

# WEGGEFÄHRTE

Mit Abstand  
am Nächsten



KREUZBUND

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

Liebe Leserinnen und Leser!

## Berühren verboten

Sie bleiben auf Abstand: Die berühmtesten Finger der Welt, im Fresko von der Erschaffung Adams hoch oben an der Decke der Sixtinischen Kapelle, dort wo die Päpste gewählt werden, 4,80 x 2,30 Meter, fast genau in der Mitte. Gemalt hat es vor 500 Jahren Michelangelo, auf dem Rücken liegend, auf einem 18 Meter hohen Gerüst, Stunde um Stunde die Hand mit dem Pinsel in die Höhe gereckt. Da war er 35. Vier Jahre hat er für das ganze Gewölbe gebraucht. „Ich verliere hier meine Zeit, Gott helfe mir“, schreibt er zwischendurch an seinen Vater. Und an anderer Stelle: „Ich bin kein Maler. Hier geht's mir schlecht.“ Einer, der meinte seine Zeit zu verlieren, hat hier ein Stück Ewigkeit geschaffen. So weit können sichtbare Gegenwart und unsichtbare Zukunft auseinanderklaffen. Gut, dass Michelangelo nicht seiner Niedergeschlagenheit gefolgt ist und seine Malerei aufgegeben hat. Gut, dass er gegen seine momentane Verzweiflung weitergemacht hat.

Die berühmtesten Finger der Welt, sie klaffen auch auseinander. Adam streckt dem Schöpfer seine Hand entgegen, schlaff und sehnsüchtig zugleich. Gott strebt dem Menschen entgegen, energisch, kraftvoll, nicht von oben, sondern von der Seite, auf gleicher Höhe, ebenfalls voller Verlangen ihn zu berühren. Aber es bleibt eine Lücke. Das Bild friert ihre Bewegung ein, kurz bevor ihre Fingerspitzen sich berühren.

In dem Spalt zwischen den beiden liegt dieses Jahr 2020. Hände, die sich entgegenstrecken, halten im letzten Moment inne: Abstand bitte! Berühren verboten. Umarmen verboten. Segnen verboten. Besuchen verboten. Die Sterbenden, denen die Kinder nicht die Hand halten durften, der Patient, der nach der schlimmen Diagnose keinen hatte, der ihn festhielt, die Verzweifelten, die Hilfe nur noch über Berührung ihres Handy-Touchscreens bekommen, und nicht zu vergessen, der Leidensgenosse aus der Selbsthilfegruppe, der von der Berüh-



Silke Niemeyer

rung so sehr lebt wie vom täglich Brot: Soll ich ihnen sagen „Ihr müsst das verstehen?“ Soll man ihnen predigen „Nächstenliebe heißt jetzt Abstand halten“? Nein, das käme mir schäbig vor. Ich kann sie nicht trösten. Ich kann nur ihre Trostlosigkeit mitfühlen und ihnen sagen, wie schlimm es ist, was sie aushalten mussten und müssen. Keine Regel entbindet uns von persönlichen Entscheidungen, auch die Abstandsregel nicht. Im Gegenteil, sie führt uns hinein in drängende Gewissensfragen. Darum kann es in einem Moment geboten sein, die Hand still zu lassen und nicht zu berühren, und in einem anderen Moment ist Zeit, dass ich mich über das Gebotene hinwegsetze und der Liebe folge. Denn es gibt Dinge, die kann man nicht mehr nachholen, und Versäumnisse, die kann man nicht mehr gutmachen – verweigerter Nähe gehört dazu.

Adams Hand und die Hand des Schöpfers: Die eine ist kraftlos, die andere voller Energie. Noch sehen wir die Lücke zwischen ihnen. Wie lange wird es dauern, bis sie sich berühren? „Ich verliere hier meine Zeit, Gott helfe mir.“ Michelangelos Seufzer ist unser Gebet. Michelangelo hat weitergemacht. Gott sei Dank.

*Silke Niemeyer, Gemeindepfarrerin der evangelischen Kirchengemeinde Lüdinghausen – Seppennrade – Nordkirchen*



(Bild: Wiki commons)

# Zu dieser Ausgabe



Liebe Leserin, lieber Leser,

die Corona-Krise hat auch die Kreuzbund-Gruppen vor neue Herausforderungen gestellt. Die Gruppen konnten sich wochenlang nicht treffen und mussten andere Wege suchen, den Kontakt und die verbindende Nähe zwischen den Gruppenmitgliedern auch bei räumlichem Abstand aufrechtzuerhalten.

Das ist vielen Gruppen gut gelungen, das haben uns die Zuschriften gezeigt. Die Stärke der Kreuzbund-Gruppen ist der Aufbau und die Gestaltung von Beziehungen – und dafür sind verschiedene Möglichkeiten genutzt worden. Die Gruppen haben bewiesen, dass sie „Mit Abstand am Nächsten“ sind.

Inzwischen hat sich „eine neue Normalität“ eingestellt: Wir haben uns an Abstand, Hygieneregeln und den Mund-Nasen-Schutz gewöhnt. In dieser Ausgabe des WEGGE-FÄHRTE gehen wir einen Schritt weiter und schauen uns an, wie die Wiedereröffnung der Gruppen gelaufen ist und ob sich etwas geändert hat. Mehrere Gruppen berichten uns, wie wichtig ihre Treffen für die Gruppenmitglieder sind und wie erleichtert sie sind, sich gerade in Krisenzeiten miteinander auszutauschen. (S. 13-18)

Für die Sucht-Selbsthilfe sind Netzwerke besonders wichtig: Nach einer ambulanten Behandlung in einer Suchtberatungsstelle oder einer stationären Entwöhnung in einer Fachklinik schließt sich im Idealfall der Besuch einer Selbsthilfegruppe an, um einem Rückfall vorzubeugen. Für den Kreuzbund ist es also von Bedeutung, ob und wie diese Einrichtungen ihre Arbeit fortsetzen konnten. Wie Suchtberatungsstellen und Fachkliniken die Corona-Krise und die Zeit der Kontaktbeschränkungen und des Lockdowns in ihrem beruflichen Alltag erlebt haben, lesen Sie in zwei Interviews zum Schwerpunktthema. Außerdem haben wir die Telefonseelsorge des Kreises Recklinghausen gefragt, wie ihre ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen es schaffen, Nähe zu den Anrufenden herzustellen. (S. 19-23)

In der Rubrik „Aus dem Bundesverband“ finden Sie den Jahres- und Geschäftsbericht für das Haushaltsjahr 2019 (S. 3-6) sowie die Ergebnisse der Bundesdelegiertenversammlung vom 18. bis 20. September 2020 in Siegburg. Die Mitglieder des Bundesvorstandes sind in ihren Ämtern bestätigt worden, die Arbeitsbereichs-Leitungen neu gewählt worden. (S. 11-12)

Leider können wir nicht über Seminare und Multiplikatoren-Arbeitstagen berichten, weil sie von Mitte März bis Ende August abgesagt worden sind. Umso erfreulicher, dass die dritten Wanderexerzitien des Kreuzbundes Anfang September nicht ausfallen mussten, und zwar auf dem Elisabethpfad von Eisenach nach Marburg. (S. 9-10) Auch alle weiteren Arbeitstagen und Seminare finden voraussichtlich planmäßig statt, angepasst an die jeweiligen Hygienevorschriften der Tagungshäuser.

Viele Anregungen, einen schönen Herbst – und vor allem bleiben Sie gesund und zuversichtlich wünscht Ihnen

Ihre Gunhild Ahmann

## Aus dem Inhalt

Seite

IMPULS

U2

ZU DIESER AUSGABE

1

LESERFORUM

2

AUS DEM BUNDESVERBAND

3-12

- Jahres- und Geschäftsbericht für das Haushaltsjahr 2019
- Kreuzbund-Chat – Sucht-Selbsthilfe-Treff für alle
- Wanderexerzitien auf den Spuren der Heiligen Elisabeth
- Zukunft gestalten – Bewährtes erhalten

IM BLICKPUNKT:

„MIT ABSTAND AM NÄCHSTEN“

13-23

- Gruppen laufen wieder
- Verschiedene Formen von Nähe
- Eine neue Routine
- „Wir können nicht nachhalten ...“

AUS DEN DIÖZESANVERBÄNDEN

24-28

PASSIERT – NOTIERT

29-32

TERMINVORSCHAU / IMPRESSUM

U3

Thema:

## Ein Signal für Respekt und Gemeinschaft

Es ist mittlerweile eine Binsenweisheit, dass wir in einer außergewöhnlichen Zeit leben. Ein Virus lähmt die Gesellschaft und zwingt uns zu Maßnahmen, die noch bis vor kurzem niemand für möglich gehalten hat.

Alles, was uns bisher so selbstverständlich war, wird nun infrage gestellt: der Besuch geliebter Menschen, eine herzliche Umarmung, das Beisammensein ganz allgemein.

Die Menschen werden von Sorgen geplagt. Die eigene und die Gesundheit der Familie, der Arbeitsplatz, die ungewisse Zukunft – alles scheint von dunklen Wolken verhangen.

Gerade wir im Kreuzbund wissen aus eigener leidvoller Erfahrung, was es bedeutet, wenn die Aussichten trübe sind und der Lebensmut und die Zuversicht ins Wanken geraten. In unserer Helfergemeinschaft sind der persönliche Kontakt, das Gespräch und die Nähe zum Menschen essenziell. So erscheint es geradezu

paradox, wenn der Zusammenhalt untereinander durch Kontaktverbote neu definiert wird. Das Zusammenrücken in der Not bedeutet jetzt, dass wir Sicherheitsabstand halten sollen. Das ist generell nur schwer zu vermitteln und besonders für diejenigen, die unserer Hilfe und Zuwendung bedürfen, eine weitere Hürde auf dem Weg zu einem Leben, welches nicht mehr durch die Sucht bestimmt wird.

Ich denke, jetzt ist die Zeit, in der bereits verloren geglaubte Werte wie Respekt und Liebe wieder an erster Stelle stehen müssen. Wir alle sind nun aufgefordert, uns der wirklich wichtigen Dinge zu erinnern, um unser Leben für die „Zeit danach“ in die richtigen Bahnen zu lenken. An die Stelle von Egoismus und sofortiger Bedürfnisbefriedigung, sinnlosem Anhäufen von vermeintlich Wichtigem, der Ignoranz und Rechthaberei, dem Nachlaufen fragwürdiger Fetische und Heilsbringer muss wieder eine funktionierende Gemeinschaft aller Menschen stehen. Wer den Weg dorthin nicht zu erkennen vermag, der muss an die Hand genommen werden. Wer hierzu spirituelle Hilfe benötigt, darf nicht belächelt werden, wenn er sich an seinen Schöpfer wendet, ob er nun Gott, Jahwe oder Allah heißt. Nur gemeinsam lässt sich dieser Weg gehen, denn die Natur hat uns gezeigt, dass

der Mensch nicht alles beherrschen kann. Wir müssen dieses Zeichen akzeptieren.

Bis wir wieder von einer Normalität sprechen können, dürfen wir nicht nachlassen in dem, was jetzt notwendig ist. Das bedeutet nicht nur, dass wir alle erdenklichen Schutzmaßnahmen ernstnehmen und mit den Einschränkungen leben müssen. Auch müssen wir uns vor Augen führen, wie viele Mitmenschen jeden Tag in unzähligen Bereichen für uns tätig sind, um die Dinge im Fluss zu halten. Wir dürfen diese Menschen aber auch dann nicht vergessen, wenn sich alles wieder zum Guten gewendet hat. Denn gerade der Dienst an der Gemeinschaft wird bei uns oft so schlecht vergolten, dass wir uns schämen müssen.

Man mag mich einen Spinner oder realitätsfremden Optimisten nennen. Doch habe ich hier nur meine Gedanken und meine Hoffnung zum Ausdruck bringen wollen; und es ist mein Wunsch, dass wir die derzeitige Lage als ein Signal verstehen – zum Wohle eines menschlichen Miteinanders.

Ich wünsche Euch von Herzen nur das Beste

*Ulrich Voßenkaul,  
Kreuzbund-Gruppe Köln-Innenstadt*

## Ein Aufruf: Mit dem Drahtesel zum Kongress

Am 12./13. Juni 2021 feiert der Kreuzbund sein 125-jähriges Jubiläum, und zwar im Rahmen des dritten Kongresses in Hamm. Die Veranstaltung steht unter dem Titel „Freiheit beginnt wo Sucht endet – 125 Jahre Kreuzbund“. Ein ausführliches Programm mit der Möglichkeit zur Anmeldung folgt in der Ausgabe 1/2021 des WEGGEFÄHRTE.

Im Vorfeld des Kongresses planen wir eine Fahrrad-Sternfahrt, d. h. Interessierte radeln aus mehreren Richtungen



zwei Tage lang nach Hamm. Die Startpunkte richten sich nach den Herkunfts-orten der Teilnehmenden. Die Länge der Tagesetappen liegt bei ca. 60 bis 70 Kilometern. Es können sich auch tageweise Radler\*innen anschließen. Wenn möglich sollen Kontakte zu örtlichen Kreuzbund-Gruppen hergestellt werden

Eine Übernachtung wird organisiert; die Unterkunft in Hamm müssen sich die Teilnehmenden dagegen selbst suchen, die Teilnahme am Kongress ist kostenlos.

Mit der Fahrrad-Sternfahrt verfolgen wir drei Ziele:

1. gesundheitsfördernde Bewegung und Aktivität
2. menschliche Verbundenheit durch das Fahren in der Gruppe
3. Öffentlichkeitsarbeit für die Selbsthilfe des Kreuzbundes

**Um die Sternfahrt im Einzelnen zu organisieren, möchten wir gern wissen, wie groß das Interesse ist. Alle, die gern mitfahren möchten, melden sich bitte unverbindlich bei Gunhild Ahmann in der Bundesgeschäftsstelle: Tel. 02381/ 6 72 72-23 oder ahmann@kreuzbund.de**

# Jahres- und Geschäftsbericht für das Haushaltsjahr 2019

von Andrea Stollfuß, Bundesvorsitzende, und Heinz-Josef Janßen, Bundesgeschäftsführer

## Der Bundesverband und seine Gliederungen

Gemäß § 3 der Bundessatzung gliedert sich der Bundesverband in Diözesanverbände (DV). „Auf Grund der besonderen staatskirchenrechtlichen Stellung des Offizialatsbezirk Oldenburg ist der Landesverband Oldenburg ebenfalls eine Gliederung des Bundesverbandes und den Diözesanverbänden gleichgestellt.“ (§ 3 Abs. 1)

Der Kreuzbund e. V. ist vertikal gegliedert; ihm gehören derzeit 27 Diözesanverbände an, 24 davon sind eingetragene Vereine und damit vereinsrechtlich verantwortlich – die DV Aachen, Erfurt, Magdeburg und Speyer sind (noch) keine eingetragenen Vereine und damit unmittelbar dem Bundesverband unterstellt.

Insbesondere in flächenmäßig großen DV oder in Großstädten haben sich Untergliederungsstrukturen gebildet und bewährt, z. B. Stadt-, Kreis- oder Regionalverbände. Durch diese Strukturen soll die Kommunikation innerhalb der DV verbessert werden; gleichzeitig sollen damit Wege verkürzt und Synergien besser genutzt werden.

## Der Bundesvorstand

Der Bundesvorstand ist das operative leitende Gremium des Verbandes. Er arbeitet ehrenamtlich und besteht in der Legislaturperiode 2017 – 2020 aus der Bundesvorsitzenden Andrea Stollfuß, aus den drei stellvertretenden Bundesvorsitzenden Rüdiger Blomeyer, Gerhard Iser und Franz E. Kellermann sowie aus dem Geistlichen Beirat Thorsten Weßling. Die vier Vorsitzenden bilden den geschäftsführenden Vorstand gem. § 26 BGB.

Die Vorsitzenden werden jeweils für die Dauer von drei Jahren von der Bun-



Andrea Stollfuß, Bundesvorsitzende

desdelegiertenversammlung, dem obersten Souverän, gewählt. Der Geistliche Beirat wird auf Vorschlag des Bundesvorstandes von der Deutschen Bischofskonferenz berufen.

Der Bundesgeschäftsführer Heinz-Josef Janßen nimmt mit beratender Stimme an den Organsitzungen teil. Dr. Daniela Ruf hat für den Spitzenverband, den Deutschen Caritasverband, in allen Organsitzungen des Kreuzbund e. V. einen Gaststatus.

Weitere Organe des Kreuzbund e. V. sind die Bundesdelegiertenversammlung (ca. 100 Mitglieder) und die Bundeskonferenz (ca. 40 Mitglieder). Beide Organe tagen jeweils einmal jährlich.

## Die Bundesgeschäftsstelle

In der Bundesgeschäftsstelle arbeiten acht hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, vier davon als Vollzeit-, drei als Teilzeitbeschäftigte sowie eine als geringfügig Beschäftigte. Nicht im Personalbestand aufgeführt wird eine Person, die als Aushilfe bei Bedarf kleinere Hausmeister- und Gärtnerarbeiten durchführt.

Die Mitarbeitenden sind auf der Grundlage der gültigen „Arbeitsvertrags-



Heinz-Josef Janßen, Bundesgeschäftsführer

richtlinien des Deutschen Caritasverbandes“ (AVR) tariflich angemessen eingruppiert. Einige Personalstellen werden anteilig über Drittmittel refinanziert, die beiden Suchtreferentenstellen zu etwa zwei Drittel aus Mitteln der Deutschen Rentenversicherung Bund (DRV Bund). Die gesamten Personalkosten machen gut 50 Prozent der Ausgaben des Gesamtbudgets aus.

Der Personaleinsatz beläuft sich umgerechnet auf 6,0 Stellen. Für die Arbeit der Geschäftsstelle gilt eine vom Bundesvorstand beschlossene Geschäftsordnung

## Gruppen- und Mitgliederentwicklung

1.221 Gruppen, an denen ca. 22.000 Menschen – davon allerdings nur 10.974 Verbandsmitglieder – teilnahmen, zählte der Bundesverband Ende 2019. Die Zahl der Gesamtverluste liegt im Vorjahresvergleich bei 236 Mitgliedern.

Insgesamt konnten wir im zweiten Halbjahr des vergangenen Jahres 586 Eintritte in den Kreuzbund verzeichnen. Dem standen 714 Abgänge gegenüber.

Die Analyse der Austritte zeigt, dass neun Prozent innerhalb des ersten Jahres

der Verbandszugehörigkeit wieder ausgetreten sind, weitere 17 Prozent innerhalb von zwei Jahren, 21 Prozent innerhalb von fünf Jahren und schließlich 53 Prozent nach mehr als fünf Jahren Kreuzbund-Zugehörigkeit. Die Haltequote ist damit im Vorjahresvergleich nahezu stabil geblieben.

Der Mitgliedsbeitrag an den Bundesverband liegt für Einzelpersonen bei 54 Euro p. a.; Partner mit gleichem Hausstand haben die Möglichkeit, einen ermäßigten Partnerbeitrag i. H. von 84 Euro p. a. für beide Personen zu beantragen. Davon haben im vergangenen Jahr

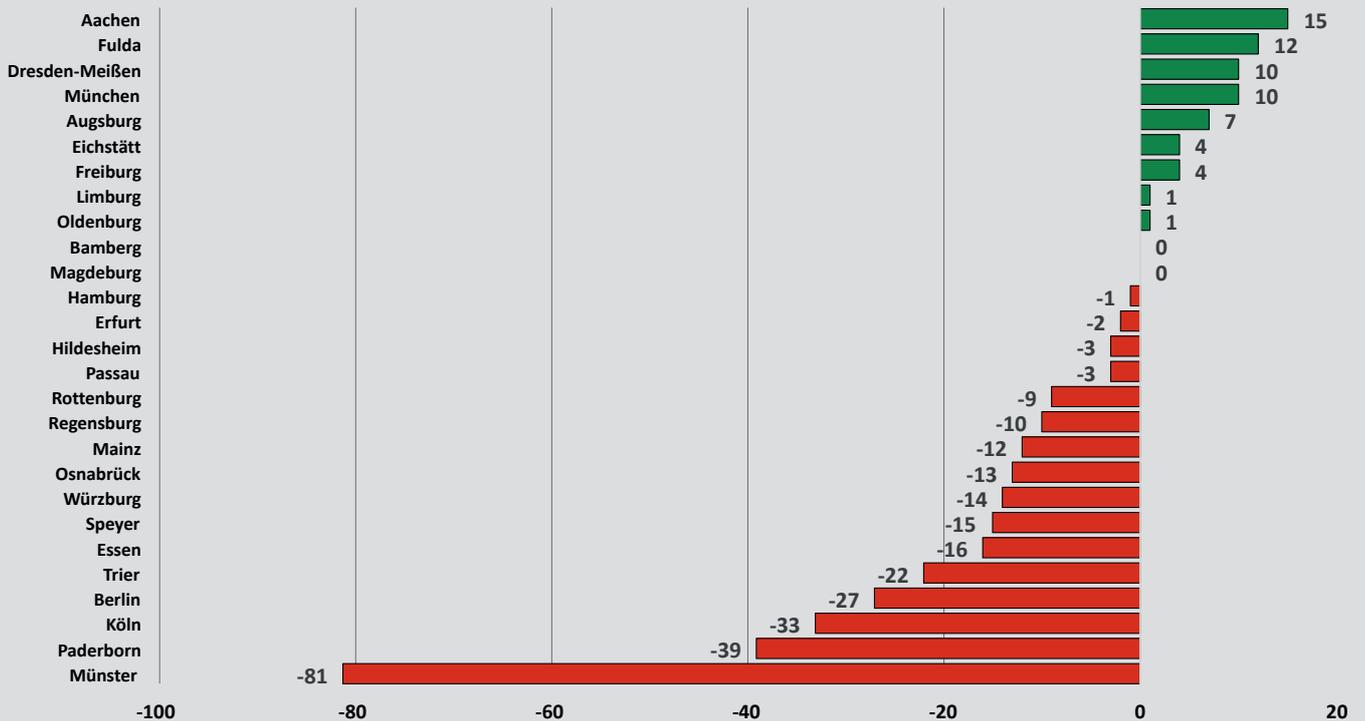
19 Prozent aller Beitragszahlenden Gebrauch gemacht.

