

Offerta 2018 mit großem Publikumsinteresse

von Dieter Engel



Mit Speck fängt man Mäuse und mit einer leckeren alkoholfreien Apfelbowle gelingt es, mit Messebesuchern über das Thema „Sucht“ ins Gespräch zu kommen. Mehr als 3000 Kostproben unserer selbst hergestellten Apfelbowle waren der Schlüssel zum Erfolg bei der fünften Teilnahme an der Verbrauchermesse Offerta. Eine kleine Erfrischung genügte, um Menschen aller Altersstufen zur Teilnahme an unseren „Mit-Mach-Aktionen“ zu animieren. Mit diversen Promille- und Drogenbrillen konnte man mit klarem Kopf die Einschränkungen nach Alkohol oder Drogenkonsum erleben, wenn es zum Beispiel nicht mehr auf Anhieb gelingt, ein Fahrradschloss zu öffnen oder Verkehrssituationen am Monitor richtig zu erkennen. Einen überaus großen Spaß bereitete es jedoch Jung und Alt, eine Runde Tischkicker mit den genannten Brillen zu spielen. Neben diesen „Spielereien“ mit ernstem Hintergrund kamen auch die Beratungs- und Informationsgespräche absolut nicht zu kurz.

Wir waren sehr erfreut, dass sich Frau Dolde von der AOK Baden-Württemberg persönlich von unserem erfolgreichen Messeauftritt überzeugte, denn die großzügige Unterstützung mit Projektmitteln durch die AOK Baden-Württemberg stellt die finanzielle Grundlage unserer Offerta-Teilnahme dar.

Einen ausführlichen Bericht und natürlich das Rezept unserer Apfelbowle gibt es in der nächsten Ausgabe von „Freundeskreise aktuell“.



Inhalt

Offerta 2018	1
Familienprojekt 2018	2
Gesundes Kochen mit suchtbelasteten Eltern und ihren Kindern	3
Kindergruppe Regenbogen	4
Offene Worte sind befreiend	6
Rechenschaftsbericht des 1. Vorsitzenden	7
Boule Turnier Nova Vita	10
Bundestreffen für Freunde	11
Kooperationsvertrag mit dem Städt. Klinikum Karlsruhe	12
Karlsruher Aktivtag	13
Just for Fun	14
Männerseminar 2018	15
Pipi Langstrumpf versus Struweliese	16
Mitarbeiterfachtage 2018	17
New Years Party	17
Wir müssen mal reden	18
Nachtwanderung in Bad Herrenalb	19
Ehrungen	20
Jubiläumslogo gekürt	20

Impressum

Herausgeber:
Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Landesverband Baden e.V.
Adlerstr. 31 - 76133 Karlsruhe
Telefon 07 21 / 3 52 85 39
Fax 07 21 / 38 48 93 90
freundeskreise-baden@gmx.de
www.freundeskreise-sucht-baden.de

Verantwortlich für den Inhalt:
Vorstand des Landesverbandes

Redaktion:
Uwe Aisenpreis
Siegbert Moos
Michael Mayer
Karin Meyer

Familienprojekt 2018 von NOVA VITA in Neckarzimmern

von Silvia Ringer



Mit großer Vorfreude auf ein tolles gemeinschaftliches Wochenende trafen 21 Erwachsene und 11 Kinder zwischen zwei und elf Jahren zum traditionellen Familienprojekt von Nova Vita in der Evangelischen Jugendbildungsstätte in Neckarzimmern ein. Gut vorbereitet klappte die Zimmereinteilung reibungslos und die Betten konnten mit der bereitliegenden Bettwäsche bezogen werden. Gestärkt mit mitgebrachten, natürlich selbstgebackenen Kuchen, sowie Kaffee, Tee oder Kaltgetränken, trafen wir uns zur Begrüßung auf dem neugestalteten Freizeitgelände der Jugendbildungsstätte.

Das Führungsduo unseres Vereins, Silvia Ringer und Julie De Marco, hießen alle Teilnehmer/Innen herzlich willkommen, gaben einen kurzen Überblick über den zeitlichen Ablauf des Wochenendes und wiesen vor allem nochmals ausdrücklich auf die Vereinbarung eines Wochenendes ohne elektronische Geräte wie Gameboy, Smartphone usw. für die Kinder hin. Die Erwachsenen wurden gebeten, auch hier einmal für ein paar Tage Vorbild zu sein und die Smartphones nur im Notfall zu benutzen.

Auch in diesem Jahr achteten wir gemeinsam auf die Kinder nach der afrikanischen Weisheit: „Es braucht ein ganzes Dorf um ein Kind großzuziehen“.

Nach einer ganzen Reihe von Spiel- und Sportaktivitäten, welche uns an diesem Wochenende in bunt zusammengewürfelten Teams for-

dernten und auch die Beweglichkeit, die Koordination und den Geist förderten, ging es zum Abendessen.

Gut gestärkt packten wir an der offenen Feuerstelle die neuen „Mundorgeln“ aus, um unseren Gitarristen textsicher zu begleiten. Neue und alte Songs bzw. Volkslieder begeisterten Jung und Alt und als Abschluss konnte jeder noch sein Stockbrot über dem Feuer garen, was nicht nur den Kindern munde-te.

Erstmalig hatten wir Frühsport eingeplant und so begann der Samstag bereits um 7 Uhr. Die engagierte Übungsleiterin für Sport und Spiel brachte uns behutsam, aber auch mit dem nötigen Nachdruck und Motivation am frühen Morgen in Schwung, was uns durchaus gut tat. Dass danach das Frühstück schmeckte, versteht sich von selbst.

Der Vormittag verging dann mit den Mannschaftsspielen, wie Dosenwerfen, Hindernisläufe mit Wasserbechern, Bogenschießen usw. wie im Flug. Beim Mittagessen erreichte uns dann die enttäuschende Nachricht, dass die geplante Neckarschiffahrt vom Veranstalter kurzfristig abgesagt werden musste. Zum Glück hatten wir eine Alternative in der Hinterhand und so ging es zu einem Alla Hopp Spielplatz mit anschließendem Rundgang und dem Besuch einer Eisdielen in Mosbach.

Der Höhepunkt des Abends war allerdings die anberaumte Nachtwanderung zur Burg Hornberg. Als

es dann Dunkel wurde, zeigte sich die Burg von ihrer leicht gruseligen Seite, als ein Verlies, ein Sarkophag oder Fledermäuse von uns entdeckt wurden. Auf dem Heimweg gab es fluorezierende Steine zu suchen und zu sammeln, welche zuvor am Wegesrand abgelegt worden waren. Es war ein großer Spaß für die Kinder und keines fragte, wie lange der Weg noch gehe. Danach fielen nicht nur die Kinder müde ins Bett und so mancher verpasste sogar den Frühsport am Sonntagmorgen.

Noch ein paar gemeinsame Spielerunden und schon war packen und Zimmer räumen angesagt. Nach dem Mittagessen gab es noch die Siegerehrung, bei welcher es nur Sieger gab, denn jeder bekam eine Erinnerungsmedaille. Bei der Abschlussrunde im Stuhlkreis beteiligten sich die Kinder sehr eifrig und berichteten, was ihnen gefiel und was sie im nächsten Jahr gerne wieder machen würden. Auch die Erwachsenen äußerten sich überaus positiv, denn viele Familien hatten ein solches Wochenende noch nie zusammen erlebt. Natürlich gab es auch Anregungen und Änderungsvorschläge, welche das Orgateam gerne entgegennahm.

Mit vielen neuen Eindrücken verabschiedete sich die große Nova Vita Familie und machte sich mit dem Gefühl, einer tollen Gemeinschaft und Selbsthilfegruppe für suchtkranke Menschen und ihren Angehörigen/Familien anzugehören, auf den Heimweg.

Gesundes Kochen mit suchtblasteten Eltern und ihren Kindern

von Dieter Engel

Für Kinder von suchtblasteten Eltern gibt es im Raum Karlsruhe seit vielen Jahren die seinerzeit vom Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V. mit ins Leben gerufene und zwischenzeitlich von der Diakonischen Suchthilfe Mittelbaden therapeutisch betreute Kindergruppe Regenbogen. Da sich die Kinder zwischen 6 und 12 Jahren regelmäßig in den Räumlichkeiten des Freundeskreises Karlsruhe treffen, wurde die Idee geboren, mit den Kindern gemeinsam zu essen und zum Kochen die Eltern, soweit dies möglich ist, zu animieren und mit einzubeziehen.

Nicht nur in suchtblasteten und dysfunktionalen Familien, aber gerade dort verstärkt, wird auf eine gesunde Ernährung immer weniger geachtet und eine gemeinsame Einnahme der täglichen Mahlzeiten mehr als vernachlässigt. Aus dem eigenen Erfahrungsschatz wissen wir, dass gemeinsames Essen nicht nur die Kommunikation fördert, sondern auch das WIR-Gefühl und den Zusammenhalt stärkt. Schnell war ein kleines Team von Seiten des Freundeskreises Karlsruhe gefunden, welches sich bereit erklärte hier tatkräftig mitzuwirken. Es waren bewusst nur wenige Personen, da es für die Kinder in ihrer schwierigen Situation nicht zu viele neue oder gar wechselnde Bezugspersonen geben sollte.

Im Vorfeld bekamen wir in einem Workshop von einer Ernährungsberaterin der AOK Mittlerer Oberrhein Tipps und Hintergrundwissen für gesunde, ausgewogene Ernährung, die sich mit frischen Zutaten leicht und schnell auf den Tisch zaubern lässt. Denn neben dem Grundgedanken des gemeinsamen Essens sollten auch den Müttern/Vätern aufgezeigt werden, dass auch mit einfachen und begrenzten finanziellen Mitteln eine gesunde Mahlzeit gekocht werden kann.

Theoretisch waren wir nun gut vorbereitet und konnten an die Umset-

zung gehen. Der Einladung durch die therapeutische Leitung der Kindergruppe Regenbogen folgten dann zu unserer großen Freude eine ganze Anzahl von Bezugspersonen der Kinder. Das zu kochende Rezept gaben wir Freundeskreisler vor, hielten die entsprechende Zutaten bereit und die Erwachsenen machten sich mit Freude an die anfallenden Arbeiten, wie z. B. Gemüse waschen, putzen, klein schneiden, kochen, schmoren oder dünsten; Beilagen, Salate, Aufläufe, Suppen, Desserts usw. vor- und zubereiten, wie es das Rezept gerade vorsah. Im Prinzip gab es alles was das Herz beehrte, außer Fast Food. So waren z.B. Spagetti-Muffins an einem Abend der große Renner.

Während wir mit den Eltern als Betroffene oder Angehörige am Tisch mit den Vorbereitungen beschäftigt waren oder am Herd bereits mit kochen begannen, ergaben sich zwanglose Gespräche, die oftmals dann auch in Tiefgang mündeten, da viele bisher noch keinen oder wenig Kontakt zur Selbsthilfe hatten. Während dieser Zeit wurden die Kinder noch in ihrer Gruppe betreut und freuten sich schon darauf, einmal wieder mit Vater oder Mutter, von denen sie sonst oft getrennt leben, gemeinsam am Tisch zu sitzen und zu speisen.

Die Kinder deckten zuvor immer mit viel Freude und Phantasie die Tische schön ein, sorgten für Getränke, halfen bei den letzten Hand-

griffen und konnten es kaum erwarten, dass nicht nur der gute Essensduft aus der Küche in unseren Aufenthaltsraum zog, sondern die dampfenden Schüsseln auf dem Tisch standen. Einige der 10 bis 14 Kinder kannten so manche Zutaten und Gemüsesorten nicht und standen erstmal dem ganzen etwas skeptisch gegenüber. Eine kurze Erklärung und ein kleines Versucherle, wie man bei uns im Badischen zu sagen pflegt, überzeugte die meisten doch noch und es wurde kräftig nachgeschöpft. Auch die Küchenbrigade, die in der Regel aus sechs bis acht Personen bestand, ließ es sich gemeinsam mit den Kindern munden.

An den beiden großen Tischen sah man an den Abenden nicht nur Kinderaugen leuchten, sondern auch die Erwachsenen fühlten sich wie in einer Großfamilie, wo ja meistens die Töpfe leer werden und über den Tag mit seinen Höhen und Tiefen gesprochen wird.

