stellv. Vorsitzenden an. Walter Gibis nahm – nach kurzer Bedenkzeit – die Wahl nicht an.

Die Wahl von zwei weiteren Stellvertretern soll auf der Delegiertenversammlung 2006 für die Restzeit von 2 Jahren erfolgen.

Nach den Informationen über die Aufgaben im Geschäftsjahr 2005 wurde der Finanzplan 2005 vorgestellt. Die Geschäftsführerin Käthe Körtel wies darauf hin, dass es eine Änderung in der Zuwendung der BfA-Mittel ab 2006 geben wird. Nachsorge-, Selbsthilfe-, Global- und Ostmittel werden zusammengefasst in Selbsthilfemittel und sollen nur der Selbsthilfe zur Verfügung stehen. An der Zuwendungssumme durch die BfA wird sich ansonsten und auch für den Bundesverband nichts ändern.

Es folgten die Berichte aus den Arbeitskreisen „Angehörige“, „Öffentlichkeitsarbeit“, „JuMuS“ und „Aus- und Fortbildung“. Die Projekte „Brücken bauen – Junge Suchtkranke“ und „Kindern von Suchtkranken Halt geben“ wurden ausführlich präsentiert. Danach folgten die Berichte aus den Landesverbänden, die zum großen Teil im Jahresbericht 2004 abgedruckt sind.

Die nächste Delegiertenversammlung des Bundesverbandes wird vom 05.–07. Mai 2006 in Potshausen/Niedersachsen stattfinden.

Die langjährigen ehrenamtlichen Mitarbeiter im Vorstand des Bundesverbandes Günter Hoffmann, Beppo Meier und Walter Gibis wurden am Abend in geselliger Runde vom Vorsitzenden Rolf Schmidt und allen Teilnehmern sehr herzlich verabschiedet. Die Geschäftsführerin Käthe Körtel konnte am 15. Mai diesen Jahres ihr 25-jähriges Dienstjubiläum beim Bundesverband begehen und empfing ebenfalls herzliche und anerkennende Worte des Dankes vom Vorstand und allen Anwesenden.

Die diesjährige Delegiertenversammlung fand ihren guten Abschluss beim gemeinsamen Sonntagsfrühstück und einem sommerlichen Donauspaziergang mit guten und freundschaftlichen Gesprächen untereinander.

Jürgen Bräuer
Delegierter des LV Schleswig-Holstein

entnommen aus „Kontakt“, Mitgliederzeitung des LV Schleswig-Holstein, Ausgabe Juli 2005, Heft 89

Franz Stark gestorben

■ Der Bundesverband der Freundeskreise trauert um einen Freund: Franz Stark starb im Alter von 60 Jahren im März d. J. Über Jahre hat er die Arbeit des Bundesverbandes als Delegierter des Landesverbandes Baden mit geprägt. Seiner Frau und seinen Kindern gilt unser Mitgefühl.

„Hilfe für Medikamentenabhängige“

Interessante DHS-Tagung in Berlin



Der Bundesverband der Betriebskrankenkassen (BKK BV) und die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) führten in Kooperation mit den Selbsthilfe- und Abstinenzverbänden das Projekt „Frauen – Medikamente – Selbsthilfe“ durch. Darauf basierte die Tagung „Hilfe für Medikamentenabhängige“ im dbb forum berlin. Vom Bundesverband nahmen die stellvertretende Vorsitzende Ilse Bräuer-Wegwerth und Ute Krasnitzky-Rohrbach, die auch beim Projekt mitgearbeitet hatte, teil.

Zu Beginn erläuterte Dr. Alfons Schröer vom BKK-BV, dass 16,8 Prozent der BKK-Gesamtausgaben durch Fehlgebrauch und Abhängigkeitsgebrauch von Medikamenten entstünden und Rolf Hüllinghorst, Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen, forderte, die Situation für Medikamentenabhängige weiter zu verbessern.

Dr. Katrin Janhsen von der Universität Bremen sprach von ca. 1,4 bis 1,9 Millionen medikamentenabhängigen Menschen und schätzte damit deren Zahl höher als die der Alkoholabhängigen ein. Es gibt rund 40.000 zugelassene Medikamente, wobei 90 Prozent der verbrauchten Medikamente auf nur 2.000 Präparate entfallen.

Karin Mohn, Leiterin des Medikamentenprojekts bei der DHS, und Elke Frinker, Projektmitarbeiterin vom Blauen Kreuz Hannover, wiesen insbesondere auf die Notwendigkeit von Selbsthilfegruppen für Medikamentenabhängige hin. Im Rahmen des Projektes haben sich fünf neue Selbsthilfegruppen für Medikamentenabhängige gebildet.

Nach Gabriele Jeuck, Frauensuchtberatungsstelle F.A.M., stellen niedrigdosis-abhängige Frauen, die im Alltag kaum auffallen, die Hauptgruppe der Medikamentenabhängigen dar. Sie haben in der Regel wenige Informationen über das Suchtmittel und entwickeln kaum ein Bewusstsein dafür, dass sie unter einer Abhängigkeit leiden. Medikamentenabhängige Frauen schätzen die unauffällige Stille, sie haben das Bedürfnis zu funktionieren. Ein „Kick“ wie bei anderen Süchten ist nicht erwünscht.

Dr. Rüdiger Holzbach stellte seine spezielle Arbeit mit Medikamentenabhängigen in den Westfälischen Kliniken Lippstadt dar. Für die Mitarbeiter/innen gibt es hier besondere Qualifizierungsmaßnahmen.

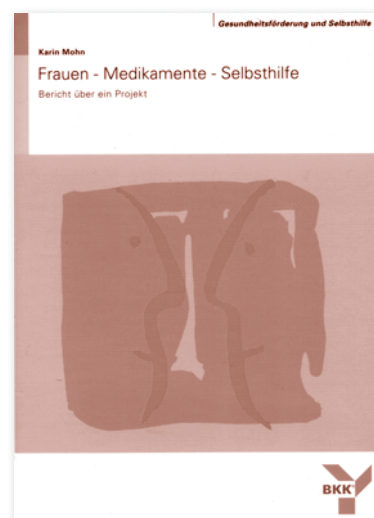
Dr. Hans-Jürgen Rumpf, Klinik für Psychiatrie der Medizinischen Universität zu Lübeck, sprach zum Thema „Medikamentenabhängigkeit im Allgemeinkrankenhaus“.

Zum Thema „Medikamentenmissbrauch und -abhängigkeit in Allgemein- und Hausarztpraxen“ ging Prof. Dr. Ulrich Schwantes, Charité – Universitätsmedizin Berlin und gleichzeitig niedergelassen als Hausarzt – auf die konkrete Situation der Hausärzte ein. Wichtig ist ihm der direkte Kontakt zu seinen Patienten. Er schlägt dazu vor, die Patienten längerfristig zu begleiten und intensive Gespräche zu führen. Behandlung soll durch die konkrete Einbeziehung des Patienten erfolgen. Sie sollen dabei selbst Ziele festlegen, kleine Ziele, die sich schrittweise umsetzen lassen. Die Patienten fühlen sich wertgeschätzt. Der Hausarzt kann somit eine weitestgehend medikamentenfreie Verordnung anstreben.