Beitragsfrei gestellt waren 132 Mitglieder, 51 Mitglieder zahlten den halben Bundesbeitrag. Der Trend ist derzeit gleichbleibend.

### Mitgliederentwicklung der Diözesanverbände

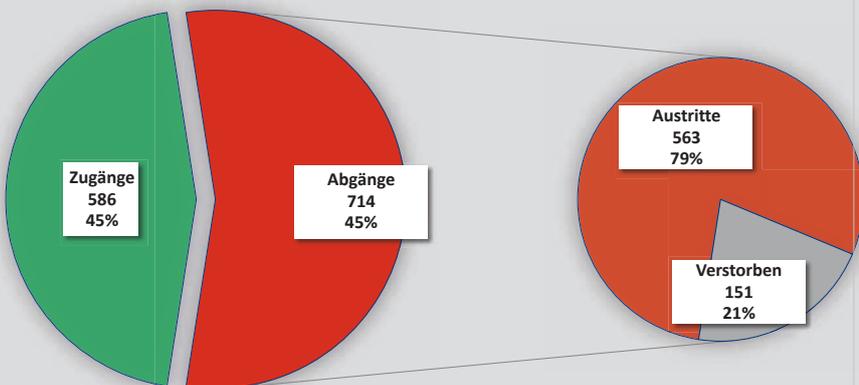
2. Halbjahr 2019 zu 2. Halbjahr 2018 sortiert nach Anzahl

Kreuzbund insgesamt: -236



### Mitglieder

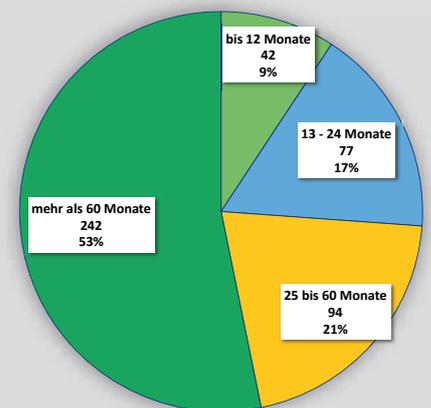
Zugänge und Abgänge 2019



### Austritte 2019

Verweildauer

Der Durchschnitt liegt bei 25 bis 60 Monaten



## Jahresabschluss 2019

Das Geschäftsjahr 2019 schließt wie im Vorjahr mit einem Jahresüberschuss i. H. von 15.000 €. Geschuldet ist dieses positive Ergebnis insbesondere einer soliden Finanzierung aus Pauschal- und Projektmitteln der gesetzlichen Krankenkassen.

Darüber hinaus hat der Bundesverband sparsam gewirtschaftet und auf die strikte Einhaltung des Kosten- und Finanzierungsplans geachtet.

Alles in allem deckt sich im Jahresabschluss 2019 das Ergebnis des Einnahmen-/Ausgabenvergleichs mit der Gewinn- und Verlustrechnung des kaufmännischen Abschlusses. Am Ende verbleibt jeweils ein Überschuss in Höhe von 15.000 €.

## Pauschal- und Projektfördermittel 2019

Im Haushaltsjahr 2019 hat der Bundesverband Drittmittel in einer Gesamthöhe von 359.388,62 € erhalten. Das entspricht etwa 37 Prozent der Einnahmen.

Wieder haben verschiedene Krankenkassen den Kreuzbund-Bundesverband mit zum Teil sehr hohen Fördersummen unterstützt und somit viele verschiedene Maßnahmen und Projekte ermöglicht. Insgesamt erhielt der Bundesverband Fördermittel der gesetzlichen Krankenkassen (GKV) in Höhe von 170.871,50 €.

Davon entfielen allein 105.000 € auf die Pauschalförderung „Selbsthilfe auf Bundesebene“ des Verbandes der Ersatzkassen (vdek). Die übrigen Mittel stellten zur Verfügung:

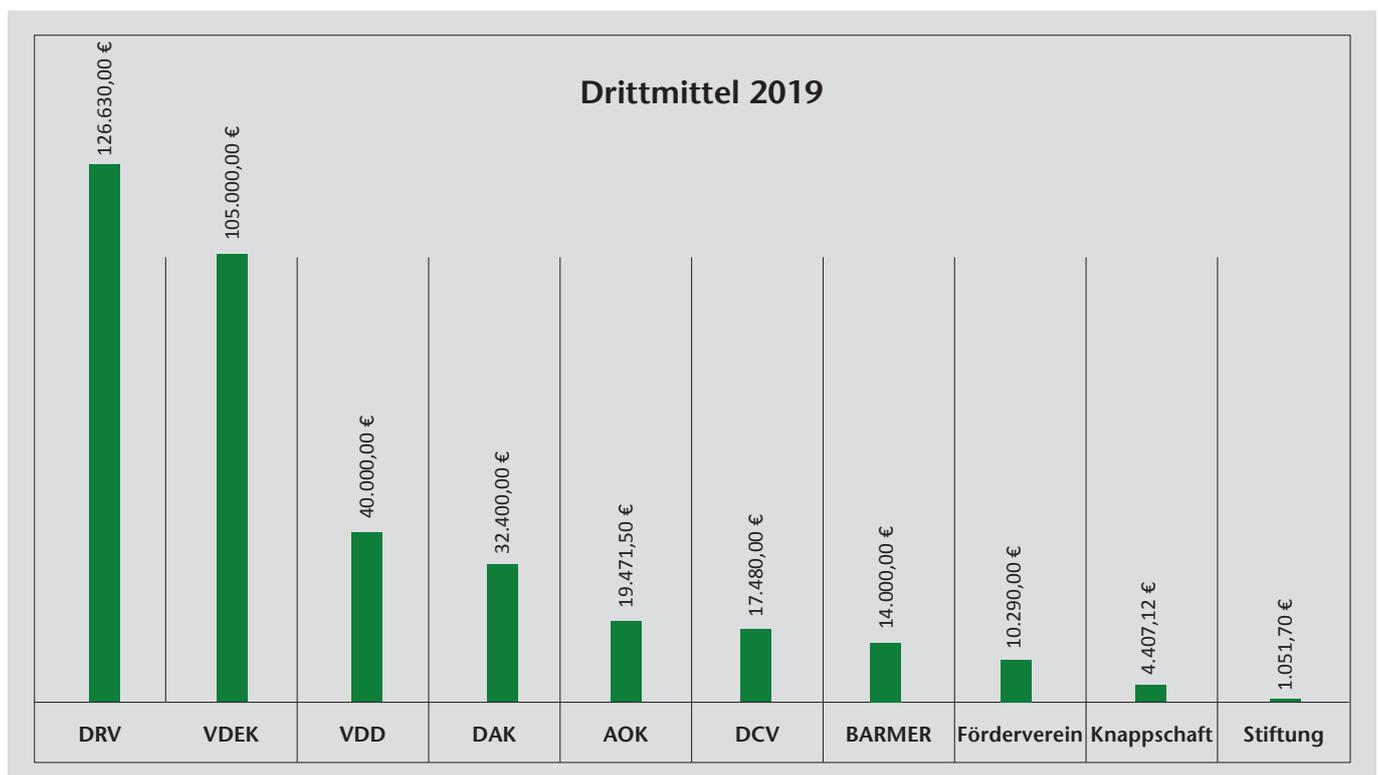
- die DAK-Gesundheit (32.400,00 € für das Digitalisierungsprojekt „Online-Selbsthilfe“),
- die AOK (19.471,50 € für die Multiplikatoren-Arbeitstagen „Familie als System“, „Frauen- und Männerarbeit/Gender“ und „Kreuzbund – kompakt“ sowie für die Erstellung von zwei Leporellos „Angehörige“ und „Ältere Menschen“),
- und die BARMER (14.000,00 € für die Modernisierung der Bildmarke und die Entwicklung eines Slogans als Markenbotschaft)

Diese Fördermittel werden auf der Grundlage von § 20 h Sozialgesetzbuch (SGB) V gewährt.

Weiterhin dankt der Bundesverband für Nachsorgemittel der Deutschen Rentenversicherung Bund in Höhe von 126.630,00 € und der Knappschaft in Höhe von 4.407,12 €. Insgesamt flossen somit dem Kreuzbund 131.037,12 € zu, die auf der Grundlage von Paragraph 31 Abs. 1 Nr. 3 SGB VI von Rentenversicherungsträgern bewilligt werden. Der größte Teil dieser Zuwendungen dient der Mitfinanzierung der beiden Suchtreferentenstellen des Bundesverbandes.

Auch der Deutsche Caritasverband (DCV) und der Verband der Diözesen Deutschlands (VDD) der Deutschen Bischofskonferenz haben den Kreuzbund wieder mit pauschalen Mitteln i. H. von 17.480,00 € bzw. 40.000 € unterstützt.

Mit Hilfe sämtlicher Zuwendungen konnte der Kreuzbund seine satzungsgemäßen Aufgaben erfüllen und wichtige zukunftsweisende Projekte in Gang setzen. Wir danken unseren Förderern sehr für die Unterstützung und die damit zum Ausdruck gebrachte Wertschätzung der Arbeit des Kreuzbundes.



## Mitarbeit in Gremien und Netzwerkarbeit

Der Kreuzbund ist anerkannter Fachverband des **Deutschen Caritasverbandes (DCV)**, der DCV somit der übergeordnete Wohlfahrts- und Spitzenverband für den Kreuzbund. In der Delegiertenversammlung des DCV, die einmal jährlich zusammentritt, ist der Kreuzbund mit zwei Mandaten vertreten, seit Ende 2016 auch zusätzlich im Caritasrat. Die Delegiertenversammlung wählte den Bundesgeschäftsführer des Kreuzbundes im Oktober 2019 in dieses Aufsichtsgremium. Weiterhin trifft sich auf der Ebene der (Personal-) Fachverbände der Kreuzbund mehrmals jährlich zum Austausch beispielsweise mit SKM, SKF, Maltesern, Raphaelswerk, Vinzenz- und Caritaskonferenzen. Auf der Referentenebene kommen die Suchtreferenten des Kreuzbundes einmal jährlich im Rahmen der Bundesfachkonferenz „Alter, Pflege, Gesundheit“ mit den Kolleginnen und Kollegen der Diözesancaritasverbände zusammen.

Im Juli 2019 fand ein Spitzengespräch des Bundesvorstandes mit dem Vorstand des DCV statt. Es ging u. a. um den weiteren Ausbau der Kooperation zwischen der beruflichen Suchthilfe der Caritas und der Sucht-Selbsthilfe des Kreuzbundes – insbesondere um die Verzahnung der Online-Beratung mit der sich etablierenden Online-Selbsthilfe.

Als Mitglied der **Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS)** ist der Kreuzbund in der Mitgliederversammlung und im Vorstand der DHS mit einem Mandat vertreten. Die Suchtreferenten treffen sich zweimal jährlich unter Regie der DHS mit den Suchtreferenten der anderen Wohlfahrts- und Selbsthilfeverbände. Darüber hinaus ist der Kreuzbund in den Fachausschüssen „Prävention“ und „Selbsthilfe“ vertreten.

**EMNA** ist das Kürzel für den Kontakt des Kreuzbundes nach Europa. Das damit bezeichnete europäische Sucht-Selbsthilfenetzwerk wurde im Jahre 2003 gegründet und vereinigt inzwi-

sehen 14 Organisationen aus zehn europäischen Ländern. Da der Kreuzbund – anders als beispielsweise das Blaue Kreuz in Deutschland oder die Guttempler – über keine internationalen Strukturen verfügt, ermöglicht die Mitgliedschaft in EMNA den Blick über den nationalen Tellerrand. Im Mittelpunkt der Begegnungen stehen der Austausch über nationale Selbsthilfekonzepte, die Durchführung internationaler Begegnungen, die Entwicklung einer Website ([www.emna.org](http://www.emna.org)) sowie der Kontakt zu wichtigen europäischen Gremien der EU in Brüssel und Straßburg, aber auch zur Weltgesundheitsorganisation in Genf.

## Erneuerung der Bildmarke und Entwicklung eines Slogans als Markenkernaussage

Auf der Grundlage der Ergebnisse einer sog. Rezipientenanalyse zum Logo des Kreuzbundes im Jahr 2018 und als Folge der in allen DV durchgeführten Workshops „dazugehören“ für die Leitungen der 1.200 Kreuzbund-Gruppen erteilte die Bundesdelegiertenversammlung 2019 den Auftrag, die Bildmarke des Verbandes zu modernisieren und einen Slogan als Markenkernbotschaft zu entwickeln. Das gesamte Projekt verstand sich als Versuch, den Kreuzbund zukunftsfähig zu machen und die Attraktivität auch für neue Gruppenbesucher\*innen zu erhöhen.

Die Agentur VOLT aus Münster wurde mit der Entwicklung beauftragt; die Mittel stellte die BARMER auf der Grundlage einer Selbsthilfe-Projektförderung zur Verfügung.

Bis Ende 2019 lagen verschiedene Entwürfe einer modernisierten Bildmarke und von Slogans vor, die zunächst in der Bundeskonferenz den Vorsitzenden der DV präsentiert wurden. Dort erfolgte eine Verständigung auf jeweils zwei Versionen, über die inzwischen von der Bundesdelegiertenversammlung 2020 entschieden worden ist.

## Digitalisierung / Online-Selbsthilfe

Im Rahmen der Herbst-Arbeitstagung 2018 wurden die Weichen für eine Online-Selbsthilfe-Plattform im Kreuzbund gestellt. Viele offene Fragen zu Inhalten und Zielen und insbesondere zu Risiken und Chancen des Online-Projektes konnten dort geklärt und konkretisiert werden. Außerdem gelang es, Unsicherheiten, Befürchtungen und Ängste weitestgehend abzubauen, sodass am Ende der Veranstaltung eine hohe Akzeptanz und Einigkeit unter den Teilnehmenden herrschte, dass die Umsetzung dieses Projektes sinnvoll und gewinnbringend ist. Die Teilnehmenden waren sich auch einig, dass der Kreuzbund dieses Projekt in enger Kooperation mit dem Deutschen Caritasverband initialisieren sollte, auch weil dem Kreuzbund in diesem Rahmen die hohe Datensicherheit und der hohe technische Standard der Caritas-Plattform zugutekommen.

Finanziert durch eine Projektförderung der DAK gelang es in der ersten Jahreshälfte 2019, die vorbereitenden Schritte wie Konzepterstellung und Programmierungsbedarfe in enger Abstimmung zwischen dem Caritasverband, der Agentur Virtual Identity (Freiburg) und dem Kreuzbund abzuwickeln. Zeitgleich konnten 14 ehrenamtliche Moderator\*innen aus den Reihen des Kreuzbundes gewonnen und für ihre künftigen Chat-Aufgaben geschult werden.

Anfang 2020 startete das Projekt mit zunächst drei wöchentlichen Chat-Terminen. Der Online-Chat kann sowohl über die Seiten der Online-Beratung des Dt. Caritasverbandes als auch über die Landingpage des Kreuzbundes erreicht werden.

## Ausblick

Im Juni 2021 führt der Kreuzbund nach 2010 und 2016 zum dritten Mal einen Bundeskongress in Hamm durch. Eingebettet sein wird der Festakt zum 125jährigen Verbandsjubiläum. Die gesamte Veranstaltung steht unter dem Leitwort „Freiheit beginnt wo Sucht endet – 125 Jahre Kreuzbund“.

# Kreuzbund-Chat – Sucht-Selbsthilfe-Treff für alle



Dirk Greiff



Elke Kostack



Verena Krotoszynski



Wolfgang Melka



Hans-Jürgen Stein



Andrea Timm

Der Kreuzbund-Chat findet zurzeit regelmäßig montags bis freitags und alle 14 Tage auch Sonntagabend statt, donnerstags sogar zusätzlich auch vormittags. Die Chat-Dauer beträgt in der Regel eine Stunde, wenn gewünscht und nötig auch länger.

Wir haben von April bis Juli 2020 insgesamt 112 Chats angeboten und 486 Teilnehmerinnen und Teilnehmer gezählt. Das sind natürlich nicht alle verschiedenen Personen, denn einzelne Teilnehmende machen immer wieder mit. Manchmal sind es zehn Chat-User\*innen, manchmal nur eine/r.

Der Kreuzbund-Chat ist für alle offen und wird von Betroffenen und Angehörigen moderiert. Die Moderator\*innen sind erfahrene Kreuzbund-Mitglieder, häufig auch mit Erfahrungen in der Gruppenleitung.

Wer ist im Chat anzutreffen? Im Chat machen Weggefährtinnen und Weggefährten mit. Sie sind zugleich auch in eine Kreuzbund-Gruppe vor Ort eingebunden und bringen im Chat ihre Lebens- und Abstinenz-Erfahrung ein.

Wir erreichen aber auch neue Leute, Menschen mit Suchtproblemen, die bislang noch keinen Kontakt zur Sucht-

Selbsthilfe hatten. Die Suchtformen und Themen im Chat zeigen: Wir erreichen Menschen, die jünger sind als der Durchschnitt im Kreuzbund, Frauen und Männer zwischen 20 und 50 Jahren.

Hier antworten Chat-Moderator\*innen auf vier Fragen zum Chat:

**Wenn Du auf die ersten Monate zurückschaust, gab es für Dich im Chat eine besondere Erfahrung als Moderator\*in?**

**Andrea und Karl-Heinz:** „Wir waren angenehm überrascht über die große Zahl der Teilnehmenden und ihre Offenheit. Traurig war die Situation mit einer Chat-Userin, die regelmäßig an dem Chat teilgenommen hat und sich dann von uns verabschiedete, um eine Therapie zu beginnen. Wenig später meldete sich ihre Schwester und teilte uns mit, dass sie gestorben ist. Sie war erst 34 Jahre. Die Schwester hat dann noch einige Male am Chat für Angehörige teilgenommen. Sie lebt in Österreich und hat dann Hilfe beim ‚Grünen Kreis‘ gefunden.“

**Verena:** „Bisher gab es für mich keine negativen Erfahrungen im Chat. Ganz im Gegenteil: Gerade die jungen, meist polytoxischen Hilfesuchenden berühren mich immer wieder. Ein 27-jähriger Alkoholiker schaffte es, bereits seit zwei Monaten

nicht zu trinken und war frustriert, dass die Welt nüchtern recht fad und grau ist. Dass dies weniger an der Welt, als an seinen suchtgeschädigten Synapsen liegt, erfuhr er erst durch den Chat mit anderen Betroffenen. Seine Erleichterung, dass wir das auch kennen und seine Neuronen einfach noch etwas Zeit zur Erholung brauchen, war geradezu greifbar. Oder ein 21-jähriger Kiffer, der in schwierigen Verhältnissen bei seinen Eltern lebte und zwischen Cannabismissbrauch und Beginn seines eigenen Lebens feststeckte. Er schien anfangs keine besonderen Erwartungen an den Chat zu haben, doch am Ende war er motiviert, einen Termin bei der örtlichen Suchtberatung zu machen. In einem späteren Chat berichtete er sogar, dass er den Termin wahrgenommen hatte.“

**Hans-Jürgen:** „Unter den außergewöhnlichen Corona-Bedingungen war der Start genau richtig und konnte direkt zeigen, was er leisten kann.“

**Wolfgang:** „In den meisten Fällen konnten wir Anregungen und Ratschläge weitergeben. In ein oder zwei Fällen war ich mir nicht sicher, ob die geschilderten Problemsituationen der Realität entsprachen. Eine Notsituation stellte sich am nächsten Tag als weniger dramatisch dar. Es erfordert schon ein ge-

wisses Fingerspitzengefühl als Moderator – das ist in der realen Gruppe aber genauso.“

**Dirk:** „Ich verfüge noch nicht über viel Erfahrung als Moderator. Sicherlich, die Nachricht vom Tod eines Chat-Users oder einer -Userin, ging mir nach.“

### **Warum machst Du das: Sucht-Selbsthilfe-Chats moderieren?**

**Andrea und Karl-Heinz:** „Wir moderieren sehr gern, besonders der Austausch mit anderen Kreuzbündlern im Chat ist anregend. Wir können unser Wissen als Suchtkranker bzw. als Angehörige an Menschen weitergeben, die bisher weder Gruppe noch Beratungsstelle kennen und die noch nicht wissen, wie es weitergehen soll.“

**Verena:** „Ich finde es wichtig, Menschen auch über digitale Wege zu erreichen. Wenn ich an meine nasse Zeit zurückdenke, hätte ich es damals nicht geschafft, auf fremde Menschen zuzugehen oder mich ihnen gar zu öffnen. Weder hatte ich damals den Mut noch die Kraft, einer realen Gruppe gegenüberzutreten. Durch die Sucht und die Depressionen vermied ich zwischenmenschliche Kontakte. Ein vertrauenswürdiger Chat wäre für mich damals vielleicht eine Hilfe gewesen.“

**Elke:** „Ich möchte etwas von meiner Erfahrung weitergeben und Menschen Mut machen, sich Hilfe zu holen. Es lohnt sich! Es gibt immer einen Weg. Ich habe eine Entwicklung durchgemacht, die mir meinen Selbstwert und mein Selbstbewusstsein zurückgegeben und mich gestärkt hat.“

**Hans-Jürgen:** „Ich sehe den Chat als echte Ergänzung zu den Präsenzgruppen, im Besonderen für Mitmenschen, die keine Möglichkeit haben, eine „normale“ Gruppe zu besuchen.“

**Wolfgang:** „Ich habe großes Interesse an der neuen Möglichkeit, Menschen mit Suchtproblemen anonym Wege aus der Sucht aufzuzeigen, ihnen Informationen, Ansprechpersonen und Selbsthilfe-Gruppen zu benennen. Da Chat-User\*innen häufig auch öfter im Chat sind, kann

man den Werdegang weiterverfolgen. Außerdem gebe ich meine Erfahrungen als Chatbesucher genauso wie als Moderator weiter.“