Durch unser gemeinsames kochen und essen entstand ein kleines Netzwerk zwischen den Vätern, Müttern oder Pflegeeltern, den Kindern und uns vom Team der Selbsthilfe. Es macht einfach Freude, wenn man sieht, dass neue Wege in der Selbsthilfe im Bereich Familie und Kinder angenommen werden, wie auch kleine Schritte Veränderungen zum positiven bewirken und Hemmschwellen zur Selbsthilfe dadurch abgebaut werden.



Spagetti Muffins waren der große Renner.

Kindergruppe Regenbogen

Eine erfolgreiche Initiative wurde zur dauerhaften Einrichtung

„Angehörige“ – ein in der Suchthilfe häufig gebrauchter Begriff! In Erscheinung treten aber bei den Hilfsangeboten in aller Regel die Partner, manches Mal auch die Eltern der Abhängigen. Die Kinder, obwohl sie die Leidtragenden sind, die dem Problem Suchtfamilie nicht ausweichen können, tauchen kaum auf. Die Kindergruppe Regenbogen, ursprünglich ein Projekt, das von der Diakonischen Suchtberatungsstelle Karlsruhe und dem Freundeskreis Karlsruhe initiiert wurde, existiert mittlerweile als dauerhaftes Arbeitsgebiet seit Januar 1997 und soll hier helfend eingreifen.

Lutz Stahl, Landesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden, sprach mit Dr. Martina Rapp, die der Kindergruppe aktiv und fachlich zum Erfolg verhalf.

Frau Dr. Rapp, kennen Sie die Broschüre „Kindern von Suchtkranken Halt geben“?

Dr. Rapp: Ja, ich finde diese Broschüre sehr lebensnah und hilfreich.

Würden Sie bitte sich und Ihre Funktionen in der Suchthilfe vorstellen?

Dr. Rapp: Mein Name ist Dr. Martina Rapp. Ich bin psychologische Psychotherapeutin in der Fachklinik Fischerhaus in Gaggenau-Michelbach sowie in der Beratungsstelle der Diakonische Suchthilfe Mittelbaden eGmbH. Meine Arbeitsgebiete sind dort Beratung/Behandlung bei Alkoholabhängigkeit, Einzel- und Gruppentherapie in der ambulanten Rehabilitation, Beratung bei Essstörungen, Kindergruppen. Bei der Fachberatung und mit den Kindergruppen arbeite ich mit dem Freundeskreis Karlsruhe zusammen.

Ihr Engagement bei der Kindergruppe Regenbogen interessiert uns themenbezogen natürlich besonders. Seit wann haben Sie die fachliche Leitung und wie viele Personen

arbeiten dabei mit?

Dr. Rapp: Ich übernahm die Kindergruppe Regenbogen 2010. In Karlsruhe arbeiten wir mittlerweile in drei Gruppen mit drei Kollegen, teilweise begleitend oder eigenverantwortlich.

In welchem Zustand haben Sie die Kindergruppe übernommen und wie läuft sie heute?

Dr. Rapp: In der Gruppe waren anfangs meist zwischen einem und drei Mädchen, die in der Lage sein mussten, selbständig in die Gruppe zu kommen. Für die Mädchen war die Gruppe ungeheuer wichtig. Leider konnte kein so guter Gruppenzusammenhalt entstehen und die Gruppe konnte auch nicht wachsen, da die Kinder davon abhängig waren, dass diese in unmittelbarer Wohnortnähe stattfand oder ein Erwachsener sie zuverlässig brachte und abholte.

Heute haben wir eine Gruppe mit Kindern zwischen sechs und zehn

Jahren, der wir den Namen „Kindergruppe Wolkendrachen“ gegeben haben, eine Mädchengruppe im Alter zwischen zehn und 14 Jahren, die „Kindergruppe Regenbogen“ und eine „Jungengruppe“. Diese Untergliederung ist ideal. Die kleinen Kinder brauchen eine andere Sprache und Herangehensweise als die größeren. Bei älteren Kindern benötigen Jungen eine andere Vorgehensweise als Mädchen. In unseren Gruppen sind immer zwischen 15 und 20 Kinder.

Was sind oder waren die hauptsächlichsten Schwierigkeiten, die Kindergruppen am Laufen zu halten?

Dr. Rapp: Wie ich schon zuvor erwähnte, konnte die Kindergruppe Regenbogen früher nicht wachsen und keinen Zusammenhalt bilden, weil nur wenige Kinder aus dem direkten örtlichen Nahbereich teilnehmen konnten. Kinder können nicht selbstständig kommen. Sie sind, auf die Mobilität bezogen, die



Dr. Martina Rapp ist psychologische Psychotherapeutin in der Fachklinik Fischerhaus in Gaggenau-Michelbach sowie in der Beratungsstelle der Diakonischen Suchthilfe Mittelbaden. Bei der Kindergruppe „Regenbogen“ arbeitet sie mit dem Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe zusammen.

schwächsten Glieder der Kette. Sie müssen daher in jeder Hinsicht „abgeholt“ werden – sowohl inhaltlich als auch ganz praktisch. Dies zuverlässig zu gewährleisten, stellt aber bei suchtbelasteten Familien, die ohnehin im Alltag ständig Krisen bewältigen müssen, häufig eine Überforderung dar. Wenn die Kinder aber erst einmal alt genug sind, dass sie u.U. im Dunkeln, alleine mit Bus oder Bahn nach Hause fahren können, schließen sie sich nach der Schule sicher keiner Gruppe mehr an, um über Probleme zu reden. Sie gehen dann ihre eigenen Wege, möglicherweise in ihre eigene Abhängigkeit.

Wir brauchen Aktivitäten, die die Kinder und Jugendlichen noch vom Smartphone und Laptop wegholen können: draußen in der Natur, mit Tieren, selbst 'was Kochen, Gemeinschaft erleben, das gehört alles dazu. Man kann sich mit vielen Kindern nicht einfach in einen Raum setzen und sagen: „jetzt rede mal!“. So funktioniert das nicht!

Um das Ganze für die Kinder attraktiv, nachhaltig und wirksam zu gestalten, braucht es mehr als eine Person, die die Kindergruppen organisiert und leitet. Neben dem Fahrdienst braucht es Räumlichkeiten, in denen die Kinder toben, reden und sich auf unterschiedliche Art ausdrücken können. Wir hier haben Reittherapiepferde, die verlässlich und kindgerecht ausgebildet sind und eine Mitarbeiterin, die für die Kinder kocht. Solche von außen kaum sichtbare Zusatzleistungen, wie z.B. der „Abholdienst“, müssen auch erbracht und finanziert werden.

Wie wird das Ganze finanziert?

Dr. Rapp: Das Projekt „Familienorientierte Suchtprävention“ (FOS) mit der Kindergruppe „die kleinen Füchse“ in Achern, das ich mit einer Kollegin leitete, musste nach vier Jahren eingestellt werden, weil die Laufzeit zu Ende war. In Karlsruhe bekommen wir dagegen einen festen Sockelbetrag von der Stadt Karlsruhe, so dass ich mit 25% meiner Arbeit das Projekt Kindergruppe Regenbogen dauerhaft durchführen kann.

Im Übrigen sind wir auf Sponsoren, wie die Fa. Geocom angewiesen, die die Kindergruppe „Wolkendrachen“ langfristig komplett unterstützt. Die Angebote für die anderen Gruppen sind letztlich immer von Kürzungen bedroht, wenn nicht weiter Sponsoren ins Boot geholt werden können.

Was tun Sie mit den Kindern – und was soll es bewirken? Handelt es sich hierbei bereits um therapeutische Maßnahmen oder um eine gezielte Prävention?

Dr. Rapp: Wir legen zusammen mit den Kindern Gruppenregeln und Aktivitäten fest, sodass ein Gruppenzusammenhalt entsteht. Mittlerweile mache ich zu Beginn der Kindergruppen „Wolkendrachen“ und „Regenbogen“ immer Reittherapie in der Gesamtgruppe. Am Anfang lernen die Kinder miteinander Absprachen zu treffen, wer was macht. Das kleine Pony kann geführt und ihm kleine Lektionen beigebracht werden. Auf dem größeren Reittherapiepferd können sich die Kinder hinlegen, entspannen, im Galopp durch Halle oder über Wiesen reiten, manchmal freihändig mit ausbereiteten Armen. Das können die Kinder mittlerweile, obwohl wir keinerlei Reitunterricht machen, einfach weil sich ein gutes Körpergefühl entwickelt hat und Vertrauen zu sich und dem Pferd.

Danach wird gemeinsam gegessen und dann geredet. Wir machen Gesprächsrunden, in denen es um die Befindlichkeit und all' das geht, was Belastendes zu Hause oder in der Schule geschehen ist. Hier wird kein Kind gedrängt, zu reden. Allerdings müssen wir das Thema Sucht aktiv einbringen, immer wieder, denn es ist ein Tabu. Die Kinder würden es meistens ausblenden, sie benötigen ohnehin einige Sitzungen, bis das unangenehme Schamgefühl zu reden, nachlässt. Diese Gesprächsrunden sind dann schon therapeutisch. Wir nutzen Elemente des Gruppenmanuals „Trampolin“ nach Prof. Michael Klein. Den Kindern wird dabei ihrer Situation entsprechend näher gebracht, was Sucht ist, dass sie keine Verantwortung dafür tra-

gen, sondern die Eltern und wie sie sich Hilfe holen können. Es ist weniger wichtig, alles zu sagen, als vielmehr einen Weg zu finden, sich innerlich wieder zu beruhigen. Und da habe ich mittlerweile wirklich Hochachtung vor den Kindern, wie die sich auch gegenseitig trösten können. Das ist einfach der Effekt von Gruppen; wenn sie funktionieren, sind sie unglaublich heilsam und wirksam. Und Kinder können das sehr gut annehmen, wenn man den richtigen Rahmen bietet. Das kostet eben einiges, aber das Resultat beinhaltet dann alles im Komplettpaket: Gesundheitsprävention, Suchtprävention, Vermittlung sozialer Kompetenzen.

Sie haben eine Ausbildung als Reittherapeutin. Hatten Sie diese schon vor dem Engagement bei der Kindergruppe oder haben Sie diese dann dafür im Rahmen einer Fortbildung gemacht?

Dr. Rapp: Ich durfte die Ausbildung mit dem Therapiepferd gemeinsam vor über zehn Jahren von und für die Fachklinik Fischer-Haus machen. Dort arbeitet man mittlerweile seit Jahren erfolgreich auch mit Erwachsenen und Tieren therapeutisch, bekommt über die Tiere einen ganz besonders guten Zugang zu Rehabilitanden. Für die Kindergruppen kann ich diese Ausbildung jetzt wirklich sehr gut brauchen.

Reiten, Spielen, der Transport der Kinder; da sind zwangsläufig abstrakte Gefahrenmomente gegeben. Sind die Kinder und die „Macher“ versichert?

Dr. Rapp: Wir sind über den Anstellungsträger versichert und auch ich selbst als Reittherapeutin, die Pferde als Therapiepferde.

Was würden Sie sich zur Fortführung der Kinderarbeit im Suchtbereich wünschen?

Dr. Rapp: Jede Suchtberatungsstelle sollte Kindergruppen haben. Kommunen und Städte sollten das flächendeckend zur Auflage machen und dann natürlich als hochspezial-

sierten Dienst der Beratungsstellen auch mitfinanzieren. Sucht ist eine Familienkrankheit, das ist seit Langem bekannt. Familienorientiert zu arbeiten ist einfach besser. Ein Schlüssel für das Funktionieren ist aus meiner Sicht auch die Einstellung, dass man die Strukturen für gelingende Kindergruppen schlicht schaffen muss; das ist unsere Aufgabe, es darf da kein „es funktioniert nicht“ geben. Und schon gar nicht die Einstellung: „wenn keine Kinder zu uns kommen, dann machen wir eben nichts“.

Nach dem nun nicht mehr neuen Gesetz zur Kindeswohlgefährdung muss jeder bei drohender Kindeswohlgefährdung aktiv werden. Und aktiv werden heißt doch nicht immer nur die ganz akut lebensbedrohlichen Missstände sehen und möglichst die Kinder schnell aus ihrem Umfeld herausnehmen. Es sind doch auch anhaltende Belastungen entwicklungs- und damit kindeswohlgefährdend. Dieser Gefährdung kann man sehr effektiv begegnen, indem man die Familie als Gesamtes behandelt, langfristig, damit nachhaltig und ohne schädigende Beziehungsabbrüche. Das können nur Suchtberatungsstellen, da sie ein breit gefächertes Angebot besitzen und letztlich auch den Eltern Angebote machen und Behandlungen vermitteln können.