Zum Abschluss der Tagung berichtete die Drogenbeauftragte der

Bundesregierung, Marion Caspers-Merk, dass in der Ausbildung junger Ärzte Sucht jetzt ein wichtiges Thema geworden ist. Weiter soll durch die neuen Hausarzt- und Hausapothekenmodelle Transparenz und Informationen über das Verschreibungsverhalten erlangt werden. Dieses Ziel verfolgt auch die Einführung der elektronischen Gesundheitskarte (auch für Rezepturen). Auch das Präventionsgesetz ist hilfreich, weil es die Steigerung der Selbstverantwortung der Patienten vorsieht. Caspers-Merk sieht außerdem die Notwendigkeit einer breiten Informationskampagne über Medikamentenabhängigkeit.

Ilse Bräuer-Wegwerth
und Ute Krasnitzky-Rohrbach



„Frauen – Medikamente – Selbsthilfe“

Der im Wirtschaftsverlag unter der ISBN 3 – 86509 – 255 – 1 erschienene Projektbericht gibt weitere Informationen zum Thema und zu den einzelnen Inhalten des Projektes. Er enthält darüber hinaus eine sehr ausführliche Literaturliste und kostet 10 Euro im Buchhandel.

Die Freundeskreise auf dem Evangelischen Kirchentag in Hannover



Foto: Dieter Rohrbach

Die neue Präsentationswand: „Trocken ein neues Lebensgefühl“ mit Tisch und Ständer für Info-Material

Vom 25. bis 29. Mai fand in Hannover der 30. Deutsche Evangelische Kirchentag statt.

Auf dem „Markt der Möglichkeiten“ präsentierten sich 790 kirchliche und soziale Einrichtungen und Organisationen.

Auch die Freundeskreise waren dabei. Zusammen mit dem Gesamtverband für Suchtkrankenhilfe, dem Blauen Kreuz der evangelischen Kirche und dem Blauen Kreuz Deutschland, alle vereint unter dem Dach der Diakonie, informierten wir an drei Tagen die Besucher über die Möglichkeiten der Suchtkrankenhilfe.

Donnerstag, 26. Mai

Mit Spannung erwarten wir ab zehn Uhr die ersten Interessenten. Wir, das sind Ute-Krasnitzky-Rohrbach und Claudia Lorenz vom Bundesverband, Gundula Begemann, Regionalleiterin der Region 5 des LV Niedersachsen, Jutta Schmidt vom Freundeskreis Synergie in Hannover und Evelin Scheiben vom Seelzer Freundeskreis '90.

Zunächst beobachten wir die vorbeiziehenden Besucher und ihre Reaktionen.

Ein junger Mann schlendert langsam vorbei, wirft aus dem Augenwinkel einen Blick auf unseren Stand. Nach 20 Metern dreht er um, nimmt nun schon Blickkontakt auf. Beim dritten Mal wagt er es endlich, näher zu kommen und einen Blick auf unsere Broschüren zu werfen. Ein vorsichtig formuliertes Gesprächsangebot nimmt er dann gern wahr.

Einige haben Schwierigkeiten, sich zu outen und fragen „für einen Freund“. Das ist mir aus meiner eigenen Vergangenheit sehr vertraut.

Eine junge Frau, die interessiert in den Broschüren blättert, kommt nach zwei Minuten zurück und sagt: „Es lässt mir keine Ruhe, ich muss euch unbedingt etwas erzählen. Ich bin Alkoholikerin und mit Hilfe der Selbsthilfegruppe seit zwei Jahren trocken. Ich habe mich noch nie öffentlich dazu bekannt. Ihr seid die ersten, denen ich das erzähle. Die Selbsthilfe ist eine wunderbare Einrichtung!“ Beim Abschlussgottesdienst am Sonntag treffen wir diese junge Frau unter 150.000 Menschen – ein kleines Wunder dieses Kirchentages.

Freitag, 27. Mai

Heute sind wir zu dritt. Sigried Schmidt vom Freundeskreis Blomberg reiste zu unserer Unterstützung an.

Der Tag beginnt schon irgendwie anders. Die Atmosphäre ist lockerer, gelöster, die Besucher sind offener und gesprächsbereiter. Viele Angehörige, aber auch Betroffene suchen das Gespräch. Sogar einige

Kinder und Jugendliche nehmen sich verlegen eine Angehörigen-Broschüre. Pastoren, Lehrer, Sozialarbeiter und andere beruflich Interessierte decken sich mit Info-Material ein. Am Nachmittag bekommen wir Besuch vom Ehrenvorsitzenden des LV Niedersachsen, Johann Duin.



Foto: Jutta Schmidt

Standpersonal: Jonny Duin, Evelin Scheiben, Sigried Schmidt, Ute Krasnitzky-Rohrbach (v.l.)

Als sich um 19 Uhr die Tore der Halle schliessen, sind wir ziemlich geschafft, aber auch sehr zufrieden mit dem heutigen Tag.

Samstag, 28. Mai

Heute geht es etwas ruhiger zu. Da wir uns am Stand abwechseln, haben wir nun auch die Möglichkeit, uns in der Halle umzusehen. Es ist erstaunlich, wie viele soziale Projekte im In- und Ausland, insbesondere in den Entwicklungsländern, von der Kirche initiiert und unterstützt werden. Allen, die mit der Kirche nichts am Hut haben, sei empfohlen, sich einmal darüber zu informieren.

Auf dem Kirchentag herrscht eine besondere Atmosphäre, die man kaum beschreiben kann, sondern erleben muss. Überall auf dem großen

Gelände wird gesungen, alle Menschen gehen freundlich miteinander um, ich fühle mich aufgenommen in eine große Gemeinschaft. Es wäre schön, etwas von diesem Frieden mitnehmen zu können in den Alltag.

Um 17 Uhr schließt der „Markt der Möglichkeiten“. Mit der großen Unterstützung von Dieter Rohrbach ist der Stand schnell wieder abgebaut und mit den restlichen Materialien im

Auto zum Transport nach Kassel verstaubt.

Wir blicken auf drei anstrengende, aber auch sehr schöne und erfolgreiche Tage zurück. Die Zusammenarbeit hat viel Spaß gemacht, wir haben viele Menschen erreicht. Nun freuen wir uns auf den nächsten Kirchentag 2007 in Köln.

Evelin Scheiben, Seelzer Freundeskreis 90



Am Kirchentagsstand: Evelin Scheiben, Jutta Schmidt, Ute Krasnitzky-Rohrbach, Gundula Begemann, Claudia Lorenz (v.l.)

■ „Katze statt Kater“ – ein Extra-Faltblatt für den Kirchentag: Die Verbände Blaues Kreuz in Deutschland e. V., Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche – Bundesverband e. V., Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe e. V. und Gesamtverband für Suchtkrankenhilfe im Diakonischen Werk der EKD e. V. hatten das Blatt gemeinsam konzipiert. Es enthält Informationen zur Abhängigkeit, wie sie entsteht und welche Auswirkungen sie auf Familien haben kann. Daneben gibt es Hinweise, was man dagegen tun kann.

Restposten dieses Faltblatts sind noch über die Geschäftsstelle, Tel. (05 61) 78 04 13 oder mail@freundeskreise-sucht.de zu haben. Einzelexemplare sind kostenlos. Bei Anforderungen über 10 Exemplaren bitten wir um eine Schutzgebühr in Höhe von 0,10 Euro pro Exemplar (zzgl. Porto und Verpackung).



