

Neuwahlen im Landesverband

Bericht von der Landesdelegiertenversammlung 2009

von Uwe Aisenpreis



Der neu gewählte Vorstand. V.l.n.r. Ludwig Engels, Ruprecht Engel, Roland Kögel, Hans-Peter-Schu, Cornelia Breithaupt, Herbert Kroboth, Karin Weidenauer, Uwe Aisenpreis, Peter Deck, Wolfgang Weidenauer, Alois Kidtrisch

Die ersten Neuwahlen nach der vier Jahre zurückliegenden Neustrukturierung des Landesverbandes bestimmten die diesjährige Delegiertenversammlung, die am 16.5.2009 in der Gustav-Jacob-Hütte in Karlsruhe stattfand. Im Anschluss an den Stehkafee, der den Delegierten die Gelegenheit gab, nach der gewohnt herzlichen Begrüßung erste Neuig- und Nettigkeiten auszutauschen, konnte der 1. Vorsitzende Ludwig Engels gegen 9.30 Uhr die Versammlung eröffnen und 34 Anwesende, davon 26 Delegierte, begrüßen.

In seinem Rechenschaftsbericht berichtete Ludwig Engels zunächst von den Gremien, in welchen der Landesverband vertreten ist oder mit welchen er eng zusammenarbeitet. Nichts Neues gibt es von der Landesstelle Sucht zu berichten, ebenso wenig vom GVS und der DHS. Herr Lesehr, ehemals Sucht-

referent des DW Württemberg, hat ausgerechnet zum "Konkurrenten" BWLV gewechselt. Die BWAG laboriert weiterhin an ihrem rechtlichen Status. Ein Positionspapier, welches die BWAG zum Verhältnis Beratungsstellen/Suchtselbsthilfe erarbeitet, kann vom Landesverband in der jetzigen Form nicht unterstützt werden, da es innerhalb des Landesverbandes eigentlich hauptsächlich gute Beziehungen zu den Beratungsstellen gibt. Das AOK-Projekt hat in Karlsruhe und Mannheim eine große positive Resonanz gefunden und die AOK Baden-Württemberg konnte damit von der Leistungsfähigkeit des Landesverbandes überzeugt werden. Die Zusammenarbeit mit dem Landesverband Württemberg funktioniert immer unverkrampfter. Im Diakonischen Werk Baden nehmen die von der Suchtreferentin Frau

Fortsetzung auf Seite 2

Inhalt

Neuwahlen im Landesverband	1
"Standing Ovations" für Ursula Morlock...	3
Außerordentliche Delegiertenversammlung am 12.07.2009	4
Erster Diakonie-Gesundheitstag	4
Sucht als Familienerkrankung	5
Frauenseminar 2009 mit 58 Damen in Bad Herrenalb	8

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

Verantwortlich für den Inhalt:
Vorstand des Landesverbandes

Redaktion:
Uwe Aisenpreis
Cornelia Breithaupt

Neuwahlen im Landesverband

Fortsetzung von Seite 1

Thrän und unserem Landesvorsitzenden entwickelten Ideen langsam Gestalt an. So konnte eines der wichtigsten Projekte, die Evangelische Landesarbeitsgemeinschaft Sucht (ELAS) in eine neue Rechtsform und neue Zusammenarbeit zu führen, auf den Weg gebracht werden. Zum ersten Mal sitzen Fachkliniken, Beratungsstellen und Selbsthilfeverbände gleichberechtigt an einem Tisch. Die Zusammenarbeit zwischen den einzelnen Suchthilfe-Ebenen im evangelischen Bereich soll zukünftig zusammen vermarktet werden. Diese Konzeption hat den Vorteil, dass diese, ähnlich wie die BWLV, in Zukunft geschlossen auftreten.

In seinen Innenansichten berichtete Ludwig Engels zunächst, dass das Amtsgericht Karlsruhe die in der letztjährigen Delegiertenversammlung beschlossene Satzungsänderungen aus formalen Gründen nicht genehmigt hat. Insbesondere erscheint diesen das Stimmrecht der Einzelmitglieder nicht ausreichend geregelt. Daher wird zum 12.07.2009 eine weitere, außerordentliche Delegiertenversammlung einberufen, die sich ausschließlich dieser Satzungs-Angelegenheit widmen wird.

Wie bereits erwähnt, soll von der AOK ein neues Projekt gefördert werden. Hierbei geht es um die Neugestaltung des Internetauftritts unseres Landesverbandes. Der Rohbau der neuen Homepage ist bereits unter "<https://elas-baden.cici.de>" zu betrachten. Ein neues Bundesverband-Projekt, von dem Brigitte Sander-Unland noch berichten wird, soll auch Landesprojekt werden. Hierzu wird es am 8.5.2010 eine Auftaktveranstaltung im Waldheim "Gustav-Jacob-Hütte" geben.

Als weitere Punkte sprach Ludwig Engels die Entlastung der Vorstandsarbeit durch den hauptamtlichen Sekretär, Siegbert Moos, an, berichtete, dass der Freundeskreis Karlsruhe mit der Gründung einer Gruppe für Menschen mit Essstörungen ein neues Arbeitsfeld eröffnet hat und erwähnte Überlegungen zur Gründung eines Förder-

vereins und eines Ehrenrates. Zum Schluss brachte er noch sein Bedauern zum Ausdruck, dass Ursula Morlock, die ca. 15 Jahre lang dem Vorstand als Schriftführerin und Geschäftsstellenleiterin gedient hatte, um "Pensionierung" gebeten hat.

