



Freundeskreis Mannheim-Waldhof e.V. "NOVA VITA" feierte 10jähriges Bestehen

"Es stimmte einfach alles..."

von Cornelia Breithaupt



Einen Rückblick auf die letzten zehn Jahre stellte der NOVA-VITA-Stammtisch in Form eines Sketches dar. Foto: Sebastian Reuter

10 Jahre seit Gründung des Vereins sind wie im Flug vergangen und erweckten in uns den Wunsch, mit Freunden, Mitstreitern und Gönnern einen Abend festlich zu begehen und zu feiern.

Die mit viel Liebe zum Detail hergerichteten und dekorierten Räumlichkeiten der Jugendkirche sorgte für das ansprechende Ambiente. Ein alkoholfreier "Cocktail" diente der Begrüßung ankommender Gäste, und sie kamen zahlreich!

Den offiziellen Teil des Abends begleiteten Musiker des Stamitz Orchesters Mannheim. Dr. Frank Mentrup (Landtagsabgeordneter und 1. Vorsitzender des Gesundheitstreffpunktes Mannheim) sprach "NOVA VITA" seine Verbundenheit aus und betonte explizit die wertvolle Arbeit der Selbsthilfegruppen in Mannheim. Brigitte Sander-Unland (Vertreterin des Bundesvorstandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe e.V.) dankte "NOVA VITA" insbesondere für die

vielfältig initiierten Aktivitäten, deren Nachhaltigkeit durch die Umsetzung neuer Erkenntnisse und Herausforderungen für sich spricht. Wohlwollende Worte hörten die Gäste von Ruth Würfel (Jugendreferentin der Jugendkirche) und Ursel Morlock (Freundeskreis Karlsruhe). Ludwig Engels (1. Vorsitzender des Landesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Baden e.V.) überbrachte seine besondere Wertschätzung für das außergewöhnliche Engagement von "NOVA VITA" nicht nur in Mannheim, sondern für ganz Baden.

Das Publikum bestand aus Vertretern der Firmen Roche Diagnostics, Pepperl & Fuchs, Unilever und der Firma Pfützer, von den Freunden aus dem Landesverband der Freundeskreise, den Diakonischen Werken Mannheim und Baden, dem Baden-Württembergischen Landesverband für Präven-

Fortsetzung auf Seite 8

Inhalt

Freundeskreis Mannheim-Waldhof e.V. „NOVA VITA“ feierte 10jähriges Bestehen“	1
Hat Glück derzeit Konjunktur?	2
Alkoholismus - eine Familienkrankheit	3
Freundeskreis Karlsruhe feierte 40-jähriges Bestehen	4
Wer zählt die Gremien, nennt die Namen?	5
Neugründung des FK LoS Murgtal	6
Interview mit Jacqueline Engelke	7

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

Hat Glück derzeit Konjunktur?

Fragen zu diesem Thema an den Leiter der Psychosozialen Beratungsstelle des Diakonischen Werkes Karlsruhe, Herrn Dipl. Psychologen Klaus Huber wurden gestellt von Uwe Aisenpreis.



fk-a: Herr Huber, das Gruppenleiterseminar des Freundeskreises Karlsruhe hatte im Jahr 2008 zum Thema "Kann man Glück lernen?" Im

Jahr darauf wurde das Thema fortgesetzt, jetzt mit der Absicht, die zuvor erarbeitete Thematik praxisorientiert in die heimischen Gruppengespräche einzubringen. Im gleichen Jahr hatte sich auch der Frauentag des Landesverbandes der Freundeskreise u.a. das Thema "Glück" auf die Fahnen geschrieben. Und ebenfalls seit ca. 2008 reist der bekannte Kabarettist und Arzt Eckart von Hirschhausen durch die Lande und von Talkshow zu Talkshow, um sein aktuelles Programm, aber vor allem sein Buch "Glück kommt selten allein" anzupreisen. Ist das Thema "Glück" derzeit in Mode?