Deutscher Evangelischer Kirchentag ist ...

... Forum des Dialogs
... Fest der Begegnung
... Glauben, Gemeinschaft, Großereignis
... im Jahr 2007 zu Gast in Köln

»In Freiheit beitehen« hieß die Kirchentagslosung vor 40 Jahren in Köln. So wie das Treffen 1965 »evangelische Zeitanlage« war, wird auch beim 31. Deutschen Evangelischen Kirchentag vom 6. bis 10. Juni 2007 in Köln im Mittelpunkt stehen, was die Menschen bewegt, was für Christinnen und Christen an der Zeit ist – über die Grenzen der Konfessionen und unseres Landes hinaus. Auf Wiedersehen in Köln – so Gott will und wir leben!

Dr. Reinhard Höppner, Magdeburg
Kirchentagspräsident 2007



Köln ist...

... Karneval und Kamelle
... Metropole und Medienstadt
... Klüngel, Kölsch und Kultur
... Kirchentagsstadt 2007

Nach Köln am Rhein lade ich Sie im Namen der vielfältigen Evangelischen Kirche im Rheinland herzlich ein. Genießen Sie kölsche Willkommlichkeit und Gastlichkeit. Erleben Sie Begegnung und Begeisterung in einer pulsierenden Stadt. Lassen Sie sich anstecken von rheinischer Frömmigkeit und Fröhlichkeit. Ich freue mich auf Sie – vom 6. bis 10. Juni 2007 in Köln!

Nikolaus Schneider, Düsseldorf
Präses der Evangelischen Kirche im Rheinland



Einladung zum Kölner Kirchentag:
6. bis 10. Juni 2007

Der Kirchentag in Zahlen

■ Da kann man nur staunen: Es kamen 1,2 Millionen Besucher zu 3.000 Veranstaltungen an 800 Veranstaltungsorten. Allein am „Abend der Begegnung“ waren es 370.000. Es gab 105.000 Dauerteilnehmer, Durchschnittsalter 36 Jahre. 59 Prozent der Teilnehmer sind weiblich, 8 Prozent katholisch. 3.364 ausländische Teilnehmende kamen aus 87 Ländern, der jüngste war zwei Monate alt und am weitesten angereist, nämlich aus Australien. 35.000 Menschen schliefen in Schulen, 12.000 in privaten Betten. 7.731 Mitwirkende waren Garanten für die Vielfalt beim Markt der Möglichkeiten, 2.700 Pfadfinder waren im Einsatz, an Helfer und Hauptamtliche des Kirchentages wurden 73.000 warme Mahlzeiten ausgegeben. 80.000 Schals „Kirchentag für Klimaschutz“ fanden Abnehmer. Quelle: Evangelische Zeitung, Extraausgabe „Kirchentag“ vom 29. Mai 2005

Frauentag in Baden: Rückfallgefahr durch Alltagsstress und Überlastung

■ Ein Erlebnis der besonderen Art – so empfand ich den 9. Frauentag des Landesverbandes Baden im Juli 2005 in Bad Herrenalb. Für mich war es der dritte Frauentag, an dem ich teilnehmen konnte, und ich freute mich darauf, viele inzwischen vertraute und lieb gewonnene Frauen wieder zu sehen. Dafür wollte ich gerne in Kauf nehmen, dass wieder ein Wochenende für die Freundeskreisarbeit weg war und dass ich mich mit einem heiklen Thema beschäftigen sollte. Wie gern verdränge ich den Gedanken an den Rückfall und den Appell an die persönliche Verantwortung.

Als Co-Abhängige stolpere ich regelmäßig über meine „alten Verhaltensmuster“. Deshalb beschloss ich auch, es langsam angehen zu lassen und reiste zusammen mit zwei anderen Frauen aus meiner Gruppe bereits am Abend zuvor an. Andere Teilnehmerinnen hatten dies genauso gemacht, und so war der Abend bereits erfüllt mit herzlichen Umarmungen, wertvollen Begegnungen und unserer selbstverständlichen Mithilfe bei den letzten Vorbereitungen. In netter Gesellschaft half ich beim

Befüllen von Lavendelsäckchen. Dabei gab es reichlich Gelegenheit, um Erfahrungen, Meinungen und Gedanken auszutauschen. Es wurde gelacht und sogar gesungen. Und wenn Lavendel nur halb so entspannend wirkt, wie ihm nachgesagt wird, dann regt mich in diesem Jahr so schnell nichts mehr auf.

Sehr zufrieden startete ich am nächsten Morgen in den eigentlichen Frauentag und lernte ganz nebenbei: Erfahrung schützt vor Irrtum nicht! Nach Stehkafee, besinnlichem Flötenspiel, Begrüßung und Tageseinstimmung folgte nicht das sonst übliche Referat, sondern eine Kurzeinführung in die verschiedenen Workshops, die übrigens allesamt von Frauen aus den Freundeskreisen angeboten wurden:

Es gab meditative Körperübungen, Atmen für die Seele, Mandalamalen und die Kraft der Farben zu entdecken. Außerdem bestand die Möglichkeit, Märchen für Erwachsene zu lauschen sowie Entspannung und Lebendigkeit durch Trommelklänge zu erfahren. Die Qual der Wahl war groß und bewies mir einmal mehr, dass

auch ein Zuviel des Guten stressen kann. Im Alltag verliere ich schnell das Gefühl für meine eigenen Bedürfnisse.

Mich lockten die Trommeln und die Ausstrahlung der Leiterin dieses Workshops. Ich hatte Waltraud bereits am Vorabend erleben dürfen. Etwas enttäuscht war ich zunächst darüber, dass ich nicht selbst die Sticks in die Hand nehmen durfte, weil ich bereits die wildesten Phantasien davon hatte, wie ich all meine Emotionen aus mir heraus trommeln wollte. Weit gefehlt! Was ich erleben durfte war faszinierend: Stück für Stück, Schlag für Schlag eine meditative Forschungsreise tief in mich hinein, zu meinen Gefühlen ebenso zu meinen Blockaden. Dies war Körperarbeit pur und die begann weit vor dem Trommelspiel, nämlich indem wir unseren ganzen Körper mit einer Art Klopfmassage vorbereiteten. Sehr beeindruckt und innerlich vibrierend hatte ich hinterher etwas Mühe, mich zu erden, als ich mich vom aufgeregten Geschehen zum Mittagessen begeben wollte.

Frisch gestärkt tauschten wir dann in Kleingruppen

unsere Erfahrungen aus und knüpften an unser aller Thema an. Immer wieder spürte ich die Begeisterung und Freude – und ein allgemeines Bedauern darüber, dass ich nicht mehrere Workshops ausprobieren konnte.

Abschließend gab es Kaffee und Kuchen, ein interessantes Referat zur Salutogenese (Konzentration auf das, was uns gesund hält und nicht auf das, was uns krank macht) und den schon bekannten Abschied mit der „Sonnenblumenübung“. Dieses Ritual ist mir sehr ans Herz gewachsen und bewegt mich jedes Jahr aufs Neue.

Es berührt mich, wenn ich die Gemeinschaft, in der ich geborgen war, loslassen muss, um in meinen Alltag zurück zu kehren. Alles in Allem war es ein wirklich toller Tag, an dem es gut gelungen ist, Traditionelles mit ganz Neuem zu verbinden. Auf diesem Wege ein herzliches Danke an alle Verantwortlichen! Schon heute wärmt mich die Vorfreude aufs nächste Jahr, in dem es sogar ein Frauenwochenende werden soll. Endlich!