Von den Aktivitäten des Bundesverbandes berichtete Brigitte Sander-Unland und Barbara Kunz legte einen ersten Erfahrungsbericht der vom Freundeskreis Karlsruhe neu ins Leben gerufenen Gruppe für Menschen mit Essstörungen vor. Die Berichte der Regionalbeauftragten und der Landesbeauftragten für Aus- und Weiterbildung sowie der Öffentlichkeitsarbeit, die in schriftlicher Form vorlagen, wurden von Ludwig Engels vorgelesen. Die Frauenbeauftragte Karin Weidenauer verlas ihren Bericht selbst. Es folgte noch der Bericht der Kassenführung und ohne weitere Aussprache zu den vorgenannten Berichten wurde der Vorstand von den Delegierten einstimmig entlastet. Vor der Mittagspause las Ludwig Engels noch einen Brief vom bisherigen Schriftführer Dieter Schwander vor, in welchem dieser seinen Rücktritt verkündigte und begründete. Danach nahm der Vorsitzende die Ehrung der ebenfalls aus dem Amt scheidenden langjährigen Schriftführerin und Geschäftsstellenleiterin Ursula Morlock vor und überreichte ihr die silberne Ehrenbroche des Bundesverbandes und einen Blumenstrauß. In einer launigen, aber teils auch wehmütigen Ansprache gab Ursula Morlock ein kurzes Resumé ihrer 15-jährigen Tätigkeit, von der sie selbst sehr viel profitiert habe (siehe auch Artikel auf Seite 3).

Nach einem vom Catering Service des DW Karlsruhe vorzüglich zubereiteten Mittagsmahl ging die Versammlung in die zweite Runde. Es standen die Neuwahlen des gesamten Vorstandes an. Unter der Aufsicht und Federführung des Wahlvorstandes mit Gunther Helfrich als Vorsitzendem sowie Ellen Jentzsch und Renate Deck als Beisitzerinnen wurden folgende Personen in den Landesvorstand gewählt:

1. Vorsitzender

Ludwig Engels

Stellvertretender Vorsitzender

Herbert Kroboth

Kassierer

Ruprecht Engel

Schriftführerin

Cornelia Breithaupt

Landesbeauftragter Raum

Mannheim

Wolfgang Weidenauer

Landesbeauftragter Raum

Heidelberg

Roland Kögel

Landesbeauftragter Raum

Karlsruhe

Peter Deck

Landesbeauftragter Raum

Bodensee

Alois Kidritsch

Landesbeauftragte für

Frauenarbeit

Karin Weidenauer

Landesbeauftragter für Aus- und

Weiterbildung sowie Männerarbeit

Hans-Peter Schu

Landesbeauftragter für Öffentlichkeitsarbeit

Uwe Aisenpreis

Mit der Wahl von Peter Deck zum Landesbeauftragten für den Raum Karlsruhe konnte dieses Amt nach 2007 erstmals wieder offiziell besetzt werden, da seinerzeit für den ausgeschiedenen Hans-Peter Schu, der ins Fach "Aus- und Weiterbildung" gewechselt hatte, kein Nachfolger gefunden werden konnte. Peter Deck konnte zwar schon im Spätsommer 2008 für das verwaisete Amt gewonnen werden, da dies aber erst nach der Delegiertenversammlung von 2008 gelang, konnte er es bisher nur kommissarisch ausüben. Folgende Ämter konnten vorerst nicht besetzt werden, da sich niemand hierzu zur Verfügung stellte:

- Weitere(r) Schriftführer(in) bzw. Geschäftsstellenleiter
- Landesbeauftragte(r) für den Raum Offenbach
- Landesbeauftragte(r) für den Raum Wertheim/Tauberbischofsheim

Der einzige Antrag zur Delegiertenversammlung kam von Frau Thrän, Referatsleitung Sucht beim DW Baden. Darin stellte sie zur Diskussion, ob die Angehörigen in der Aus- und Weiterbildung genügend berücksichtigt werden. Tenor der Aussprache hierzu war, dass es einen spezifischen Bedarf nur für Angehörige bei der Aus- und Weiterbildung offenbar nicht gibt. Bei

Fortsetzung auf Seite 3

Neuwahlen im Landesverband

Fortsetzung von Seite 2

den bisherigen Angeboten für gemischte Gruppen seien Themen für Angehörige hinreichend berücksichtigt gewesen. Wolfgang Weidenauer wies allerdings darauf hin, dass bei Seminaren und Veranstaltungen in den Versicherungsbedingungen nur Betroffene und keine Angehörigen versichert sind. Brigitte Sander-Unland regte an, den Druck auf politischer Ebene zu erhöhen, um das Krankheitsbild der Angehörigen anzuerkennen. Es wurde der Wunsch laut, dass Hans-Peter Schu bei den nächsten vom Landesverband gestalteten Seminaren ausführlich auf diese Thematik eingehen soll.

Die Frage nach der Dauer seiner Amtszeit ließ Ludwig Engels nach wie vor offen. Er hatte bei der letztjährigen Delegiertenversammlung Gedanken geäußert, evtl. nach einer halben Amtszeit den Vorsitz an jemand anderen zu übergeben. Jetzt äußerte er, dass er sich durchaus eine ganze Amtszeit vorstellen könne, aber falls sich ein geeigneter Kandidat fände, wäre auch eine Übergangsfrist denkbar. Die Antwort auf eine weitere Frage, ob denn ein(e) 2. Schriftführer(in) bzw. Geschäftsstellenleiter(in) noch notwendig sei, wurde auf die außerordentliche Delegiertenversammlung zum 12.07.2009 vertagt.

Ralf Seifert vom Freundeskreis Karlsruhe beklagte, dass bei den Männerseminaren keine solche Resonanz zu verzeichnen sei, wie bei den Frauenseminaren. Ludwig Engels betonte, dass die Männerseminare bisher eine reine Initiative des Freundeskreises Karlsruhe sei, zu der allerdings auch überregional eingeladen werde. Seinem Vorschlag, die Seminare zu einer Angelegenheit des Landesverbandes zu machen, sei bisher von den Initiatoren nicht gefolgt worden. Die Frage an die Delegierten, ob denn mehr Interesse an Männerarbeit seitens des Landesverbandes bestehe, wurde mit zehn Ja- zu vier Nein-Stimmen beantwortet.

Nach einer Erläuterung des Haushaltsplanes für 2009 konnte die Delegiertenversammlung gegen 16 Uhr beendet werden.