Haben Sie bezüglich der Arbeit mit Kindern Kontakte zu anderen Organisationen, wie zum Beispiel Jugend- und Drogenberatung, Jugendamt oder Kinderschutzbund?

Dr. Rapp: Die Diakonische Suchthilfe Mittelbaden arbeitet seit einigen Jahren in dieser Hinsicht mit dem sozialen Dienst der Stadt Karlsruhe in Einzelfällen eng zusammen. Optimal ist es, wenn in suchtbelasteten Familien FamilienhelferInnen des Sozialen Dienstes unterstützend tätig sind, wenn vernetzt gearbeitet werden kann, sog „runde Tische“ stattfinden, bei denen die Entwicklung und das Wohl der Kinder fortlaufend von allen Beteiligten reflektiert und gefördert werden.

Offene Worte sind befreiend

von Julie De Marco

Tabus und Diskriminierung begleiten Suchtfamilien mit wachsender Tendenz, je länger die Krankheit nicht als solche erkannt und behandelt wird.

Als Angehörige besuche ich seit mehr als drei Jahren die Selbsthilfegruppe und bin selbst in Therapie. Warum ich mir nicht schon früher professionelle Hilfe suchte? Es war tabu – nichts durfte nach außen dringen von dem, was wirklich los war in unserer Familie. Einmal vertraute ich mich doch jemandem an und wurde als Verräterin beschimpft. Mit der Zeit distanzierten sich immer mehr Menschen, und ich zog mich auch selbst zurück – aus Scham. Zum Schluss hat man nur noch die Familie, die nicht helfen kann, da sie selbst Teil des Problems ist. Erst als ich am Ende meiner Kraft war, wurde mir klar, dass ich nur überleben kann, wenn ich das Schweigen breche. Ich setzte meinem Mann eine Frist und suchte mir eine Selbsthilfegruppe. Diesem Schritt verdanke ich mein neues Leben.

Mit der Zeit lernte ich, die Sucht als Krankheit anzuerkennen – aber

auch, dass ich durch mein Verhalten (schweigen, vertuschen, lügen) das ganze Dilemma aufrechterhielt. Auch ich brauchte Hilfe, nicht nur mein suchtkranker Mann. Durch die Therapie wurde mir klar, was mich zu dem Menschen gemacht hat, der ich bin. Dieses Wissen hat mich selbstsicherer und stärker gemacht.

Heute kann ich offen über mein bisheriges Leben sprechen – ohne Scham. Keiner von unseren Freunden, Bekannten oder beruflichen Kontakten reagierte negativ auf meine Offenheit – im Gegenteil. Das größte Kompliment war: „Ich ziehe meinen Hut vor Dir!“ Es ist nicht leicht, den ersten Schritt zu tun. Offene Worte zu sprechen lernt man nicht von heute auf morgen. Aber es lohnt sich, denn es macht frei. Und dieses Gefühl ist einfach unbeschreiblich.

Dieser Artikel erschien im „Gesundheitspress“, Magazin für und über Selbsthilfe in Mannheim, Heidelberg und der Region, Ausgabe 56 – Herbst/Winter 2018/2019.



„Wir müssen uns mehr öffentlich präsentieren“: Unsere Selbsthilfegruppe auf dem Freyaplatz in Mannheim – vor Ort, wo uns viele Leute kennen.

Foto: nova vita

Rechenschaftsbericht zum Arbeitsbereich des 1. Vorsitzenden über das Geschäftsjahr 2017/2018 für die Jahreshauptversammlung am 10.03.2018

(geringfügig gekürzt durch Unterzeichner)

Geschäftsverteilungsplan

Aufgrund der neuen Konstellation im geschäftsführenden Vorstand war auch die Erstellung eines angepassten Geschäftsverteilungsplans erforderlich. Der 1. Vorsitzende war demnach insbesondere für folgende Arbeitsfelder zuständig:

- Diakonisches Werk Baden
- ELAS
- Diakonische Suchthilfe Mittelbaden
- Bundesverband
- Aus- und Weiterbildung (Koordinator)
- Buchhaltung/Finanzen (überlappend mit 2. Vorsitzenden).

Die Umsetzung des Beschlusses der letztjährigen Jahreshauptversammlung, eine Entflechtung der Beziehungen zum Diakonischen Werk zu betreiben, lag somit im Wesentlichen in der Hand des 1. Vorsitzenden.

Diakonische Suchthilfe Mittelbaden (DSM)

Die Gesellschafterversammlung der Diakonischen Suchthilfe Mittelbaden am 20.03.2017 war die erste Station, bei welcher der Beschluss des Landesverbandes, aus dem Diakonischen Werk Baden auszutreten, verkündet werden musste.

Zudem bestand hinsichtlich der Kostenübernahme für die Tätigkeit von Siegbert Moos in der Beratungsstelle Karlsruhe einiger Klärungsbedarf. Der Landesverband hatte hier mit einer Zuwendung von ca. 4.500.- bis 5.000.- € gerechnet, die sich an der des Vorjahres orientierte. Frau Thrän stellte hierzu die Behauptung auf, Siegbert Moos habe unbedingt in der Beratungsstelle weiter arbeiten wollen, obwohl eine Bezahlung nach Ende eines Projekts nicht mehr möglich gewesen sei. Auf Einwand wurde weiter behauptet, dass diese Umstände mit Siegbert Moos und Ludwig Engels besprochen gewesen seien. Es ergeht hier der Hinweis, dass weder Ludwig noch Siegbert etwas von dieser „Besprechung“ wussten und dass bis ins Jahr 2016 mit Frau Thrän über die

Möglichkeit einer Verrechnung diskutiert wurde.

Da diese Aushilfstätigkeit ausschließlich auf mündlichen Abmachungen basierte, war unsererseits keine schlüssige Beweisführung möglich. Somit war klar, dass dieses Ärgernis auch die erste Maßnahme zur Entflechtung vom Diakonischen Werk nach sich ziehen würde.

→ Die Tätigkeiten unseres Sekretärs bei der Beratungsstelle wurden mit sofortiger Wirkung eingestellt.

Im Protokoll der Gesellschafterversammlung wurde der geplante Ausstieg des Landesverbandes aus dem Diakonischen Werk mit keiner Silbe erwähnt; und die Einstellung der Tätigkeiten unseres Sekretärs wurde als konfliktfreie Verabschiedung dargestellt. Das Protokoll wurde von mir, insbesondere wegen des Ausstiegs aus dem DWB, beanstandet und in der Gesellschafterversammlung am 10.07.17 geändert.

Die von unserer Seite wieder eingebrachte Idee, die DSM mit möglicher Hilfe des DWB in ganz Baden zu etablieren, gefiel zwar den Gesellschaftern, ist aber aus finanzieller Sicht derzeit nicht machbar.

Im weiteren Verlauf kämpfte die DSM auch vergangenes Jahr um das Überleben. Begünstigt wurde die Gesellschaft durch eine außerordentliche Zuwendung aus Kirchenkreisen (EOK), die teilweise in das Rechnungsjahr einfließen konnte.

→ Es ist positiv zu bewerten, dass die beiden Fachkliniken bereit sind, die Finanzierung der DSM für letztes Jahr so weit aufzustocken, dass eine Insolvenzgefahr abgewendet wird. Darüber hinaus entwickeln sie derzeit ein neues zukunftsträchtiges Finanzierungsmodell.

→ Negativ schlägt hier zu Buche, dass die Führung des Diakonischen Werks Baden einer Weiterarbeit in der Personalunion „Referat Sucht / Geschäftsführung DSM“ eine klare Absage erteilt. Eine direkte Unterstützung mit Personal soll in Zukunft nicht mehr stattfinden. Von außen gesehen ist das ein weiterer

Rückzug aus dem „operativen Geschäft“.

ELAS

Im zurückliegenden Geschäftsjahr nahm der 1. Vorsitzende an zwei ELAS-Sitzungen teil, da in 2017 die erste Sitzung vor unserer Jahreshauptversammlung angesetzt war. Der Beschluss, aus dem DWB auszutreten, wurde somit dieser Versammlung erst am 04.10.17 unterbreitet, wobei hier natürlich die Leute, die in Personalunion in ELAS und DSM sitzen, bereits Bescheid wussten.

→ Gleichzeitig wurde die Kündigung des Kooperationsvertrages mit der ELAS über die Durchführung von Gruppenleiterausbildung und anderen Seminaren und die Kündigung der Mitgliedschaft im GVS bekannt gegeben. Beides waren Maßnahmen zur Entflechtung vom DWB, die durch die Jahreshauptversammlung in Auftrag gegeben worden war.

Es folgte eine breite, emotionale Rechtfertigungsdiskussion, in der ich die Gründe für unsere Entscheidungen darlegte. Sowohl hinsichtlich der Mitgliedschaft im DWB, als auch für die Kündigungen, wurden genügend triftige Gründe ins Feld geführt. Die Versuche mehrerer Teilnehmer, mit Handlungsvorschlägen zu einer möglichen Verbesserung der Beziehung zwischen dem DWB und uns beizutragen, endeten mit dem Antrag Herrn Peter-Höners, ein erneutes Gespräch unter den Vorständen der beiden Organisationen herbei zu führen.

Das Protokoll dieser Sitzung spiegelte in keinsten Weise den tatsächlichen Verlauf und schon gar nicht den Inhalt der Gespräche wider. Einige Passagen wurden sogar falsch wiedergegeben und unsere Kritik am DWB und dem Referat Sucht fast gänzlich unterschlagen.

Mit einem Schreiben per Mail wurde daraufhin eine Stellungnahme nicht nur an die Teilnehmer der ELAS-Sitzung, sondern auch an Frau Dr. Hahn / Vorstand DWB und an Herrn Janson / Abteilungsleiter

REHA / DWB gesandt. Dies zeigte im weiteren Verlauf unserer Auseinandersetzung mit dem DWB Wirkung.

In der ELAS-Sitzung am 20.02.18 wurde von der Vorsitzenden die überalterte „ELAS-Ordnung“ vorgelegt, mit dem Vorsatz, diese per Beschluss abzuschaffen, ohne allerdings eine Ersatzregelung bereit zu haben. Verschiedene Teilnehmer widersprachen diesem Ansinnen, weil sie mitbestimmen wollen, wie eine neue Regelung aussieht.

Gleichzeitig wurde die „Ordnung für Fortbildungsmaßnahmen“ und des darin ermächtigten „Steuerungskreises“ in Frage gestellt, da nach unserer Kündigung des Kooperationsvertrages eine Neuordnung erforderlich sei. Insbesondere geht es hier um die Geldmittel von der Rentenversicherung Baden-Württemberg (ca. 36.000 €), die bislang für die von uns angebotenen Gruppenleiterausbildung und anderer Seminare verwendet wurden und die nun frei werden. Einer Wiederverwendung dieser Mittel als Gruppenzuwendungen lehnte die Vorsitzende ab, da dies zu viel Arbeit sei.

Die Einrichtung eines Arbeitskreises wurde seitens der Stadtmission Heidelberg beantragt. Der Antrag wurde angenommen. Der Unterzeichner stellte sich für den Arbeitskreis zur Verfügung, um aus direkter Quelle informiert zu bleiben.

Weiter wurde die Kooperation zwischen DWB und DW-Württemberg bezüglich der Ausbildung für die Betriebliche Suchthilfe vorgestellt. Eine Ausbildung kostet dort 4050.- €. Zusammen mit unserer Kündigung der Ausbildung für die ELAS hat dies Auswirkungen auf das Ausbildungsangebot; denn nunmehr wird nur noch die Ausbildung zum Betrieblichen Suchthelfer, nicht mehr die zum Freiwilligen Suchthelfer („Das helfende Gespräch“) angeboten.

→ Als positiv ist in diesem Bereich zu sehen, dass unser Ausscheiden aus der Evangelischen Suchthilfe von den Mitgliedern der ELAS mit Bedauern als Schwächung des Verbandes gesehen wird. Insbesondere die Herren Scherr, Stadtmission HD und Weber, DW-MA sprachen sich in diesem Sinne aus. Die Sympathien und stellenweise auch die Wertschätzung uns ge-

genüber waren durchaus wahrnehmbar.