Christina Welzel



Foto: stockbyte

Aus den Landesverbänden

„Wir brauchen Menschen, die im anderen den Bruder oder die Schwester als Geschöpf Gottes sehen“

25-jährige LV-Jubiläumsfeier

■ Im August 2005 feierte der Landesverband Niedersachsen (LV) in Sulingen sein 25-jähriges Jubiläum. Wir konnten uns über die Teilnahme von rund 250 Gästen freuen – darunter auch Vertreter aus anderen LVs, dem Bundesverband und der befreundeten Selbsthilfe- und Abstinenzverbände Blaues Kreuz, Guttempler und Kreuzbund.

Das Programm war inhaltsreich – aber auch kurzweilig durch die Auftritte der Chöre aus Lessen und Rehden sowie der Landjugend Asendorf. Vom Shanty bis zur Discomusik mit Tanzeinlagen war für jeden Geschmack etwas dabei.

Viele Ehrengäste konnten wir begrüßen: Neben unserem Ehrenvorsitzenden Johann Duin auch Direktor Henning Brandes vom Diakonischen Werk Hannover, Wolfgang Bartels von der Landesstelle gegen die Suchtgefahren, Walter Lehmann von der Ländlichen Erwachsenenbildung (LEB), Wolfgang von Lessen vom Landkreis Diepholz, Ortwin Stieglitz, Bürgermeister der Gemeinde Varrel, die Bürgermeisterin Ingrid Jantzon von Sulingen, Irene Huth von der AOK sowie Georg Wiegand von der LVA. Carl-Heinz Hack, langjähriger Vorsit-

zender des LV und des Bundesverbandes, zeigte uns ausführlich die Entwicklung der Freundeskreise von den Anfängen bis heute auf: In den Jahren 1975/76 trafen sich bereits Freundeskreise aus Ostfriesland, dem Osnabrücker Land, aus Moor- merland, Wolfenbüttel, Braunschweig, der Grafschaft Bentheim und dem Emsland zum Austausch und überlegten Möglichkeiten einer Zusammenarbeit in Niedersachsen. Sie wollten eine Gemeinschaft, bei der sich keiner zur Abstinenz schriftlich verpflichten musste, sondern in der die Abstinenz eigenverantwortlich gelebt wird, bei der die Mitglieder keiner bestimmten Glaubensrichtung angehören mus-

sten, sondern verantwortlich mit ihren Mitmenschen im Sinne der Nächstenliebe umgehen.

Drei Schwerpunkte hatte die Arbeit damals, die auch heute noch aktuell sind: Einmal ist es die Ausbildung von Gruppenleitern, bei der wir heute durch die LEB unterstützt werden. Zweitens die Frauenarbeit: Erste Frauenbeauftragte war Annelie Stroschke, später war es lange Jahre Helga Losch. Zahlreiche Seminare „Frauen helfen Frauen“ wurden bis heute durchgeführt. Drittens die Öffentlichkeitsarbeit: Wir hatten schon relativ früh eine eigene Mitgliederzeitung, die erst von Ewald Maatmann (der auch eine Zeitlang Vorsitzender des Landesverbandes war), später von Rolf Becker und jetzt von Heinz von Frieling betreut wird. Mit dem jetzigen Vorsitzenden Hermann Mütz ist es weiter gelungen, auch zwei Freundeskreise im holländischen Groningen mit in „unser Boot“ zu holen. Heute haben wir insge-

samt 83 Freundeskreise und 125 Gruppen. Wichtig bleibt für uns die gute Zusammenarbeit mit den anderen Landesverbänden und dem Bundesverband. Gemeinsam wollen wir unserem Leitbild treu bleiben und versuchen, unsere Gruppen für junge Menschen nach dem Motto „Brücken bauen“ zu öffnen und die Arbeit für Frauen und für Angehörige weiter fördern.

Die Feier klang am nächsten Tag mit einem Gottesdienst in der St. Marienkirche in Varrel aus, der von Landessuperintendentin Doris Jansen-Reschke und Pastor Siegfried Land gestaltet wurde.

Für den Landesverband bedanke ich mich hiermit nochmals sehr herzlich beim FK Sulingen – insbesondere bei den Organisatoren Gerd Korte, Brigitte Schmidt und unserem Sulinger Rolf Schmidt – für das gelungene und schöne Fest.

Heinz von Frieling



Vorsitzener Hermann Mütz und Rolf Schmidt, Vorsitzender des Bundesverbandes

SCHLESWIG-HOLSTEIN

Ilse Bräuer-Wegwerth verabschiedet sich aus dem Vorstand des LV

■ Im Februar verabschiedete sich Ilse Bräuer-Wegwerth als Vorsitzende der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe des Landesverbandes Schleswig-Holstein e. V. 150 Freunde, Freundinnen und Gäste waren gekommen, um sich bei ihr für die vielen Jahre in der Vorstandsarbeit – erst als Schriftführerin, dann als Vorsitzende – zu bedanken. Rolf Schünemann zählte auf, in welchen Gremien und Arbeitskreisen sie die Schleswig-Holsteiner Freunde vertreten hat. Lang anhaltender Applaus, Blumen und kleine Geschenke vom neuen Vorstand des Landesverbandes und von den anderen Verbänden, die durch ihre Vorsitzenden ebenfalls vertreten waren, machten deutlich, dass Ilse Bräuer-Wegwerth auf Landesebene nicht nur bei den Freundeskreisen, sondern auch bei den anderen Selbsthilfeverbänden und den Fachausschüssen sehr beliebt ist und dass sie alle vermissen werden. Auf Wunsch des Vorstandes wurde Ilse zur Ehrenvorsitzenden ernannt.

„Liebe Ilse, ich möchte Dir noch ganz persönlich danken. Ich bin froh darüber, dass wir uns begegnet sind, und dass wir mitein-

ander im Vorstand gearbeitet haben. Ich werde nicht vergessen, dass du immer ein offenes Ohr für mich hattest – egal, wann ich bei dir anrief. Deine Offenheit und Deine Ehrlichkeit waren ganz wichtig für mich. Alles, was Du gemacht hast – man sagt, es ist ein Ehrenamt. Aber ich würde, wenn ich einen Hut tragen würde, ihn jetzt abnehmen. Hut ab vor Dir und Deinem Engagement!“ (Rudi Burmester, Neuer Vorsitzender des LV Schleswig-Holstein)

„Als wir erfuhren, dass Du nicht mehr als Vorsitzende kandidieren wolltest, war ich sehr traurig. Wir haben beide danach ein langes Gespräch geführt und Du bist mit Entschiedenheit bei dem Entschluss geblieben. Du hast mir deutlich gemacht, dass alle im Vorstand auf Deinen Entschluss vorbereitet sind. Jeder auf seine Weise wird „Deine Schuhe tragen und damit auch laufen können“ – die Arbeit wird gut weitergehen. Menschen wie Du können denen einen

neuen Blickwinkel schenken, die vom Leben bitter enttäuscht sind und diese Welt ein wenig freundlicher und lebenswerter machen. Danke Ilse – Schön, dass es Dich gibt.“

Hermann und Roswitha,
Freundeskreis Schlosskirche
Ahrensburg



Rudi Burmester, Ilse Bräuer-Wegwerth und Rolf Schünemann

BLOMBERG

Freundeskreis Blomberg macht mit beim neuen Präventionsprojekt

■ „Alktours – Mit neuen Augen sehen“ ist der Titel eines neuen Präventionsprojektes zum Umgang mit der Volksdroge Nr. 1 – dem Alkohol. Ziel dieses Projektes ist es, vor den Gefahren der Abhängigkeit ohne den erhobenen Zeigefinger, aber mit Elementen aus der Erlebnispädagogik zu warnen.