"Standing Ovations" für Ursula Morlock...

Verabschiedung von Ursel Morlock im Vorstand des Landesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V. bei der Delegiertenversammlung am 16. Mai 2009



"Ich habe in den 15 Jahren noch nie soviel Applaus bekommen wie heute..." sagt Ursel Morlock strahlend. Den großen Blumenstrauß im Arm, von Ludwig Engels persönlich überreicht, verabschiedet sich Ursel Morlock mit einem stolzen Lächeln von der aktiven Mitarbeit im Vorstand des Landesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V.

"Mehr als man erwarten kann" hat sie getan, mehr als 100 % gegeben und immer mit "Liebe und Hingabe" für den Landesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V. Sie hielt die "Fäden in der Hand", behielt stets den Überblick, kommunizierte und kooperierte, traf Absprachen und organisierte. Warum in 15 Jahren Seminare, Veranstaltungen und sonstige Events so reibungslos organisiert verliefen, brauchen wir uns an der Stelle wohl nicht mehr zu fragen!

Aushalten musste ihr zierlicher Rücken eine Menge! Es war wie selbstverständlich - "Ursel macht das schon!" Und sie "wuselte" vom Telefon zum Termin, von der Sitzung an den Computer, hörte sich zwischendrin die Sorgen und Beschwerden an und versuchte in Ruhe, das Beste aus jeder Situation zu machen.

Schriftstücke, ob Protokoll, Flyer oder Briefe, ihr strenges Rechtschreib- oder Grammatik-Auge übersah nichts! Fehler der deut-

schen Sprache hatten keine Chance vor Ursels "Korrekturblick". So ersparte sie dem einen oder anderen Autor manche Peinlichkeit!

"Knurren" konnte sie auch, so Ludwig Engels, doch hat sie immer mit "Herzblut" für den Landesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V. gearbeitet. Konflikte und Missverständnisse klärte sie mit ihrer entwaffnend offenen Wesensart, Groll blieb nicht zurück.

Eine tolle, außergewöhnliche und bemerkenswerte Leistung im Ehrenamt, dem wirklich jede erdenkliche Anerkennung gebührt. Die silberne Ehrennadel soll sie daran erinnern!

"Ich mag nicht mehr und ich kann nicht mehr, aber ich habe viel von der Arbeit profitiert", ergänzt sie ihren ersten Satz. So erzählt Ursel, sie war durch die Arbeit gezwungen, sich mit dem Medium Computer auseinanderzusetzen und zu lernen, damit umzugehen, und "ich lernte wunderbare Menschen kennen". "Nun habe ich seit mehr als 10 Jahren selbst einen Computer zu Hause", berichtet sie mit verschmitztem Lächeln.

Jetzt kann Ursel Morlock beruhigt sagen, es ist an der Zeit, den Posten an andere Personen weiterzugeben. Wohl wissend, dass ihr strenges Auge weiterhin über dem Landesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V. wacht, werden ihre Nachfolger das Beste geben müssen, um die Arbeit in Ursels Sinne fortzusetzen.

Und so ganz verabschiedet hat sie sich ja doch nicht, denn die in der Region vorbildliche Arbeit mit den Frauen begleitet und unterstützt sie weiterhin aktiv.

Bleibt am Schluss, ihr alles Gute zu wünschen und zu hoffen, sie greift den neuen Kollegen auch in der Zukunft mit ihren Erfahrungswerten und den guten Tipps unter die Arme!

Danke, liebe Ursel!

Cornelia Breithaupt

Außerordentliche Delegiertenversammlung am 12.07.2009

von Siegbert Moos

Eine gelöste und freundschaftliche Atmosphäre herrschte bei der außerordentlichen Landesdelegiertenversammlung, die am 12.07.2009 im Krille-Saal in Karlsruhe stattfand. Schon zum Stehkafee gab es ein lautes und herzliches Hallo beim Wiedersehen mit vielen bekannten Gesichtern.

Gegen 10 Uhr begrüßte der Vorsitzende des Landesverbandes Baden e.V., Ludwig Engels, 25 Teilnehmer, davon 22 stimmberechtigte Delegierte. Nach Feststellung der Beschlussfähigkeit erklärte der 1. Vorsitzende den Delegierten, dass aufgrund der vielen Änderungen der Satzung in den letzten Jahren - einige Änderungen wurden eingetragen, einige wurden vom Registergericht nicht anerkannt - eine Neufassung der Satzung und somit eine außerordentliche Delegiertenversammlung unumgänglich ist. Die letzte gültige Satzung datiert vom 21.05.2005. Es wurde den Delegierten eine neue Satzung zu Beratung und anschließender Abstimmung vorgelegt.

Es wurde zunächst über § 7 Absatz 2 diskutiert. Herr Stahl schlug vor, § 7 Absatz 2 wie folgt zu ändern: *Mitglied des Landesverbandes können juristische Personen, eingetragene Vereine mit der Anzahl ihrer Mitglieder, werden, die bereit sind, die Grundsätze der Freundeskreisarbeit (§ 1) und die Ziele der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, Landesverband Baden e.V. (§ 3) anzuerkennen und zu unterstützen.* Herr Engels verwies noch bei § 7 Absatz 7 auf die rechtliche Selbstständigkeit der Vereine.

§ 11 Absatz 1 wurde wie folgt geändert: *Alle Einzelmitglieder und alle Mitglieder eingetragener Vereine haben Sitz und Stimme in der Jahreshauptversammlung.*

Bei § 13 Absatz 1 wurde auf Vorschlag von Herrn Weidenauer der erste Satz wie folgt geändert: *Jedes anwesende Mitglied hat eine Stimme.*

Zum Schluss wurde § 19 der Satzung, „Berufsarbeiter“, durchge-

sprochen. Herr Längle machte den Vorschlag, das Wort „Berufsarbeiter“ durch „Sekretär“ zu ersetzen. Zu allen anderen Änderungsvorschlägen für die neue Satzung gab es keine Wortmeldungen.