→ Negativ zu bewerten ist, dass in Person von Frau Thrän vom DWB mitgeteilt wurde, dass dem Dachverband die Verteilung von Gruppenförderungen zu viel Arbeit sei. So eine Aussage spricht für sich.

→ Weiter wurde von ihr geäußert, dass durch die Freundeskreise beim DWB, gegenüber anderen Verbänden, ein überproportionaler Bestand an Selbsthilfe vorhanden sei, der die Position des Referates Sucht stärke. Unser Ausscheiden aus dem Verband würde unter Umständen diese Position so weit schwächen, dass von der Leitung des DWB wahrscheinlich eine Schrumpfung dieses Referates als Anpassung vorgenommen werden könnte. Somit wird jetzt schon klar, wer bei einem weiteren Niedergang der Evangelischen Suchthilfe schuld sein wird.

Diakonisches Werk Baden

Erstmals wurden die Freundeskreisvereine zu einer Mitgliederversammlung des Diakonischen Werks Baden eingeladen. Dies dürfte noch eine Auswirkung der Gespräche mit dem Vorstandsmitglied des DWB, Herrn Oberkirchenrat Rollin, gewesen sein, bei denen auch diese mangelnde Anerkennung Thema war.

Dieter Engel für den Freundeskreis Karlsruhe, Lutz Stahl und Siegbert Moos für den Landesverband und in Vertretung für die Lotsen und Nova Vita, besuchten die Außerordentliche Mitgliederversammlung am 21.06.2017. Bei dieser Versammlung versuchte der Vorstand des Diakonischen Werks Baden mit Vorankündigung und angeblich breiter Transparenz den Mitgliedern eine Beitragserhöhung in mehreren Teilbereichen überzustülpen. Darunter war auch ein Solidarbeitrag, um anteilig innerhalb der Kirche einen Beitrag für die Stiftungen zur Hilfe von ehemaligen Heimkindern, die sexueller oder körperlicher Gewalt ausgesetzt waren, zu finanzieren. Die außerordentliche Mitgliederversammlung geriet zu einem Eklat für den Vorstand des DWB. Frühzeitig stellte ein Mitglied einen Antrag, zum

gegenwärtigen Zeitpunkt keine Entscheidung zu irgendeinem Tagesordnungspunkt zu fällen, da viele Mitgliedsorganisationen nicht an der Abstimmung teilnehmen konnten und das bei derart wichtigen Themen. Der Antrag wurde mit überzeugender Mehrheit angenommen. Obwohl danach viele Personen die Versammlung verlassen hatten, scheiterten die diversen Versuche einiger Linientreuer, unter Umgehung dieses Beschlusses doch noch Teile der Tagesordnung durchzuboxen.

Am 24.11.17 nahmen Dieter Engel und der 1. Vorsitzende, auch in Vertretung für die Lotsen und Nova Vita, an der ordentlichen Mitgliederversammlung des Diakonischen Werks Baden und an der Wahl der „Delegierten“ zur Konferenz teil. Für den Bereich Sucht waren die Herren Scherr, Seiser und Kleeb (Blaukreuz Lörrach) aufgestellt und wurden gewählt.

In seiner Rede versuchte Oberkirchenrat Keller, Vorstandsvorsitzender, Stellung zu der missglückten außerordentlichen Mitgliederversammlung zu nehmen. Es ließ sich jedoch nicht daraus erkennen, ob er etwas zum Umgang mit den Mitgliedern dazu gelernt hat. Wir werden aber sehr wahrscheinlich von einer Beitragsanhebung ausgehen müssen, wenn wir Mitglied bleiben sollten.

Bezeichnend in der Rede des Vorsitzenden war, dass er es als Beleidigung betrachtet, wenn das DWB als Lobbyistenorganisation angesehen wird.

Während wir nach den Gesprächen Ende 2016 mit dem Vorstand des DWB und den unbrauchbaren Protokollen darüber so gut wie nichts mehr von dort hörten, änderte sich dies, nachdem die Stellungnahme gegen das Protokoll der ELAS-Sitzung vom 04.10.17 bei den Vorgesetzten des Referats Sucht eingegangen war.

Ein erneutes Gespräch mit dem für uns zuständigen (neuen) Vorstandsmitglied Frau Dr. Hahn und dem Abteilungsleiter REHA, Herrn Janson, wurde für den 06.12.17 angefragt. Da wir dem DWB und insbesondere Frau Dr. Hahn eine Chance geben wollten, im Sinne einer weiteren Zusammenarbeit positive Veränderungen herbei zu führen, gingen wir darauf ein.

Ludwig, der dafür eigens aus Brunsbüttel anreiste, Siggie Moos und Unterzeichner sprachen, soweit noch aktuell, sämtliche organisatorischen Mängel, die miese Lage bei der Beratungsstellendichte, sowie unsere Zweifel an der Zukunftsfähigkeit der evangelischen Suchthilfe an.

- Es erfolgte wiederum in Anlehnung an die Gespräche 2016 die Zusage, dass die Suchthilfe einen wichtigen Stellenwert im DWB behält. Auch wenn Frau Thrän in Rente geht, wird es einen Referenten/Referentin für Sucht geben; nach bisherigen Erkenntnissen aber kein eigenständiges Referat mehr.
- Die DSM soll auch weiterhin durch das DWB gestützt werden. Offenbar gab es hier bereits Absprachen, in die wir nicht einbezogen waren.
- Ohne schriftliche Bestätigung blieb, dass auch zwischen der Stadtmission Heidelberg und der Diakonie Mannheim ein neuer Vertrag bezüglich der dortigen Beratungsstelle geschlossen werden soll.
- Zu den Forderungen zur Erfüllung der Bedingungen im Kooperationsvertrag zur Aus- und Weiterbildung der ELAS wurde eine Prüfung der Ansprüche zugesagt. Mittlerweile wurden Kopien der Bewilligungsbescheide ausgehändigt. Bei der Auslegung der monetären Verwaltung, die laut Vertrag eindeutig beim Landesverband angesiedelt war, gab es auch im Nachhinein erhebliche Meinungsverschiedenheiten, die allerdings durch die Kündigung gegenstandslos werden. Eine Forderung nach der Restgeldmenge zwischen der bewilligten Summe und den tatsächlich ausgegebenen Beträgen für die Seminare kann nicht erhoben werden, weil es sich bei den Bewilligungen um Fehlbeitragszuschüsse handelt, die im Einzelabrechnungsverfahren angefordert und ausbezahlt werden. Dadurch gibt es angeblich keine Restbestände.
- Die Zuständigkeit bei Anfragen von uns und der Lobbyarbeit für uns liegt bei Frau Thrän, bei nicht Erreichbarkeit bei Herrn Janson oder Dr. Hahn.
- Die Frage zur Klärung der Beitragserhöhung wurde am 23.

01.18 mit dem zuständigen Herrn Speckert besprochen. Hier gilt jedoch die Einschränkung, dass bei der außerordentlichen Mitgliederversammlung die bisherige Planung abgeschmettert worden war. Hier wurde seitens des DWB (Frau Thrän) das Angebot unterbreitet, für die Freundeskreise für 5 Jahre die Mitgliedsbeiträge aus einem Freibetrag des Sozialministeriums zu begleichen, was einer Beitragsfreistellung gleichkäme. Außerdem wurde die Möglichkeit ins Spiel gebracht, bezüglich des Solidarbeitrages aufgrund unserer begründeten Vorbehalte beim Vorstand einen Ausnahmeantrag zu stellen.

Im Gegensatz zu den Gesprächen 2016, wurde das Gespräch am 06.12.17 in den relevanten Punkten gut dokumentiert.

Fazit:

Die Befürchtung, dass durch das Ausscheiden Dr. Beutels und Herrn Rollins ein Vakuum bei den progressiven Kräften in der evangelischen Suchthilfe entstehen würde, ist derzeit nicht begründet. In der ELAS haben sich mittlerweile einige Vertreter stärker der Sache angenommen. Offenbar hat man gemerkt, dass die ev. Suchthilfe vor dem Weg in die Bedeutungslosigkeit steht.

Frau Dr. Hahn und Herr Janson waren nicht nur gewillt, unsere Kritik anzuhören, sie wurden danach auch aktiv und versuchten Verbesserungen herbei zu führen. Das Gespräch war auf Augenhöhe.

Die Bedeutung der Suchtkrankenhilfe als Arbeitsfeld des DWB wurde nochmals bestätigt.

Hinsichtlich der Beratungsstellen wurden zwar weiterhin Unterstützung zugesagt, aber nicht konkretisiert.

Durch die zukünftige Auflösung der Personalunion - Referat Sucht und Geschäftsführung der DSM zieht sich das DWB weiter aus dem operativen Geschäft in der Suchthilfe zurück.

Wir müssen mit einer Beitragserhöhung rechnen, wenn wir Mitglieder im DWB bleiben. Ob wir uns an dem Solidarbeitrag beteiligen und wie wir reagieren sollen, wenn wir müssen, bedarf einer Diskussion in unseren Reihen.

Das DWB als Dachverband hat für uns nach wie vor einen sehr limitierten Nutzen. Der Chef sieht Lobbyarbeit als Beleidigung. Die Verwaltung von Zuwendungen für die Mitglieder ist für das Referat zu viel Arbeit! Es gab wieder Ärgernisse durch das Referat Sucht, wie den Eingriff in die Zusammenarbeit zwischen DSM und Freundeskreis Karlsruhe bei der Fachberatung oder das Ansetzen eines Gesprächsseminars, ohne den Landesverband oder die ELAS in angemessener Form zu informieren (der Kooperationsvertrag gilt schließlich noch).

Das Netzwerk der evangelischen Suchthilfe – Teile der ELAS sind jedoch im letzten Jahr deutlich aktiver geworden und versuchen offenbar, zukunftsorientiert zusammen zu arbeiten.

Bundesverband

Der 1. Vorsitzende nahm an zwei Sitzungen des erweiterten Vorstandes des Bundesverbandes sowie mit Ludwig Engels an einer Sitzung der Landesvorsitzenden in Wallerfangen / Saarland teil.

Im Wesentlichen wurden die bereits laufenden Projekte und Arbeitskreise weitergeführt.

Der Versuch in Wallerfangen, andere Vorsitzende der Landesverbände in unserer Nachbarschaft für eine gemeinsame Gruppenleiterausbildung zu gewinnen oder die des Bundesverbandes zu forcieren, hatten keinen Erfolg. Es bestand kein Interesse.

Torsten Wilkens, Heiko Küffen und Lutz Stahl waren als Delegierte / Beisitzer beim Delegiertentag vom 19. bis 21.05.17 in Neumarkt/ Bayern nominiert. Wesentliche Themen ergaben sich aus den Auswertungen der Klausurtagung in Erkner: einheitliche Präsentation der Freundeskreise, Angehörigen-/Familienarbeit und Fortführung des Chatrooms. Wir haben uns für die Fortführung des Projekts eingesetzt und auch das jährliche Treffen der Aktivisten finanziell unterstützt. Fünf Aktivisten aus Baden waren vor Ort.

Uta Münchgesang war im AK Familie, beim Aufbau und der Gestaltung von Seminaren aktiv;

Ein Fest für Freunde

Die Planung für dieses Projekt ist

bei uns annähernd abgeschlossen. Wir haben die Unterkünfte gebucht. Ca. 25 Teilnehmer von uns haben sich eingetragen. Allerdings lassen Neuigkeiten aus der letzten erweiterten Vorstandssitzung vermuten, dass der Bundesverband seine Arbeit noch nicht sehr weit vorangetrieben hat.

Freundeskreisbuch

Zum Freundeskreisbuch, das neu aufgelegt werden soll, haben Siggie Moos, einige Freunde aus Karlsruhe und der 1. Vorsitzender Beiträge geliefert. Ich danke den Freunden, die uns auf Anforderung so schnell noch ein paar schöne Fotos zur Verfügung gestellt haben.

Broschüre „Kindern von Suchtkranken Halt geben“

In dieser Broschüre, die wirklich öffentlichkeitswirksam ist und vor allem von Außenstehenden angefragt wird, haben wir drei Beiträge geliefert. Dieter Engel schrieb zum Projekt „Eltern-Kind-Kochen“, Lutz Stahl fertigte ein Interview mit Dr. Martina Rapp zu den Kindergruppen und Karin Weidenauer berichtete vom Familienseminar von Nova Vita.