Zu diesem Zweck hatten Sozialarbeiter der Stadt Detmold, die Fachstelle für Suchtprävention Lippe, das Kriminalkommissariat Vorbeugung, die AOK Lippe, das Jugendamt und der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe in Blomberg ein Konzept ausgearbeitet.

In sechs Lernstationen konnten die rund 240 Schülerinnen und Schüler einer integrativen Gesamtschule, alle um die 14 Jahre alt, ihr Wissen um

Alkohol und dessen Wirkung überprüfen und erweitern.

Es gab anschauliche Übungen, wie zum Beispiel die Fahrt auf einem Bobbycar, die sich mit einer die Sicht trübenden „Suchtblille“ sehr schwierig gestaltete.

Ein weiterer Schwerpunkt waren die Übungen, die den Teamgeist der Teilnehmer/innen förderten und stärkten, zum Beispiel „Rauch der Sinne“, vergleichbar mit dem „Blinde Kuh-Spiel“, wo es um die Schärfung der Sinne und um Vertrauensaufbau ging. Interessant war auch die Darstellung von Begriffen zum Thema „Alkohol und Sucht“.

Von den Mitgliedern unseres Freundeskreises waren die Jugendlichen interessiert zu erfahren, wie diese die eigene Sucht erlebt haben.

Es ist geplant, den Suchtparcours auch noch in anderen Schulen in Lippe durchzuführen, und es gibt bereits etliche Anfragen dazu.

Rolf Schmidt



Beim Spiel „Rauch der Sinne“ geht es um den Aufbau von Vertrauen

NÜRNBERG

Triathlon 2005 – Freundeskreis Nürnberg mitten drin!



Die Staffel des Freundeskreises bei der Siegerehrung

■ Beim diesjährigen Quelle-Challenge in Roth, Anfang Juli, war der Freundeskreis Nürnberg wieder mit von der Partie – wie auch letztes Jahr mit einem Stand auf dem so genannten „Expo-Gelände“ des Triathlonparks, mit einer Freundeskreis-Staffel und als fleißige Helfer in den Wechselzonen der Staffeln.

Unser Informationsstand befand sich im Inneren der Expo-Halle. Die Besucher hatten eine ordentliche Portion Neugier mitgebracht, und so fanden unsere Infobroschüren guten Absatz. Im Laufe der drei Tage wurden interessante Gespräche geführt sowie Tipps und nützliche Adressen weitergegeben.

Die Sportler der Staffeln, die in den Wechselzonen vom Freundeskreis betreut wurden, waren einhellig der Meinung, dass alle Helfer beim Triathlon in Roth ein dickes Lob verdient hätten. Eine Aner-

kennung, die die Strapazen beim Ausschneiden von Tee, Wasser, Cola und Apfelschorle, beim Schmierem von 1.500 Brötchen, beim Schneiden von Apfelmassen, Wassermelonen, Bananen, Kiwis und Reiskuchen, beim Anpreisen von Joghurt und Isogetränken sowie beim Öffnen

von 700 (!) Gurkengläsern, fast vergessen ließen.

Der größte Hit am Wettkampfsamstag war unsere Staffel, die unter der Freundeskreisfahne startete. Mit Ernst Sameth als Schwimmer, Peter Keller als Radfahrer und Werner Bruns als Läufer hatten es sich die Männer zur Aufgabe gemacht, besser zu sein als letztes Jahr, was ihnen mühelos gelang. In der Gesamtwertung schon auf einem überragenden 12. Platz landeten die Freundeskreisleute in der Wertung der Quelle Challenge Trophy auf dem sensationellen ersten Platz. Damit hatte keiner gerechnet, was unseren Jubel im überfüllten Triathlonstadion aber nicht weniger laut ausfallen ließ! So war es wieder – nach 2004 – ein gelungenes Triathlon-Wochenende mit viel Sport, viel Enthusiasmus und viel Spaß!

Christine Rother

PREUßISCH-OLDENDORF

Fußball-Hallenturnier der Freundeskreise: Die schönste Nebensache der Welt



Karl-Heinz Wesermann bei der Überreichung des Schecks

■ Bereits zum 16. Mal richtete der Freundeskreis Preußisch Oldendorf das traditionelle Fußball-Hallenturnier der Suchtkrankenhilfe aus. Dieses Mal hatten wir einen neuen Teilnehmerrekord: Zwölf Mannschaften nahmen teil, die weiteste war aus Bayern angereist. In dieser spielte auch unser Ansprechpartner für JuMuS und neu gewählte stellvertretende Vorsitzende, Andreas Bosch, mit. Am Ende siegte das Krankenhaus Lübbecke über den Freundeskreis Remscheid mit 1:0.

„Dieses sportliche Ereignis ist ein ganz besonders gutes Aushängeschild dafür, dass es sich lohnt, seine Sucht zu besiegen und eine zufriedene Abstinenz anzustreben. Was einmal klein und mehr oder weniger intern begann, ist heute zu einem Ereignis der besonderen Art geworden“, sagte Rolf Schmidt, der Vorsitzende

des Bundesverbandes. Dieter Schmidt-König von der Suchtberatungsstelle des Sozialpsychiatrischen Dienstes im Gesundheitsamt Lübbecke meinte: „Dieses Fußballturnier beweist einmal mehr das besondere Engagement in der Suchtarbeit.“ Manfred Pallentin vom Diakonischen Werk im Kirchenkreis Lübbecke sprach in seinem Grußwort davon, dass „seit jeher Menschen an Problemen des Alltags, wie dies zur Zeit Themen wie Hartz IV sind, verzweifeln. Freundeskreise geben jedoch bei Suchtproblemen Hilfe. Sie packen die Dinge an und geben nicht auf. Sie helfen denjenigen, die ihre Hilfe benötigen.“

Reinhard Rabenhorst, stellvertretender Vorsitzender des LV Nordrhein-Westfalen, spendierte einen neuen Wanderpokal.

Karl-Heinz Wesermann

WESTALLGÄU

Familienfreizeit an der Ostsee

■ Zehn (Ehe-)Paare und fünf Kinder nahmen an der Familienfreizeit des Freundeskreises Westallgäu an der Ostsee in Brothen bei Travemünde teil. Bei der vom Therapeutenhepaar Eva-Maria und Endrik Marischka geleiteten Freizeit arbeiteten wir in zwei Kleingruppen von je fünf Paaren. Die Kinder wurden während dieser Zeit liebevoll betreut von Conni.

Zunächst formulierten wir unsere individuellen Ziele und die der gesamten Gruppe:

- mehr Gefühle zeigen,
- mehr mitreden,
- sich besser durchsetzen,
- über Schuldgefühle reden,
- mehr Zeit nehmen für den Partner,
- besser zuhören,
- mehr Zeit einfordern,
- ein gemeinsames Projekt finden.