Danach wurde die neue Geschäftsordnung durchgesprochen. Hierzu gab es auch nur Wortmeldungen und Diskussion zum § 11 „Berufsarbeiter“. Auch hier wird das Wort „Berufsarbeiter“ durch „Sekretär“ ersetzt. Weiterhin wurden noch zwei Rechtschreibfehler moniert.

Bei der folgenden Abstimmung wurden die Neufassung der Satzung und die Geschäftsordnung einstimmig beschlossen. Die neue Satzung wird beim Registergericht eingereicht.

Eine lebhafte Diskussion entstand bei dem Thema Mitgliedsbeitrag, da Ludwig Engels eine Beitragserhöhung oder eine Senkung zur Debatte stellte. Nach Pro und Contra über die Vorschläge machte Lutz Stahl den Vorschlag, den Beitrag in Höhe von Euro 18,40 beizubehalten. Außerdem wies er darauf hin, die Mitglieder intensiver über die Verwendung der Beiträge zu informieren, z. B. Seminarkosten aufzeigen, Ausbildungskosten offen zu legen usw. Uwe Aisenpreis soll im Freundeskreis-Journal einen Bericht darüber veröffentlichen. Über das Thema Beitrag soll in der nächsten Jahreshauptversammlung noch einmal diskutiert werden.

Ludwig Engels beendete die außerordentliche Delegiertenversammlung um 11.45 Uhr. Zum Abschluss gab es ein gemeinsames Mittagessen, das vom Catering-Service des Diakonischen Werks Karlsruhe zubereitet wurde.

Erster Diakonie-Gesundheitstag

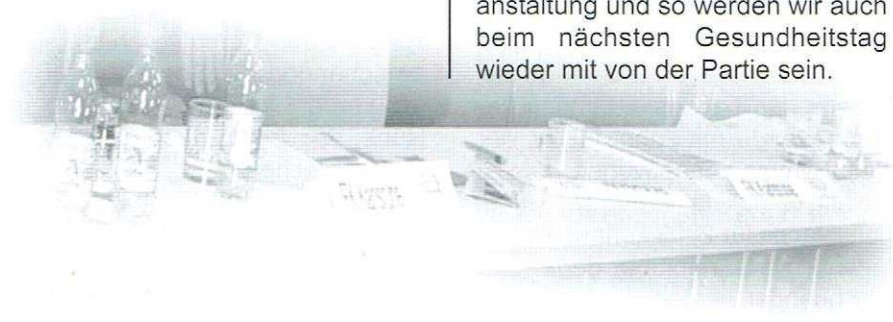
Beteiligung des Landesverbandes mit einer Saftbar

von Siegbert Moos

Am 23.07.2009 fand der erste Diakonie-Gesundheitstag im Diakonischen Werk Baden statt. Es gab Stände über Ernährung, Messungen von Puls, Blutdruck, Blutzucker, BMI etc. sowie Seminare zum Thema Entspannung/Stressbewältigung und vieles mehr. Der Landesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden beteiligte sich an der Veranstaltung mit einer Saftbar.

Morgens um 8 Uhr fing es mit den Vorbereitungen an. Im 1.OG wurde uns ein Raum zur Verfügung gestellt, so dass wir unseren Stand aufbauen und mit Tischdecken und Servietten in den Farben der Freundeskreise dekorieren konnten. Um 9 Uhr ging es dann los. Wir hatten drei Mix-Getränke vorbereitet, eine süße, eine saure und eine bittere Variante. Die Rezepte stammten von Ludwig Engels. Der Erfolg war überwältigend; bereits 10 Minuten nach Eröffnung - wir hatten von jeder Sorte ca. 10-12 Gläser vorbereitet - mussten wir die ersten Mix-Getränke neu auffüllen. Die Besucher waren so begeistert, dass sie mehrmals bei uns vorbei schauten, um alle drei Varianten zu probieren. Der Zulauf zu unserem Stand war enorm, nirgends war mehr Betrieb als bei uns, und das blieb so bis zum Schluss. Dabei stellte sich heraus, dass sowohl Frauen als auch Männer die bittere Variante bevorzugten. Es ergaben sich immer wieder nette Gespräche mit den Besuchern, und so konnten wir auch den Landesverband näher vorstellen.

Es war eine sehr gelungene Veranstaltung und so werden wir auch beim nächsten Gesundheitstag wieder mit von der Partie sein.



Sucht als Familienerkrankung

Einführungsreferat zum Mitarbeiterfachtag am 26.04.2009

gehalten von Barbara Kunz

I. Einführung:

Sucht = Familienerkrankung

Sucht als Familienerkrankung zieht sich als Thema durch die letzten Seminare. In der Arbeit mit Alkoholkranken hat es eine ganze Weile gedauert, bis man Sucht als Krankheit sah, die die ganze Familie betrifft. Inzwischen ist Co- Abhängigkeit als eigene Störung zwar im Bewusstsein aller, die mit Suchtabhängigen arbeiten, aber immer noch nicht als eigenes Krankheitsbild anerkannt.

Wir aus den Freundeskreisen haben uns beschäftigt mit

- dem Suchterkrankten (Betroffenen)
- der Auswirkung auf die Familie (Alkoholismus als Familienkrankheit)
- der Auswirkung auf Paare in den Freundeskreisen (Angehörige / Co-Abhängige)
- der Auswirkung auf die Kinder (suchtkranke Eltern haben Kinder).

Heute, als Abschluss des Themenkreises "Familie" schauen wir auf uns, die wir an einer Sucht erkrankt sind oder die wir Angehörige eines Suchtkranken oder selbst an Co-Abhängigkeit erkrankt sind. Wir beschäftigen uns jedoch nicht mit unserer gegenwärtigen Rolle, sondern mit der Position, die wir in unserer Herkunftsfamilie eingenommen haben und die uns bis heute prägt.