**Dirk:** „Es ist wie bei einer Gruppengründung: Nur das regelmäßige Dabeisein trägt dazu bei, das Kind zu entwickeln, lebendig zu halten und groß zu ziehen.“

### **Wie können wir den Chat innerhalb und außerhalb des Kreuzbundes bekannter machen?**

**Andrea und Karl-Heinz:** „In der jetzigen Corona-Zeit wurde der Chat auch von Kreuzbund-Mitgliedern genutzt, weil keine Gruppentreffen stattgefunden haben. Der Chat ist mit Sicherheit auch eine gute Möglichkeit des überregionalen Austausches von Kreuzbund-Mitgliedern. Einige Menschen besuchen den Chat regelmäßig, weil sie aus gesundheitlichen Gründen keine Gruppe mehr besuchen können. Das Projekt trägt sicher dazu bei, die Zusammenarbeit mit den Caritas-Beratungsstellen und Therapieeinrichtungen zu verbessern. Wir haben im Chat schon sehr oft Teilnehmende an die für sie zuständige Beratungsstelle verweisen können. Es gab auch immer wieder Fragen zu den einzelnen Therapieformen (stationär, teilstationär, ambulant).“

**Verena:** „Ein Phänomen, das viele schon von Kreuzbund-Seminaren und Veranstaltungen kennen: Egal wo Weggefährter\*innen herkommen oder wie alt sie sind - untereinander kommen sie direkt ins Gespräch, und es entsteht sofort eine vertraute und offene Kommunikation. Das ist im Chat genauso. Der Austausch mit Weggefährter\*innen, die ich sonst vielleicht nie kennengelernt hätte, ist mir lieb und wertvoll. Und trotz vieler Gemeinsamkeiten in der Gruppenarbeit gibt es überregional doch auch Unterschiede in Arbeitsweisen, Organisation und individuellen Gegebenheiten. ‚Wie macht ihr das eigentlich?‘, will ich oft wissen. Wir inspirieren uns gegenseitig, und dabei ist es völlig egal, ob online oder offline.“

**Elke:** „Ich sehe den Chat als niedrigschwelliges Angebot, anonym seine

Sorgen und Ängste mitzuteilen, sozusagen als erste Anlaufstelle, ein Gespräch zu führen ohne weitere Verpflichtung. Grundsätzlich ist der Chat für alle offen, auch für Mitglieder aus den Gruppen vor Ort. Es gilt genauso die Verschwiegenheitspflicht wie in der Gruppe, nur anonym, es kennt mich niemand. Es kann ja auch Themen geben, die ich in meiner Gruppe nicht besprechen möchte. Im Chat habe ich Gelegenheit dazu. Es ist in Einzelfällen hilfreich, auf Beratungsangebote der Caritas hinweisen zu können. Chat-User\*innen müssen aber selbst entscheiden, ob er oder sie weitergehen will.“

**Wolfgang:** „Als Leiter des Arbeitsbereichs „Öffentlichkeitsarbeit“ im DV Paderborn versuche ich allen Kreuzbund-Mitgliedern klar zu machen, dass der Chat selbstverständlich für ALLE ist! Zur Einführung haben alle Gruppenleitungen und ARGE-Sprecher\*innen ein Informationsblatt erhalten. Es ging auch an die Suchtberatung im Kreis Unna. Das Info-Blatt stellte ich außerdem auf der Multiplikatoren-Arbeitstagung „Öffentlichkeitsarbeit“ im März 2020 in München vor. Auf unserer Diözesan-konferenz am 22. August 2020 haben die Teilnehmenden nochmals Informationen und die Leporellos erhalten.“

**Dirk:** „Nicht die Darreichungsform ist entscheidend, sondern der Wirkstoff darin. Wo Kreuzbund draufsteht, da ist Kreuzbund drin, auch im Chat. Der Kreuzbund-Chat ist für neue und auch für gestandene Kreuzbündler.“

### **Welche Chat-Angebote und Visionen schweben Dir vor, was müsste es noch geben?**

**Andrea und Karl-Heinz:** „Der Chat ist die beste Möglichkeit, für den Kreuzbund Werbung zu machen. Für die Zukunft ist es wünschenswert, dass in spontanen und regionalen Chats die Gruppen untereinander Kontakt bekommen. Für uns ist es auch vorstellbar, themenbezogene Chats anzubieten, wie es in anderen Bereichen schon geschieht. Auf unserer Wunschliste ganz oben steht ein Chat mit Sprach- und Videofunktion.“

**Verena:** Denkbar wären „Kreuzbund – kompakt-Chats“, vielleicht ein Mal im Quartal, als Orientierungs-Chat und Einführung, was Sucht-Selbsthilfe des Kreuzbundes ist und macht, wie das geht und was es bringt. Hier könnten auch Fragen behandelt werden wie „Wie gründe ich eine neue Kreuzbund-Gruppe?“ Auch an suchtmittelspezifische Chats, z.B. nur zu Drogen, Cannabis, Medikamente ließe sich denken. Im Kreuzbund-Chat wäre auch das AMA-Setting (ask me anything) mit speziellen Personen denkbar, die dann Rede und Antwort zu ihrem Themenbereich stehen, z.B. Suchtberatung oder Suchttherapie.

**Hans-Jürgen:** „Vielleicht gibt es in der Zukunft einen eigenen Chat für Leute,

die bettlägerig sind oder in Altenheimen leben.“

**Wolfgang:** „Es wäre schön, wenn täglich ein Chat-Angebot da wäre. Bis auf Samstag haben wir das ja schon geschafft.“

**Dirk:** „Da denke ich an Spontan-Chats an den kritischen Feiertagen wie Weihnachten und Silvester, die auch gern einen längeren Chat-Zeitraum abdecken, z.B. über vier bis fünf Stunden. Mehrere Moderator\*innen könnten sich abwechseln und sich den Chat teilen, dann könnten wir das schaffen.“

Dank an alle Chat-Moderator\*innen, die diese neue Form der Sucht-Selbst-

hilfe voranbringen! Besonderen Dank für Ihren Beitrag an Andrea und Karl-Heinz Thimm (DV Mainz), Verena Krotoszynski (DV Münster), Elke Kostack (DV Köln), Hans-Jürgen Stein (DV Münster), Wolfgang Melka (DV Paderborn) und Dirk Greiff (DV Berlin)!

Wer sich vorstellen kann, selbst Chats anzubieten und zu moderieren, er oder sie sollte zunächst als Chat-User\*in den Kreuzbund-Chat kennenlernen und ausprobieren: [www.kreuzbund.de/chat](http://www.kreuzbund.de/chat). Wer Moderator\*in werden will, nehme Kontakt auf: Michael Tremmel, Tel. 02381 6 72 72-0 oder [tremmel@kreuzbund.de](mailto:tremmel@kreuzbund.de)

## Wanderexerzitionen auf den Spuren der Heiligen Elisabeth

Vier Frauen und drei Männer aus ganz Deutschland haben sich am Freitag, 4. September 2020 in Eisenach getroffen – dem Ausgangspunkt der diesjährigen Wanderexerzitionen. Sie waren eigentlich schon im Mai geplant, mussten aber wegen der Corona-Pandemie verschoben werden.

Begleitet wurde die Gruppe von Thorsten Weßling, Geistlicher Beirat des Bundesverbandes, der unterwegs für anregende spirituelle Impulse sorgte, und von mir als Organisatorin. Wir haben bereits in den vergangenen Jahren bei den Wanderexerzitionen auf der Bonifatiusroute und auf dem Mosel-Camino sehr gut zusammengearbeitet. Auch die Teilnehmenden waren fast alle schon beim ersten oder zweiten Mal dabei und freuten sich auf ein Wiedersehen.

Noch am Freitagnachmittag haben wir den ca. 30-minütigen Aufstieg zur Wartburg in Angriff genommen, ein erster Konditionstest für alle....Wie kaum eine andere deutsche Burg ist die fast

1000 Jahre alte Wartburg mit der Geschichte Deutschlands verbunden. Bekannt wurde sie vor allem durch den Reformator Martin Luther, der hier 1521/22 das Neue Testament der Bibel ins Deut-

sche übersetzte. Wir konnten beim Rundgang durch die Burg auch das Luther-Zimmer besichtigen – alles in allem ein beeindruckendes Bauwerk!



Die Wartburg in Eisenach

Für uns war die Wartburg der Startpunkt des Elisabethpfades. Die Heilige Elisabeth, eine ungarische Königstochter (1207 – 1231), hat dort seit ihrem vierten Lebensjahr gelebt. 1221 wurde sie mit Landgraf Ludwig IV. von Thüringen verheiratet. Schon als Landgräfin nahm sie sich nach dem Vorbild von Franz von Assisi in besonderer Weise den Hungernen und Kranken an.

Nachdem ihr Gemahl 1227 bei einem Kreuzzug ums Leben gekommen war, widmete sich Elisabeth ganz dem Dienst an Armen und Kranken. Sie verließ die Wartburg und gründete in Marburg ein Spital, dort starb sie im Jahr 1231 im Alter von nur 24 Jahren. Schon vier Jahre später wurde sie heiliggesprochen. Im Jahr 1235 folgte die Grundsteinlegung für die Elisabethkirche. Sie wurde fortan zu einer Wallfahrtskirche. Und so führt noch heute der Pilgerweg von Eisenach nach Marburg.

Am Samstagmorgen ging es dann mit gepackten Rucksäcken los: Die erste Etappe des rund 190 Kilometer langen Elisabethpfades eignete sich gut zum Einlaufen, war sie doch nur 17 Kilometer lang. An den folgenden Tagen haben wir zwischen 20 und 26 Kilometer zurückgelegt – und das bei herrlichem Sonnenschein und angenehmen herbstlichen Temperaturen. Da die gesamte Strecke in sieben Tagesetappen nicht zu schaffen war, nahmen wir planmäßig am zweitletzten Tag den Bus und die Bahn nach einem Fußmarsch von ca. 21 Kilometern.

Die Markierung des Weges ließ mancherorts leider zu wünschen übrig, so dass bei der Routenfindung Spürsinn gefragt war. Manchmal mussten wir auch Google Maps zu Hilfe nehmen. Beim nächsten Mal werde ich auf jeden Fall einen Kompass mitnehmen. Landschaftlich wurde der Pilgerweg von Tag zu Tag schöner. Auf unserem Weg lagen außerdem viele renovierte kleine Kirchen. In einer dieser schönen Kirchen durften wir sogar die Glocken läuten, damit die Dorfbewohner\*innen wissen, dass Pilger\*innen da sind. Außerdem boten die evangelischen Kirchen einen gewissen Service: Häufig konnten wir uns gegen eine Spende mit Mineralwasser versorgen - und auch Toiletten waren oft in der Nähe...



Leider hat Thorsten Weßling sich bereits am Sonntag eine Muskelzerrung zugezogen, so dass er nicht mehr wandern konnte. Er ist dann am Montag mit dem Zug nach Hause (Hörstel bei Rheine) gefahren und noch am gleichen Tag mit seinem Auto zurückge-

kommen, um seine Aufgabe als spiritueller Begleiter weiterhin zu erfüllen. Das hatte für uns auch einen großen praktischen Vorteil, denn Thorsten konnte in seinem Wagen einen Teil unseres Gepäcks zum nächsten Hotel transportieren - wir brauchten also nur einen Tagesrucksack. Außerdem haben einige Teilnehmende hin und wieder die letzten Kilometer der Etappen mit unserem „Begleitfahrzeug“ zurückgelegt. Für diesen „Shuttle-Service“ und natürlich die interessanten spirituellen Impulse ein herzliches Dankeschön an Thorsten! Die Übernachtungsstandorte waren übrigens häufig so dörflich, dass die Frau von Hans aus dem bayerischen Ingolstadt sie nicht auf der Landkarte finden konnte....

Zum Abschluss der Wanderexerzitien feierten wir am Samstag, 12. September 2020 einen gemeinsamen Gottesdienst. In der anschließenden Führung durch die Elisabethkirche erfuhren wir noch viele interessante Details über die erste rein gotische Kirche in Deutschland. Dann traten alle die Heimfahrt an und freuen sich jetzt schon auf die nächsten Wanderexerzitien.

*Text: Gunhild Ahmann,  
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit*

*Fotos: Lotte Schweikhard,  
Teilnehmerin aus Groß-Gerau*



# Zukunft gestalten – Bewährtes erhalten

**D**ie Bundesdelegiertenversammlung des Kreuzbundes war eigentlich schon für April 2020 geplant, musste aber wegen der Corona-Pandemie verschoben werden. Schließlich konnte sie vom 18. bis 20. September 2020 im Katholisch-Sozialen Institut in Siegburg stattfinden. Dort sind wichtige Schritte zur Weiterentwicklung des Verbandes unternommen worden.

Dr. Frank Hensel, Direktor des Diözesancaritasverbandes Köln, rief in seinem Grußwort dazu auf, den Mut zu haben, Neues auszuprobieren und gleichzeitig Bewährtes zu erhalten. Für ihn war es die erste größere Veranstaltung seit geraumer Zeit. Er könne nachvollziehen, dass die Mitglieder von Sucht-Selbsthilfegruppen den direkten Austausch und die Gemeinschaft mit anderen Betroffenen brauchen, digitale Angebote könnten hier nur eine Ergänzung sein.

Auf der Tagesordnung der Bundesdelegiertenversammlung stand u.a. die



*Dr. Frank Hensel*

Wahl eines neuen Bundesvorstands. Die 74 Delegierten haben den bisherigen Bundesvorstand wiedergewählt. So wurde Andrea Stollfuß (63) aus Bonn in ihrer Funktion als Bundesvorsitzende bestätigt. Die gelernte Krankenschwester hat das Amt bereits seit 2011 inne. Sie ist selbst alkoholkrank und seit 2002 Kreuzbund-Mitglied. Seit 2005 hat sie unterschiedliche ehrenamtliche Funktionen im Kreuz-

bund übernommen, u.a. den Vorsitz des Kreuzbund-Diözesanverbandes Köln. Die verheiratete Mutter von zwei erwachsenen Söhnen setzt sich vor allem dafür ein, dass Suchtkranke nicht länger stigmatisiert werden und die Sucht-Selbsthilfe als gleichwertiger und systemrelevanter Partner im Suchthilfesystem anerkannt wird. Außerdem hat sie die weitere Digitalisierung und eine verstärkte Öffentlichkeitsarbeit als Ziele formuliert.

Als stellvertretende Bundesvorsitzende wurden in ihren Ämtern bestätigt: Rüdiger Blomeyer (55) aus Osnabrück, Gerhard Iser (58) aus Heppenheim und Franz E. Kellermann (67) aus München.

Weiteres Mitglied des Bundesvorstandes ist der Geistliche Beirat Pastor Thorsten Weißling (58) aus Hörstel bei Rheine. Er wird von der Deutschen Bischofskonferenz berufen. Bundesgeschäftsführer Heinz-Josef Janßen (62), seit 28 Jahren in dieser Funktion, unterstützt den Bundesvorstand mit beratender Stimme. Ständi-



*Der alte und neue Bundesvorstand*

ger Gast im Bundesvorstand ist Dr. Daniela Ruf, Vertreterin des Deutschen Caritasverbandes in Freiburg.

Der Bundesvorstand formulierte es als seine wichtigste Aufgabe, den Kreuzbund den wandelnden Anforderungen in der Suchthilfe anzupassen und zu positionieren. Dabei geht es z.B. um die Entwicklung neuer digitaler Angebote neben der klassischen Selbsthilfegruppe. So gibt es seit Anfang des Jahres fast täglich einen ca. einstündigen „Kreuzbund-Chat“. Er richtet sich sowohl an Kreuzbund-Mitglieder als auch an Menschen mit Suchtproblemen, die bisher noch keinen Kontakt zur Sucht-Selbsthilfe hatten. Bisher wurden fast 550 Teilnehmende erreicht, sie sind meist jünger als der Durchschnitt im Kreuzbund, darunter sind mehr Frauen und mehr Angehörige von Suchtkranken. Zukünftig sind auch regionale und themenbezogene Chats geplant.

Auch die Modernisierung des Erscheinungsbildes stand auf der Tagesordnung der Bundesdelegiertenversammlung: Die Delegierten haben mit großer Mehrheit für ein modifiziertes Kreuzbund-Logo und den Slogan „Gemeinsam Sucht überwinden“ gestimmt, der aber nicht Bestandteil des Logos ist.

Neben dem Bundesvorstand sind auch die Leitungen der Arbeitsbereiche auf



Sonja Egger wird verabschiedet

Bundesebene neu oder wiedergewählt worden. In ihren Funktionen sind bestätigt worden Maria Weber (DV Münster), Leiterin des Arbeitsbereichs „Junger Kreuzbund“, und Andrea Thimm (DV Mainz), Leiterin des Arbeitsbereichs „Frauen- und Männerarbeit / Gender“.

Detlev Vietz (DV Hildesheim) hatte den Arbeitsbereich „Öffentlichkeitsarbeit“ seit einiger Zeit kommissarisch geleitet und ist jetzt offiziell gewählt worden. Neu in der Funktion als Leiterin des Arbeitsbereichs „Senioren / 55 plus“ ist Margit Köttig (DV Mainz) Sie tritt die

Nachfolge von Dorothea Gabriel (DV Eichstätt) an, die aus gesundheitlichen Gründen nicht an der Bundesdelegiertenversammlung teilnahm, aber trotzdem feierlich verabschiedet wurde. Persönlich verabschiedet wurde dagegen Sonja Egger (DV München u. Freising) als langjährige Leiterin des Arbeitsbereichs „Familie als System“. Diese Funktion übernimmt jetzt Elisabeth Keller (DV Paderborn).

Text: Gunhild Ahmann,  
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit  
Fotos: Frank Hübner, DV Erfurt



**KREUZBUND**

Gemeinsam Sucht überwinden



Die neu gewählten Arbeitsbereichs-Leitungen

# Gruppen laufen wieder

**D**ie Corona-Krise hat auch die Kreuzbund-Gruppen vor neue Herausforderungen gestellt. Die Gruppen konnten sich wochenlang nicht treffen und haben andere Wege gesucht, den Kontakt aufrechtzuerhalten. Das ist vielen Gruppen sehr gut gelungen, haben die Zuschriften für die letzte Ausgabe des WEGGEFÄHRTE gezeigt.

Inzwischen haben wir uns an Abstand, Hygieneregeln und Alltagsmasken gewöhnt, und die Gruppen treffen sich wieder unter entsprechenden Bedingungen. Jetzt interessiert uns, wie die Wiedereröffnung der Gruppen gelaufen ist und wie die Gruppen wieder zusammenfinden. Hat sich die Zusammensetzung der Gruppe verändert? Hat es Rückfälle gegeben? Und welche Konsequenzen können wir daraus ziehen?

Lesen Sie auf den folgenden Seiten die Reaktionen von Gruppenleitungen und Gruppenmitgliedern des Kreuzbundes.

## Der Prozess der Wiedereröffnung

Wir waren froh, als Siegfried Hombach uns mitteilte, dass wir uns in der Woche vor Pfingsten wieder in der Gruppe treffen konnten. Seither treffen wir uns wieder regelmäßig montags im Pfarr- und Jugendheim Waldbröl.

Bereits während des Lockdowns hatten wir untereinander Kontakte, per Telefon, Social-Media-Apps und auch persönlich. Seitdem sind wir bei den Gruppentreffen sieben bis acht Personen – wie vor Corona.

Rückfälle hatten wir im klassischen Sinne keine, auch keine Austritte. Aber eine Dame, die noch nicht abstinente ist und auf eine Reha wartet, ist nicht mehr gekommen. Ich halte jedoch telefonischen Kontakt.

Zwei weitere Damen wollten seit dem Lockdown zu uns kommen, sind aber nicht erschienen bzw. haben sich nicht

gemeldet. Inwieweit Corona und die damit verbundenen Maßnahmen hier eine Rolle spielen, lässt sich nicht sagen.

Eine weitere Dame kam am Montag zu uns. Sie wohnt im Rhein-Sieg-Kreis und möchte neben der Selbsthilfe auch zur Suchtberatung. Die nächste zuständige und für sie erreichbare Einrichtung in Eitorf ist derzeit aber geschlossen. Ich finde es traurig, wenn die im ländlichen Bereich mager gesäten Einrichtungen der Suchthilfe geschlossen sind. Gerade in Krisenzeiten sind nicht gefestigte Menschen dadurch zusätzlich gefährdet.

Da ich Rentner bin, versuche ich durch persönlichen Einsatz den ein oder anderen Mangel zu überbrücken. Aber auch mein Einsatz hat Grenzen. Und wenn es konkret um die Suchtbehandlung geht, wie soll das mit geschlossenen Einrichtungen funktionieren? Auch die starre Behandlung von Suchtkranken nach Landkreisen sollten die zuständigen Institutionen dringend überdenken.

Auf unsere Gruppenarbeit hat das keinen direkten behindernden Einfluss. Hier werde ich mich wie bisher mit Freude mit meinen Weggefährten treffen.

*Gunter Schmidt,  
Kreuzbund-Gruppe Waldbröl*

## Zurück zur Normalität...?

Alle Gruppenteilnehmer haben sich gefreut, sich endlich wieder treffen zu können. Der Austausch ist nach der langen Pause noch sehr ausgiebig. Einige "Schnupperteilnehmer" möchten sich dem ersten Anschein nach gern der Gruppe anschließen.

Es hat sich für mich bezüglich Treffen, Gefühlen und Vertrauen untereinander nichts geändert. Es gab in unserer Gruppe keine Rückfälle.

Ich habe das Gefühl, alle sechs Mitglieder kommen gern und nehmen auch sehr regelmäßig teil. Zwei bis drei neue



WEGGEFÄHRTE



Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige

Mit Abstand am Nächsten

Mitglieder werden voraussichtlich in Kürze dazukommen.