Als erstes arbeiteten wir am Thema „Geduld“ und lernten, dass Ungeduld zu Enge und Stress führen kann und Spannungen aufbaut, während Geduld mit Aushalten und Verzicht können zu tun hat, mit Gelassenheit und Abwarten. Dann beschäftigten wir uns mit der „Angst vor Klarheit“. Dabei machte ich für mich wichtige Erfahrungen: Ich traute mich, über das ständige Kreisen meiner Gedanken um all meine persönlichen Defizite, mein vergleichen des Denken mit der gleichzeitigen Abwertung meiner Person zu sprechen. Es fällt

mir schwer, mich so anzunehmen, wie ich bin. Darauf führe ich zurück, dass ich unsicher bin im Umgang mit anderen und mich zurückziehe. All das macht mich traurig und hoffnungslos. Morgens ist dieses Gefühl schier unerträglich, erst gegen Abend hellt sich meine Stimmung auf. Dabei flossen auch wieder viele Tränen.

In einer Übung sagte mir jeder einzelne Gruppenteilnehmer, was er an mir gut findet. Ich musste dabei jedem in die Augen sehen und erwidern: „Danke, ich glaube Dir.“ Ich machte die Erfahrung, dass ich das eine oder andere durchaus annehmen konnte, wenn ich einen echten Bezug zu mir herstellen konnte. Andere Rückmeldungen tat ich als Schmeichelei ab, wobei ich mir aber nicht sicher bin, ob ich dabei dem jeweiligen Gegenüber nicht unrecht getan habe und meine negativen Gefühle ganz andere Hintergründe haben. Interessant war auch die Auseinandersetzung mit dem Thema Dominanz. In einer Paarbeziehung traf er dominant fast alle Entscheidungen allein, und war gleichzeitig verwundert darüber, warum seine Frau oft so weinerlich sei und so wenig Selbstbewusstsein habe. Beide waren bereit, sich diesem Problem durch aktives Zuhören und Nachdenken über das Gehörte zu stellen, und es war schon auf der Freizeit zu beobachten, wie es der Frau besser ging.

Nicht zuletzt haben wir hoffentlich alle erkannt, wie wichtig es für ein Paar ist, dass es das WIR stärkt.

Jutta Wagner

REUTLINGEN

Jubiläum beim Freun- deskreis Reutlingen

■ Fünf ehrenamtliche Mitarbeiter des Freundeskreises Reutlingen wurden für ihre 20-jährige Mitarbeit und Abstinenz im April bei einem Jubiläumskaffee geehrt. Die Vertreterin des Vorstands für den Bezirks CIII, Annelene Fink, verlas die Urkunden, und überreichte sie den fünf Jubilaren mit der goldenen Nadel für ihre 20-jährige Mitgliedschaft. Danach überreichte sie jedem ein kleines Geschenk der Geschäftsstelle in Laichingen.

Der Regionalvertreter Hans Peter aus Münsingen beglückwünschte die Jubilare. Er erinnerte daran, dass diese Mitarbeiter die Freundeskreise der Region III beim Aufbau unterstützt haben. Außerdem haben sie den Frühlingsball und den Regionswandertag eingeführt. Danach gab es auch ein kleines Geschenk von Hans Peter. Der Freun-

deskreis Reutlingen dankte den Jubilaren ebenfalls herzlich mit Geschenken.

Der Freundeskreis Reutlingen feiert zwei Mal im Jahr einen Jubiläumskaffee. Die Mitglieder, die jeweils ein Jahr abstinente gelebt haben, richten diese Feier aus. Sie findet dann immer dienstags anstelle des Gruppenabends statt. Die Tafel ist für rund 50 Personen feierlich geschmückt. Nach der Begrüßung und einer Andacht werden die Jubilare geehrt.

Von einem Jahr bis zu 24 Jahren reicht die Zeit der Abstinenz. Ein gemeinsames Gebet bildet den Abschluss dieser Feier.

Das Ehepaar Votteler lebt seit 49 Jahren abstinente, beide haben vielen Alkoholkranken in und um Reutlingen geholfen. Auch ihnen wurde herzlich gedankt.

Peter Fahrenholz



von links: Gründerehepaar des FK Reutlingen Karl und Ruth Votteler
Jubilare: Hans-Jürgen Schulz, Ehepaar Bruno und Ute Nübling, Ehepaar Irmgard und Franz Goltz; Freundeskreisleiter Ruth und Peter Fahrenholz

GOCH

Information beim Notfalltag



■ Mitglieder des Freundeskreises haben wieder einen Stand aufgebaut und bieten Informationen und Broschüren über Sucht und Selbsthilfe an – diesmal in der Stadthalle Kleve beim Notfalltag.

VOGELSBERG

Walter und Marianne Weitzel für 25-jähriges Engagement geehrt

■ Für die Jahreshauptversammlung des Freundeskreises Vogelsberg dachten sich die Mitglieder eine besondere Überraschung für den Vorsitzenden Walter Weitzel und dessen Ehefrau Marianne aus.

des neuen Dekanates vertreten.

Suchthelfer aus dem Freundeskreis beraten mittwochs in der Suchthilfe in Alsfeld und in Lauterbach.

Heinrich Lerch

Für ihr bereits über ein Viertel Jahrhundert andauerndes Engagement gab es eine kunstvoll verzierte Torte, eine Jubiläumsuhr und eine Urkunde, die der Vorsitzende des Landesverbandes Hessen – auch im Namen des Bundesverbandes – überreichte. 2004 hatte der Freundeskreis 420 Beratungsgespräche geführt, und 2.108 Besucher wurden bei den Gruppenabenden gezählt.

Der Freundeskreis ist außerdem im Arbeitskreis Sucht des Vogelsbergkreises und im Arbeitskreis