II. Schnittmengen

Sucht wird oft von einer auf die nächste Generation weitergegeben.

Fragen:

- wer kommt aus einer Familie, in der ein Elternteil suchtabhängig, oder auch psychisch krank ist oder war
- wer hat Großeltern mit Suchterkrankung (oder psychischer Erkrankung oder Behinderung)
- wer hat Onkel/Tanten mit...

Sucht als Familienerkrankung brei-

tet sich nicht nur vertikal (Großeltern - Eltern - Kinder) aus, sie hat auch eine horizontale Ebene.

- wer ist als Einzelkind aufgewachsen
- wer hat 1, 2, 3, mehr als 3 Geschwister
- Geschwister mit einer Suchterkrankung
- Geschwister mit einer Co- Erkrankung
- ist selbst suchterkrank
- ist selbst Co-erkrankt

III. Referat

52 % aller Alkoholikerkrankter sind selbst Kinder aus Alkoholikerfamilien, 60 % der nicht alkoholikerkrankten Partnerinnen von Abhängigkeitskranken haben selbst einen alkoholkranken Vater.

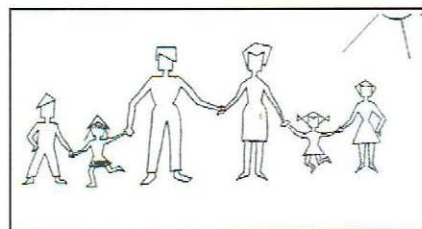
In Familien, wie es Familien mit Suchtproblemen sind, gibt es feste Regeln und Rollen. Diese Regeln lauten:

Rede nicht: Es darf nichts nach außen dringen, was in der Familie passiert.

Vertraue nicht: Es ist besser, misstrauisch gegen alle zu sein, die nicht zur Familie gehören, meist wollen sie der Familie schaden.

Fühle nicht: Eigene Gefühle haben keinen Platz in einer belasteten Familie.

Viele von uns kennen diese Regeln und haben sie verinnerlicht. Aufgabe in der Selbsthilfe ist es, diese Regeln auf ihre Wirksamkeit und Berechtigung zu hinterfragen und ggf. aufzuheben.



Jetzt zu den Rollen: Ich möchte euch eine ganz normale Familie vorstellen, nennen wir sie die **Familie Muster**. Familie Muster be-

steht aus **Vater**, **Mutter** und vier Kindern. Das älteste Kind, eine Tochter, heißt **Johanna**. Dann kommt ein Sohn, **Philipp**. Dann **Susanne** und als Jüngste **Rosemarie**. Zunächst sehen wir Familie Muster als glückliche Familie.

Herr und Frau Muster sind einander ebenbürtige Erwachsene, sie teilen sich als **Partner** und als **Eltern**

- Verantwortung
- Rechte und Pflichten
- Macht
- Spaß und Freiräume.

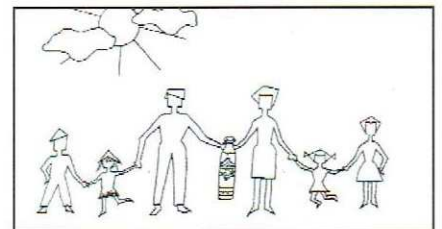
Die **Familienhierarchie** stimmt, es ist klar, wer die Entscheidungen trifft, wer kontrolliert und wer für wen sorgt. Das sind die Eltern.

Die Kinder sind Kinder, d. h.

- sie dürfen spielen und ausprobieren
- sie dürfen Bedürfnisse haben
- sie dürfen die Erwachsenen brauchen
- sie dürfen Schutz, Grenzen und Führung erfahren.

Jedes Mitglied in der Familie darf **seine eigenen** Vorstellungen, Meinungen und Interessen haben. Es darf seine Gefühle ausdrücken.

Die Familie ist nach **außen offen**, sie lässt Einflüsse von außen herein und ermöglicht das Hinaustragen von Informationen und Außenkontakten für jedes Familienmitglied.



Die Familie bekommt ein neues Mitglied: Alkohol (oder ein anderes Suchtmittel). Dadurch verändert sich das gesamte Familiensystem. Diese Veränderung vollzieht sich in **drei Phasen**. Man spricht auch von der Entwicklung eines **dysfunktionalen Familiensystems**.

Phase 1: Verleugnung

Zunächst wird das Problem **verleugnet**.

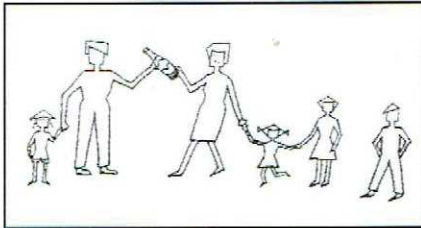
Verwirrung und **Angst** schleichen sich in die Familie ein.

Etwas Bedrohliches, das alle wahrnehmen, läuft ab, doch das Gefühl wird **verdrängt**.

Scham entwickelt sich bei allen Familienmitgliedern.

Die **Grenzen nach außen** werden dichter gemacht.

Die **Grenzen** der Individuen **nach Innen** werden dagegen immer durchlässiger.



Phase 2: Kontrolle

Es wird alles **versucht**, das **Problem in den Griff zu bekommen**. Der **Betroffene** macht **vergebliche Versuche der Selbstkontrolle**. Parallel dazu unternehmen auch die **Familienmitglieder Kontrollversuche**, die jedoch auch scheitern.

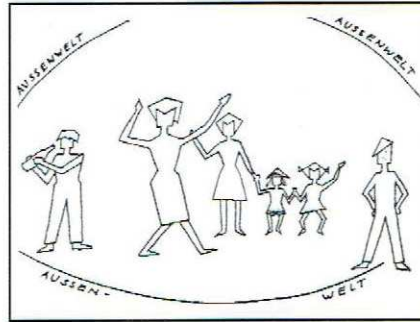
Scham und **Schuldgefühle** wachsen ins Unerträgliche. Die **Grenzen nach außen** werden noch enger geschlossen. Die **Grenzen der Individuen nach innen** werden fast vollständig aufgehoben. Die Angst des einen wird zur Angst des anderen. Jeder achtet nur noch darauf, wie es den anderen ergeht, wie man am besten reagiert um eine drohende Entgleisung aufzuhalten. Immer mehr Energie wird in den **Tanz um das Suchtmittel** gesteckt.