*Martin Adam, Kreuzbund-Gruppe  
Wesel-Fusternberg*

## Einige trauen sich noch nicht ...

Die Gruppe Elsenfeld trifft sich wieder regelmäßig seit dem 18. Juni 2020 – ganz offiziell und in Absprache mit dem Gesundheitsamt des Landkreises Miltenberg und dem Ordnungsamt. Außerdem habe ich vorher mit der Caritas-Sozialstation telefoniert, die uns die Freigabe erteilt hat, ihren Besprechungsraum zu nutzen. Für unser erstes Treffen haben wir noch eine Ausnahmegenehmigung vom Ordnungsamt gebraucht, was aber problemlos möglich war nach Vorlage eines Hygienekonzepts.

Im Besprechungsraum der Sozialstation Elsenfeld haben 12 bis 14 Personen völlig problemlos mit ausreichend Sicherheitsabstand Platz. Mehr Personen sind wir ohnehin nur dann, wenn Besuch aus der Fachklinik Weibersbrunn kommt, und diese Besuche sind im Moment für unbestimmte Zeit abgesagt. Bei den ersten beiden Treffen waren wir acht bis zehn Personen. Einige trauen sich noch nicht. Eine Namensliste mit Telefonnummern wird geführt (ausschließlich zur Verfolgung einer Infektionskette). Unsere Gruppentreffen finden z.Z. nur mit vorheriger Anmel-



derung per WhatsApp statt. Sollte jemand neu hinzukommen, der nicht angemeldet ist, darf er/sie teilnehmen, wenn die maximale Teilnehmerzahl noch nicht erreicht ist und die Gruppe zustimmt.

*Udo Giegerich,  
Kreuzbund-Gruppe Elsenfeld,*

## Mit dem Zollstock abgemessen

Nach Beginn des Lockdowns habe ich zunächst eine WhatsApp-Gruppe eingerichtet, um uns auszutauschen. Das hat gut funktioniert. Den WEGGEFÄHRTRE habe ich persönlich den Mitgliedern in den Briefkasten gesteckt.

Im Juni 2020 hat Manfred Binger versucht, für uns einen Raum zu finden, in dem wir unter Einhaltung der Hygiene- und Abstandsvorschriften Gruppe machen können. Das war leider nicht erfolgreich.

Daraufhin bin ich in unseren Gruppenraum gegangen und habe ihn mit dem Meterstab ausgemessen. Dann habe ich eine Zeichnung erstellt, um zu sehen, mit wie vielen Personen wir dort hineinkönnen: Es ist möglich mit neun Personen. Die Caritas war einverstanden, die Gruppenteilnehmenden auch. Der harte Kern hat gleich zugesagt, es sind genau neun Personen.

Der Start am 29. Juni 2020 ist uns bestens gelungen. Es fühlt sich schon wieder

normal an. Wir sind alle Corona-gesund. Hoffentlich bleibt das so! Einige Gruppenteilnehmer und ich haben im Moment teilweise Kurzarbeit. Es hat keine Rückfälle gegeben. Mit der Caritas-Suchtfachambulanz tausche ich mich 14-tägig aus. Unsere Gruppen-Veranstaltungen neben den Gruppentreffen liegen weiterhin auf Eis.

*Hubert Heim,  
Kreuzbund-Gruppe Lindau*

## Hemmschuhe für die Gruppentreffen

Unsere Gruppe besteht zurzeit aus sieben festen Mitgliedern und einigen „Interessenten“. Bisher fanden unsere Gruppentreffen im wöchentlichen Rhythmus in den Räumen des Caritas-Zentrums Ludwigshafen statt. Auch andere Selbsthilfegruppen treffen sich dort. Seit Ausbruch der Pandemie gab es monatelang keine Treffen mehr, da das Caritas-Zentrum die Gruppenräume nicht zur Verfügung stellte.

Ich habe in dieser Zeit regelmäßig den telefonischen Kontakt mit den Gruppenmitgliedern gesucht – Telefon- oder Videokonferenzen sind leider nicht möglich, da nicht alle Mitglieder über die technischen Möglichkeiten verfügen.

Ab 1. August 2020 konnten wir uns dann wieder treffen. Der Zuspruch bei den ersten Treffen nach der Corona-Pause war groß. Nach der ersten Euphorie erfolgte eine gewisse Ernüchterung, und einige Gruppenmitglieder blieben dann fern. In einer etwas unsteten Gruppe wirkt m. E. eine verbindliche Pflicht zur Voranmeldung wie ein Hemmschuh, da sich manche Teilnehmende ungern verpflichten, fest zum Gruppentreffen zuzusagen.

Außerdem haben wir das Problem, dass unsere Treffen auf max. zehn Teilnehmende begrenzt sind, und wir daher auch die Gruppenstrukturen verändern müssen. Es sollen ja alle, die sich anmelden, auch teilnehmen können; es wurden Gruppen zusammengelegt und wieder neu aufgeteilt. Also es bleibt spannend.

*Andreas Beck, Kreuzbund-Gruppe  
Ludwigshafen 1*

## Die Gruppe rückt zusammen

Im dritten Quartal 2019 wurde unsere Gruppe durchschnittlich von sechs Personen besucht, das steigerte sich auf neun bis zehn Teilnehmende bis März 2020.

In den Folgewochen wurde während des Lockdowns in sieben Telefonkonferenzen versucht, den Kontakt zur Gruppe aufrechtzuerhalten. Durch „altersbedingte Verweigerung“ gegenüber den „neuen“ Techniken und Medien nahmen im Schnitt lediglich sechs Teilnehmende das kostenlose Angebot wahr. Auch deshalb wuchs die Befürchtung, dass es zu Rückfällen kommen könnte, die jedoch, bis auf eine Ausnahme, ausblieben.

Als dann erste Lockerungen und ein geeignetes Raumkonzept in den angemieteten Räumlichkeiten eine Fortsetzung der Gruppentreffen zuließen, versammelten sich zum Auftakt Ende Mai prompt zehn Gruppenmitglieder. Ihre Erleichterung war förmlich zu greifen, man hatte sich den Gruppenabend am Montag regelrecht ersehnt. In der Folgezeit kamen bis zu 13 Teilnehmende, auch der „Rückfall“ war schnell wieder auf Kurs und integriert.

Fazit: Der Lockdown mit dem Kontaktverbot hat die Gruppenfamilie gesprengt, nunmehr ist sie wieder zusammengeführt und trotz Abstandsgebot näher zusammengerückt. Dass einige Gruppenmitglieder gestärkt aus dieser Zeit herausgekommen sind und stabiler als zuvor wirken, ist für mich die positive Überraschung.

*Andreas Gräber,  
Kreuzbund-Gruppe Karlsruhe-Durlach*

## Es war mühsam....

Am 9. Juli 2020 war es soweit: Wir konnten wieder mit der Selbsthilfegruppe starten. Wir treffen uns nun in einem anderen Raum, der aufgrund der Abstandsregelung allerdings nur für zwölf Personen freigegeben ist. Natürlich gelten Vorsorgemaßnahmen, wie Teilnehmerliste, Desinfektion und Mund-Nasen-



Schutz. Zur Gruppe gehören insgesamt 17 Personen, bedingt durch Urlaubszeit, neue berufliche Ausrichtung u.Ä. sind aber nicht immer alle anwesend, so dass der Raum bisher ausgereicht hat. Ansonsten haben wir die Möglichkeit, den Saal des Kamillushauses für unsere Gruppenstunde zu nutzen.

Das Feedback der Gruppe nach dem Neustart war sehr positiv. Natürlich kommen nicht immer alle, doch das tut dem Gruppenklima keinen Abbruch. Leider gab es auch einen Rückfall, der aber direkt in der ersten Gruppenstunde aufgearbeitet wurde.

*Martin Wöstenfeld,  
Kreuzbund-Gruppe Essen-Heidhausen 1*

## Wichtiger Halt durch die Gruppe

Ich bin 28 Jahre jung, habe eine Frau und eine Tochter. Im Sommer 2019 wurde mir meine Abhängigkeit bewusst, und ich begab mich in eine Entgiftung. Anschließend machte ich eine ambulante Tagestherapie. Im September 2019 kam ich zum Kreuzbund und wurde herzlich aufgenommen.

In der ersten Therapie konnte ich mich nicht vollständig öffnen, sodass nicht alle Themen bearbeitet wurden. Die Abstinenz erschien mir utopisch und war ein regelrechter Kampf. Anfang Januar 2020 hatte ich einen heftigen Rückfall. Ich begab mich erneut in die Entgiftung und konnte in einer zehnwöchigen stationären Therapie meine psychischen Probleme bearbeiten. Auch in dieser Zeit standen die Gruppenmitglieder mir unterstützend zur Seite. Auch der Gruppenleiter Martin Wöstenfeld blieb in Kontakt mit mir. Er fragte immer wieder nach und versuchte, andere Möglichkeiten für Gruppentreffen zu organisieren.

Im April 2020 wurde ich während der Pandemie entlassen. Für mich war das – ohne COVID-19 zu bagatellisieren – ein angenehmer Start: Die Welt war sehr entschleunigt, und die Kontaktsperre half mir in der ersten Zeit, mich auf mich und meine Familie zu konzentrieren und mich von Konsumorten fernzuhalten. Ich merkte,



dass mir diese Orte und Gewohnheiten nicht mehr fehlten. Somit kann ich sie auch nach den Lockerungen meiden, und zwar nicht aus Angst, sondern weil es mir nicht guttut, und mein Lebensmittelpunkt sich positiv verändert hat.

Während des Lockdowns fehlte mir der persönliche Kontakt zur Gruppe. Die Internetangebote nutze ich nicht, da ich mich dort nicht richtig öffnen kann. Es freut mich, dass wir uns jetzt wieder treffen, auch wenn ich aufgrund der Kollision mit meiner Nachsorge nur 30 Minuten am Gruppenabend teilnehmen kann. Hierfür hat die Gruppe Verständnis, was mich sehr freut. Mir fehlen noch die Umarmungen, sie schaffen ein Gefühl der Verbundenheit.

Allerdings bin ich von den politischen Instanzen enttäuscht. Obwohl die Alkoholabhängigkeit und sonstige psychische Erkrankungen anerkannt sind, tragen Betroffene noch immer gesellschaftliche Stigmata wie willensschwach, sensibel usw. Das wurde mir in der Pandemie erneut bewusst. Während alles langsam wieder geöffnet wurde und auch die Bundesliga startete, wurden wir vergessen. Obwohl ich ein großer Fußballfan bin, war das für mich unverständlich. Generell hatte ich den Eindruck, dass die Fürsorge für Abhängige und ihre Angehörigen von der Politik sehr stiefmütterlich behandelt wurde und die Warnung der Suchthilfe

vor möglichen Rückfallrisiken missachtet bzw. klein geredet wurde.

Ich bin froh, dass unsere Gruppenmitglieder die Zeit gut überstanden haben und möchte noch einmal die Wichtigkeit des persönlichen Austausches betonen. Ich bin froh, diesen Halt und die nötige Unterstützung in meiner Gruppe zu haben.

*Hendrik Heyden,  
Kreuzbund-Gruppe Essen-Heidhausen 1*

## Der Griff zum Telefon

Die bisher größte Unterbrechung der Gruppentreffen begann für unsere Kreuzbund-Gruppe am 16. März 2020. Ich kam mit der Pflegedienstleitung des Krankenhauses überein, wegen des Corona-Virus die Treffen vorerst auszusetzen. Der Lockdown war dann ja auch in vollem Gange. Auch die Klinik sagte alle geplanten Veranstaltungen und Kurse ab. Selbst Besuche von Angehörigen der Krankenhauspatienten waren zeitweilig untersagt oder sehr eingeschränkt.

Jetzt kam es mir darauf an, den Kontakt zu den einzelnen Gruppenmitgliedern nicht abreißen zu lassen. Doch nicht jedes Mitglied hat einen PC oder Internetzugang. So habe ich Kontakt gehalten, indem ich jeden Weggefährten mindestens einmal wöchentlich angerufen habe und mich danach erkundigt habe, wie es ihnen ging. Eventuell wäre auch über Skype die Möglichkeit eines visuellen Kontakts mit einigen möglich gewesen. Doch die Gruppenmitglieder sind bei einem Durchschnittsalter von 68 Jahren ziemlich konservativ und bevorzugen persönliche Treffen.

Auf Anregung des Duisburger Stadtverbandsvorsitzenden Franz-Josef Werner habe ich dann Ende Mai wiederum die Pflegedienstleitung des Krankenhauses angerufen. Unserer Gruppe wurde die Genehmigung erteilt, unter Einhaltung der vorgeschriebenen Hygienevorschriften (Mund-Nasenschutz, Mindestabstand, Desinfektionsmöglichkeiten) die Gruppentreffen ab dem 8. Juni 2020 wieder durchzuführen.

IM BLICKPUNKT

Damit keines der Gruppenmitglieder diesen neuen Termin verpasste, rief ich alle wieder an. Zusätzlich verfasste ich noch eine schriftliche Einladung und sandte diese jedem zu. Die meisten erschienen auch am 8. Juni wieder.

Glücklicherweise gab es keine Rückfälle, niemand hat wegen des Lockdowns zur Flasche gegriffen. Und auch mit der Kontaktsperre im öffentlichen Leben sind die Mitglieder ohne größere Probleme, wenn auch mit Meckern und Murren, zu rechtgekommen.

Alles in Allem hat sich die Gruppe wieder gesund und richtig zusammengefunden. Was kann man sich mehr wünschen?

*Wolfgang Bergmann,  
Kreuzbund-Gruppe Duisburg-Hochfeld  
– Bethesda-Krankenhaus*

## Mit einigen Anlaufschwierigkeiten

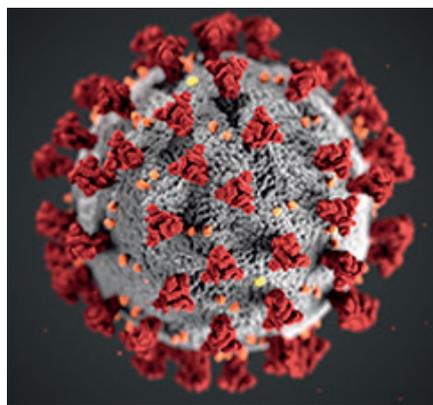
Wir haben Mitte Juni direkt bei der Katholischen Kirchenpflege in Ehingen nachgefragt, wann wir wieder unsere Gruppe starten können. Die Antwort war, es könne keine hygienische desinfizierende Reinigung der Gruppenräume sichergestellt werden.

In der Zeit haben wir regelmäßig miteinander telefoniert. Das erste Mal haben wir uns wiedergesehen, als die Gründerin unserer Gruppen in Ehingen beerdigt wurde. Sie verstarb an den Folgen einer Corona-Infektion. Die Beerdigung fand im Freien unter Einhaltung der geltenden Vorschriften statt (kein Gesang und Mindestabstand mit Maske).

In einem Gespräch nach der Beerdigung wollten meine Gruppenmitglieder wissen, wann es weitergeht mit der „Live-Gruppe“. Eine Antwort musste ich ihnen schuldig bleiben. Wir fragten dann regelmäßig bei der Kirchenpflege nach. Dann endlich wurde der 1. Juli genannt – mit den Beschränkungen der dann geltenden Verordnung. In der Zwischenzeit musste ich auch zwei Neue vertrösten.

Meine Frau leitet eine Angehörigen-Gruppe, auch sie musste alle Gruppenmitglieder vertrösten. Jedoch war ein Fall sehr dringlich, so dass meine Frau kurzfristig einen gemeinsamen Spaziergang mit der Interessentin anbot. So konnten wir den Druck der Interessentin etwas abmildern.

Am 1. Juli 2020 hat sich die Gruppe dann wieder getroffen in neuen Räumen, denn drei Mitglieder sind gehbehindert. Eine Interessentin, mit der ich zwischen durch Kontakt hatte, schlug tatsächlich bei uns auf. Die erste Gruppenstunde war dann auch geprägt durch die Erfahrungen der Mitglieder in der Schließungszeit.



Unsere Gruppe besteht immer noch aus den gleichen Mitgliedern wie vor der Corona-Krise. Da bis auf das neue Mitglied alle schon sehr lange abstinent sind, habe ich mir darum keinerlei Sorgen machen müssen. Das Bedürfnis sich wieder regelmäßig zu sehen, konnte man direkt spüren. Das war auch in der Angehörigen-Gruppe so. Auch diese Gruppe konnte sich ab Anfang Juli wieder regelmäßig treffen.

Hier noch ein paar Anmerkungen zum Angebot des Kreuzbund-Chats: Als keine „Live-Gruppen“ stattfinden konnten, hatten wir regen Zulauf in den Chats. Und aus diesem Personenkreis sind uns einige Besucher des Chats treu geblieben, so dass man bis jetzt ein durchaus positives Fazit ziehen kann.

*Joachim u. Manuela Heine,  
Kreuzbund-Gruppe Ehingen 1 und  
Angehörigen-Gruppe Ehingen*

## Eine kreative Lösung für die Gruppenarbeit

Da hatten wir im März 2020 wirklich nicht mit gerechnet: Von Freitag bis Sonntag noch auf der Multiplikatoren-Arbeitstagung „Öffentlichkeitsarbeit“ in München, und ab Montag wurden dann plötzlich immer mehr öffentliche Gebäude dichtgemacht – bis hin zum totalen Lockdown!

Das betraf natürlich auch unsere Gruppe. Unser Gruppenraum befindet sich in einem Gebäude der Caritas. Das ist öffentlicher Raum und fällt damit ja unter die Corona-Schutzverordnung. Also war unser Gruppenraum erst mal geschlossen.

Also was tun? Kreuzbündler sind ja erfinderisch. Wir machten kurzerhand eine Whats-App Gruppe auf, um irgendwie den Kontakt zu halten. Nach ein paar Startschwierigkeiten klappte es richtig gut. Und zur Not gibt es ja auch noch das gute alte Telefon.

Als dann die ersten Lockerungen kamen, galt es die Vorgaben der Behörden umzusetzen. Das erforderte etliche Gespräche mit Ordnungsamt, Gesundheitsamt und letztendlich der Hausherrin, der Caritas. Das war sehr umfangreich, weil anfangs keiner so genau wusste, wer jetzt eigentlich zuständig ist. Aber es hat geklappt.

Das eigentliche Problem kam aber erst später auf uns zu. Wir sind 15 Leute in unserer Gruppe. Aber in unserem Gruppenraum ist nach Corona-Regeln nur für fünf Personen Platz. Dafür musste auf die Schnelle eine Lösung gefunden werden. Wir haben dann einfach die Gruppe in drei Fünfer-Gruppen aufgeteilt. Den Tag (Mittwoch) haben wir beibehalten. Die Zeit haben wir von zwei auf je eine Stunde pro Minigruppe reduziert. Am ersten Mittwoch trafen sich dann die Gruppe 1 und danach die Gruppe 2. Natürlich alles unter Einhaltung der Hygienevorschriften. Gruppe 3 hatte an diesem Abend frei. Am folgenden Mittwoch begann dann Gruppe 2, gefolgt von Gruppe 3. Somit hatte Gruppe 1 frei. Und so läuft das im Rotationsverfahren immer weiter. Und inzwischen funktioniert es wunderbar.



Ein Teil der Kreuzbund-Gruppe Grevenbroich

Alle sind froh, zumindest im kleinen Kreis Weggefährten wieder treffen zu können, zumal man beim Wechsel ja noch kurz die Mitglieder der anderen Gruppe sieht. Bei schönem Wetter setzen wir uns in den Garten der Caritas. Aber wir behalten auch dort die Fünfer-Gruppen bei, um den Rhythmus nicht durcheinander zu bringen.

Ich finde, das ist für alle eine gute und faire Lösung. Außerdem bin ich der Meinung, wir haben eine gut funktionierende Gruppe. Es gibt auch immer mal unterschiedliche Meinungen. Aber die gab es auch schon vor Corona.

Leider hatten wir in der Zeit ohne richtige Gruppe zwei Rückfälle. Aber auch das werden wir gemeinsam wieder in den Griff bekommen. Die beiden Betroffenen sind jedenfalls auf gutem Wege.

*Hans Aretz,  
Kreuzbund-Gruppe Grevenbroich*

## Großer Zusammenhalt

Als wir uns am 12. März 2020 nach der Gruppenstunde voneinander verabschiedeten, hatte wohl keiner damit gerechnet, dass wir uns so lange nicht wiedersehen würden. Am 19. März 2020 kam die Info von unserer Gruppenleiterin Schwester Stefanie, dass bis auf weiteres die

Gruppenstunden in den Räumlichkeiten des SKM nicht mehr möglich seien. Dies war für alle schon ein komisches Gefühl. Keiner wusste so recht, was er davon halten sollte, es erfüllte uns alle mit Sorge.

Im Nachhinein muss man jedoch sagen, dass die meisten unserer 24 Gruppenmitglieder diese Zeit gut überstanden haben. Wir wurden bestens von Schwester Stefanie betreut und mit Infos versorgt. In diversen Telefonaten mit einzelnen Gruppenmitgliedern oder durch regelmäßige E-Mails an die gesamte Gruppe und auch an einzelne Mitglieder war sie laufend mit uns in Kontakt. So waren wir immer auf dem neuesten Stand, wie es unseren Kolleginnen und Kollegen aus der Gruppe ging, obwohl natürlich der Austausch untereinander fehlte.

Als es dann am 28. Juni 2020 wieder losging, war die Wiedersehensfreude natürlich groß. Das war allerdings zuerst nur in kleineren Gruppen, die im Drei-Wochenrhythmus stattfanden, möglich. Aber wir hatten immerhin die Möglichkeit, das in der Zwischenzeit Erlebte noch einmal persönlich zu besprechen. Dabei konnte dann auch ausführlich über die Rückfälle (drei Fälle) und sonstige Probleme gesprochen werden. Ob die Rückfälle zu vermeiden gewesen wären, wenn es nicht diese Corona bedingte Zwangspause der Gruppe gegeben hätte, ist schwer zu sagen.