Die Welt der Mandalas

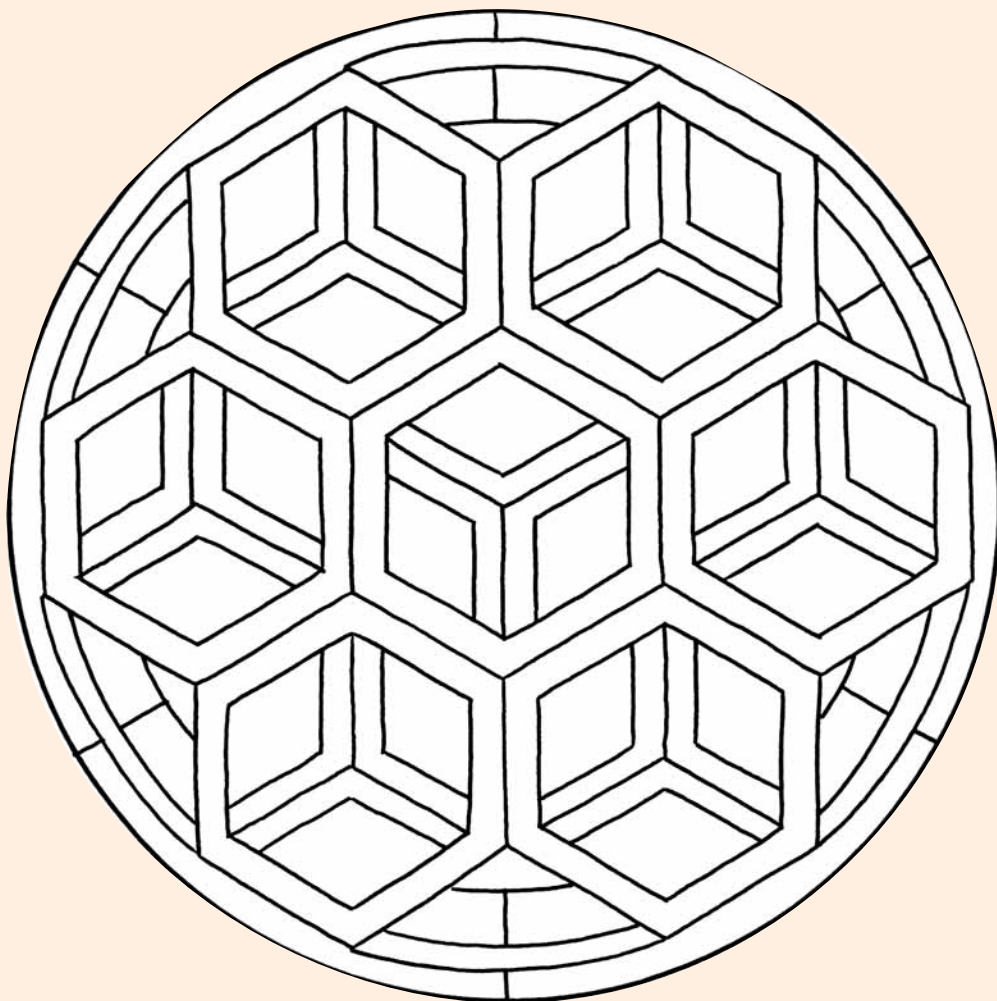
In diesem Freundeskreis-Journal wollen wir eine Anregung für die Gruppenarbeit machen, die eher kreative Aspekte in den Vordergrund stellt. Mandalas sind aus der buddhistischen und hinduistischen Kultur überliefert. Sie wurden dort bereits ganz bewusst eingesetzt, um die Konzentration zu fördern. Auch aus Afrika sind Mandalas bekannt. Dort wird ihnen eine heilsame Wirkung zugeschrieben. In der christlichen Religion haben Mandalas seit dem Mittelalter einen festen Platz. Die gotischen Kirchenfenster sind Mandalas in sehr hoher handwerklicher Perfektion. Der Tiefenpsychologe C. G. Jung hat die heilsame Wirkung der Mandalas ebenso für seine Arbeit entdeckt und in der Therapie eingesetzt.

Mandala bedeutet übersetzt: Kreis oder Zentrum. Jedes Mandala hat einen Mittelpunkt, um den herum Formen und Muster angeordnet sind. Die Form des Kreises kann ein Symbol für das Leben sein. Außerdem begegnen uns Kreisbilder täglich: Sonne, Mond, Blüten, Jahresringe an Bäumen etc. Sie bieten die Möglichkeit, Entspannung im hektischen Alltag zu finden. Von daher sehen wir darin auch eine Möglichkeit, sie entweder in der Gruppenarbeit zum Thema „Wie und wodurch kann ich innerlich zur Ruhe finden?“ einzusetzen, um dann darüber auch zu sprechen. Es ist aber natürlich genauso möglich, das Mandalamalen einfach mal ganz für sich allein auszuprobieren.

Wir drucken eine Vorlage aus „Mein dicker Mandala-Malblock – Träumen und Entspannen“ von Johannes Rosengarten (Edition Bücherbär · Würzburg 2004 · ISBN 3-401-08672-3 · 5,00 Euro) ab. Dort sind auch noch einige Tipps zum Ausmalen aufgeführt:

- Mandalas sollten von außen nach innen gemalt werden. Das stärkt die Konzentration auf die Mitte. Es ist natürlich auch möglich, von innen nach außen zu malen, wenn das Bedürfnis dafür stärker ist. Wichtig ist jedoch, nach der Entscheidung für eine Richtung, diese auch beizubehalten.
- Das Ausmalen sollte in einer ruhigen Atmosphäre (Entspannungsmusik) erfolgen. Telefongespräche, laute Musik oder Fernsehen wirken störend.
- Papier und Stifte haben auch Einfluss auf das Gefühl der Entspannung. Es lohnt durchaus, sich gute Stifte und eine Originalvorlage aus einem Block zum Ausmalen zu gönnen. Das ist noch eine zusätzliche Wertschätzung für die eigene Zeit der Entspannung.

Ute Krasnitzky-Rohrbach



CD aus eigener Produktion: Vergangenheit und Zukunft

Liebe Leserinnen und Leser des Freundeskreis-Journals,

ich bin seit zweieinhalb Jahren trockener Alkoholiker und setze mich mit der Sucht auseinander. Ich besuche regelmäßig meinen Freundeskreis Logabirum (LV Niedersachsen). Der Freundeskreis hilft mir als Betroffener und meiner Frau als Angehörige sehr. Dort erfahre ich, wie andere mit ihrer Sucht umgehen. Jeder hat seinen eigenen Weg gefunden bzw. wird ihn finden. Ich fing an, Texte zu schreiben, in denen mein Suchtverlauf beschrieben wird, z.B. „Wie alles anfang – bis hin zur Therapie und zum Freundeskreis Logabirum“, und diese auch vor Leuten zu singen. Es wäre schön für mich, anderen damit auch eine Freude zu machen und vielleicht auch zu helfen.

Deshalb biete ich die CD an, die unter meiner Adresse: Erwin Voskamp, Nobelstr. 7, 26789 Leer, Telefon (0 49) 9 77 62 20 zum Preis von 8 Euro (inkl. Porto und Versand) erworben werden kann.

Ich bitte um Vorkasse auf das Konto 108 113 168 bei der Sparkasse Leer-Weener (BLZ 285 500 00). Sofort nach Zahlungseingang wird die CD versendet. Ich wünsche Euch noch viel Spaß mit dem Freundeskreis-Journal und Gefallen an der CD. Lasst es mich erfahren, wenn die CD gefällt.

Liebe Grüße von Erwin



Karl Lask:

Der andere Kuss

Zur Klärung der Beziehungskrise bei Alkoholabhängigkeit des Partners · Eine Handreichung

ISBN 3-921098-33-5 · 12,80 Euro
zu beziehen durch die Blaukreuz-Ver-sandbuchhandlung, Tel. 0202 / 6 20 03 70, bkv@blaukreuz.de

Karl Lask war von 1954 bis 1990 Leiter der Fachklinik Haus Burgwald. Seit 1982 führte er Seminare für Frauen von alkoholabhängigen Partnern durch. Ziel dabei war, dass diese Frauen Selbsthilfegruppen nach dem Motto „Frauen helfen Frauen“ gründen, um für ihre eigenen Probleme im Zusammenhang mit der Suchterkrankung des Partners Hilfe zu finden. Auch heute noch begleitet er eine Selbsthilfegruppe in Darmstadt, aus der der Förderkreis „Frauen helfen Frauen e.V.“ hervorgegangen ist. Dieser ist Herausgeber der vorliegenden Handreichung. Vorausgegangen ist das ebenfalls von Karl Lask geschriebene Buch „Der Kuss der Selene“.