Phase 3: Resignation und Anpassung

Resignation und Anpassung an das Problem, das heißt, der **Erhalt der Familie mit dem Suchtmittel**.

Familie Muster hat inzwischen **drastische Veränderungen** durchgemacht: Als **Paar und Eltern** sind Pflichten, Rechte, Verantwortung und Macht nicht mehr gleichmäßig verteilt. Auch die **Kinder** haben sich in ihrem **Verhalten, Erleben und Denken** verändert. Spaß, Freiräume und Leichtigkeit verschwinden. Statt miteinander reden zu können wird immer häufiger gestrit-

ten oder geschwiegen. **Am Ende dieser Entwicklung steht ein völlig anderes Bild der Familie Muster.**



Die **Rollen** haben sich verändert. **Herr Muster** beteiligt sich nicht mehr an den anstehenden Entscheidungen. Er hat sich abgekapselt und auf die Flasche, auf sein Suchtmittel, zurückgezogen. Die anderen Familienmitglieder schließen ihn zunehmend von ihren Entscheidungen aus. Er steht isoliert am Rande und hat eher die **Größe eines Kindes**.

Frau Muster hingegen ist gewachsen. Sie hat einen **Machtzuwachs** erfahren. Sie wirkt überlastet und manchmal erschöpft, tieftraurig. Sie hat Stärken entwickeln müssen, sie regelt und entscheidet die Angelegenheiten des Familienlebens. Der daraus resultierende Machtzuwachs ist zumindest eine kleine Entschädigung für den "Verlust" des Ehemannes als gleichwertigen Partner.

Auch die Kinder haben sich verändert. Keines ist mehr an seinem Platz, keines hat die altersgemäße Größe oder den richtigen Abstand zum Familienzentrum.

Die Familie Muster ist mit vier Kindern ausgestattet, da man in **Suchtfamilien vier Rollen** gefunden hat, mit denen Kinder auf den Einbruch der Suchtkrankheit in ihre Familie reagieren. Diese Rollen sind natürlich auch **austauschbar**, bzw. jedes Kind, insbesondere ein **Einzelkind**, kann auch **zwischen den verschiedenen Rollen wechseln**. All diese Rollen sind als kaum bewusste Lösungsversuche in einer Notsituation zu verstehen.

Die Rollen der Kinder im Einzelnen:

1. Kleine Heldin oder kleiner Held

Bei Familie Muster nimmt Johanna als die **Älteste** diese Rolle ein. Sie ist der Mutter am nächsten, nimmt den Platz neben ihr ein. Sie nimmt sich die Über-

lastung der Mutter sehr zu Herzen und stellt sich als Vertrauensperson und Ansprechpartnerin für den in dieser Rolle wegfallenden Vater zur Verfügung. Sie trifft mit der Mutter zusammen die Entscheidungen für die Familie, passt auf die kleineren Geschwister auf und übernimmt Verantwortung, wo sie gebraucht wird. Johanna wirkt sehr tüchtig und frühreif. In der Schule fällt sie durch gute Leistungen und ihre vernünftige Art auf. Dafür erhält sie viel Anerkennung von Außenstehenden, was sie in der Beibehaltung ihrer Rolle stärkt.

Was dabei nicht auffällt ist, dass sie viel zu groß geworden ist und aus ihrem natürlichen Platz im Geschwisterverband herausfällt. Sie darf kein Kind mehr sein, sondern ist Ersatzpartner der Mutter.

Wenn sie sich an diese Rolle gewöhnt hat, spürt sie möglicherweise ihre eigenen Bedürfnisse, Schwächen und Sorge für sich selbst nicht mehr. Dies bereitet sie gut vor für einen helfenden Beruf oder auf die Wahl eines ebenfalls abhängigen Partners.

Ihr Lebensmotto ist: Liebe ist nur durch Selbstaufgabe zu erlangen.

2. Der Sündenbock/das schwarze Schaf

Philipp, das zweite Kind, reagiert völlig anders auf die veränderte Familiensituation. Er scheint sich für die Nöte und Sorgen seiner Familie überhaupt nicht zu interessieren. Er erscheint frech, kaum noch führbar und ist dauernd unterwegs. Wenn er dann heimkommt, bringt er meist Ärger mit. In der Schule "glänzt" er durch schlechte Leistungen und stört den Unterricht, meist ruft der Lehrer die entnervten Eltern schon an, bevor das "**schwarze Schaf** der Familie" überhaupt zu Hause ist. Der hat zwischenzeitlich vielleicht eine Scheibe eingeschlagen oder ist bei einem Ladendiebstahl erwischt worden. Dieser Junge scheint nur Ärger zu machen und raubt den Eltern ihre letzten Kräfte.

In Wirklichkeit lässt die Not der Familie Philipp keinesfalls kalt. Er hat lediglich einen Lösungsversuch unternommen, die Familie zu stabilisieren.

Er hat die Rolle des **Sündenbocks** gewählt. Gerade er ist vielleicht am meisten bedrückt durch die Sprachlosigkeit der Eltern und identifiziert sich besonders mit dem Vater, auf dem alle nur noch herumhacken und dem jeder die Schuld für die Misere gibt. Er versucht, den Vater aus der alleinigen Rolle des "Schufts" herauszuholen, indem er für noch mehr Ärger als dieser sorgt.

Zugleich schafft er es durch seinen Einsatz, dass die Eltern immer wieder miteinander reden müssen, sei es auch nur deshalb, weil sie gemeinsam zum Lehrer oder aufs Jugendamt bestellt werden. So lernt dieses Kind, sich Aufmerksamkeit zu holen, wenn auch negative. Funktioniert dies und lernt Philipp, sich mit dieser Rolle zu identifizieren, so ist der Weg als Erwachsener in eine eigene Suchtentwicklung oder in die Kriminalität nicht weit.