Aus und Fortbildung

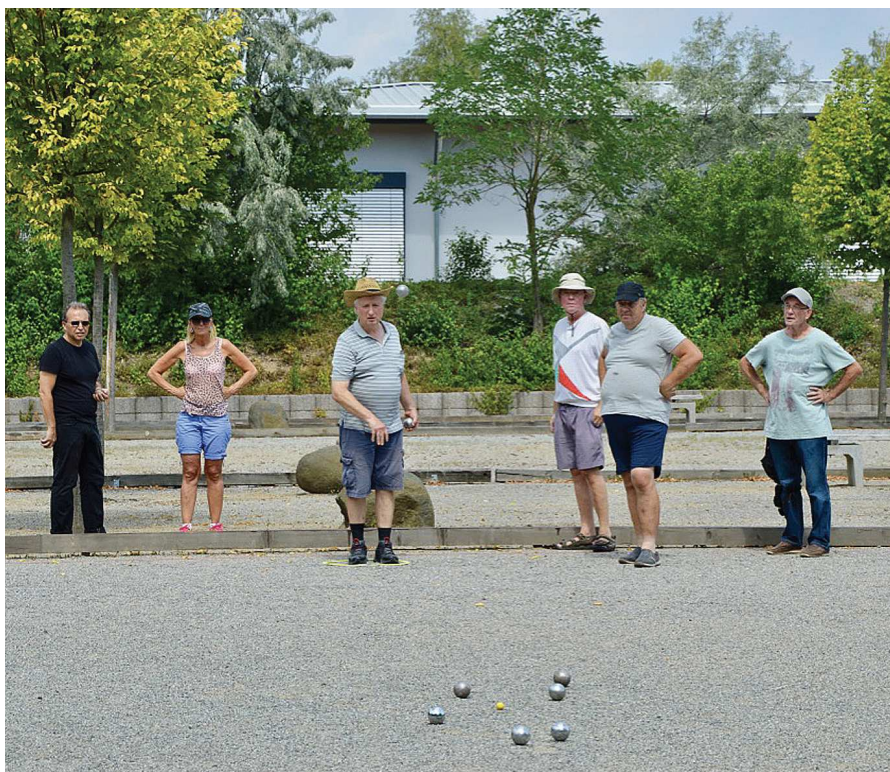
Die letzten Seminare zur Gruppenleiterausbildung im Namen der ELAS liefen unter unserer Organisation im März aus. Der Kooperationsvertrag endet am 31.03.18.

Bereits während des Freundeskreisseminars am 25.11.17 wurde mit den Ausbildern eine Vereinbarung zur Fortführung der Ausbildung getroffen. Zur Erstellung des Konzepts wurde ein Projektantrag an die AOK gestellt und bewilligt. Aufgrund der Aufgabendichte in letzter Zeit steht diese Arbeit noch bevor.

Die übrigen Fachseminare wurden wieder mit Umsicht geplant, mit Projektmitelanträgen ermöglicht und von den Arbeitsgruppen, die sich mittlerweile zum Teil überregional gebildet haben, durchgeführt. Ich möchte hier ausdrücklich den Helfern an dieser Stelle danken.

Lutz Stahl
1. Vorsitzender

TV 1877 Waldhof Boule-Turnier „Nova Vita“



(WN) Im Nova-Vita Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Waldhof versammeln sich Menschen mit dem selben Wunsch: zufriedene Abstinenz zu erreichen und mit Freunden und Angehörigen zu erhalten. Die aktiven Mitglieder haben selbst die unterschiedlichsten Suchterfahrungen hinter sich, sei es als Betroffene, sei es als Angehörige von Abhängigen. Viele unterstützen schon seit Jahren diejenigen, die sich frisch dazu entschlossen haben, den Weg in ein neues zufriedenes Leben zu gehen. Denn gleich, welchen Suchthintergrund jemand mitbringt, es braucht ein neues Umfeld, neue Kontakte zur persönlichen Weiterentwicklung - kein kurzer und leichter Weg. Im Freundeskreis lassen sich gemeinsam Grenzen erfahren und Ängste überwinden, um mit gestärktem Selbstwertgefühl den neuen Weg in Angriff zu nehmen. Freunde und Gleichgesinnte zusammenzuführen war der Anstoß für Toni und Julie De Marco, beide von Nova Vita Mannheim-Waldhof, vor drei Jahren ein Boule-Turnier auszurich-

ten. Die Anlage des TV 1877 Waldhof bot optimale Voraussetzungen, zumal beide Mitglieder der Boule-Abteilung des Vereins sind. Zum dritten Mal lud jetzt der Landesverband Baden zum Turnier ein. Die Mannschaften der Selbsthilfegruppen LoS Murgtal, Blaues Kreuz Sinsheim, Veritas Mannheim, Freundeskreis Karlsruhe, Landesverband Baden, Nova Vita Mannheim-Waldhof kämpften um den Wanderpokal. Gute Stimmung, viel Freude und Spaß und zum Schluss ein Sieger: der Landesverband Baden.

Vorsitzende Silvia Ringer bedankte sich bei allen, die mitgeholfen haben, das Turnier auszurichten. Im nächsten Jahr soll es eine Neuauflage erfahren.

Dieser Artikel erschien in der Oktoberausgabe der Käfertaler Zeitung. Autor ist der Redakteur der Zeitung. Wir haben den Artikel, ausgenommen einer geringfügigen Korrektur, wörtlich übernommen.

Bundestreffen für Freunde

Bericht vom Begegnungstag des Bundesverbandes

von Siegbert Moos

Aus allen Landesverbänden reisten 650 Freundeskreisler/innen, davon 23 aus Baden, zum Begegnungstag für Gruppenmitglieder an. Das Treffen begann um 9:30 mit der Begrüßung von Andreas Bosch, Vorsitzender des Bundesverbandes der Freundeskreise. Im Anschluss daran hielt Frau Gina Kirchhofwar einen Fachvortrag zum Thema „Glück-Freude-Zufriedenheit - wie gehe ich mit der Abhängigkeit in meinem Leben um?“

Der Nachmittag stand ganz im Zeichen vom Markt der Möglichkeiten. Hierbei konnten sich alle Landesverbände präsentieren und ihre Arbeit vorstellen. Der Landesverband Baden war mit seinem Messestand vor Ort und zeigte u. a. Kurzfilme über verschiedenen Suchtformen, einen Koffer mit Zahlenschloss, der mit Rauschbrillen geöffnet werden soll, sowie eine Präsentation von Verkehrssituationen am Bildschirm, die ebenfalls mit Rauschbrillen einzuordnen waren. Außerdem hatten wir eine große Landkarte von Baden dabei, auf der sämtliche Freundeskreisgruppen in Baden eingezeichnet waren. Weiter-

hin stellten wir unsere sonstigen Aktivitäten vor, u.a.:

- Besuche in Schulen (Freiburg, Karlsruhe, Bretten)
- Kooperationen mit Fachkliniken
- Teilnahme an der Offerta und am Mai Markt
- Teilnahme am Karlsruher Aktiv Tag für das Ehrenamt
- Teilnahme am Gesundheitstag der Karlsruher Verkehrsbetriebe
- Teilnahme am Gesundheitstag der Fa. Roche in Mannheim
- Vorstellung unseres Schulungs- u. Ausbildungs-Konzeptes
- Teilnahme mit unserem Messestand bei der Veranstaltung „Du hast das Recht glücklich zu sein“ in Freiburg

Neben der Möglichkeit, unseren Landesverband zu repräsentieren konnten wir aber auch selbst von den vielfältigen Angeboten des Begegnungstages profitieren; wie z.B. den Mitmachaktionen „Lieder (mit)singen“ oder bei vorgestellten Tänzen mittanzen, den Programmpunkten „Lieder über Sucht“, Theaterstück „Der Kreis“, Bücherflohmarkt, Freundeskreis-Quiz und vielem mehr. Auch an fachlichem Input

mangelte es nicht wie z. B. der Vorstellung des Lotsennetzwerkes, dem World Cafe zum Thema des Referats oder Informationen zum neuen Datenschutzgesetz.

Das Besondere war aber der Austausch mit Mitgliedern aus den anderen Landesverbänden. Neben dem Thema des Fachvortrages vom Vormittag gab es auch eine ganze Reihe anderer Themen wie Organisation und Arbeitsweisen der anderen Landesverbände, über die Ausbildung zum Gruppenbegleiter, über Inhalte von Seminaren, über die Öffentlichkeitsarbeit der jeweiligen Verbände oder über die Frage „wie kann man neue Mitglieder gewinnen?“

Die Teilnehmer aus Baden waren alle begeistert von dem Treffen und haben den Wunsch an den Bundesverband geäußert, nicht alle fünf Jahre sondern im Abstand von zwei Jahren eine solche Veranstaltung stattfinden zu lassen.

An dieser Stelle noch einmal vielen Dank für die hervorragende Unterstützung der AOK Baden-Württemberg, ohne die eine Teilnahme nicht möglich gewesen wäre.



Die Teilnehmer/innen des Landesverbandes präsentierten sich in ihren niegelagelneuen schwarzen Landes-T-Shirts.

Kooperationsvertrag des Freundeskreises Karlsruhe mit dem Städtischen Klinikum Karlsruhe

von Dieter Engel



Von rechts nach links: Frau Henschl, Patientenbegleitservice, Frau Ullrich, Bereichsleitung Psychiatrie, Herr Engel. 1. Vorsitzender Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V.

Eine bereits jahrelange konstruktive und partnerschaftliche Zusammenarbeit zum Wohle der Patienten in der Akut- bzw. Entgiftungsstation für Suchterkrankungen (Station C14s) und der Suchtmedizinischen Tagesklinik (Haus X) des Städtischen Klinikums Karlsruhe hat mit der Vereinbarung eines Kooperationsvertrages am 26.7.2018 eine neue und verbindliche Qualität erreicht. Frau Ullrich - Bereichsleitung Psychiatrie - betonte, dass der Hinweis auf die Selbsthilfe einen großen Stellenwert einnimmt und sowohl vom Pflegepersonal, dem Sozialdienst und auch von den zuständigen Ärzten mit Nachdruck angeraten wird. An unserem Engagement als Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe wird sich am Zyklus der Vorstellungsrunden vor Ort nichts verändern. Wir werden weiterhin 14-tägig in der (Entgiftungs-)Station C14s vorbeikommen und im Rhythmus von ca. 6 Wochen auch mit den Patienten der Tageskli-

nik im Haus X eine Vorstellungs- und Gesprächsrunde führen.

Was waren die Beweggründe eines Kooperationsvertrages? Das Städtische Klinikum ist Mitglied im Netzwerk „Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen“. Ziel dieses Netzwerkes ist die Zertifizierung zum selbsthilfefreundlichen Krankenhaus. Hierzu wurde im letzten Jahr ein Qualitätszirkel gegründet, um die Umsetzung und danach die Einhaltung der beschlossenen Qualitätskriterien in die Wege zu leiten. Ich sehe es als Anerkennung für die gute und verlässliche Arbeit des Freundeskreises an, dass ich in den Qualitätszirkel berufen wurde. Schnell stellte man bei den Gesprächsrunden fest, dass es sehr große Unterschiede bei der Einbindung der Selbsthilfe in den Klinikalltag und die Unterstützung bei den einzelnen Bereichen und Abteilungen des Klinikums gibt. Patientenorientiertes und gutes Zusammenwirken gibt es

z.B. bei der Frauenselbsthilfe nach Krebs, der SHG SchmerzLos e.V. und eben im Bereich Sucht mit uns als Freundeskreiser. In anderen Bereichen ist aber noch viel Nachholbedarf. Da wir, wie bereits ausgeführt, seit Jahren vertrauensvoll mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, welche bestens über die Suchtselbsthilfe informiert sind, zusammenarbeiten, uns zweimal im Jahr mit einer Mitarbeiterin des Sozialdienstes zum Austausch treffen und auch die Infrastruktur wie Flyerstände etc. vorhanden ist, stand dem Abschluss eines richtungsweisenden Kooperationsvertrages nichts im Wege.

Aber Qualitätsmanagement kann man nicht nur von einer Seite (Klinikum) erwarten, sondern diese hat sich auch der Freundeskreis Karlsruhe auf die Fahnen geschrieben. Deshalb fand von unserer Seite im November letzten Jahres ein Fort- und Weiterbildungsseminar unter Leitung von zwei Therapeuten der Diakonischen Suchthilfe Mittelbaden unter dem Titel „Vorstellung der Freundeskreise bei unterschiedlichem Publikum“ statt. Ziel war es u.a., eine bessere und nachhaltigere Ansprache gerade für Patienten mit unterschiedlichster Motivations- und Lebenslage, welche sich in der Entgiftungsphase bzw. in der Tagesklinik befinden, zu erreichen.