Dem Zusammenhalt innerhalb der Gruppe konnte die lange Zeit der Vakanz eigentlich nichts anhaben, und es sind immer noch alle Gruppenmitglieder dabei. Darüber hinaus haben sich nach der Coronapause zwei „Neue“ vorgestellt. Der Gruppe mangelt es somit nicht an Zuspruch.

*Heinz-Peter Hammer,  
Kreuzbund-Gruppe Köln Innenstadt*

## Geht es auch ohne Gruppe?

Wir haben während der gruppenfreien Zeit stets Kontakt über WhatsApp, E-Mail oder Telefon gehalten. Sobald es möglich war, haben wir uns zu Spaziergängen verabredet. Wir wohnen fast alle in ländlicher Umgebung mit viel Wald und Wiesen – man hat die Möglichkeit, lange Spaziergänge von der Haustür aus zu machen. Auch war es für die Mitglieder der Bruchsaler Gruppen von Vorteil, dass sehr viele ein eigenes Haus besitzen und dadurch beschäftigt waren.

Als die Wiedereröffnung der Gruppen anstand, hatten wir zunächst große Schwierigkeiten, einen Raum für unsere größeren Gruppen in Bruchsal im Haus der Begegnung zu finden.

Mit viel Flexibilität haben wir nun seit Juli die Möglichkeit, in größeren Räumen unter Einhaltung strenger Vorgaben unsere Gruppenabende abzuhalten. Rückfälle gab es in unseren Gruppen nicht – bzw. wurden nicht bekannt.

Wir freuen uns, dass wir uns wieder persönlich sehen und sprechen können – jedoch bleibt ein komisches Gefühl, und man ist nicht richtig frei. In unseren Gruppen sind viele Mitglieder schon sehr lange dabei. Die Corona-Krise hat nun dazu geführt, dass einige der älteren Gruppenmitglieder sich entschlossen haben, die Gruppe nicht mehr regelmäßig oder nur noch als Gast ab und zu zu besuchen, da die Corona-Zeit gezeigt hat, dass es auch ohne Grup-

IM BLICKPUNKT

penabend gegangen ist. Einerseits kann ich das verstehen (wenn es um ältere Gruppenmitglieder geht, für die die Anfahrt auch schwierig ist), andererseits birgt es nach meiner Ansicht auch eine Gefahr – wir alle haben uns an das persönliche Gespräch gewöhnt – und wenn das nun gänzlich wegfällt, bin ich mir nicht sicher, ob es dauerhaft gut geht.

*Maritta Heilig,  
Kreuzbund-Gruppen Bruchsal*

## Ausprobieren statt klagen

Für uns führte die Coronakrise zu neuen Überlegungen: Wie kann die Gruppenarbeit weiterlaufen, gibt es andere Wege?

Die Gruppe „Freiheit“ ist eine Gruppe für junge Suchtkranke und Angehörige zwischen 20 und 30 Jahren. Wir treffen uns jeden Montag im Pfarrheim St. Peter in Rheinberg. Junge Leute sind häufig gern bereit, mal was Neues auszuprobieren. Da das Wetter meistens schön war, hielten wir uns viel im Stadtpark auf, und die Gruppenstunden bekamen einen ganz anderen Wert und Inhalt. Tiefer gehende Gespräche standen nicht so im Mittelpunkt. Alle waren froh, die Gruppenmitglieder gesund Woche für Woche wieder zu sehen und zu erzählen, wie es ihnen ging mit Corona und den ständig neuen Mahnungen zur Vorsicht und dem aktuellen Stand der Infektionen. Die Zeit ging dahin. Eine Wiedereröffnung gab es für unsere Gruppe also nicht.

Alle freuten sich: „Endlich wieder normale Gruppe“. Rückfälle hat es in der Gruppe nicht gegeben. Sie ist sehr stabil. Ein neuer Gruppenbesucher ist dazu gekommen.

Für die Gruppe war es eine gute, schöne und bereichernde Erfahrung, sich auf etwas Neues einzulassen und nicht sofort aufzugeben. Neue Wege suchen, ausprobieren und einfach machen, auch wenn andere nur abwarten und jammern wie schlimm alles ist.

*Elisabeth Drescher, Rheinberg*

## Neustart mit Zuwachs

Nach sechzehn Wochen Zwangspause trafen wir uns Ende Juni endlich wieder zur ersten Gruppenstunde. Es war gut und richtig, dass wir zwischenzeitlich über WhatsApp-Gruppen, per Telefon und teilweise auch über Video-Konferenzen Kontakt gehalten haben. Die persönlichen Gespräche, sich in die Augen schauen können und Mimik und Reaktionen live erleben, können aber damit keinesfalls ersetzt werden. Hilfreich für den Wiedereinstieg in das Gruppenleben waren auch die Richtlinien und Empfehlungen des Verbandes.

Wir waren natürlich gespannt, ob sich wohl alle Gruppenmitglieder wieder einfinden. Dazu kann ich von beiden Gruppen nur Positives berichten, denn alle Weggefährten und Weggefährtinnen sind wieder erschienen und hatten natürlich viel zu berichten. Glücklicherweise wurde bisher niemand Opfer der Pandemie. Wir werden alles dafür tun, dass es auch so bleibt.

Neben der Erkenntnis, dass niemand „von Bord“ gegangen ist, wurden wir sogar angenehm überrascht: In beiden Gruppen konnten wir Zuwachs verzeichnen. Zwar waren es pro Gruppe nur zwei Personen, aber das ist angesichts der eingeschränkten Situation durchaus beachtenswert. Während der Zwangspause hatten die „Neuen“ Kontakt zu uns aufgenommen, und wir konnten ihnen den Ablauf und den weiteren Werdegang erklären. Umso erfreulicher war es dann auch, dass sie zur ersten Gruppenstunde nach der Pause gekommen sind.

Wir alle wissen, dass einer der größten Risikofaktoren für Rückfälle laut Studien u.a. Einsamkeit ist. Gott sei Dank waren in beiden Gruppen keine Rückfälle zu verzeichnen, was meines Erachtens auch durch die zwischenzeitliche Kontaktpflege positiv beeinflusst wurde. Das bedeutet, dass wir mit unserem Umgang miteinander und untereinander auf dem richtigen Weg sind. Chats sind für einen Erstkontakt durchaus sinnvoll, aber wirkliche Gruppenarbeit mit den vielfachen Möglichkeiten, Beobachtungen zur Persönlichkeitsentwicklung und weiteren wich-

tigen Faktoren, kann meines Erachtens nur durch den persönlichen und realen Kontakt erreicht werden.

*Konrad Schnieders, Kreuzbund-Gruppen  
Nordhümming-Breddeberg und Söge*

## Anerkennung vom Oberbürgermeister

Die zehn Gruppen des Kreuzbund-Stadtverbandes Bottrop treffen sich seit dem 10. Juni 2020 wieder, allerdings nicht in ihren bisherigen Treffpunkten – sie sind entweder noch nicht geöffnet oder zu klein – sondern in einer AWO-Begegnungsstätte. Das hat der Stadtverbandsvorsitzende Gerhard Löbert organisiert. Darüber hat am 3. Juni 2020 die WAZ berichtet. Auch Oberbürgermeister Bernd Tischler (SPD) hat das Engagement des Kreuzbundes gelobt. Lesen Sie hier Auszüge aus seinem Brief an Gerhard Löbert.

*„Der Kreuzbund ist für Suchtkranke und Angehörige eine wichtige und zentrale Anlaufstelle in unserer Stadt, die vielfältige Arbeit leistet. Menschen, die den Weg in ein suchtmittelfreies Leben suchen, können sich über Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten informieren. Eure Arbeit konntet ihr während des Corona-Lockdowns leider nicht aufrechterhalten, denn sie funktioniert nur im direkten Austausch der Beteiligten. Persönliche Gespräche sind dabei ein zentrales Element, in Einzelgesprächen oder in Gruppentreffen. Umso mehr freut es mich, dass der Kreuzbund Bottrop wieder seine wichtige Tätigkeit aufnimmt.“*

*Gerade Einsamkeit ist eine große Belastung für viele Menschen, in dieser Zeit des Abstandhaltens umso mehr. Das soziale Netz wird dünner, gewohnte Abläufe fallen weg. Die Gruppentreffen und persönlichen Gespräche beim Kreuzbund sind ein wichtiges Standbein für alle Bürger\*innen in Bottrop, die diese Angebote wahrnehmen. Manche Mitglieder gehen mitunter noch einen Schritt weiter und bezeichnen ihre Selbsthilfegruppe als Familie. Hier zeigt sich, welche Kraft in der Arbeit der einzelnen Gruppen liegt und was für eine große und für viele Menschen heilsame Wirkung daraus entsteht. Deshalb ist es gut zu wissen, dass ihr wieder für die Menschen da seid.“*

# Verschiedene Formen von Nähe

**S**eit einigen Monaten tragen wir Alltagsmasken, halten Abstand und waschen bzw. desinfizieren uns regelmäßig die Hände. Diese Regeln gelten auch in allen Suchthilfe-Einrichtungen. Dort gibt es aber noch deutlich mehr Veränderungen. „Wir haben ungewöhnlich viele E-Mails bekommen mit zum Teil komplizierten Verwaltungstexten, wir mussten dann erst einmal aussortieren, was für uns relevant ist“. So beschreibt es Christian Kreuzer, Referent für Suchthilfe des Diözesancaritasverbandes Regensburg e.V.. Gunhild Ahmann hat sich mit ihm über die Auswirkungen der Corona-Krise auf seinen beruflichen Alltag unterhalten.



Christian Kreuzer

duell, was für unsere Klienten am besten geeignet ist.

**WEGGEFÄHRTE:** Was hat sich seit Beginn der Corona-Krise für die Mitarbeitenden und die Patienten in den Suchthilfe-Einrichtungen der Caritas geändert? Wie hat sich die Beratung und Behandlung von suchtbetroffenen Menschen verändert?

**Christian Kreuzer:** Der Lockdown hat uns aus unserer alltäglichen Routine herausgeworfen. Die Mitarbeitenden in den Beratungsstellen und in den Fachkliniken mussten ihr Kontaktverhalten ändern, z.B. was die Abstände angeht. Der Umgang mit unseren Klienten hat sich verändert, zuerst hatten wir keinen direkten face-to-face-Kontakt, noch immer holen wir sie zu ihren Beratungsterminen am Eingang ab.

In Zeiten von Kontaktbeschränkungen hat die Online-Beratung mehr Bedeutung bekommen. Jedenfalls steigt die Bereitschaft, digitale Angebote auszuprobieren. Es ist allerdings schwer vorhersagbar, für wen Online-Beratung passend ist, einige Klienten erzählen, dass sie bei Telefonaten sogar aufmerksamer sind als im persönlichen Gespräch. Manche bleiben eine Weile bei der unverbindlicheren Online-Beratung, manche gehen gern auf den Vorschlag einer Intensivierung ein, und wir telefonieren oder treffen uns inzwischen wieder persönlich. Wir schauen also ganz indivi-

Wir haben noch eine andere interessante Erfahrung gemacht: Wir sind von einer freien rein virtuellen Selbsthilfegruppe gefragt worden, ob wir sie therapeutisch begleiten könnten. Von den fünf bis sieben Mitgliedern hatten einige ihre stationäre Behandlung abgebrochen oder sind wegen der Pandemie vorzeitig entlassen worden. Für sie gab es jetzt ein neues Setting, und zwar in zehn virtuellen Sitzungen, die gut verlaufen sind.

Die Kreuzbund-Gruppen, die unsere Räumlichkeiten nutzen, durften sich während des Lockdowns nicht treffen, jetzt sind die Gruppenstunden seit einigen Wochen wieder angelaufen. Allerdings dürfen sich nur maximal acht Personen in unserem Raum versammeln, abhängig von der jeweiligen Quadratmeterzahl. Aber dafür haben die Gruppen teilweise sehr kreative Lösungen gefunden.

**Leiden Suchtkranke besonders unter der Corona-Krise? Welche möglichen emotionalen Folgen hat die Krise für suchtkranke Menschen? Gibt es mehr oder weniger Interesse an Beratung und Behandlung?**

Zu uns sind nicht mehr Menschen gekommen als vor der Corona-Krise, wir beraten und behandeln pro Jahr rund 1.000 suchtbetroffene Menschen, diese Zahl ist unverändert. Das ist auch darauf zurück-

zuführen, dass viele suchtkranke Menschen es gelernt haben und viel Erfahrung damit haben, wichtige Dinge aufzuschieben. Sie sagen häufig nicht direkt, worunter sie leiden, sondern sie greifen zu den gewohnten Mitteln der Verdrängung, also zu ihren Suchtmitteln. In der Krise ist der Kontakt zu suchtbetroffenen Menschen also eher schwieriger, dadurch kann sich der Zeitpunkt, zu dem sie Hilfe suchen, weiter verzögern. Auch ist ihnen selbst häufig nicht klar, welches Hilfeangebot das richtige ist, z.B. wenn die Suchterkrankung von Depressionen begleitet wird. Jedenfalls hat jedes Beratungsgespräch einen mehr oder weniger langen zeitlichen Vorlauf. Von daher hat bei uns keine „Nachfrage-Welle“ eingesetzt, denn Suchtkranke kommen ohnehin meist mit Verzögerung.

**Wie beurteilen Sie die Erfolgsaussichten der Behandlung in Corona-Zeiten? Gibt es mehr Behandlungsabbrüche? Gibt es mehr Rückfälle?**

Das ist sehr unterschiedlich: In einigen Bezirkskrankenhäusern wurden die Entgiftungsstationen geschlossen, in Fachkliniken wurden zum Teil keine neuen Patienten mehr aufgenommen, aber die anwesenden Patienten weiter behandelt. Dabei hat es überraschende Erkenntnisse gegeben: Einige Patienten haben die Behandlung als sehr hilfreich empfunden, und das aus mehreren Gründen: Sie hatten sich klar für die Therapie entschieden und hatten einen engeren Kontakt zu den Mitpatienten – die Ausnahmesituation unter Corona-Bedingungen hat sie miteinander verbunden.

**Die Suchthilfe erreicht nur einen Bruchteil der Suchtkranken – wird die Erreichbarkeit durch die Corona-Krise erschwert oder erleichtert?**

Je vielfältiger die Suchthilfe wird, umso erreichbarer wird sie auch – dann gibt es für jeden das passende Angebot auf verschiedenen Kanälen. Unsere Online-Bera-



tung gibt es seit zehn Jahren, wir haben jetzt verstärkt dafür Werbung gemacht, auch in den Medien, und haben gute Erfahrungen damit gemacht. Darauf gab es eine gute Resonanz – ein unerwarteter positiver Aspekt der Corona-Krise. Daran zeigt sich auch, dass unser Online-Angebot nicht von selbst läuft, sondern wir aktiv werden müssen und immer wieder darauf aufmerksam machen müssen – wie es üblich ist in der Öffentlichkeitsarbeit.

**Hat die Corona-Krise gezeigt, dass Suchthilfe und Sucht-Selbsthilfe tatsächlich systemrelevant sind? Welche Konsequenzen ziehen Sie daraus? Und welche Forderungen haben Sie?**

Das ist nicht so einfach zu beantworten. Wenn wir unsere Zahlen sehen, ist die Nachfrage nach Suchtberatung nicht angestiegen. Gerade in ländlichen Regionen haben hilfeschuchende Menschen in Krisensituationen aber häufig nicht viele Möglichkeiten und können für sich selbst auch manchmal nicht entscheiden, ob ihre Suchter-

krankung oder ihre Depression schwerer wiegt und welche Anlaufstelle die richtige ist. Für diese Menschen hat das gut ausgebaute Netz unserer Suchtberatungsstellen eine „Scout-Funktion“, d.h. sie vermitteln ins Sozial- und Gesundheitssystem und bekommen dadurch eine wichtige Lenkungsfunktion. Natürlich gibt es auch in der Krise viele Menschen mit eindeutiger Suchtbelastung, die notwendige Schritte ergreifen, weil gerade etwas passiert ist oder weil sie es nicht mehr aushalten, und die froh sind, dass die Caritas-Suchthilfe erreichbar ist und sie unterstützt.

**Welche Konsequenzen ziehen Sie aus der Corona-Krise?**

Man kann den Eindruck gewinnen, dass die psychosoziale und spirituelle Dimension der Menschen in der Corona-Krise zu wenig berücksichtigt wird. Es wird jetzt offensichtlich, dass unser Gesundheitssystem durch ein materialistisches Menschenbild bestimmt wird. So wird zum Schutz vor dem Virus der Zugang zu Institutionen eingeschränkt, z.B. in Altenheimen. Die Bewohner\*innen mussten wäh-

rend des Lockdowns teilweise wochenlang isoliert auf ihren Zimmern leben.

Da stellt sich unweigerlich die Frage, wie lange müssen wir uns noch in Geduld üben und auf menschliche Nähe, einen Händedruck und eine Umarmung verzichten? Wird also die „spiritual care“, die sorgende Haltung oder die geistliche Begleitung auf coronafreie Zeiten verschoben? Und hier liegt die Chance für die Selbsthilfe und ein Wesensmerkmal dieses Angebots. Das Gefühl, in einer Gruppe aufgehoben zu sein, dazu zu gehören, gibt den Mitgliedern Wärme. Das ist für suchtkranke Menschen auch wichtig neben dem Gesprächsinhalt, denn häufig sind sie es gar nicht gewohnt, ihre Probleme in Worte zu fassen.

#### Weitere Informationen:

Caritasverband für die Diözese Regensburg e.V.  
Christian Kreuzer, Referatsleiter ambulante Suchthilfe  
Hemauer Str. 10c, 93047 Regensburg  
Tel. 0941 / 630827-0  
E-Mail: c.kreuzer@caritas-regensburg.de  
www.suchthilfe-ostbayern.de

IM BLICKPUNKT

## Eine neue Routine

**D**ie Median Klinik Tönisstein in Bad Neuenahr bietet vorrangig achtwöchige Kurzzeittherapien an für sozial und beruflich gut integrierte suchtkranke Menschen, darunter überwiegend Alkohol- und Medikamentenabhängige. Die insgesamt 140 Plätze werden zu 60 Prozent von Männern belegt, zu 40 Prozent von Frauen. Über die Auswirkungen der Corona-Krise auf die stationäre Therapie hat sich Gunhild Ahmann mit Oliver Kreh unterhalten. Er ist seit zehn Jahren Leitender Psychologe der Klinik.



Oliver Kreh

**WEGGEFÄHRTE: Wie haben Sie die Corona-Krise in Ihrem beruflichen Alltag erlebt? Welche Veränderungen bestimmen seit Beginn der Corona-Krise den Alltag der Mitarbeitenden und der Patienten?**

**Oliver Kreh:** Wir mussten viele organisatorische Veränderungen vornehmen, schrittweise mit jeder neuen Verordnung, denn wöchentlich gab es ja weitere Einschränkungen. Viele Abläufe mussten umgestellt werden. Es fing an mit der

Notwendigkeit von größeren Räumen, dann wurden Veranstaltungen abgesagt, wie z.B. das Angehörigenseminar. Schließlich mussten wir den Besuch von Angehörigen während der Rehabilitationsmaßnahme komplett verbieten. Und Selbsthilfegruppen wie der Kreuzbund durften auch nicht mehr in die Klinik kommen, um die Patienten über ihre Arbeit und ihre Aufgaben zu informieren.

**Hat sich die Krise unmittelbar auf die stationäre Behandlung von Suchtkranken ausgewirkt? (Aufnahmesituation, Anzahl der Patienten, Dauer der Behandlung)**

Unser Programm und unsere Abläufe mussten alltagstauglich gemacht werden und an die Corona-Bedingungen angepasst werden. Das bedeutet kleinere Gruppen, mehr Abstand in den Räumen,

mehrere Schichten bei den Mahlzeiten u.Ä. Das war für alle anstrengend. Wir haben viel Zeit darauf verwendet, die Einschränkungen zu erklären. Die Mitarbeitenden und auch die meisten Patienten haben aber mit viel Geduld und Verständnis reagiert. Die Maßnahmen wurden akzeptiert, auch wenn es teilweise schmerzte, z.B. das Kontaktverbot zu Angehörigen. Der Zusammenhalt war sehr beeindruckend. Inzwischen haben wir eine gewisse Routine bei den Schutzmaßnahmen entwickelt.

Als die Einschränkungen eintraten, war unsere Klinik voll belegt. Ungefähr 15 Prozent der Patienten haben mit der ersten Welle der Einschränkungen ihre Behandlung vorzeitig beendet, zum Teil aus irrationalen Gründen, zum Teil weil sie die Abstands- und Hygieneregeln oder das Besuchsverbot störten. Dann ist eine Zeit lang die Nachfrage nach unseren Plätzen eingebrochen, weil die Einrichtungen, die uns die Patienten vermitteln, gar nicht oder nur eingeschränkt geöffnet hatten, z.B. Suchtberatungsstellen oder Entgiftungsstationen. Auch einige Rentenversicherungen haben nur mit halber Besetzung gearbeitet, dadurch hat sich die Bearbeitung von Reha-Anträgen verzögert.

Seit Mitte Juni normalisiert sich die Nachfrage nach Behandlungsplätzen wieder. Das Suchthilfe-Netz arbeitet wieder zuverlässig. Und bei vielen Suchtkranken hat sich in der Zwischenzeit ein enormer Druck aufgebaut. Die Belegung ist aber in vielen Reha-Kliniken noch starken Schwankungen unterworfen.

In allen Median-Kliniken hat sich übrigens das Aufnahmeverfahren verändert. Alle Patienten werden vor ihrer Aufnahme auf das Corona-Virus getestet, bis dann in 24 Stunden das Testergebnis vorliegt, werden sie isoliert in der Klinik untergebracht. Das erhöht die Sicherheit, wenn auch nicht auf 100 Prozent. Glücklicherweise hatten wir bisher keinen einzigen Corona-Infizierten. Auch unsere Mitarbeiter\*innen, die aus dem Urlaub zurückkehren, werden getestet.