Philipp hat noch eine weitere Funktion für das Familiensystem. Er ist derjenige, der durch sein Verhalten Hilfe von außen in die Familie holt ohne die Familie zu "verraten". Durch seine Auffälligkeiten werden Außenstehende (Lehrer, Schulsozialarbeiter...) aufmerksam und drängen die Familie, Hilfe und Unterstützung für Philipp zu suchen.

3. Stilles Kind / Träumerle

Nun haben wir noch Suse in der Familie Muster. Auch sie reagiert auf die Veränderungen in der Familie auf ihre eigene Weise. Suse ist besonders empfindlich für die spürbare Erschöpfung der Eltern. Sie nimmt sehr sensibel wahr, dass der Vater ganz vom Kampf mit seinem Suchtmittel vereinnahmt ist und dass die Mutter durch die zusätzlichen Aufgaben und Sorgen zu erschöpft ist, um noch Kräfte für die Kinder zu haben.

So entscheidet sich Suse unbewusst, die Eltern zu entlasten, indem sie diese so wenig wie möglich in Anspruch nimmt. Sie wird zur "Traumsuse", sie hat die Rolle des **stillen Kindes** oder **Träumerle**. Sie zieht sich in eine Welt der Bücher, PC-Spiele und der Phantasiewelt zurück. An Suse haben alle ihre Freude. Sie ist so unproblematisch und pflegeleicht.

Sie redet nicht viel, zeigt auch bei Enttäuschungen keine heftigen Gefühle und scheint mit sich und der Welt zufrieden zu sein.

Was dabei oft übersehen wird, ist, dass Suse eigentlich sehr weit entfernt ist von den übrigen Familienmitgliedern.

Die Not dieses Kindes fällt häufig erst in der Schule auf, es findet keinen Anschluss an Schulkameraden, kann sich nicht durchsetzen und wird von stärkeren Kindern herumgeschubst. Auch seine Leistungen sind eher schwach, da es sich nicht am Unterricht beteiligt und sich schlecht ausdrücken kann.

Dieses schüchterne und stille Kind läuft, wenn es älter wird, Gefahr, Alkohol als enthemmendes Mittel im geselligen Kontakt einzusetzen. Selbstverständlich eignet sie sich auch bestens für die Rolle einer Co-Abhängigen, die still ihr Leid erträgt.

4. Maskottchen/Clown

Das jüngste Kind der Familie Muster, Rosemarie, genannt "Rosie", ist sehr temperamentvoll und der Sonnenschein in der Familie. Sie schwebt ständig auf einer "rosaroten Wolke", unermüdlich ist sie bemüht, die Stimmung in der Familie zu heben und für gute Laune zu sorgen. Dazu wählt sie die Rolle des **"Clowns"** oder **"Maskottchens"**. Sie ist ständig in Bewegung und sprudelt nur so vor Ideen und guter Laune. Sogar der immer mehr mit sich selbst beschäftigte Vater freut sich über seinen "Sonnenschein", schließlich ist sie die einzige in der Familie, die den Kopf nie hängen lässt. Auch in der Nachbarschaft und in der Schule wird Rosie in ihrer Rolle bestärkt.

In Wirklichkeit nimmt Rosie sehr fein und empfindlich die düstere Stimmung in der Familie wahr. Ihre Art, das Familiensystem zu stützen besteht darin, nach außen zu vermitteln, dass doch alles in Ordnung ist und sie ein glückliches Kind in einer glücklichen Familie ist.

Der stille Kummer hinter der lebhaften Fassade wird nicht gehört. Rosie kann sich so gut in ihre Rolle hineinleben, dass sie selbst an ihr falsches Bild glaubt und von ihrer eigenen Betroffen-

heit und Traurigkeit nichts mehr spürt und weiß.

Auch Rosie wird als Erwachsene gut darauf vorbereitet sein, die Partnerin eines Suchtmittelabhängigen zu werden oder sich in eine andere belastende Beziehungskonstellation zu begeben. Die daraus entstehenden Probleme wird sie mit einem Schulterzucken weglachen. Aber auch für eine Suchtentwicklung ist dieses Kind prädestiniert. Möglicherweise entwickelt sie sich zu einer Stimmungskanone, die auf keiner Feier fehlen darf und die immer wieder aufbrechende Traurigkeit mit Alkohol oder Tabletten zu dämpfen versucht.

Jede und jeder von uns hat sich wohl in der einen oder anderen Rolle wiedergefunden. Manchmal nicht eindeutig in einer bestimmten Rolle, sondern in einer Mischung aus mehreren. Diese Rollenmuster sind ja auch nur ein theoretisches Modell, so ganz klar und abgegrenzt gibt es sie eher selten. Dennoch steht sicher bei den meisten von uns eine dieser Rollen im Vordergrund.

Nun heißt das nicht, dass wir zwangsläufig in diesen Rollen gefangen sind und dass ihre negativen Auswirkungen uns ein Leben lang belasten. Jede dieser Rollen hat auch ihre positive Seite.

Nach einer Problembearbeitung, sei es durch Lebenserfahrung, durch Therapie oder durch die Hilfe einer Selbsthilfegruppe kann eine **"Heldin"/ein "Held"** zum Beispiel sehr gut eine Führungsposition übernehmen, ist hier zielbewusst, erfolgreich, zuverlässig, kompetent.

Ein **"Sündenbock"** kann Risiken eingehen und ertragen, er hat Mut und stellt sich der Realität, auch für andere. Als Beruf sucht er sich vielleicht Betätigungen mit höherem Risiko wie Feuerwehrmann, Soldat, Stuntman... aus.

Das **"Stille Kind/Träumerle"** ist unabhängig von der Beurteilung durch andere, ist kreativ, phantasievoll und erfinderisch, evtl. künstlerisch tätig und behauptet sich selbst, ohne auf die Meinung anderer Wert zu legen.

