

Qualifizierte Weiterbildung für Ehrenamtliche in der Suchtkrankenhilfe Staffel 2016/2017, 5. Block

Wer sich mit dem Thema Sucht beschäftigt, beschäftigt sich auch mit sich selbst. Jeder der selbst betroffen ist oder auch Angehörige/r, versucht Strategien zu finden seine Hilflosigkeit und andere Gefühle zu bewältigen. Es gilt zu überleben. Die Mittel um das zu schaffen, sind leider schlecht gewählt. Egal ob Alkohol, Drogen, Essen oder eine der anderen vielen Süchte, das Ziel ist der Versuch etwas nicht ertragen zu müssen, wenn auch nur für kurze Zeit. Leider sind die Probleme dann nicht weg, sondern oft die Konsequenzen noch viel schlimmer. Doch es zählt oft nur der Moment der Wirkung. „Um das danach“ geht es noch nicht und wenn ich das nicht aushalte, dann helf ich mir wieder mit den/m bekannten Mitteln. Die Abwärtsspirale nimmt ihren Lauf.



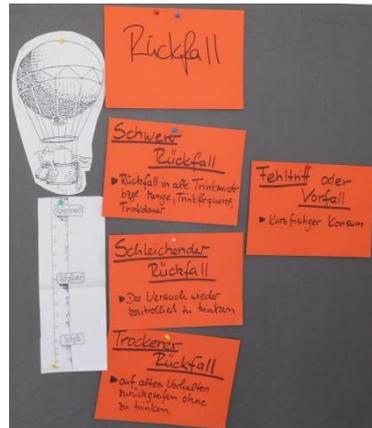
Sehr deutlich wurde das in dem Vortrag von Frau Ulrike Berger-Schmitt zum Thema „Sucht und psychischen Erkrankungen“ In diesem Vortrag erfuhren wir u.a. das Stress viel zu tun hat mit Sucht, was Depressionen sind und wie sie uns beeinflussen und auch was Essstörungen

sind. Viele Menschen haben Doppeldiagnosen (sind Multitox) und es stellt sich oft die Frage was war eher da z.B. die Depression oder der Alkohol? Zu wissen was als erstes da war, kann helfen die richtige Behandlung zu finden.



Dazu passt auch unser nächstes Thema „der Unterschied zwischen einer therapeutischen Gruppenarbeit und der Selbsthilfegruppenarbeit“. Herr Eisele macht uns deutlich dass bei der Therapeutischen Gruppenarbeit die Biografie des Teilnehmers im Vordergrund steht. Es soll herausgefunden werden welche Ursachen und Verhaltensweisen zur Sucht geführt haben und welche

Therapie helfen könnte. Wir in der Selbsthilfegruppe unterstützen den Teilnehmer im Alltag. Oft in der Zeit vor einer ambulanten oder stationären Therapie und danach. Wir sind ein sehr wichtiger Teil für die Abstinenz. Die Möglichkeit mit gleichgesinnten zu reden, die einen verstehen und unterstützen. Menschen die auch mit der Sucht zu kämpfen haben und andere die für sich schon einen guten Weg gefunden haben mit ihr bzw. ohne Suchtmittel zu leben. Die wichtigsten Erfahrungen und Tipps für die „Selbsthilfe“



Ein Thema wird es in jeder Gruppe geben „der Rückfall“. Das Gespenst oder kleine Teufel, der einem auf der Schulter sitzt und in Versuchung führen will. Ist eine Rückfall dann passiert oder es gibt andere Krisen in der Gruppe, wie geh ich dann als Gruppenleiter/in damit um? Auch dieses wichtige Thema haben Hr. Eisele und Frau Sohl mit uns behandelt.

An Beispielen aus unseren Erfahrungen haben wir Verhaltensvorschläge und Tipps bekommen, die uns in der

Gruppenarbeit unterstützen können.



Ein anderes Thema war das Thema „Lotzennetzwerk Rhein-Main“ zu dem uns Frau Alexandra Neumann vom Suchtzentrum der Caritas Darmstadt besuchte. Bei der Vorstellung dieses Kooperationsprojektes wurde deutlich, wie wichtig die frühzeitige Kontaktaufnahme mit Abhängigen ist. Ziel ist es den Kontakt z.B. in der Klinik

mit einem Lotsen herzustellen. Dieser Lotse ist meist selbst betroffen und unterstützt bei dem weiteren Weg nach der Klinik.

Ein sehr interessantes und wichtiges Projekt, den nicht nur wir beim Kreuzbund wissen, dass es viel mehr Menschen mit Suchtproblemen gibt, als im Hilfesystem ankommen.

An Ende diese Blocks waren die Köpfe mit vielen neuen Informationen gefüllt und Erinnerungen an die Vergangenheit waren zu verarbeiten. Jeder wollte noch schnell sein Thema für die Abschlussarbeit erfahren und dann nach Hause. Mit hat es wieder einmal gezeigt dass jeder Teilnehmer nicht nur eine Rolle in der Sucht einnimmt, sondern mehrere. Denn wir sind alle von jemand das Kind, der Partner, der Betroffene, der Angehörige...



Bis zum nächsten Block wünsche ich Euch alles Gute.

Bericht: Dominique Nußer
Bilder: Roland Libert