Die Handreichung will Frauen eines alkoholabhängigen Partners ermutigen, frühzeitig für sich selbst Unterstützung in Anspruch zu nehmen, um so einen Weg zur Klärung der Beziehungskrise zu finden. Weiter will sie befähigen, Selbsthilfegruppen zu gründen und zu begleiten. Es sind



Berichte von Frauen enthalten, die durch die Mitarbeit in der Selbsthilfegruppe zu einem neuen Selbstbewusstsein und einem gestärkten Selbstwertgefühl gefunden haben und dadurch eine Veränderung ihrer Persönlichkeit bewirkt haben, die schließlich auch die Überwindung der Beziehungsabhängigkeit mit sich brachte. Daneben gibt es gut verständliche Fachinformationen, die durch Grafiken plastisch ergänzt werden. Es ist ein sehr praxisnah und klar geschriebenes Buch, das den ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen für die Selbsthilfegruppenarbeit unbedingt zu empfehlen ist.

Sylvia Berke:

Familienproblem Alkohol

Wie Angehörige helfen können

Scheider Verlag Hohengehren
ISBN 3-89676-846-8 · 10,00 Euro

Sylvia Berke, Ärztin und Familientherapeutin in der Fachklinik Zwieselberg hat diesen Ratgeber für Partnerinnen und Partner, erwachsene Kinder und andere Angehörige von Alkoholkranken geschrieben. „Wenn Suchtkrankheit in eine Familie einzieht, verändert sich nach und nach alles. Unter diesen Veränderungen leiden die Angehörigen am meisten. Sie kämpfen oft jahrelang um ihre Kranke und ihren Kranken ...“.

Das Buch liest sich sehr gut und enthält viele Informationen über die Alkoholkrankheit, die typischen Auswirkungen auf die Betroffenen und will vor allem den Angehörigen, einschließlich den Kindern, zeigen, wie sie sich aus der ungesunden Verstrickung und Ohnmacht befreien können. Im dritten Kapitel geht es um den Rückfall und zeigt, wie Angehörige sinnvoll auf dem Weg dauerhafter Abstinenz begleiten können, „ohne in altes Fahrwasser zu geraten“.

Ein weiteres zu empfehlendes Buch!

Ute Krasnitzky-Rohrbach



Mein persönlicher Buchtipps

Catherine Knorr aus dem Freundeskreis Stuttgart Plieningen stellt den im Goldmann Verlag erschienenen Roman „Das Montglane-Spiel“ von Katherine Neville (ISBN 3-442-44238-9 · 9,00 Euro) vor:

Eine Art Zeitreise. Eine Wanderung zwischen der Zeit der französischen Revolution und der Siebziger Jahre. Eine Weltwanderung.

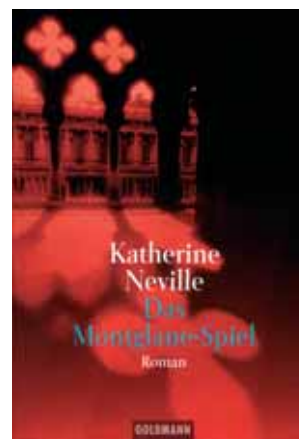
Dieses Buch ist eine Mischung aus realen Fakten und aus Träumen. Ursprünglich geht es um ein besonderes Schachspiel, das im Besitz von Karl des Großen gewesen sein soll. Das Spiel soll unheimliche Kräfte verleihen und ein Geheimnis verbergen, hinter welchem mächtige und rücksichtslose Männer und Frauen her sind.

Für mich war es faszinierend, eine Art Zeitreise zu machen, die Zeit der französischen Revolution neu zu erleben – viel interessanter und spannender als „damals“ in der Schule.

Spannung von der ersten bis zur letzten Seite, bis das Geheimnis gelüftet wird. Das Geheimnis könnte „Leben“ genannt werden!

Eine faszinierende Geschichte – auch für nicht Schachspieler geeignet.

Viel Spaß beim Lesen!





Ein Geist namens Barleycorn

■ Da war ein böser Geist mit Namen John Barleycorn, der sich langweilte. Die Menschen fielen ihm ein, und er ging zu ihnen und beobachtete sie.

Auf einem Schulhof stand ein Junge abseits. John fragte ihn: „Warum bist du nicht bei deinen Freunden?“ „Ich soll eine Mutprobe bestehen, aber ich habe Angst.“, antwortete der Junge. Daraufhin der Geist: „Trink dieses Wunderwasser, und deine Angst verschwindet.“ Der Junge trank, und wenig später fühlte er sich stark und mutig.

John ging weiter und traf einen obdachlosen Mann, der unter einer Brücke saß und sich an einem Feuer wärmte. John gab ihm eine Flasche: „Hier, trink. Ist gut gegen die Kälte.“ Als er sich umdrehte, sah er, dass der arme Mann die ganze Flasche leergetrunken hatte, sich schwerfällig erhob und grölend durch Kälte und Regen davon schwankte. „Fein“, dachte der Geist bei sich, „das klappt ja besser, als ich dachte.“

Auf seiner Wanderung durch das Reich der Menschen traf er schwer arbeitende Leute, denen er den „Schluck zum Feierabend“ einredete, einsame Rentner, die gegen das Alleinsein tranken, Schüchterne, die nach ein paar Schlucken plötzlich mutig wurden und viele andere mehr.

John grinste hämisch und beobachtete, was sein Trank unter den Menschen anrichtete:

Junge Leute waren bei Mutproben verunglückt, der obdachlose Mann war erfroren und freundliche Leute waren zu Tyrannen geworden. Die Leichen einsamer Menschen, die sich tot getrunken hatten, waren erst nach Wochen gefunden worden. Menschen hatten gelogen, gestohlen, geprügelt und gemordet, um an den Trank zu kommen. Nette

junge Damen hatten sich für das „Wundermittel“ prostituiert. Menschen waren krank, verletzt, verblödet, gestorben.

Und John freute sich über die Reaktionen der Menschen: Diejenigen, die er in seinen Klauen hatte, taten sich zusammen, um ihrer Sucht zu huldigen. Freunde und Verwandte hielten es geheim, weil es ihnen peinlich war. Sie erfanden Ausreden, auch für sich selbst. Und John freute sich, dass es ihm die Menschen durch ihr Schamgefühl so leicht machten. „Diese blöden Menschen“, murmelte er. „Die einen mache ich abhängig, und die anderen leiden mit.“

Aber nicht alle Menschen ließen sich diese Unterwerfung willenlos gefallen. Sie bemerkten, was mit ihnen geschah und dass John Barleycorn ihr Feind war. Sie versuchten, den Teufelskreis zu durchbrechen. Nur wenigen gelang dies ohne fremde Hilfe. Einige fassten Mut, nahmen alle Kraft zusammen und überwandten ihr Schamgefühl. Vorsichtig kamen sie aus ihrer Isolation, sprachen mit gesunden Menschen über ihr Leiden und baten um Hilfe.

Langsam kam die Zeit, als sich die ersten von Johns Geist befreit hatten. Sie trafen auf andere Menschen, die weiter darunter zu leiden hatten. Und sie begannen, offen miteinander zu reden, von ihren Leiden, ihren Gefühlen und ihren Ängsten. Sie taten sich zusammen und kämpften gemeinsam gegen ihren Feind. Und das tun sie noch – im Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe.

Wem die Geschichte nicht gefällt, der beklage sich bei Bea Reuther, Freundeskreis Kamenz