Huber: Das Thema „Glück“ ist eigentlich immer in "Mode". Die Glückssuche gehört zur bio-psychologischen Grundausstattung des Menschen und ist Motivationsgrundlage für viele menschliche Verhaltensweisen.

fk-a: Worauf führen Sie die augenblickliche Erscheinung zurück? Hat es mehr mit aktuellen Zeitbezügen zu tun, wie vielleicht der Angst vor dem sozialen Abstieg oder vielleicht mehr mit längerfristigen Erscheinungen wie z. B. dem Verlust allgemeingültiger Werte, insbesondere der religiösen Überzeugungen?

Huber: Wie zuvor gesagt, ist Glückssuche kein Modethema. Allerdings gibt es eine mediale Konjunktur zum Thema Glück und das mag durchaus mit der zunehmenden Komplexität unserer Lebensverhältnisse sowie dem zunehmenden Konkurrenzdruck in allen Lebensbereichen zu tun haben.

fk-a: "Glück" wurde also schon

immer, mal mehr, mal weniger, zum Thema gemacht; nicht auch vor allem in der Kunst?

Huber: Ja, wobei Glück einen starken subjektiven Bewertungs- und Erlebnisspielraum hat und sich somit die Kunst als herausragendes Medium anbietet, Glückserfahrung zu kommunizieren.

fk-a: Nach diesen eher philosophischen Betrachtungen zurück zum aktuellen Bezug. In dem bereits genannten ersten Seminar 2008 wurde das Thema "Glück" von allen möglichen Seiten beleuchtet und offenbar so vielschichtig, dass sich einige Teilnehmer davon geradezu erschlagen fühlten. Naturgemäß war auch viel Theorie im Spiel, daher auch der Wunsch nach praktischer Umsetzbarkeit. Sie konnten das erste Seminar krankheitsbedingt nicht referieren und mussten beim zweiten Seminar ein fremdes Konzept fortführen. Was war dabei Ihr Ansatz?

Huber: Meiner Profession folgend habe ich mich vorwiegend mit der psychologischen Dimension des Glücks befasst, dabei ausgehend von der Antike bis zur modernen Glücksforschung.

fk-a: Wie wurde das Einbringen des Themas in die Gruppenarbeit referiert bzw. eingeübt?

Huber: Wahrnehmungsübungen sind immer ein guter Einstieg in das Thema, weil sie sowohl die Subjektivität wie die Lernbarkeit des Glückserlebens deutlich machen.

fk-a: Immer wieder ist irgendwo sinngemäß zu lesen, Glück sei nicht das oftmals so erwartete große Glück, sondern die Summe möglichst vieler "kleiner" Glücksmomente.

Huber: Diese Frage führt zu der Unterscheidung von „Glück haben“ und „glücklich sein“. Beim großen Glück geht es meist um den Haben-Modus, während das Sein die Kontinuität vieler kleiner Glücksmomente im Leben beinhaltet. Man kann es natürlich ebenso wenig festhalten und konservieren wie andere starke Emotionen.

fk-a: In den Berichten zu den ge-

nannten Seminaren habe ich einiges über das Wahrnehmen von Glücksmomenten gelesen. Wie viel hat Glück mit dem Wahrnehmen von Empfindungen zu tun?

Huber: Glückserleben ist immer Wahrnehmung mit allen Sinnen und Verarbeitung des Wahrgenommenen; also das enge Zusammenwirken physiologischer und psychologischer Systeme.

fk-a: Kann man die Wahrnehmung dieser Glücksmomente mit den kleinen Schritten vergleichen, die wir für die Anfangszeit der Abstinenz propagieren?