**Leiden Suchtkranke besonders unter der Corona-Krise? Welche Folgen hat die Krise auf die Suchtkranken in Ihrer Klinik?**

Alle psychisch kranken und alle chronisch kranken Menschen, deren Teilhabe eingeschränkt ist, leiden darunter. Und Sucht ist eine länger andauernde psychische Erkrankung. Negativ wirkt sich für sie vor allem aus, dass die gewohnten Hilfsangebote wegfallen und ihnen dadurch eine sinnvolle Alltagsstruktur fehlt. Wir versuchen das in der Therapie aufzufangen.

**Hat die Corona-Krise Folgen für die Erfolgsaussichten der Behandlung? Gibt es mehr Rückfälle?**

Wir haben die Sorge, dass die Erfolgsaussichten tatsächlich schlechter sind. Endgültig können wir das allerdings erst ein Jahr nach dem Ende der Behandlung sagen. Viele Patienten waren bei ihrer Entlassung sehr verunsichert, zum Teil weil es keine Nachsorgemöglichkeit für sie gab oder weil sie wegen der Corona-Krise berufliche Probleme hatten. Verunsicherung und Strukturlosigkeit sind motivational natürlich sehr ungünstig.

**Die Suchthilfe erreicht nur einen Bruchteil der Suchtkranken – wird die Erreichbarkeit weiter erschwert durch die Corona-Krise?**

In der ersten Phase war die Erreichbarkeit des Suchthilfesystems sicherlich erschwert, und das hatte Einfluss auf die Behandlungszahlen. Viele Träger von Suchthilfe-Einrichtungen haben versucht, ihre Hilfsangebote zu verändern und an die Gegebenheiten anzupassen, z.B. mit Telefon- oder Videosprechstunden, auch wenn das nicht sofort reibungslos funktioniert hat. Viele Beratungsstellen berichten, dass die Haltequote der Telefonberatungen geringer war.

Insgesamt haben wir ein sehr gutes und ausdifferenziertes Suchthilfe-System, das flexibel auf die Krise reagiert hat und sehr niedrigschwellig ausgerichtet ist. Das kann durch digitale Angebote weiter verstärkt werden. Sinnvoll ist eine Kombination von digitalen Angeboten und Vor-Ort-Angeboten. Grundsätzlich bin ich aber der Auffassung, dass reine Online-Selbsthilfe nicht funktioniert.

Ich befürchte, dass wir uns in den kommenden sechs bis zwölf Monaten immer wieder auf regionale Infektionsanstiege

einstellen müssen. Das bedeutet auch, dass wir weiterhin gefordert sind, das Infektionsrisiko so gering wie möglich zu halten. Wenn positive Fälle in der Klinik auftauchen, wäre das nicht nur gesundheitsgefährdend für Patienten und Mitarbeitende, sondern würde auch die Behandlung der nicht betroffenen Patienten gefährden und wäre mit einem hohen Imageschaden verbunden.

**Hat die Corona-Krise gezeigt, dass Sucht- und Sucht-Selbsthilfe tatsächlich systemrelevant sind? Welche Konsequenzen ziehen Sie daraus? Und welche Forderungen haben Sie?**

Jeder hat eigene Vorstellungen von dem Begriff der „Systemrelevanz“. Es gibt keine allgemeingültige Antwort. Es ist ein Balanceakt für alle Beteiligten. Verschiedentlich sind Stimmen laut geworden, Suchtbehandlungen aufzuschieben – das finde ich unverantwortlich. Keiner geht zum reinen Vergnügen in eine Selbsthilfegruppe, eine Entgiftung oder eine Entwöhnungsbehandlung. Die Behandlung einer Suchterkrankung ist unbedingt erforderlich, um größeren Schaden von dem Betroffenen und seiner Umgebung abzuwenden.

Die Entscheidung, welche Behandlung unter welchen Bedingungen möglich ist, kann nur jeder Betroffene mit seinen Behandlern vor Ort treffen. Wir müssen im Einzelfall abwägen und schadensminimierende Maßnahmen ergreifen. Wie lässt sich die Behandlung der chronischen Suchterkrankung bestmöglich mit dem Schutz vor einer Infektion mit dem Corona-Virus vereinbaren? Viele Suchtkranke haben eine Behandlung schon lange aufgeschoben, von daher besteht dort auch ein gewisser Zeitdruck.

#### Weitere Informationen:

Oliver Kreh, Leitender Psychologe  
Median Klinik Tönisstein  
Hochstr. 25, 53474 Bad Neuenahr  
Tel. 02641 / 914 – 150  
E-Mail: oliver.kreh@median-kliniken.de  
Internet: www.median-kliniken.de



# „Wir können nicht nachhalten ...“

Die erste Telefonseelsorgestelle in Deutschland ist 1956 in Berlin entstanden, sie nannte sich „Ärztliche Lebensmüdenbetreuung“. Inzwischen gibt es bundesweit über 100 Stellen. Träger sind meistens die katholische und evangelische Kirche. Die Telefonseelsorge im Kreis Recklinghausen hat ein Einzugsgebiet von ca. 600.000 Menschen. Über 100 Ehrenamtliche sind rund um die Uhr im Einsatz. Sie kooperiert mit den Einrichtungen in Münster, Bielefeld und Ostwestfalen, d.h. wenn Ratsuchende die bundeseinheitliche Telefonnummer 0800 / 111 0 111 wählen, sprechen sie mit Ehrenamtlichen aus ihrer Stadt oder Region und werden nicht von Nordrhein-Westfalen nach Bayern oder Sachsen weitergeleitet. Über Abstand, Nähe und Kontakt hat sich Gunhild Ahmann mit Gunhild Vestner (61) unterhalten. Die evangelische Pfarrerin leitet seit 17 Jahren die Telefonseelsorge in Recklinghausen.

**WEGGEFÄHRTE:** *Wie viele Menschen haben im vergangenen Jahr bei Ihnen angerufen? Welche Personengruppe ist besonders vertreten? Was sind ihre Anliegen?*

**Gunhild Vestner:** Im vergangenen Jahr haben wir über 11.000 Anrufe registriert und rund 9.000 Seelsorge- und Beratungsgespräche geführt. Unter den Anrufer\*innen sind achtjährige Kinder und 90-jährige Senioren, die meisten sind allerdings 50 bis 59 Jahre alt. Die Hälfte der Anrufenden lebt allein. 40 Prozent der Anrufe kommen von Menschen, die vorzeitig durch Arbeitslosigkeit oder Frühverrentung aus dem Berufsleben ausgeschieden sind. Die deutliche Mehrheit von 70 Prozent der Anrufenden sind Frauen. Das ist u.a. auf ihre geschlechtsspezifische Sozialisierung zurückzuführen, d.h. Frauen holen sich mit Worten Hilfe.

In jedem dritten Gespräch spielt die Erfahrung mit psychischen Erkrankungen



Gunhild Vestner

eine Rolle, u.a. mit Depressionen. In jedem fünften Gespräch geht es um depressive Verstimmungen, in jedem zehnten Gespräch sprechen Anrufende von Stress und emotionaler Erschöpfung.

Grundsätzlich haben sich die Themen im Laufe der Zeit geändert: Früher ging es häufig um Partnerschafts- und Familienkonflikte, heute stehen Einsamkeit und depressive Verstimmungen an erster Stelle. In jedem fünften Telefongespräch wird Einsamkeit als Hauptproblem benannt, früher waren es nur acht Prozent. Vor allem für Männer ist Einsamkeit ein Tabu-Thema, sie sprechen eher über Geldprobleme als über Einsamkeit. Es handelt sich um ein gravierendes Problem in den westlichen Gesellschaften, Einsamkeit ist sozusagen der Preis unserer Lebensweise, vor allem in den städtischen Regionen. Inzwischen wissen wir, dass Einsamkeit neurologisch wie Schmerz verarbeitet wird, d.h. sie macht auf Dauer krank. Leider erhält Einsamkeit noch nicht die notwendige Aufmerksamkeit.

**Was sind die Besonderheiten der Chatberatung?**

Wir erreichen am Telefon und im Chat unterschiedliche Zielgruppen. Den Chat haben im vergangenen Jahr rund 1.000 Menschen genutzt. Sie sind deutlich jünger als die Anrufenden, meistens unter

30. Aber auch hier melden sich überwiegend Frauen, nämlich 74 Prozent. Auch in jedem dritten Chat sprechen die Ratsuchenden von ihren depressiven Verstimmungen, von ihren Ängsten und emotionaler Erschöpfung. Im Chat werden unter dem Schutz der Anonymität aber auch schwierigere Gefühle und Themen schneller und deutlicher angesprochen, z.B. selbstverletzendes Verhalten. In jedem dritten Chat werden Gedanken an Selbsttötung geäußert, am Telefon ist das nur in jedem zehnten Gespräch der Fall.

Den Chat gibt es bei der Telefonseelsorge im Kreis Recklinghausen seit 2008, er ist auch eine Frage der Kapazitäten, von unseren 106 ehrenamtlich Mitarbeitenden übernehmen knapp 30 auch die Chatberatung. Auf einer bundesweiten Plattform können sie die Termine einstellen, an denen sie dafür Zeit haben.

**Haben Sie einen Überblick, wie viele Anrufer\*innen von einer Suchterkrankung betroffen sind – entweder selbst oder als Angehöriger? Hat ihre Zahl zugenommen?**

Eine genaue Zahl haben wir nicht, denn Suchterkrankungen überschneiden sich häufig mit anderen psychischen Erkrankungen. Suchtähnliche Verhaltensweisen begegnen uns in allen Facetten, z.B. in Form von Spielsucht, Medikamentenabhängigkeit und Essstörungen. Am weitesten verbreitet ist aber nach wie vor die Alkoholabhängigkeit. Daran hat sich nichts geändert.

**Wie hat sich die Corona-Krise auf die Arbeit der Telefonseelsorge ausgewirkt? Haben sich die Probleme der Ratsuchenden verändert oder verstärkt?**

Unsere Telefongespräche haben seit Mitte März um 30 Prozent zugenommen, seit März haben wir monatlich rund 1000 Telefonkontakte verzeichnet. Jedes Gespräch dauert im Schnitt 24 Minuten, d.h. wir brauchen mehr Kapazitäten und möglichst immer eine Doppelbesetzung.

Die Nutzerzahlen im Chat haben sich sogar verdoppelt.

Im März und April war die Corona-Krise das Hauptthema. Menschen mit Depressionen oder Angsterkrankungen sind besonders davon betroffen, die unbekannte Bedrohung durch das Virus verstärkt ihre Symptomatiken.

Die Corona-Krise hat außerdem den Alltag von psychisch Kranken anstrengender gemacht, sie standen vor einigen Herausforderungen, denn ihr Hilfenetz wurde deutlich ausgedünnt, die Orte, wo sie normalerweise hingehen, waren geschlossen, z.B. Tageskliniken und auch Selbsthilfegruppen.

Seit Beginn der Corona-Krise ging es aber nicht nur um Krisenintervention bei dieser Personengruppe – in der Zeit des strengen Kontaktverbots wünschten sich viele Anrufer\*innen einfach nur Entlastung und Alltagsbegleitung. Frauen und Männer haben angerufen, weil sie Angst vor Ansteckung haben und gleichzeitig unter der Isolierung leiden. Viele fühlten sich gestresst, auch durch die Sorge um den Arbeitsplatz und die familiäre Enge. Einige Anrufende wollten auch nur mal mit jemandem sprechen, der ihnen zuhört, das Thema Einsamkeit stand noch mehr im Mittelpunkt als sonst.

Seit Mai haben sich die Zahlen und Themen wieder etwas normalisiert, und die eigenen Themen jenseits der Dauerbelastung durch Corona rücken wieder mehr ins Blickfeld. Die Corona-Krise hat als Bedrohung von außen kurzfristig die Krise im Inneren verdrängt. Allerdings bleibt das Leben für viele Menschen anhaltend anstrengend: Im Juni haben im Chat 36 Prozent der Nutzer\*innen Gedanken an Suizid zur Sprache gebracht.

**Was sind die Besonderheiten der telefonischen Beratung und der Chat-Beratung? Welche Unterschiede gibt es zu face-to-face-Kontakten?**

Wir machen ein niederschwelliges und anonymes Beratungsangebot, da ist es deutlich leichter etwas von sich und seinen Problemen preiszugeben. Mögliche Irritationen im face-to-face-Kontakt fal-

len weg, z.B. Körpergeruch, Übergewicht u.Ä. Nichts lenkt ab, im Chat ist ja noch nicht einmal die Stimme präsent, unter diesem Schutz bringen die Menschen auch schwierige Themen schneller auf den Punkt. Für einige gilt: Reden geht nicht, aber Schreiben geht, z.B. wenn traumatisierte Opfer von sexualisierter Gewalt das Redeverbot, das ihnen der Täter auferlegt hat, verinnerlicht haben.

**Wo liegen die Möglichkeiten der telefonischen Beratung? Und was sind ihre Grenzen?**

Die Grenzen liegen ganz klar in der Fragilität des Kontaktes, die Anrufer\*innen können jederzeit auflegen und das Gespräch beenden. Es ist wichtig, das Medium und seine Grenzen im Blick zu behalten. Wir bieten niederschwellige Beratung und Seelsorge, aber keinen therapeutischen Kontakt.

Außerdem müssen wir damit leben, dass wir nicht nachfassen können, wir haben keine Möglichkeit nachzufragen, wir können nur motivieren und gemeinsam Gedanken und mögliche Schritte entwickeln. Das Gespräch lebt davon, was die andere Seite daraus macht, die Anrufenden sind eigenverantwortlich. Sie sind und bleiben Experten für ihre Situation. Der Fokus liegt darauf, die Möglichkeiten und Fähigkeiten der Personen auf unterschiedlichen Ebenen zu entdecken, also ihre Ressourcen aufzuspüren und sie zu mobilisieren.

**Wie kann man am Telefon eine empathische, entlastende und wohlthuende menschliche Nähe herstellen? Bleibt da nicht das Feingefühl im zwischenmenschlichen Kontakt auf der Strecke?**

Unsere Ehrenamtlichen erhalten eine fundierte Ausbildung rund um die Frage: Wie gelingt eine wertschätzende Kontaktaufnahme und –gestaltung auf Augenhöhe? Ihre innere Haltung beruht auf Wertschätzung und Respekt, Besserwissererei ist hier völlig fehl am Platz.

Durch intensives Zuhören wollen wir herausfinden, welche Gefühle und Bedürfnisse die Ratsuchenden haben. Da-

bei spielt auch die Stimme eine große Rolle, v.a. der Stimmklang. Ist jemand sehr aufgeregt und ängstlich, versuchen wir ihn zu beruhigen und zu entspannen, gerade in krisenhaften Situationen arbeiten wir auch mit der Stimme.

Im Chat gibt es diese Möglichkeit nicht, da braucht es noch mehr Einfühlungsvermögen. Die Ehrenamtlichen schreiben im Chat wie sie sprechen und übersetzen auch Stimmklanglaute ins Schriftbild. Sie bemühen sich um eine möglichst bildhafte und anschauliche Sprache, z.B. werden virtuell auch Blumen oder Taschentücher überreicht. Ich bin manchmal verblüfft, wie emotional und haltend der Chat sich entwickeln kann.

**Wie bereiten sich die ehrenamtlich Mitarbeitenden auf ihre Aufgabe vor?**

Die Ausbildung dauert anderthalb Jahre (wöchentliche Treffen und Blockveranstaltungen) und ist in drei Abschnitte eingeteilt: Selbsterfahrung, Training in Gesprächsführung (das Grundgerüst), ein Praxisjahr.

Unsere Ehrenamtlichen sind Menschen mit unterschiedlichen beruflichen und privaten Hintergründen, sie decken eine große Bandbreite ab – wir haben Menschen aus der Verwaltung, aus dem Handwerk und natürlich aus beratenden und pädagogischen Berufen. Diese Mischung bringt auch eine Vielfalt von Perspektiven und Problemlösungsansätzen mit sich.

Während der Tätigkeit gibt es fortlaufend Supervision und themenspezifische Informationen, z.B. über Psychosen, Sucht oder Traumatisierung.

**Weitere Informationen.**

Telefonseelsorge  
Limperstr. 15, 45657 Recklinghausen  
Tel. 02361 / 27 898  
E-Mail: ts@telefonseelsorge-re.de



## Wir begrüßen die neuen Gruppenleitungen

Sie sind zur Leiterin oder zum Leiter einer Kreuzbund-Gruppe gewählt worden. Dazu gratulieren wir Ihnen. Wir danken Ihnen für Ihre Bereitschaft, sich in Ihrer Freizeit für Ihre Gruppe und den Kreuzbund einzusetzen.

Alles Gute, viel Freude und Erfolg wünscht Ihnen der Bundesverband.

Übrigens: Im WEGGEFÄHRTE finden Sie auch immer viel Gesprächsstoff für Ihre Gruppenstunden.

### Die neuen Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter:

#### Aachen

Franz-Gerd Claßen Hückelhoven 2  
Andreas Egger Hückelhoven - Junger Kreuzbund

#### Augsburg

Claus-Peter Apfel Bad Wörishofen

#### Essen

Eberhard Hansch Duisburg-Stadtmitte  
Manfred Hlawaty Duisburg-Laar  
Dirk Petzel Essen-Frohnhausen 4

#### Freiburg

Reinhard Köpp Bretten, Kreativgruppe  
Thomas Langfeldt Oberkirch

#### München

Anni Knößl Traunstein 7 - Kreuzbund-Mädels

#### Münster und Freising

Guido Eiker Senden  
Kai-Oliver Freese Ibbenbüren 8 - Junger Kreuzbund  
Marco Maurer Rheinberg - Freiheit  
Michael Paeßens Rheinberg - St. Anna  
Dieter Poggenpohl Bocholt-St. Ewaldi 2  
Detlef Wiese Kamp-Lintfort

#### Osnabrück

Manfred Schmidt Herzlake

#### Paderborn

Bernd Wördehoff Geseke-Büren

#### Rottenburg-Stuttgart

René Müller Heilbronn 7

#### Speyer

Nathalie Schmidt Landau/Pfalz

#### Trier

Martin Ahlbach Simmern 1  
Hans Dieter Burger Merzig 1  
Bernd Scharfenstein Rheinböllen 1  
Christiane Zachäus Bad Neuenahr-Ahrweiler 5

### KB Bielefeld

## Gruppenfahrt mit Umleitung

Dass unsere heiß ersehnte Gruppenfahrt in den Harz während der Corona-Zeit anders verlaufen sollte als sonst, war uns schon klar! Geplant war vom 11. bis 14. Juni 2020 in Wildemann ein Seminar mit einem Austausch einer ortsansässigen Selbsthilfe-Gruppe, und zwar eine Einweisung in eine gesunde Lebensweise: nicht mehr rauchen, mehr Bewegung und Entspannungsübungen.

Leider bekamen wir eine Absage von unserer Pensionswirtin, da sie die erforderlichen Hygienemaßnahmen nicht erfüllen konnte... Schade!! Aber wir sind ja nicht auf den Mund gefallen, unser Harry hat kurzerhand eine Herberge im Sauerland angerufen und nachgefragt – also fuhren elf Gruppenmitglieder hocheifrig nach Winterberg/Hoheleye!

Mit Walkingstöcken und warmen Jacken drehten einige, die gut zu Fuß sind, eine Runde um den Kahlen Asten. Die anderen stärkten sich bei einer Tasse Kaffee. Natürlich – wie im Moment überall üblich – mit genügend Abstand am Tisch und mit Maske... das bleibt sicher in Erinnerung!

Der nächste Tag begann mit einem ausgiebigen Frühstück und einer Plauderstunde, ehe wir uns nach Winterberg aufmachten. Die Panoramabrücke, die Sommerrodelbahn und der Minigolfplatz wurden in Beschlag genommen, mit viel Spaß und Gesprächen am Rande.

Nach dem gemeinsamen Abendessen setzten wir uns zu einer Runde nach draußen, denn das schöne Wetter lockte uns raus. Wir hatten wie immer viel Gesprächsstoff, und unser Gesundheitsprogramm kam dank ausgiebiger Spaziergänge auch nicht zu kurz. Unser Entertainer Keule (Michael) moderierte ein



Ratespiel – herrlich ausgeschmückt mit schwungvollen Worten und Gesten. Wir haben Tränen gelacht!!!

Da wir uns ja in dieser schwierigen Zeit nicht so oft gesehen haben, war dieses Wochenende auch ohne Umarmungen und mit Abstandsregeln wunderbar. Denn nur chatten und telefonieren ist auf Dauer nichts für uns Kreuzbündler!!!

Wir sind gestärkt nach Hause gefahren, unsere Gruppenzugehörigkeit hat sich noch mehr vertieft, und wir bleiben hoffentlich alle gesund, um noch viele gemeinsame Wochenenden wie dieses zu erleben (gern auch wieder ohne Masken)!

*Karin Hubbert, Kreuzbund-Gruppe Bielefeld 1*

**DV Speyer**

## Ein Seminar zur Selbstachtung

Trotz aller Vorbehalte und unter Abwägung der Risiken entschied sich unser Vorstand, das Frauenseminar vom 12. bis 14. Juni 2020 im Geistlichen Zentrum Maria Rosenberg in Wald-fischbach-Burgalben durchzuführen. Die treibende Kraft hierzu war die Leiterin des Arbeitsbereichs „Frauen- und Männerarbeit / Gender“ Hannelore Seitz, die mit der Psychologin Dagmar Zimmermann-Baum von der Celenius-Parkklinik in Bad-Bergzabern eine kompetente Referentin gewinnen konnte. Endlich konnten wir Frauen uns wieder treffen – ohne jeglichen Körperkontakt – was für mich nicht einfach war.

Unter dem Motto „Das habe ich noch nie vorher versucht, also bin ich mir völlig sicher, dass ich das schaffe“, ging es dann am Freitag los. Das Interesse am Thema „Selbstachtung“ war groß. Das Thema wurde durch die Figur „Pippi Langstrumpf“ und eine „Königin“ von unserer Dozentin sehr verständlich, lehrreich, aber auch amüsant und kurzweilig umgesetzt. Man wurde bei einigen Punkten „wachgerüttelt“ und auch nachdenklich – gerade wenn es um die Erinnerungen aus Kindertagen geht und man sich danach der Selbstreflexion stellt.