Der Weg in ein suchtmittelfreies Leben ist kein leichter, aber das Städtische Klinikum Karlsruhe und der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V. stellen Gehilfen bereit, um über die Stolpersteine hinwegzukommen und mit professioneller Hilfe und unserer Hilfe zur Selbsthilfe ein für jeden persönlich gangbaren Weg aus dem Teufelskreis zu finden.

Karlsruher Aktivtag 2018

von Dieter Engel

Stadt Karlsruhe
Amt für Stadtentwicklung | Büro für Mitwirkung und Engagement

Ehrenamt zeigt sich Stark und kompetent

Karlsruher Aktivtag am 16. Juni 2018, 10 bis 17 Uhr
Friedrichsplatz




Verantwortlich für die Organisation und Durchführung des Karlsruher Aktivtages 2018 war das Büro für Mitwirkung und Engagement vom Amt für Stadtentwicklung der Stadt Karlsruhe. Am Aktivtag wurde das gesamte Spektrum aus den Kategorien

- Wohlfahrt
 - Stadtgesellschaft
 - Gesundheit und Hilfe
 - Internationale Welt
 - Kultur und Sport
 - Kinder und Jugend
 - Umwelt, Tiere und Nachhaltigkeit
- durch jeweils fünf Karlsruher Vereine und Gruppen repräsentiert.

Bei dieser mannigfaltigen Anzahl von Vereinen, Organisationen und Gruppen, welche in einer Stadt wie Karlsruhe aktiv sind, war es für uns schon eine Auszeichnung, dass wir im Bereich Gesundheit und Hilfe zur Mitwirkung auserkoren wurden. Hier zeigte sich, dass unsere gute Öffentlichkeitsarbeit auch den Gre-

mien der Stadt Karlsruhe nicht verborgen geblieben ist. So stellten wir uns bereits ein Jahr vor der Veranstaltung für ein Ankündigungsplakat zur Verfügung. Das Fotoshooting machte allen Beteiligten des Freundeskreises mächtig Spaß und auch bei der endgültigen Auswahl des Bildes hatten wir ein Mitspracherecht; schließlich waren wir im Vorfeld in der ganzen Stadt auf diesem Plakat zu sehen und Tausende von Postkarten und Programmheften mit unserem Konterfei waren ja auch noch in Umlauf. Darüber waren und sind wir als Selbsthilfeverein schon ein wenig stolz.

Einige Wochen vor dem Aktivtag fand ein Workshop für alle Beteiligten als Pflichtveranstaltung statt. Er diente zum gegenseitigen Kennenlernen, schließlich teilten sich immer 5 Vereine, Gruppen oder Organisationen ein Pagodenzelt. Aber auch eine gemeinsame Ausrichtung (Motto, Aktivitäten, Platzeinteilung etc.) gab es zu besprechen und festzulegen. Dieser professionell durchgeführte Workshop war keine vergeudete Zeit, denn die Absprachen und organisatorischen Festlegungen erleichterten die Durchführung ungemein.

So fieberten alle auf den Aktivtag 2018 am Samstag, den 16. Juni von 10.00 – 16.00 Uhr hin. Die Pagodenzelte und Bühnen wurden durch städtische Mitarbeiter bereits am

Vortag aufgebaut, so dass wir nur noch unser Equipment aufstellen mussten. So konnten wir die ersten Besucher nach der offiziellen Eröffnung durch Bürgermeister Käuflein begrüßen. Unser Angebot, mit Promillebrillen einen Parcours zu absolvieren oder ein Koffer mit Zahlenschloss zu öffnen, wurde gerne angenommen. Für unseren Monitor, auf welchem man mit Verkehrssituationen unter Alkoholeinfluss konfrontiert wurde, war es leider aufgrund des Sonnenscheins sowohl im Freien als auch in den Zelten zu hell. Wichtig für uns waren aber auch die zahlreichen Gespräche von Hilfesuchenden, meistens Angehörige und Menschen, welche in ihrem privaten oder beruflichen Umfeld mit Suchtkranken oder Gefährdeten in Kontakt kommen. Selbstverständlich hatten wir auch entsprechendes Infomaterial und Flyer zur Aushändigung parat. Besonders freute uns, dass sich auch ein Karlsruher Stadtrat längere Zeit für unsere Arbeit interessierte. Bei der Diskussion über den in Karlsruhe beschlossenen Trinkerraum haben unsere Aussagen, Erfahrungen und Meinungen einen nachdenkenswerten Eindruck bei ihm hinterlassen.

Das Wetter an diesem Tag war mal wieder hochsommerlich, mit Sonnenschein und Hitze pur, wie so oft in diesem Sommer. Diese Tatsache wirkte sich leider negativ auf die Besucherzahlen des Aktivtages aus und so mancher zog wohl das Freibad einem Besuch bei uns auf dem Friedrichsplatz in der Karlsruher Innenstadt vor.

Dennoch waren wir mit der Veranstaltung zufrieden, hat sie doch unseren Bekanntheitsgrad in unserer Region wieder erhöht. Auch die zahlreiche aktive Unterstützung durch unsere Vereinsmitglieder an unserem Stand ist überaus positiv zu bewerten.

„Just for Fun“ – Suchtpräventionstage

von Ute Meise

Am 6. und 7. Februar war es wieder einmal soweit! Bereits zum elften Mal fand in der Jugendkirche Mannheim-Waldhof das Präventionsprojekt „Just for Fun“ statt, ein Gemeinschaftsprojekt von Diakonie, Caritas, dem evangelischen Kinder- und Jugendwerk der Stadt Mannheim und der Selbsthilfegruppe „Nova Vita“.

Zu Gast waren Siebt- und Achtklässler verschiedener Mannheimer Schulen in Begleitung ihrer Lehrerinnen und Lehrer. An beiden Veranstaltungstagen wurden die Schüler zu den Themen Alkohol-, Tabak- und Drogenkonsum sowie Internetnutzung und Glücksspiel informiert und bezüglich möglicher Risiken sensibilisiert.

Nach der Begrüßung startete das Improvisationstheater „Drama Light“ aus Heidelberg mit einem beeindruckenden Beitrag zum Thema „Sucht“. Die beiden Schauspieler verstanden es, die Schüler aktiv in ihre Vorstellung miteinzubeziehen und erteten zurecht großen Applaus.

Im Anschluss begannen die fünf Workshops:

- Die Station „Internetnutzung“ machte auf verschiedene Gefahren der zahlreichen Social-Media-Plattformen wie YouTube, Instagram, Twitter, Snapchat oder auch des Online-Shoppings aufmerksam.
- Ein ehemals Spielsüchtiger führte durch den Workshop „Glücksspiel“. Er erzählte, wie er seine Sucht mit Hilfe verschiedener Therapien überwinden konnte. Gebannt lauschten die Jugendlichen seinem Bericht. Ein praktisches Beispiel mit fingierten Gewinnlosen beeindruckte ebenso und zeigte, dass das Glück nicht zu erzwingen ist.
- Des Weiteren wurde die Wirkung von Alkohol anhand sogenannter „Rauschbrillen“ veranschaulicht. Den Schülern wurde ein Hütchen-Parcours bereitgestellt, den es mit Blick durch die Rauschbrillen zu durchqueren galt. Das fiel nicht immer leicht.
- Im anschließenden Workshop

bildeten die Schüler mit Holzstangen eine waagerechte Leiter. Jeweils ein Schüler musste diese überqueren. Das klappte nur, wenn alle gut zusammenarbeiteten. Eine gute Übung zur Stärkung des gegenseitigen Vertrauens.

- Die Selbsthilfegruppe „Nova Vita“ war mit dem Ratespiel „Wer ist wer?“ vertreten: Zwei Personen behaupteten, alkoholkrank, aber „trocken“ zu sein. Dies stimmte jedoch nur bei einer Person – die andere Person war ein Angehöriger, also meistens ein Familienmitglied eines suchtkranken Menschen. Durch gezielte Fragen der Schüler galt es

herauszufinden, wer log. Auch dies erwies sich als schwierig und gelang nicht immer. Bei der Auflösung des Spiels hörten die Jugendlichen aufmerksam zu. Einige berichteten auch über persönliche Erfahrungen, wobei sich einige emotionale Momente ergaben. In diesem Zusammenhang war es wichtig, die Schüler über weitere Hilfsangebote zu informieren.

Für das leibliche Wohl war an beiden Tagen ebenfalls gesorgt. Zusammenfassend kann auch dieses Jahr auf eine erfolgreiche „Just for Fun“-Veranstaltung zurückgeblickt werden, die auch im kommenden Jahr fortgesetzt wird.



Von den Schülern gestaltet.

Bericht über das Männerseminar 2018 zum Thema „Gier“

von Robert Danila

Freitag, 12.01.2018 - Anreisetag

Wir starteten am Abend mit einer Vorstellungsrunde im gemeinsamen Kreis. Jeder Teilnehmer durfte sich ein Stofftier auswählen mit dem Ziel, die Gedanken und Gefühle, die mit diesem Tier assoziiert werden, sowie die Motivation für die Auswahl, in der Runde zu erläutern.

Gegen 19.30 Uhr wurden Gruppen zu je 5 bis 6 Teilnehmern zusammengestellt. Die Gruppen wurden jeweils an einem Tisch gesammelt und es wurden die Regeln für das darauffolgende „Erdnusspiel“ erklärt. Es sollten alle Erdnüsse gleich verteilt werden, wobei jeder die geheime Instruktion erhielt, argumentativ so viele Nüsse wie möglich für sich zu behaupten. Meine Instruktion lautete zusätzlich, mir die Nüsse bei nicht Einigung ohne Argumentation und Rücksicht anzueignen. Danach wurde das Verhalten während des Spiels und die Auswirkungen auf die Teilnehmer im Plenum besprochen. Hier fanden erste Assoziationen zum Thema „Gier“ statt und es wurde klar, dass es einen individuellen Definitionsspielraum gibt.

Gegen 20.30 Uhr wurde ein Fragebogen zur Selbsteinschätzung ausgegeben. Die Meinungen zu den Selbstreflexionsfragen wurden im Plenum besprochen. Mit einer Befindlichkeitsrunde endete der erste Tag.

Samstag, 13.01.2018

Nach dem Frühstück trafen wir uns wieder im Seminarraum und starteten mit einer Audioaufnahme der Geschichte vom Fischer und seiner Frau. Im Anschluss wurde die Geschichte im Kontext „Gier und Genügsamkeit“ besprochen.

Danach begann der Vortrag durch den Dozenten Aaron Czycholl zum Thema „Gier“:

- Allgemeine Definition, Sinn und Zweck, Motivation und Entstehung
- Klärung der Fragen: Warum sind wir gierig, auch wenn wir wissen,

dass wir andere benachteiligen? Und: Warum können wir Tiere/Feinde töten (z.B. wenn man schon 5 Autos besitzt und noch mehr möchte)?

- Gier im Zusammenhang mit Sucht - Gier als Anteil der Suchtkrankheit.
- Gier nach dem Suchtmittel.
- Klärung der Fragen: Wonach richtet sich die Gier eigentlich? Kann Gier gestillt werden?
- Kann jemand ohne Gier süchtig werden?

Nach einer Pause wurde mit dem Spiel „Werwölfe“ fortgefahren. Es diente zur Auflockerung vor dem nächsten Vortrag durch den Dozenten zum Thema „Gier – Zusammenhang zum gesellschaftlichen Kontext“:

- Wie kann Gier unterschiedlich definiert werden?
- Gier nach Aufmerksamkeit / Liebe / Anerkennung in (Paar-)Beziehungen ausgelöst durch Defizite (z.B. in der Kindheit)

Danach konnten Fragen gestellt werden und eine Diskussionsrunde fand statt.

Nach dem Mittagessen ging der Vortrag durch den Dozenten zum Thema „Genügsamkeit“ weiter:

- Genügsamkeit auf dem Weg aus der Sucht? Als Hilfe? Als Hilfsmittel zur Resilienz?
- Pseudo-Genügsamkeit: Sich einreden, dass etwas ausreicht, weil man nicht mehr bekommen kann.
- Wie kann ich persönlich einen Maßstab für Gier / Genügsamkeit finden? Wie finde ich meinen persönlichen Weg / Umgang?