Das **"Maskottchen"/der "Clown"** ist ein(e) charmante(r) Gesellschafter(in), ein(e) gute(r) Schauspieler(in), witzig, geistreich, humorvoll, einfühlsam und hilfsbereit.

Frauenseminar 2009 mit 58 Damen in Bad Herrenalb

von Cornelia Breithaupt

Statt Abhängigkeiten erlebten die "starken Frauen" von 2008 Liebe - Glück - Zufriedenheit. 58 Mal herzliche weibliche Begrüßungen (10 Frauen mehr zum Vergleich von 2008) gekoppelt mit der Wiedersehensfreude von Damen, die "frau" nur einmal im Jahr sieht. Im ansprechend vom Organisationsteam hergerichteten Raum stimmten Simone, Uta und Bärbel mit einem musikalischen "Schmankerl" ein.

Mit "Liebe ist alles im Leben, ohne Liebe ist das Leben nichts" hieß Karin die Frauen willkommen. Was bedeutet Glück, was heißt Glück für jede einzelne Frau? Muss man Glück erst suchen oder begegnet es uns jeden Tag, ist Glück immer präsent, oder ist Glück das Zusammenspiel vieler kleiner Begebenheiten? Nehmen wir Glück vielleicht manchmal gar nicht wahr? Fragen, die das Seminar in den Gesprächen, in den Kleingruppen, beim Essen oder Kaffee ein ganzes Wochenende begleiteten.

Gefühle des Glücks im Inneren spüren, es erleben, in einem Lächeln genießen - manchmal in winzig kleinen Momenten, manchmal in Minuten, Stunden, Tagen... und diese zulassen, das könnte der Weg zu Liebe - Glück - Zufriedenheit sein, so Karin

„Das Leben umarmen - oder auf das Glück warten?“, diese Frage stellte Jacqueline Engelke zu Beginn ihres Referates. Glücksmomente sind also individuell und werden von unserem Gehirn gesteuert. Die Intensität der Erfahrung macht uns glücklich, weniger die Quantität. Damit erklärt Frau Engelke die Aussage: "Es ist gänzlich unmöglich, das Glück anderswo zu finden als in uns selbst!"

Und Glück hat viele Gesichter, z.B. schöne Musik hören, Freunde besuchen, Unternehmungen mit der Familie, Zeit haben, am Wasser sitzen oder ein Picknick im Park (und dergleichen vieles mehr).

Wir bestimmen demnach das Glück des Lebens selbst durch die Beschaffenheit unserer Gedanken. Achten und erleben wir diese Glücksmomente, geben wir dem Glück selbst eine Chance! Denken

wir schlecht von uns, versuchen stets perfekt zu sein, vergeben weder anderen noch der eigenen Person, sind wir nie zufrieden. Bemühen wir uns, es allen recht zu machen und beachten uns selbst nicht, dann können wir sicher sein, die echten Glückskiller gefunden zu haben, erklärte uns Frau Engelke sehr anschaulich über die Bildschirmpräsentation.

Und Glück hat sehr viel mit Liebe, Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen zu tun. Liebe als ein Gefühl, eine innere Haltung, eine täglich neue Entscheidung, eine Fertigkeit, die es zu entwickeln bedarf, erkannten die Frauen während der Arbeit in den Kleingruppen. Vonnöten dazu ist die richtige Balance im Leben. Die Balance von Glück und Unglück, die Balance von Gesundheit und Krankheit und dergleichen mehr. Die (Glücks-)Balance besteht aus stabilen Säulen der Zufriedenheit mit der eigenen Körperlichkeit, dem sozialen Netzwerk, der Arbeit und der persönlichen Werte. Andauernder Beziehungsstress und Einsamkeit schwächt das Immunsystem. Dagegen hat ein stabiles soziales Netz eine beschützende Wirkung und erhöht sogar die Lebenserwartung. Die Erzeugung unserer psychischen und physischen Gesundheit (Salutogenese) liegt in der "Menschin" eigener Hand, indem wir sehen, bewältigen und verstehen, so beendete Frau Engelke das kompetente und sehr nachhaltige Referat.

Das Akzeptieren und Mögen der eigenen Person dient demnach als Basis für Liebe, Glück und Zufriedenheit?! Vor dem großen Spiegel mit einem selbst ausgesuchten Satz absolvierten 58 Frauen diese Übung! Liebe -Glück - Zufriedenheit ist also eng verknüpft mit einem gesunden Selbstvertrauen und dem daraus entstehenden

Selbstbewusstsein.

Deutlich durchgängig bei allen Frauen war die Erkenntnis: Glücksmomente sind so individuell wie die Menschen selbst und ähneln sich bei genauerem Hinsehen doch sehr. Jede "Menschin" hat es in der Hand, sie muss es wahrnehmen und es sich gönnen! Die Blickrichtung ändern, das Leben als einen Fluss verstehen, akzeptieren lernen, auf die Balance achten manifestieren den Weg zur Zufriedenheit.

58 Frauen nahmen sich ein Wochenende Zeit für Liebe, Glück und Zufriedenheit, betrachteten sich in der Meditation selbst mit den Augen der Liebe und fokussierten ihren Blick auf die eigene Lebensqualität. Die Fülle der Eindrücke, Gespräche und Sichtweisen, die hohe Kompetenz der Referentin Frau Engelke und des Frauenteam und die sehr entspannte, vertraute Atmosphäre ließen das Seminar viel zu schnell zu Ende gehen.

"Liebe dich selbst, dann können die anderen dich gern haben" (Eckart von Hirschhausen), eine selbstbewusste Prämisse, die den Damen auf die Heimreise mitgegeben wurde. Im Kreis der traditionellen "Sonnenblume", gelesen von Ursel, verabschiedeten sich die "starken" Frauen, die Liebe - Glück - Zufriedenheit leben und hinaus-tragen zu Freunden und Familie.