Dann sollten je Teilnehmerin drei positive Eigenschaften benannt werden. Mit Hilfe des jeweiligen Vornamens und der Gruppe konnte diese Herausforderung gemeistert werden. Ein Beispiel: MARY: M = mutig – A = achtsam – R = risikofreudig – Y=l = impulsiv.

Und so ging es reihum, bis alle ihre Vornamen mit den passenden Eigenschaften verbunden hatten. Dieses Beispiel zeigt, mit welchen Geboten viele von uns erzogen worden sind, was uns oftmals im Leben hilflos macht und davon abhält uns mehr zuzutrauen. Deshalb ist es hilfreich, sich manchmal ganz bewusst zu fragen: „Bin ich noch die erwachsene Person oder die Person aus meiner Kindheit?“



*Die Referentin Dagmar Zimmermann-Baum*

Ebenso war auch die eigene Kreativität gefragt. Beim Malen und Gestalten unseres Lebensbaumes wurde allen Einiges über sich selbst bewusster. Der Lebensbaum verdeutlichte uns unseren „Standpunkt“: Was sind meine Wurzeln, wo stehe ich gerade, was sind meine Wünsche für die Zukunft? Natürlich wurde auch wieder viel gelacht. Wie die Romanfigur Pippi war das Seminar voller Überraschungen und genauso lustig. Wann hat man z.B. beim Mittagessen schon mal eine Krone auf dem Kopf? !.

Auch unser gemeinsamer Gottesdienst am Sonntag war liebevoll gestaltet und griff den Schwerpunkt unseres Seminarthemas auf. Schöner hätte das Wochenende nicht ausklingen können. Die Worte „ich stehe zu mir“ werden mich künftig begleiten. Sie machen mir Mut, geben mir Kraft und (Willens-)Stärke auf meinem weiteren Weg.

An dieser Stelle möchte ich die familiäre und herzliche Gemeinschaft erwähnen. Jede Teilnehmerin ist einzigartig, mit ihrer ganz eigenen (Lebens-)Geschichte, und doch haben wir von Anfang an das Gefühl von Zusammengehörigkeit und Freundschaft.

Mein ganz besonderer Dank gilt den Menschen, die dieses Seminar unter den derzeit schwierigen Umständen ermöglicht und umgesetzt haben. Dieses „Coronaseminar“ war außergewöhnlich und wird mich in meinem Alltag oft begleiten. Danke an alle Frauen, die so mutig waren. Danke, dass es Euch und den Kreuzbund in meinem Leben gibt!

*Mary Jäger / Monique Schneider*



*Andrea Jung aus Speyer mit Krone*

DV Freiburg / DV Würzburg

## Gedenktour auf dem Motorrad

Pünktlich zu unserem schon lange geplanten Termin (21. Juni bis 5. Juli 2020) waren die notwendigen Corona-Lockerungen vollzogen. So konnten wir individuell in diesem Zeitraum zum Treffpunkt in Simonswald (Schwarzwald) anreisen. Unser Organisationstalent Heinz Dengel hatte hier im Hotel Krone-Post schon im letzten Jahr die Unterbringung organisiert.

Dieses Jahr war es eine besondere Tour, denn wir gaben ihr den Namen: Hartmut-Gedächtnis-Tour. Hartmut Kalisch aus Hirschberg / Leutershausen (DV Freiburg) hatte 2004 die Gruppe gegründet und organisierte mit seiner Frau Annett viele Jahre die jährlichen Treffen und Touren. Angefangen hatte alles mit einem Artikel im WEGGEFÄHRTE und dem ersten Treffen im Kloster Neusatzek bei Bühlertal im Schwarzwald. Hartmut kannte das Dominikanerinnen-Kloster als Tagungsstätte des Kreuzbundes. Viele waren anfangs überrascht, wie freundlich wir von den Nonnen aufgenommen wurden. In den Folgejahren sind wir immer wieder gerne dort hingefahren. Durch Veränderungen in der Tagungsstätte war dies allerdings ab 2010 nicht mehr möglich.

So suchten Hartmut und Annett eine neue Unterkunft für uns. In Simonswald fanden sie das Hotel Krone-Post als Stützpunkt für die Folgejahre. Wir waren nun etwas südlicher im Schwarzwald untergebracht und konnten so viele Highlights im Südschwarzwald und in den Vogesen leichter erreichen, z.B. Titisee, Schluchsee, Schauinsland, Kandel, Feldberg, Col de la Schlucht, Grand de Ballon, Route de Cretes, Colmar.

Nachdem 2014 vermehrt der Wunsch aufgekommen war, auch mal andere Gebiete zu erkunden, wechselten wir jährlich die Region. Leider konnte Hartmut aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr aktiv dabei sein, und wir mussten uns neu organisieren. Heinz Dengel (DV Würzburg) und Ludwig Wecker

(DV Paderborn) übernahmen nun die Planung. Bayrischer Wald, Erzgebirge, Weserbergland, Spessart und die Eifel waren nun Programm. Die Nachricht vom Tod unseres Gründers, Freundes und Weggefährten Hartmut Kalisch am 1. Juni 2019 bewegte uns schließlich dazu, an unsere Wurzeln zurückzukehren und die Tour 2020 nach ihm zu benennen.

19 Teilnehmer mit 14 Motorrädern folgten der Einladung. Am ersten Tag hatte jeder die Möglichkeit, am zumindest emotionalen Höhepunkt der Tour teilzunehmen. 17 Bikerinnen und Biker fuhren zum Kloster Neusatzek und versammelten sich dort wie in alten Zeiten im Klosterhof. Auch einige Nonnen kamen in den Hof und konnten sich noch gut an uns erinnern.

Wir stellten uns dann alle vor dem Brunnen im Kreis auf, um den inzwischen verstorbenen Bikern zu gedenken. Heinz sprach ein paar Worte und las die Namen der Verstorbenen vor, dann folgte eine Schweigeminute. Anschließend hatte jeder noch die Möglichkeit, seine Erinnerungen an Hartmut zu formulieren. Es wurde schnell klar, dass wir nicht nur einen ganz besonderen Menschen verloren haben, sondern durch ihn viele schöne Momente, Bekanntschaften und Freundschaften gewonnen haben, die es ohne ihn nicht gäbe. Er wird uns auch in Zukunft bei unseren Touren in Gedanken begleiten.

In unserer Motorradgruppe gab es von Anfang an nur die Regel: Abstinenz und drogenfrei von der Anreise bis zur Abreise. Alles andere ergibt sich täglich neu. Es gibt zwar Tourenvorschläge, aber keine Pflicht. So kann jeder auf seine Kosten kommen.

Sonntag nach dem Frühstück war dann wieder Abreise – wir waren zufrieden mit dem Erlebten und etwas traurig, dass es schon wieder vorbei ist. Gesund, schrott- und unfallfrei, ohne Knöllchen oder Punkte ging es wieder heim. Wir freuen uns schon auf die nächste Tour 2021, die wieder in der Eifel stattfinden soll. Wer gern mitfahren möchte, ist herzlich willkommen und kann sich gerne mit Heinz in Verbindung setzen: E-Mail: [heinz.dengel@kreuzbund-wuerzburg.de](mailto:heinz.dengel@kreuzbund-wuerzburg.de)

*Dirk Hartmann, Heddeshheim bei Mannheim*



DV Passau

## „Gib der Seele Raum zum Atmen“

In der Vorstandssitzung am 28. Juni 2020 haben wir beschlossen, dass das diesjährige Familien-Seminar stattfinden kann. Verantwortlich war Irene Rodler (Beauftragte für den Arbeitsbereich „Familie als System“ mit tatkräftiger Unterstützung von Franz-Josef Fischer. Nun gab es viel Arbeit, das gebuchte Haus hatte geschlossen, der geplante Termin konnte nicht eingehalten werden. Mit der Jugendbildungsstätte Windberg hatten wir dann Glück, sie konnten uns den Termin vom 17. bis 19. Juli 2020 anbieten. 13 Teilnehmer\*innen haben sich dann angemeldet, mit dem Referenten und unserem Geistlichen Beirat Dr. Hans Wagenhammer waren wir dann 15 Personen.

Nach der Anreise gab es im Garten eine kleine Belehrung, was die Teilnehmenden zum Schutz vor einer Corona-Infektion alles beachten sollten. Nach dem Abendessen stieg der Referent Andreas Kindermann, Seelsorger für die Mitarbeitenden des Diözesancaritasverbandes Passau und Lehrer, gleich in das Thema ein und erzählte etwas vom „Mühlhiasl“, ein angeblicher Weissager und Prophet aus dem Bayerischen Wald. Einige seiner Vorhersagen stimmten tatsächlich ziemlich genau. Die Zeit verging schnell, und wie immer haben wir uns anschließend noch einige Zeit zusammengesetzt.

Am nächsten Morgen nach dem Frühstück übernahm eine Kollegin unseres Referenten, eine Berufsschullehrerin, die Leitung. Viele Erfahrungen aus den Gruppen bereicherten die Runde. Nach dem Mittagessen und der Mittagspause ging es gestärkt zur nächsten Runde. Der Nachmittag lief uns fast davon, bei einigen Aussagen konnten wir erleben, wie die Regel „Gegensätzliche Aussagen können nebeneinanderstehen“ gemeint ist!

Nach dem Abendessen kam Andreas wieder zu uns, und gegen 19:20 schlenderten wir zum Eisessen. Am Sonntag gab es noch eine Überraschung, die Mesnerin bot uns eine sehr interessante Kirchenführung an. Nach einer Stunde ging es zum Endspurt, und nach dem Mittagessen haben sich dann alle auf den Heimweg gemacht. Im nächsten Jahr wollen alle wiederkommen.

*Franz-Josef Fischer, DV Passau*

DV Regensburg / DV Passau

## Ein Seminar, das Spaß macht!

Am Wochenende vom 7. bis 9. August 2020 trafen sich 24 Teilnehmer\*innen im Kloster Strahlfeld in Roding, um das Seminar „Kreuzbund kompakt & Aspekte der Sucht“ zu besuchen. Das Seminar ist Bestandteil der Gruppenleiter-Ausbildung, steht aber auch allen Interessierten offen.

Es waren alte Hasen dabei, aber auch Weggefährten\*innen, die zum ersten Mal ein Seminar besuchten. Da noch Plätze frei waren, konnte ich als Multiplikator für „Kreuzbund – kompakt“ im benachbarten DV Passau an dem Seminar des DV Regensburg teilnehmen.

Zuerst machten wir eine kurze Vorstellungsrunde, danach ging es um die Aufgaben des Kreuzbundes in Kirche, Staat und Gesellschaft. Gegen 21 Uhr hatte der Referent Ralf Rieß, Beauftragter für „Kreuzbund – kompakt“ und Organisator der Gruppenleiter-Ausbildung im DV Regensburg, mit uns ein Einsehen und beendete den Freitagabend.

Am Samstagmorgen wurden die Teilnehmer\*innen in vier Gruppen aufgeteilt, die sich mit folgenden Aufgaben beschäftigten:

Gruppe 1: Der Kreuzbund!

Gruppe 2: Was heißt Selbsthilfe für Suchtkranke und Angehörige?

Gruppe 3: Selbsthilfe – Arbeitsweise!

Gruppe 4: Selbsthilfe für Andere!

Laut Aussage des Referenten haben alle Gruppen intensiv gearbeitet, und das Flip-Chart-Blatt war gut gefüllt! Die Lösungsvorschläge wurden präsentiert, und anschließend konnte jede Gruppe sie im Selbststudium nachbearbeiten. Ralf stellte seine Ausarbeitung vor – es war schon erstaunlich wie viel Übereinstimmung es gab. Durch viel eigene Erfahrung des Referenten und der Teilnehmer\*innen wurde das Thema lebendig bearbeitet, und es kam zu keiner Zeit Langeweile auf.

Nach dem Mittagessen gingen einige mit bei einer kurzen Führung durch das Kloster. Kaffee und Kuchen wurden anschließend gesponsert von Ralf. Es gab auch einen besonderen Anlass dafür: Er feierte seine 20-jährige Abstinenz – Hut ab!

Mit „Kreuzbund-kompakt“ ging es dann weiter bis 15:30, und nach einer Pause waren wir schon beim zweiten Thema „Aspekte der Sucht“. Durch einen heiteren Tierfilm hatte der Referent wieder die Aufmerksamkeit der Zuhörenden.

Sonntag begann sehr interessant mit dem Thema „Drogen und Medikamente“. Sie weisen Unterschiede hinsichtlich der Wirkungsweise und der Wirkungsgeschwindigkeit auf. Besonders zu erwähnen ist Crystal-Meth, das schon nach der ersten Einnahme zu einer Abhängigkeit führen kann. Auch körperliche Schäden stellen sich häufig sehr schnell ein.

Auch dieser Vormittag war sehr kurzweilig, und so waren wir schon bei der Schlussrunde – und die fiel durchweg positiv aus. Großes Lob für den Referenten, für das Haus und auch für alle Teilnehmer\*innen! Gerade bei diesem Thema war es von Vorteil, dass ein Weggefährte referierte, der weiß, wovon er spricht. Viele waren so begeistert, dass sie sich gleich für ein weiteres Seminar anmelden wollten.

*Franz-Josef Fischer, DV Passau*



Wir nehmen Abschied von  
unserer Weggefährtin

**Sabine Thomczyk**

\* 22. Mai 1961 † 23. Juni 2020

Sie ist nach kurzer Krankheit ihrem schweren Krebsleiden erlegen. Unser aufrichtiges Mitgefühl und unsere tiefe Anteilnahme gilt ihrer Familie. Sie hinterlässt ihren Lebensgefährten Claus, drei Kinder mit Familien und ihre Mutter.

Sabine Thomczyk ist 2014 in den Kreuzbund eingetreten. Ein Jahr später hat sie bereits die Leitung der Kreuzbund-Gruppe Essen-Katernberg übernommen, die sie bis zu ihrem Tod innehatte. Im Jahr 2017 wurde sie als 1. stellvertretende Vorsitzende in den Vorstand des DV Essen gewählt und 2019 in dieser Funktion bestätigt. Neben der Vertretung des Vorsitzenden in allen Belangen war sie zuständig für den Arbeitsbereich „Familie als

System“. Hier lag ihr besonders der Bereich der Angehörigen am Herzen. In dieser Funktion hat sie den Kreuzbund auch in der katholischen Landesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz vertreten.

Wir verlieren mit Sabine Thomczyk nicht nur einen wertvollen und liebenswerten Menschen, sondern auch ein engagiertes, verantwortungsvolles und beliebtes Vorstandsmitglied. Sie hatte die Gabe, die Menschen für sich und die Kreuzbund-Arbeit einnehmen zu können. Wir werden sie sehr vermissen und ihr ein ehrendes Andenken bewahren.

*Michael Hülsen (Vorsitzender) für den Kreuzbund-Diözesanverband Essen e.V.*

## In Erinnerung an unsere verstorbenen Weggefährten

**Mechthild Post**  
Voerde  
27. Nov. 2019

**Franz Hörnemann**  
Stadtlohn  
28. Nov. 2019

**Thomas Laader**  
Köln-Merheim  
Dez. 2019

**Christian Beyer**  
Rees  
20. Dez. 2019

**Reinhold Möller**  
Ascheberg  
20. Dez. 2019

**Jürgen Erhardt**  
Köln-Raderthal  
22. Dez. 2019

**Harald Lammermann**  
Marl  
25. Jan. 2020

**Dieter Münnich**  
Köln Porz II  
Febr. 2020

**Klaus Klüners**  
Neuss-Zentrum  
4. Febr. 2020

**Udo van der Most**  
Rheine – St. Elisabeth 1  
4. Febr. 2020

**Dirk Bodmann**  
Raderthal  
29. Febr. 2020

**Helmut Hellmann**  
Gruppe Wörth 1  
14. März 2020

**Stefan Klein**  
Neuss-Zentrum  
16. März 2020

**Ewald Böhm**  
Gruppe Germersheim  
21. März 2020

**Berthold Spindler**  
Nürnberg 1  
27. März 2020

**Anne Kruth**  
Papenburg  
5. April 2020

**Siegfried Ratai**  
Würzburg-Mitte  
Mai 2020

**Monika Deuker**  
Daun 1  
7. Mai 2020

**Günther Leffers**  
Gruppe Speyer 5  
8. Mai 2020

**Darko Vucetic**  
Aachen 4  
24. Mai 2020

**Eugen Horn**  
Bitburg 8  
26. Mai 2020

**Werner Waldorf**  
Bad Kreuznach 7  
30. Mai 2020

**Dieter Hallek**  
Vreden  
31. Mai 2020

**Wolfgang Steiner**  
Regensburg 10  
Juni 2020

**Irmgard Wagner**  
Düsseldorf  
Juni 2020

**Karl-Heinz Geibel**  
Wittlich 3  
6. Juni 2020

**Friedhelm Strupp**  
Backnang 1  
8. Juni 2020

**Günter Merle**  
Darmstadt 2  
9. Juni 2020

**Willi Noack**  
DV Berlin – Schwyzer  
Straße 9. Juni 2020

**Volker Stubenrauch**  
Oberhausen 5  
15. Juni 2020

**Anette Becker**  
Bottrop - Frauengruppe  
19. Juni 2020

**Erich Dimmerling**  
Fulda 4  
21. Juni 2020

**Sabine Thomczyk**  
Essen-Katernberg  
23. Juni 2020

**Ingo Tröster**  
Münster-Mitte  
27. Juni 2020

**Klaus Kusch**  
Duisburg-Althamborn  
6. Juli 2020

**Werner Helmut Hoffmann**  
Bottrop  
7. Juli 2020

**Regina Jansen**  
Esterwegen  
14. Juli 2020

**Inge Stratemeyer**  
Pforzheim II  
17. Juli 2020

**Werner Frochte**  
Essen-Rüttenscheid 5  
19. Juli 2020

**Norbert Stanek**  
Köln – St. Severin  
August 2020

**Johann Brandt**  
Berßen  
12. August 2020

**Harald Bohlig**  
Schweinfurt 3  
21. August 2020

**Wilfried Reisenauer**  
Bochum-Langendreer 3  
30. August 2020

**Brigitta Hofbauer**  
Landshut 5  
10. Sept. 2020

**Es bleiben Glaube, Liebe, Hoffnung**

# Corona-Lockdown erhöht Risiko für Mediensucht

**G**eschlossene Schulen, Ausgangsbeschränkungen und fehlende Freizeitangebote: Während des Corona-Lockdowns haben Kinder und Jugendliche bis zu 75 Prozent mehr Zeit mit digitalen Spielen und sozialen Medien verbracht. Das hat eine Studie der DAK-Gesundheit und des Deutschen Zentrums für Suchtfragen des Kinder- und Jugendalters am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) ergeben. Danach ist das Gaming bei fast 700.000 Kindern und Jugendlichen risikant oder pathologisch. Dabei wurden erstmalig die neuen ICD-11-Kriterien der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zugrunde gelegt.

Die Studien-Initiatoren zeigten sich angesichts des Anstiegs alarmiert. Ihre Sorge: Bei einer zu starken Gewöhnung könnte sich auch die Suchtgefahr erhöhen. „Unsere Studie zeigt, dass wir dringend ein verlässliches und umfassendes Frühwarnsystem gegen Mediensucht brauchen“, sagte DAK-Vorstandschef Andreas Storm. Die DAK bietet als erste Krankenkasse ein neues Mediensuchtscreening an, und zwar eine zusätzliche Vorsorgeuntersuchung für 12- bis 17-Jährige. Ab 1. Oktober 2020 können in den fünf Bundesländern Bremen, Nordrhein-



Westfalen, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen rund 70.000 Jungen und Mädchen diese Früherkennung nutzen.

Wie aus der repräsentativen Befragung von insgesamt rund 1200 Familien hervorgeht, griffen Kinder und Jugendliche im Alter zwischen 10 und 17 Jahren während des Lockdowns nicht nur häufiger zu digitalen Spielen auf Tablets, Smartphones, Spielkonsolen und am PC, auch die Nutzungsdauer stieg an. Während im September 2019 die durchschnittliche Spieldauer werktags noch bei rund 79 Minuten lag, kletterte sie im April 2020 –

also rund vier Wochen nach Beginn des Corona-Lockdowns – auf 139 Minuten (75 Prozent mehr). Am Wochenende gab es einen Anstieg um fast 30 Prozent auf 193 Minuten. Auch bei den Elternteilen, die zusätzlich zu ihren Kindern befragt wurden, stieg die Nutzungsdauer an, aber auf niedrigerem Niveau.

In sozialen Medien lag die durchschnittliche Verweildauer bei Kindern im April unter der Woche ebenfalls bei rund 193 Minuten – das sind 66 Prozent mehr als im September 2019. Am Wochenende nahm die tägliche Dauer bei regelmäßigen Nutzern um 30 Prozent auf 241 Minuten zu.

„Die Nutzungszeiten der Kinder und Jugendlichen haben die größte Vorhersagbarkeit für ein problematisches und pathologisches Verhalten“, sagt Prof. Rainer Thomasius, Ärztlicher Leiter des Deutschen Zentrums für Suchtfragen des Kinder- und Jugendalters. Ob die Mediensucht durch Schulschließungen und eingeschränkte Freizeitaktivitäten tatsächlich wächst, soll eine Längsschnittstudie in einer abschließenden Befragung der teilnehmenden Familien im Frühjahr 2021 zeigen.

Aus: Pressemeldung der DAK-Gesundheit vom 29. Juli 2020



Das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

# Caritas-Online-Beratung in Corona-Zeiten stark nachgefragt



„Die Digitalisierung hat unser Zusammenleben bereits vor der Pandemie verändert. Aber gerade in Corona-Zeiten hat sich gezeigt, dass die Digitalisierung den Menschen Möglichkeiten der Teilhabe bieten kann – auch im sozialen Bereich“, erklärt Caritas-Präsident Peter Neher anlässlich des ersten bundesweiten Digitaltags am 19. Juni 2020. „Die Caritas-Online-Beratung ist und war in diesen Zeiten eine Lösung für Rat- und Hilfesuchende weiter in Kontakt zu sein – trotz geschlossener Beratungsstellen“, so Neher.