Die Vortragsreihe endete mit einer Diskussion zum Thema.

Am Nachmittag haben wir uns, eingeteilt in Kleingruppen, im Eisstockschießen geübt. Beim Spiel sprachen wir über ganz Privates und wir stellten dabei Bezüge zum Thema her. Dinge, über die wir in der großen Runde nicht gesprochen hatten, wurden hier zum Thema gemacht und im kleinen Kreis diskutiert. Anschließend haben wir in der Arena in Bad Herrenalb zu Abend

gegessen und die Gespräche fortgesetzt.

Zurück im Haus der Kirche wurde am Abend der Film „The Last Samurai“ mit Tom Cruise gezeigt.

Sonntag, 14.01.2018

Wir diskutierten über den am Vorabend gezeigten Film im Kontext zum Thema „Gier und Genügsamkeit“. Danach begann der letzte Vortrag durch den Dozenten Dr. Czycholl Senior zum Thema „Literaturhistorischer Kontext zur Gier bzw. Genügsamkeit“.

Nach einer Pause gab es Zeit für offene Fragen aus dem Plenum. Viele Seminarteilnehmer stellten tiefgreifende, selbstreflektierte Fragen.

Danach folgte eine Postkarten Übung. Zum Abschluss konnten wir Rückmeldungen zum Seminar geben. Nach einem gemeinsamen Mittagessen endete das Männerseminar 2018.



Am Nachmittag beim Eisstockschießen

Pippi Langstrumpf versus Struwwelliese

Ein Bericht über das Frauenseminar mit dem Thema Scham

von Karin Meyer

Stell dir vor, du sitzt in einem schönen Restaurant. Deine Begleiterinnen haben sich sehr schick angezogen. Während ihr lebhaft ein Gespräch führt, stößt du ein Glas Saft der Tischnachbarin um und der Inhalt ergießt sich über die weiße Hose deines Gegenübers.

Wahrscheinlich kennt jeder solche oder ähnliche Situationen und spürt dabei eine gewisse Peinlichkeit, vielleicht sogar Scham. Scham war es nun auch, die uns während des ganzen Wochenendes in Bad Herrenalb auf dem Frauenseminar begleitet hat. Nicht weil wir uns von einer peinlichen Situation zur nächsten gehandelt haben, sondern weil es der Wunsch vieler Frauen war, dieses Thema intensiv zu bearbeiten.

So trafen wir uns Anfang Juli an einem sonnigen Freitagabend, begrüßten vertraute Gesichter und hießen Neuzugänge herzlich willkommen. Manch eine war gespannt und neugierig andere eher etwas nervös, denn schließlich könnten Dinge auf den Tisch kommen, für die sich schon so lange geschämt wurde.

Nach dem Abendessen ging es auch schon los. Zunächst erreichte uns die Nachricht, dass die Referentin aufgrund eines Trauerfalls in letzter Minute abgesagt hatte und die Organisatorinnen nun kurzerhand alles selbst übernehmen mussten. Zu den Organisatorinnen gehören wie auch schon in den Jahren zuvor Sheila Küffer, Uta Münchgesang, Ute Meise und Simone Engels. Neu im Team ist Miriam Meyer vom Freundeskreis Karlsruhe.

Zum Einstieg versetzten wir uns in peinliche Situationen und ergründeten unsere Gefühle und Gedanken dazu. Diese Übung regte uns zu einem lebendigen Austausch mit anderen Teilnehmerinnen an.

Mit einer kurzen Meditation nach dem Frühstück des nächsten Tages, ging es erstmal darum, Kontakt zu der eigenen Gefühlslage herzustellen.



Simone Engels, Miriam Meyer, Uta Münchgesang, Sheila Küffer und Ute Meise (von links nach rechts), die für die Durchführung viel Lob erhielten.

len. Dazu malte jede ein Tier, das genau diese beschrieb.

Bei dem anschließenden Vortrag lernten wir viel Wissenswertes über Scham. Dazu gehörten Anregungen zu den Fragen „Welche verschiedene Arten von Scham es gibt?“, „Wie entsteht Scham?“, „Welchen Sinn und Zweck erfüllt Scham, zum Beispiel in unserer Gesellschaft?“ und „Was wirkt Scham entgegen?“. Als Beispiel wurde Pippi Langstrumpf herangezogen. Ein Mädchen, das sein darf, wie es will, und die sich für ihr Verhalten nicht verurteilen lässt. Dagegen erzählt das Erziehungsbuch Struwwelliese von einem wilden Mädchen, ähnlich wie Pippi Langstrumpf, das im Laufe der Geschichte mit Hilfe von Scham zu einem sitzamen, braven Mädchenideal erzogen wird.

Anschließend sprachen wir in Kleingruppen über unsere individuellen Erfahrungen mit Scham. Wir erarbeiteten die zugehörigen Zutaten aus der Giftküche. Das sind Sprüche, Gesten oder Blicke, die Scham in uns aufkeimen lassen. Dies machte uns noch einmal bewusst, wie

manch' eine Erziehung, ähnlich wie bei Struwwelliese, Scham auslöste.

Nach einer Pause verwendete Uta ihr eigenes Rezept, um die Nachmittagsmüdigkeit zu vertreiben. Passend zur laufenden Fußball WM tankten wir mit einem Hawaiiianischem Fußballlied mitsamt Choreographie Frische für den Endspurt



Die Struwwelliese und Pippi Langstrumpf begleiteten uns durch das Wochenende.

des Tages.

Wiederrum in der Kleingruppe besprachen wir selbst erlebte Situationen, die Scham in uns hervorriefen. Eine davon wählten wir aus, um diese mit Hilfe der Skulpturentechnik genauer zu betrachten und einen alternativen schamfreien Weg aus dieser Situation zu finden.

Der Abend konnte individuell gestaltet werden. Es wurde ein Film auf großer Leinwand angeboten und viele zog es in die Eisdielen, um dort mit einer Erfrischung in der Hand noch zu plauschen. Schließlich sollen auch zwischenmenschliche Beziehungen auf dem Frauenseminar gepflegt werden.

Der letzte Tag brach an. Im Plenum erhielt jede ein Blatt Papier, das auf den Rücken geklebt wurde. Die Aufgabe bestand darin, die Stärken der jeweiligen Frauen aufzuschreiben. Dies war ein Leichtes, da man in diesen intensiven zwei Tagen doch einige Frauen in den Kleingruppen, beim Essen und gemeinsamen Aktivitäten recht gut kennengelernt hatte. Am Ende durfte man sich sein Blatt ansehen und nicht wenige waren überrascht, was darauf geschrieben stand. Manche Stärken kannte man schon, andere waren noch nicht bewusst. Sich seiner Stärken bewusst sein, heißt Selbstvertrauen zu haben. Dies erzeugt Stolz und Stolz ist nun mal der Gegenpol zur Scham.

Nach einer abschließenden Runde gab es noch Zeit für ein Fazit. Wir sind nicht allein mit unserer Scham, vielen geht es ähnlich. Es ist ok sich zu schämen und man muss vielleicht nicht so schamfrei sein wie Pippi Langstrumpf, aber man muss auch keine Struwwelliese sein.

Feedback gab es auch für die Organisatorinnen. Einstimmig war man der Meinung, gar gemerkt zu haben, dass dieses Seminar so kurz vorher umdisponiert werden musste. Sheila, Uta, Ute, Simone und Miriam müssen sich nicht schämen, denn sie haben diese Herausforderung mit Bravour gemeistert. Hut ab. Den Abschluss bildete, wie gewohnt, die Sonnenblumenmeditation. Gefüttert mit neuen Erkenntnissen und gestärkt mit frischem Mut gingen wir wieder zurück in den Alltag.

Mitarbeiterfachtag 2018

von Carolin Süß

Den diesjährigen Mitarbeiterfachtag veranstalteten wir – Torsten Wilkens, Sabine Oßwald und ich, Carolin Süß - am 1. September in den Räumen des Freundeskreises Karlsruhe unter dem Motto „Kreative Methoden in der Gruppenarbeit“. Im Mittelpunkt stand hierbei die Frage, welche Möglichkeiten wir haben, wenn wir mit dem „normalen Gruppengespräch“ an unsere Grenzen stoßen – wenn wir den Eindruck gewinnen, das Mitglied, das sein Thema (wiederholt und mehr unstrukturiert, denn geordnet) vorbringt, stagniert und dass auch wir ihm über bloße Rückmeldungen im Gespräch zu keiner dienlichen Erkenntnis verhelfen können.

Die Fachvorträge zu Beginn - „Chancen und Vorteile kreativer Methoden“ - und am Ende des Tages –

„Hürden bei der Durchführung und Lösungen“ - rahmten die Vermittlung fünf kreativer Methoden ein, die wir in solchen Fällen anwenden können.

Interaktiv brachten wir den Teilnehmern in Kleingruppen die Methoden *Heißer Stuhl*, *Rollenspiel*, *Inneres Team* und *Problemaufstellung* näher. Auf vorab geäußerten Wunsch einiger Teilnehmer bearbeitete jeweils eine Kleingruppe außerdem das Thema „Rückfall in der Gruppe“ unter dem Aspekt der Emotionsreflexion und des wertschätzenden Feedbacks.

Eine angenehme Gruppendynamik entwickelte sich über den Tag. Wir durften sehr positive Rückmeldungen entgegennehmen, was uns bestärkt und mit Freude den Fachtag für 2019 in Angriff nehmen lässt.



New Year's Party

3. Alkoholfreier Silvesterball 2018 in Mannheim

Waldhof Jugendkirche
Speckweg 14 / Taunusplatz
68305 Mannheim



Einlass: 19:00 Uhr
Beginn: 19:30 Uhr
Vorverkauf: 18 € / pro Person
Abendkasse: 20 € / pro Person

mit **FRANZ** dem Musiker
für alle Generationen

inkl. kaltes / warmes Buffet
und Softgetränke

Karten sind ab sofort beim Freundeskreis Nova Vita und Freundeskreis Karlsruhe erhältlich
Reservierung per Mail: Nova-Vita@gmx.de oder hallo@freundeskreis-karlsruhe.de

3. Alkoholfreier Silvesterball 2018/19

In diesem Jahr wollen wir wieder in den Räumen der Mannheimer Jugendkirche gemeinsam das alte Jahr ausklingen lassen und das Neue Jahr natürlich gebührend begrüßen. Mit einem Kalt-Warmen-Buffet, sowie diversen alkoholfreien Getränken wird für das leibliche Wohl wieder bestens gesorgt sein. Live Musik zur Unterhaltung und zum Tanz gehört ebenso zu unserem Silvesterball wie ein Feuerwerk, so dass Ihr als Gäste Euch um nichts kümmern müsst. Gute Laune bringt Ihr mit, dann sind ein paar fröhliche Stunden und ein guter Rutsch ins Jahr 2019 garantiert, denn es weiß ja jedes Kind, dass Freundeskreiser F(f)este feiern können und das ganze inklusiv für 18.- Euro!

Für Fragen stehen Silvia Ringer (Nova Vita Mannheim) und Dieter Engel (FK Karlsruhe) gerne zur Verfügung. Kartenreservierungen bitte per Mail: Nova-Vita@gmx.de oder hallo@freundeskreis-karlsruhe.de.

Wir müssen mal reden...

Familien- und Beziehungstage zum Thema Kommunikation von Karin Meyer

Wie die Kommunikation in einer Familie gestaltet ist, beeinflusst das Beziehungsgefüge enorm. Ist es nicht möglich die eigenen Gefühle wie Liebe, Nähe aber auch Wut und Ärger zu äußern, so vergiftet das die Seele und wirkt sich negativ auf jede Beziehung aus. Da Kommunikation allerdings keine Angelegenheit ist, die man mit sich selbst ausmachen kann, richtete sich das Angehörigen-seminar des Jahres 2018 zum ersten Mal an alle, seien es nun Eltern, Geschwister oder Enkelkinder, sowie Paare als auch Einzelpersonen, Mitglieder der Freundeskreise oder auch nicht. So war es erfreulich, dass außer Einzelpersonen und Paaren auch Eltern mit ihren Kindern, wenngleich diese bereits erwachsen waren, den Weg nach Bad Herrenalb in das Haus der Kirche gefunden haben.

Am Freitagabend lernten wir uns alle erstmal kennen. Es wurde gebastelt, geklebt und gemalt um eine Visitenkarte zu erstellen, die uns und unsere Beziehung repräsentiert. Schon ging es los mit dem intensiven Nachdenken und die ersten Erkenntnisse beim Betrachten der Bilder konnten auch schon gewonnen werden. Zum Schluss überraschte uns unsere Schauspielerin Claudia mit einer wunderschönen Gute Nacht Geschichte, erhellt von ganz vielen Windlichtern.

Durch das Wochenende wurden wir von der Referentin Andrea Marshall-Schneider geführt, eine Familientherapeutin vom Odenwaldinstitut mit dem Schwerpunkt Konflikte und Kommunikation. Ganz kurz zusammengefasst schlossen wir diese beiden Tage Verträge ab und lernten jegliche Art von Gefühlen die in uns schlummern zu akzeptieren. Und das mit ganz viel Aktion und gänzlich ohne Power Point Präsentation.

Es war durchaus überraschend, dass wir bei dem Seminar über Kommunikation hauptsächlich über Gefühle gesprochen haben. Aber Kommunikation wird erschwert, wenn wir uns unserer Gefühle nicht



bewusst sind.

Aber jetzt mal der Reihe nach. Wir haben Verträge abgeschlossen um einen geschützten Raum zu bauen. Niemand sollte hier das Gefühl haben verletzt zu werden und niemand sollte hier verletzt werden. Aber jedem war es gestattet jegliches Gefühl, solange es nicht in destruktiver Gewalt endete, Ausdruck zu verleihen. Das war notwendig, denn kann der Mensch verletzlicher sein, als in dem Moment, wenn er seine innersten Gefühle offenbart? Und dies geschah hier. Wut, Schmerz und Angst, sonst ein Tabu in dieser Welt, sind genauso natürlich und gehören zu uns wie Liebe oder Freude. Werden diese unterdrückt, so führt dies häufig zu Aggression oder Depression. Es erleichterte dies zu hören. Manchmal braucht es nämlich jemanden, der einem sagt, dass die Gefühle die man hat, in Ordnung sind. Ein Gewitter klärt die Luft, ein Wutausbruch bringt uns in Aktion und führt Veränderung herbei. Angst ist ein Instinkt der uns überleben lässt und Schmerz ein Begleiter, der uns alle verbindet.

Auf den nachdenklichen Input folgte eine sehr unterhaltsame Übung, der Stinkekorb. In den warfen wir alles rein, das uns stinkt, das uns tagein und tagaus ärgert und wir mit uns rumschleppen. Dabei waren wir so laut wie nur irgend möglich. Am Ende warfen wir gemeinsam den Stinkekorb aus dem Fenster. Nicht wenige wollen dies in Zukunft auch zu Hause praktizieren.

Aber was wäre Kommunikation, wenn wir nur unsere Gefühle offenbaren, dem Gegenüber aber nicht die gleiche Möglichkeit zukommen ließen. So lernten wir das aktive Zuhören. Das hieß keine Kommentare, kein Nicken oder Kopfschüt-

teln, dafür aber direkter und permanenter Augenkontakt. Für viele keine leichte Aufgabe, insbesondere, da uns die jeweiligen Gegenüber von ganz persönlichen und teils bedrückenden Erlebnissen erzählten.

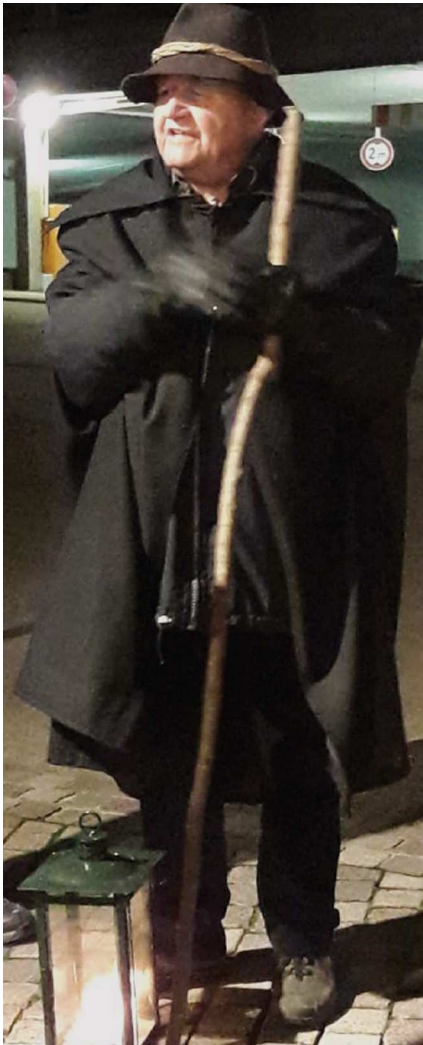
Den Abschluss des Seminars bildete eine Art Vertrag, oder ein Versprechen. Nachdem wir besprochen hatten, was zu einem fairen oder unfairen Umgang miteinander gehört, nahm sich jeder eine Sache vor, die man in der Kommunikation nun ändern will. Neben Kompromissbereitschaft, Ehrlichkeit und einer sogenannten VW-Regelung, das bedeutet Vorwürfe in Wünsche umwandeln, entschieden sich doch die meisten für aktives Zuhören. In Zukunft, liebe Freundeskreisler, wappnet euch für viele still zuhörende Gegenüber, die euch bis zum Ende und eventuell auch darüber hinaus ausreden lassen. Es wird kein Nicken oder sonstige Gesten mehr geben, denn diese haben die leidige Macht den eigentlichen Gedankenfluss des Gegenübers zu stören.

Insgesamt war es ein aufwühlendes, lehrreiches, anstrengendes und nachdenkliches Seminar. Die Organisatoren Uta, Simone, Claudia, Maria und Peter haben es zu einem unvergesslichen Wochenende inklusiver Nachtwächterwanderung, Sagen und Geschichten rund um Bad Herrenalb gemacht. Vielen herzlichen Dank an dieser Stelle. Durchweg waren die Stimmen der Teilnehmer begeistert und froh zugleich, dass obwohl dieses Thema jeden betrifft nur eine überschaubare Anzahl anwesend war. Das Seminar war dadurch intensiver. Ausnahmslos richtig, aber dennoch verwunderlich, dass sich so viele ein solch großartiges Wochenende haben entgehen lassen.

Nachtwächterwanderung in Bad Herrenalb

Krönender Tagesabschluss beim Familien-Angehörigenseminar

von Albert Ochs



Nach einem ereignisreichen Tag mit vielen Übungen über Kommunikation, den Ausdruck von Gefühlen, über Herzenssprache etc. und dem gewohnt guten Buffet im Haus der Kirche liefen wir zum krönenden Abschluss des Tages zum Tourismusbüro, um mit Spannung die angekündigte Nachtwächterführung zu erleben.

Im weiten Umhang, mit Stab und Laterne begrüßte uns der Nachtwächter Horst Wahl mit einem ersten Gedicht. Er hatte für uns noch weitere zehn Laternen bereitgestellt, die wir zum Heimleuchten mit auf den Weg bekommen hatten. Von den Kelten bis zu den Baustilen der Gotik und der Renaissance führte uns der Nachtwächter durch die Bauges-

schichte. Dabei durfte die 1149 erfolgte Herrenalber Klostergründung der Zisterzienser nicht fehlen.

Die dezent beleuchtete Kulisse des geschichtsträchtigen Viertels sorgte schon für etwas Mystisches und Magisches. Insbesondere die senkrecht und trotzig auf dem Torbogen der alten Klostermauer stehende Kiefer, die dort vor ca. 200 Jahren durch Zufall Wurzeln geschlagen hat und Stürmen ebenso wie Trockenheit widersteht, bringt den Betrachter zum Staunen. Doch der Nachtwächter klärte uns auf, dass die Kiefer ihre Wurzeln durch die Fugen des Gemäuers bis ins Erdreich getrieben hat und sich so mit Wasser und Nährstoffen versorgen kann. Um die Zukunft des Baumes muss man sich keine Sorgen machen, denn Statiker und Baumsachverständige haben die untrennbare Einheit von romanischer Mauer und Baum auf ihre Standfestigkeit hin untersucht. Nur zur Sicherheit wurden Halteseilen zu benachbarten Laubbäumen gespannt.

Vor der Klosterscheuer konnten wir dem klassischen Nachtwächterlied „Hört ihr Leut‘ und lasst euch sagen“ ebenso wie den Sagen, die sich um Berg und Mühle „Teufelsmühle“ ranken, lauschen. Ebenso bekamen wir die Sage, wie das Gaisental mit der Geis zu seinem Namen kam, zu hören. Die brennende Fackel an der Klosterscheuer, die dort schon Jahrhunderte lang das „Geöffnet sein“ einer Schänke signalisiert, brannte an diesem Tag leider nicht. Die zufällig am Seiteneingang stehende Servicekraft der Klosterscheuer wurde prompt vom Nachtwächter deshalb angesprochen: „isch denn das Gas ausgangen???...“ Sie konnte dies aber nicht abschließend aufklären.

Hinter dem evangelischen Ge-

meindehaus führte uns der Nachtwächter den neu gestalteten Uferweg des Gaisbachs entlang. Es ging entlang der Klostermauer zurück zum Tourismusbüro.

Dort hatte der 78-jährige Nachtwächter noch einiges Geschichtliches sowie Gruseliges und Heiteres für uns parat. Natürlich durfte auch die Frage nach dem unterirdischen Gang zwischen den beiden Klöstern von Herrenalb und Frauenalb nicht fehlen. Man merkte, dass Horst Wahl seinen Job als Nachtwächter mit großer Leidenschaft ausübt. Aus der geplant 45-minütigen Führung wurde eine Stunde, weil der Nachtwächter mit seinen Geschichten und Anekdoten gar nicht zu Ende kam. Inzwischen wurde es aber kühler und einige unserer Teilnehmer fröstelten bereits. Das sah auch der Nachtwächter, der uns zum Abschluss ein „Schnäpsle aus der Ortenau zum Aufwärmen“ geben wollte, das er eigens dafür mitgebracht hatte. Als wir dieses Angebot jedoch dankend ablehnten, verstand er „die Welt nicht mehr“. Sowas sei ihm noch nie passiert. „Eine solche Gruppe hatte ich in meiner achtjährigen Zeit als Nachtwächter noch nie. Seid ihr Abstinenzler oder habt ihr heute Mittag schon zu viel getrunken?“ So sein Kommentar. Als wir ihn aufklärten, dass auch ohne Alkohol die Führung ein tolles Erlebnis war, konnte auch er dies akzeptieren. Als Ausgleich bekamen alle Teilnehmer ein Bonbon, das wir dann gerne annahmen und uns mit vielen neuen Eindrücken und Erfahrungen auf den Heimweg zum Haus der Kirche machten.

Danke an das Vorbereitungsteam des Familienseminars für die tolle Idee, den Tag mit dieser erlebnisreichen und geschichtsträchtigen Nachtwächterwanderung abzurunden.

EHRUNGEN



Bei der Jahreshauptversammlung am 10.03.2018 bekamen Edelgard Mall, Sheila Küffen und Heiko Küffen (alle drei „Lotsen“ Mannheim) durch Lutz Stahl und Ludwig Engels die goldene Ehrennadel der Freundeskreise für langjährige ehrenamtliche Arbeit überreicht.

Jubiläums-Logo gekürt

Ende Juni wurde bei unserem allmonatlichen Freitagstreff den Mitgliedern, Gruppenbesuchern und Freunden unsers Vereins das Jubiläums-Logo „50 Jahre Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V.“ vorgestellt.



Unterstützt wurden wir bei der Gestaltung des Logo's durch den Fotografen Klaus Eppeler (www.bildidee.net), welcher die Aufnahme unseres Arm-Handkreises fertigte und uns kostenlos zur Verfügung stellte. Hierfür unseren herzlichsten Dank

Im nächsten Jahr können wir also auf ein halbes Jahrhundert Hilfe zur Selbsthilfe zurückblicken. Ein Jubiläum, welches wir natürlich auch gebührend feiern wollen. Deshalb heute bereits den Termin für unsere Jubiläumsveranstaltung:

**Samstag, 12. Oktober 2019
ab 16.00 Uhr im Stephansaal
76133 Karlsruhe,
Ständehausstr. 4**

Weitere Informationen, Einladungen etc. werden zeitnah auf den Weg gebracht.

Dieter Engel