Im Mai 2020 verzeichnete die Online-Beratung mit rund 21.350 Anfragen mehr als doppelt so viele wie in den Vormonaten. „In der Coronazeit hatten wir durchschnittlich 60 Prozent mehr Neuregistrierungen von Hilfesuchenden pro Tag. Insgesamt hat es bisher rund 30.000 neue Kontakte in 2020 gegeben. Die Ratsuchenden bekommen bei uns beim Erstkontakt innerhalb von 48 Stunden eine Antwort von unseren Fachleuten, das sind für örtliche Beratungsstellen tätige Sozialarbeiter\*innen, Psychologen, Sonderpädagogen etc.“, erklärt Andrea Bartsch, Referatsleiterin der Caritas-Online-Beratungsplattform. „Dabei können die Menschen, die bei uns Hilfe suchen, einen selbstbestimmten und fließenden Wechsel zwischen Mail, Chat, Telefon und Face-to-Face-Beratung wahrnehmen“, so Bartsch.

In den vergangenen Wochen war beispielsweise die Online-Schuldnerberatung stark angefragt worden: „Unsere Beraterinnen und Berater wissen, dass sich die Menschen mit vielfältigen Geldsorgen, wegen psychischer Belastungen und

wachsender Zukunftssorgen gemeldet haben“, so Bartsch. Seit Mitte März sind etwa über 1000 neue Berater\*innen hinzugekommen. Aktuell sind bundesweit fast 4000 Beraterinnen und Berater für die Caritas tätig

In 1383 Online-Beratungsstellen bundesweit bietet die Caritas in 20 Beratungsbereichen online-Hilfen für Menschen in Not, z.B. Allgemeine Sozialberatung, Leben mit Beeinträchtigung (Behinderungen und psychische Erkrankungen), die Beratung für Eltern und Familien, Migrationsberatung, Suchtberatung und Sucht-Selbsthilfe.

## Mehr Zuspruch für Digitalisierung

Um die digitale Teilhabe quer durch alle Altersklassen zu fördern, hat am 19. Juni 2020 erstmals der bundesweite Digitaltag stattgefunden. Unter [www.digitaltag.eu/aktionen](http://www.digitaltag.eu/aktionen) gab es mehr als 1.000 Aktionen – von Webcasts, Webinaren und Livestreams über Online-Beratungen, virtuelle Museumsführungen und Programmierkurse bis hin zu Hackathons. Trägerin des Digitaltags war die Initiative „Digital für alle“, in der 28 Organisationen aus den Bereichen Zivilgesellschaft, Kultur, Wissenschaft, Wirtschaft, Wohlfahrt und öffentliche Hand versammelt sind. Der Digitaltag sollte Menschen in ganz Deutschland miteinander verbinden und bot eine Plattform, um verschiedenste Aspekte der Digitalisierung zu beleuchten sowie Chancen und Herausforderungen zu diskutieren.

Die Corona-Krise hat bei vielen Menschen ihr Verhältnis zur Digitalisierung geändert. Jeder Dritte (32 Prozent) steht der Digitalisierung seither offener gegenüber, jeder Fünfte (21 Prozent) kritischer. Das ist das zentrale Ergebnis einer Studie im Auftrag der Initiative „Digital für alle“ anlässlich des ersten bundesweiten Digitaltags am 19. Juni 2020. Befragt wurden mehr als 1000 Personen in Deutschland ab 16 Jahren.

Danach bezeichnen 73 Prozent der Befragten die Digitalisierung als Chance, das sind fünf Prozent mehr als im Vorjahr. Demgegenüber sehen 25 Prozent die Digitalisierung als Gefahr, das sind sechs Prozentpunkte weniger als 2019. Die große Mehrheit von 87 Prozent sieht digitale Technologien positiv, elf Prozent lehnen sie ab. Mehr als die Hälfte der Befragten gibt an, dass sich ihre Einstellung zum Thema Digitalisierung nach dem Ausbruch der Corona-Pandemie verändert hat – für die meisten zum Positiven. Für 44 Prozent hat sich dagegen nichts geändert.

Jeder fünfte Befragte hat Vorbehalte und Bedenken wie etwa die Sorge um Datensicherheit oder Angst vor Job-Verlust. Jeweils 22 Prozent verbinden mit Digitalisierung technische Geräte wie Computer, Smartphones oder Sensoren bzw. stellen einen Zusammenhang zur Corona-Krise her, z.B. die Möglichkeit Kontakt zu halten oder digitale Hilfeangebote wahrzunehmen. Dahinter folgen u.a. Assoziationen mit dem Alltag, der Wirtschafts- und Arbeitswelt und allgemeinen Vorteilen der Digitalisierung wie mehr Komfort.

Das größte Problem bei der Nutzung digitaler Technologien stellt für die meisten eine unzureichende Nutzerorientierung dar. Zwei Drittel der Befragten nennen das als Hürde. Weitere Hemmnisse sind für die Mehrheit komplizierte Bedienungsanleitungen und fehlende Unterstützung bei technischen Fragen.

Ihre eigene Digitalkompetenz schätzen die Deutschen auf einer Schulnotenskala im Durchschnitt als befriedigend (3,3) ein. Am besten benoten sich die 16- bis 29-Jährigen (2,7), am schlechtesten die Senioren ab 65 Jahren (4,3).

*Aus: Presseinformation der Beauftragten der Bundesregierung für Digitalisierung Dorothee Bär (CSU) vom 16. Juni 2020 und Pressemitteilung des Deutschen Caritasverbandes vom 18. Juni 2020*

# Corona legt den Finger in die Wunde – „Notruf Suchtberatung“



Deutsche Hauptstelle  
für Suchtfragen e.V.

**S**uchtberatungsstellen beraten, behandeln und begleiten, unterstützen und stabilisieren Abhängigkeitskranke und ihre Angehörigen in Krisen sowie dauerhaft herausfordernden Lebenssituationen. 1.300 Suchtberatungsstellen erreichen bundesweit mehr als eine halbe Million Abhängigkeitserkrankte und ihre Angehörigen: Der Großteil der Beratungsprozesse wird mit einer positiven Prognose beendet. Die Suchtberatungsstellen leisten in einer gut ausgebauten kommunalen Suchthilfe eine unverzichtbare Hilfe. Sie retten Leben und helfen Gewaltspiralen in Familien und im öffentlichen Raum zu durchbrechen.

Laut einer aktuellen Studie zum Konsumverhalten wurden während der Corona-Pandemie bzw. des Lockdowns größere Mengen und auch früher am Tag Alkohol getrunken. Bei den illegalen Drogen verändern sich riskante Konsummuster. Alkohol- und Drogenkonsum ist auch ein Seismograph für die Bewältigung persönlicher Krisen: Hier braucht es die Suchtberatung als Institution für zwischenmenschliche Rettungsschirme.

## Suchtberatung steht finanziell mit dem Rücken an der Wand

Die Suchtberatungsstellen vor Ort sind in der Regel finanziell und folglich personell sowie technisch schlecht ausgestattet. Die ohnehin prekäre Finanzierung ist pandemiebedingt zusätzlich verschärft.

Viele Suchtberatungsstellen stehen mit dem Rücken an der Wand, denn es

muss immer mehr Arbeit für immer weniger Geld geleistet werden: Personalkosten steigen, die Anforderungen an Qualität nehmen zu und die Hilfeangebote müssen flexibler und individueller gestaltet werden. Auch die erforderliche Digitalisierung benötigt Ressourcen. Sie kann die Beratung ergänzen, den persönlichen Kontakt aber nicht ersetzen.

Dabei ist nicht zu vergessen, dass Qualität und Quantität sozialer Dienste im Kontext von Fürsorge auch durch das zur Verfügung gestellte Finanzvolumen der Steuermittel bestimmt wird.

## Betroffene Menschen brauchen Unterstützung. Suchtberatung JETZT stabil finanzieren!

Die Systemrelevanz der Suchthilfe und der Sucht-Selbsthilfe wurde in der Krise bestätigt. Nun muss sichergestellt werden, dass auch in der Zeit nach Corona ein institutionelles Unterstützungsangebot verlässlich zur Verfügung steht. Um das Potential der Suchtberatung für suchtgefährdete und abhängigkeitskranke Menschen sowie deren Angehörige zu nutzen und so auch die Brücke in weiterführende Hilfen zu erhalten, muss die Finanzierung stabil, kostendeckend und verlässlich erfolgen.

## Die DHS fordert deshalb:

1. Die finanzielle Entlastung der Kommunen durch das Konjunkturpaket soll zur Stärkung der sozialen Daseinsvorsorge genutzt und die Suchtberatung zur kommunalen Pflichtleistung werden.
2. Für den Bereich der Grundversorgung in den Suchtberatungsstellen braucht es eine angemessene Relation zwischen Fachkräften und Nutzer/-innen: Mindestens eine Fachkraft für 10.000 Einwohner/-innen, zzgl. 0,2 Verwaltungsstellen.

3. Die Finanzierung der Suchtberatung soll überwiegend pauschal erfolgen und muss jährlich dynamisiert werden, damit Tarifbindungen, Lohnsteigerungen und Inflationsraten berücksichtigt werden können.

4. Erwirtschaftete Eigenmittel und Spenden abseits der ambulanten suchtspezifischen Grundversorgung dürfen nicht mit deren Finanzierung verrechnet werden.

5. Weiterhin gilt unter Corona-Bedingungen: Menschen mit Suchtproblemen müssen auch unter Infektionsschutzbedingungen bedarfsgerecht beraten und begleitet werden. Dazu gehört eine Suchtberatung, die in Blended Counseling Formaten nach fachlichen Maßstäben gestaltet werden kann. Dazu müssen auch die Einrichtungen angemessen ausgestattet sein.

Damit die Suchtberatungsstellen für suchtgefährdete und/oder abhängigkeitskranke Menschen sowie deren Angehörige weiterhin die zentrale und hilfreiche Anlaufstelle in den Kommunen und Bundesländern bleiben und helfen kann, Verelendungen und Gewaltspiralen in Familien zu verhindern, sowie einen Beitrag zur öffentlichen Sicherheit zu leisten, ist es JETZT erforderlich, eine verlässliche Finanzierung zu garantieren!

*Stellungnahme der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) und ihrer Mitgliedsverbände vom 10. September 2020*

# Rauchen junger Leute auf Tiefstand

**R**auchen wird bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen immer unbeliebter. Unter den 12- bis 17-Jährigen gaben nur noch 5,6 Prozent an, ständig oder gelegentlich zu rauchen. Unter den 18- bis 25-Jährigen sind noch 21,2 Prozent Raucher – der bisherige Tiefstand seit den 1970er Jahren. Das hat eine Studie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) ergeben. Dafür wurden 7000 Menschen im Alter von 12 bis 25 Jahren von April bis Juni 2019 befragt. Die Drogenaffinitätsstudie wird seit 1973 in regelmäßigen Abständen durchgeführt.

Die Bundesdrogenbeauftragte Daniela Ludwig (CSU) sagte dazu, die erfreulichen Zahlen seien ein Ergebnis jahrzehntelanger gut gemachter Präventionsarbeit. Dieser Effekt müsse auch bei Cannabis erreicht werden. Cannabis haben 10,4 Prozent der 12- bis 17-Jährigen und 46,4 Prozent der 18- bis 25-Jährigen schon probiert. Damit ist Cannabis die mit Abstand am meisten konsumierte illegale Substanz, erklärte Prof. Dr. Heidrun Thaiss, Leiterin der BZgA. Dies sei bedenklich, da der Konsum im Jugendalter



Foto: DAK/Wigger

mit besonderen Risiken für den wachsenden Organismus verbunden sei.

Besonders besorgniserregend sei ebenfalls, dass weiterhin zu viele junge Menschen bis zum Rausch Alkohol trinken. Rauschtrinken sei trotz langfristig rückläufiger Entwicklungen nach wie vor im Jugendalter weit verbreitet. 16,4 Prozent der männlichen und 10,7 Prozent der weiblichen 12- bis 17-jährigen Befragten

gaben an, dass sie sich in den letzten 30 Tagen mindestens einmal in einen Rausch getrunken haben. Bei den 18- bis 25-Jährigen waren es sogar 43,9 Prozent der Männer und 24,5 Prozent der Frauen. Hier sei verstärktes gemeinsames Präventionsengagement erforderlich.

*Aus: Gemeinsame Pressemitteilung der Bundesdrogenbeauftragten und der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) vom 1. Juli 2020*

## Substitution stärken

**D**urch die Corona-Pandemie hat sich die Situation für suchtkranke Menschen zeitweise verschärft. Daher wurden per Eilverordnung mehrere Regeln der Betäubungsmittel-Verschreibungsordnung (BtMVV) im April an die besondere Situation angepasst. So dürfen Substitutionsärzte z.B. mehr Patienten behandeln. Außerdem dürfen Ärzte nach sorgfältiger Abwägung Patienten Substitutionsmittel für bis zu sieben, in bestimmten Fällen bis zu 30 Tagen verschreiben.

Jetzt gilt es, die Substitutionsbehandlung fit für die Zukunft zu machen, appelliert die Bundesdrogenbeauftragte Danie-

la Ludwig (CSU). Die Versorgungslage ist insbesondere in ländlichen Gebieten nach wie vor nicht zufriedenstellend. Hinzu kommt, dass immer mehr Substitutionsärzte in den Ruhestand gehen, sich aber gleichzeitig zu wenig neue Ärzte finden, die eine Substitutionsbehandlung in ihren Praxen anbieten wollen. Dem stehen steigende Patientenzahlen gegenüber.

Ludwig ruft alle Beteiligten auf, die vielfältigen Möglichkeiten aktiv und flächendeckend zu nutzen, die der Gesetzgeber geschaffen hat. Notwendig seien konkrete Maßnahmen vor Ort, damit suchtkranken Menschen auf dem Weg in

ein gesundes Leben besser geholfen werden kann.

Das war auch Thema eines Rundes Tisches, zu dem die Drogen- und Suchtbeauftragte der Bundesregierung am 30. Juni 2020 Vertreter der Kassenärztlichen Vereinigungen, der Kassenärztlichen Bundesvereinigung und der Bundesärztekammer eingeladen hatte. Ziel ist es, die Versorgung suchtkranker Menschen weiter sicherzustellen und flächendeckend anbieten zu können.

*Aus: Pressemitteilung der Bundesdrogenbeauftragten vom 30. Juni 2020*

# TERMINE

Unter Vorbehalt finden folgende Veranstaltungen statt:

**9. bis 11. Oktober 2020:**

Multiplikatoren-Arbeitstagung „Familie als System“, Augsburg

**23. bis 25. Oktober 2020:**

Multiplikatoren-Arbeitstagung „Öffentlichkeitsarbeit“, Essen

**23. bis 25. Oktober 2020:**

Seminar für alle im Kreuzbund: „Dickes Fell in stürmischen Zeiten!“, Erfurt (ausgebucht)

**21./22. November 2020:**

Bundeskongress, Trier

**5. bis 7. Februar 2021:**

Multiplikatoren-Arbeitstagung „Jungere Kreuzbund“, Würzburg

**12. bis 14. Februar 2021:**

Seminar für alle im Kreuzbund: „Die Kunst der Rede – Menschen verstehen und überzeugen“, Erfurt

**19. bis 21. Februar 2021:**

Multiplikatoren-Arbeitstagung „Kreuzbund – kompakt“, Bad Soden-Salmünster

**26./27. Februar 2021:**

Seminar für alle im Kreuzbund: „Klopfen und andere Selbsthilfetechniken zur Überwindung unangenehmer Gefühle und Gedanken“, Bad Soden-Salmünster

**6. März 2021:**

Sitzung der Geschäftsführungen der DV, Hamm

Hinweis: Eine Anmeldung für die Seminare 2021 ist erst ab Januar möglich.

## Hinweis:

Redaktionsschluss für die Ausgabe 1/2021 ist am 30. November 2020.

## 59. DHS Fachkonferenz SUCHT als digitale Veranstaltung: „Suchthilfe: kommunal denken - gemeinsam handeln“

am 10. und 11. November 2020



Foto: kalteppp/photocase.de



Im Mittelpunkt der DHS-Online-Fachkonferenz SUCHT stehen Beiträge zu den Herausforderungen der Suchthilfe und -prävention im Kontext kommunaler Finanzierung, zum Stellenwert der Suchtberatung in den Kommunen und zu Qualitätsstandards.

## IMPRESSUM

### Herausgeber/Redaktion:

Kreuzbund e.V., Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige  
Münsterstraße 25, 59065 Hamm  
Tel.: 02381/67272-0  
Fax: 02381/67272-33  
E-Mail: presse@kreuzbund.de  
Internet: www.kreuzbund.de

### Verantwortlich für den Inhalt:

Gunhild Ahmann

### Redaktionsteam:

Gunhild Ahmann  
Marianne Holthaus  
Heinz-Josef Janßen  
Paul-Michael Leißner  
Dr. Michael Tremmel  
Ludger Wolff

### Druck:

Thiekötter Druck GmbH & Co. KG, Münster

### Titelbild:

© M.Dörr & M.Frommherz - adobe stock

### Rückseite:

Verena Krotoszynski

Auflage: 14.000

Bei unverlangt eingesandten Manuskripten und Leserbriefen besteht kein Anspruch auf Abdruck und Rücksendung. Die Redaktion behält sich Kürzungen vor.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Verfassers wieder, die sich keineswegs mit der Auffassung des Verbandes decken muss.

## Hinweis:

Wenn Sie uns Artikel schicken, beachten Sie bitte, dass wir nur digitale Fotos in möglichst hoher Auflösung berücksichtigen können. Diese sollten wenn möglich als separate Datei angehängt werden.

Bei Fotos hat der Einsender die Bildrechte und das Einverständnis der abgelichteten Personen sicherzustellen. Soweit nicht anders angegeben, ist der Autor auch für die Fotos verantwortlich.

Die Redaktion

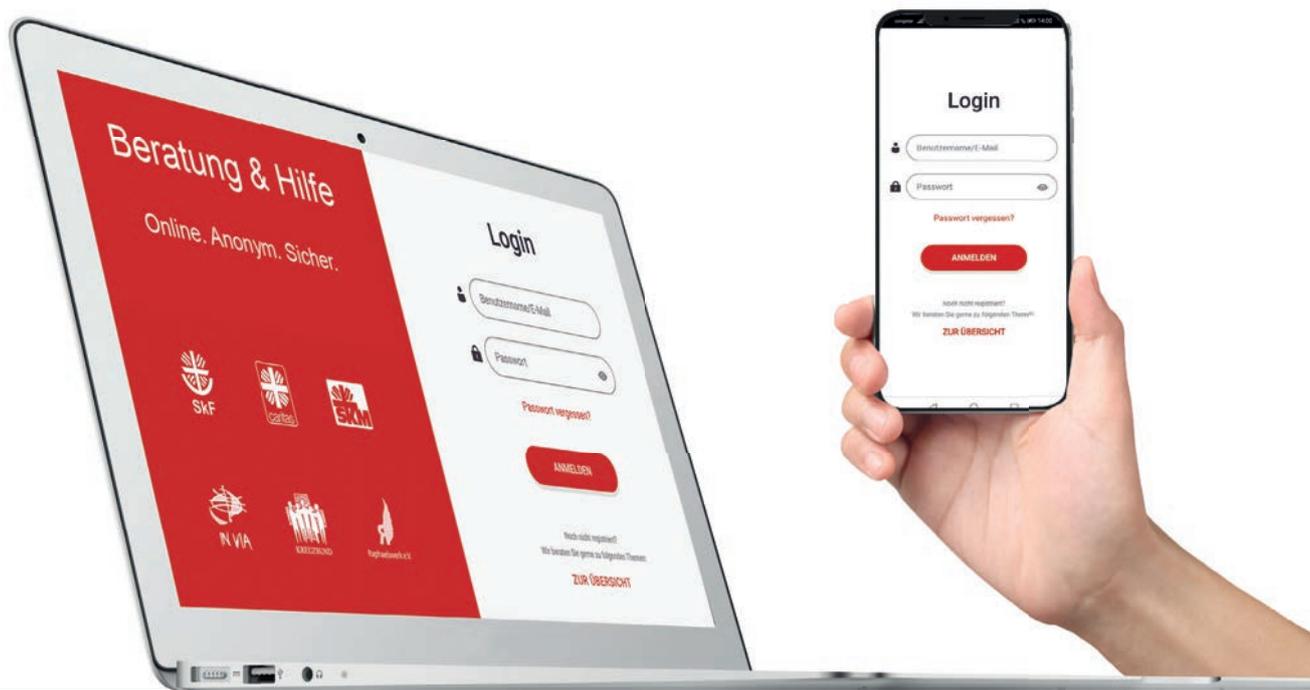
Ein Jahres-Abonnement des WEGGEFÄHRTE kostet 12,50 Euro einschl. Porto.

Diese Zeitschrift ist auf chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt.

# NEU!



## Deine Selbsthilfegruppe online. Hilfe für Suchtbetroffene & Angehörige.



MIT ABSTAND AM NÄCHSTEN  
TAUSCH DICH MIT GLEICHGESINNTEN AUS – ES HILFT.



- ✓ Wir sind deine Online-Selbsthilfegruppe, anonym und datengeschützt!
- ✓ Sowohl für Mitglieder der Kreuzbund-Gruppen, als auch für Neue auf ihrem Weg aus der Sucht.
- ✓ Moderiert von Betroffenen & Angehörigen mit langjähriger Selbsthilfe-Erfahrung.
- ✓ Wir sind für alle Suchtthemen offen.
- ✓ Der Chat ist kostenlos.

[kreuzbund.de/chat](https://kreuzbund.de/chat)