Huber: Ja durchaus, Glück ist lernbar, weil es im Menschen als konstituierende Erlebnisform angelegt ist. Aber wie alles Lernen braucht es Kreativität und Fleiß.

fk-a: Über die Frage "Was ist Glück?" sind die Meinungen der Seminarteilnehmer sehr auseinandergegangen. Kann ich mein Glücksempfinden beispielsweise durch Änderung von Einstellungen verbessern?

Huber: Die Art und Weise, wie ich Erlebtes bewerte, ist mitentscheidend dafür, ob ich Glücksempfinden zulassen kann. Glückserleben hängt immer von meinen Wahrnehmungsfähigkeiten sowie der inneren Bewertung dieses Wahrgenommenen ab.

fk-a: Was hat Glück mit Selbstvertrauen zu tun und wie stark ist mein Selbstvertrauen - oder ist das schon wieder ein anderes Thema?

Huber: Glücksfähigkeit und Angst verhalten sich oft antagonistisch zueinander. Ein ängstlicher Mensch wird seine Wahrnehmung eher auf angsterregende Reize richten, um sich vorbeugend zu schützen, so dass wenig Energie zur aktiven Glückssuche übrig bleibt.

fk-a: Kommentieren Sie bitte einen typischen Ausspruch des Kabarettisten Hirschhausen: "Liebe dich selbst, dann können andere dich gerne haben".

Huber: Dies ist ein typisch ironischer Satz, nimmt man ihn wörtlich, stimmt er, nimmt man ihn sprichwörtlich, stimmt er auch.

Freundeskreis Seminar in Bad -Herrenalb 05. - 07. November 2009

von Cornelia Breithaupt

Die Suchtkrankenhilfe weiß es schon längst: Alkoholismus ist eine Familienkrankheit. Das Familienleben richtet sich nach dem Suchtkranken. Partner, Kinder, Eltern, Geschwister und sogar das soziale Umfeld (Freunde, Kollegen, Hausarzt) sind involviert und versuchen dem Kranken zu helfen. Verharmlosen, Vertuschen bis hin zur Leugnung der deutlich erkennbaren Tatsachen sind die Folge. Ebenso schleichend wie der Alkoholismus entwickelt sich die Co-Abhängigkeit.

Zum Einstieg in das Thema am Freitagabend hatten die Teilnehmer die Gelegenheit, die Sichtweise des Partners kennenzulernen. Eine Partnerübung mit dem Auftrag, den Körper des Partners in die gefühlte Position zu stellen, veranschaulichte das persönliche Befinden in der damals akuten Lebenssituation überraschenderweise sehr authentisch. Noch überraschender scheint das Ergebnis: Nahezu alle Positionen zeigten eine leidende, verzweifelnde und hilflose Haltung, egal ob Betroffener oder Angehöriger! Die These "Alkoholismus ist eine Familienkrankheit" scheint sich damit zu manifestieren!

Am Samstag beschäftigte sich der Seminarinhalt zunächst theoretisch mit den Personen im Umfeld des Alkoholkranken. Untersuchungen ergaben folgende Erkenntnis: Ausgehend von 2,5 Millionen alkoholabhängigen Menschen in Deutschland leben 52,5 % in einer festen Partnerschaft. Das bedeutet, es kann von 1,3 Millionen Partnern (davon 2/3 Frauen) und 5-10 Millionen Angehörigen (Eltern, Kinder, etc.) ausgegangen werden. Erstaunlicherweise nehmen nur 10 % der betroffenen Angehörigen selbst Hilfe in Anspruch.

Co-Abhängigkeit ist demnach ein verbreitetes Phänomen und ein Tabuthema zugleich! Bekannte Definitionen der Co-Abhängigkeit:

Whitfield

Erkrankung, die durch eine enge Verbindung mit einem Alkoholkranken entsteht und die durch Stressbelastung zu psychosomatischen Erkrankungen führen kann.

Rennert

Problem- und Lebensbewältigungsmuster, gekennzeichnet durch zunehmende Einschränkungen der Wahrnehmung von Verhaltensalternativen.

Mc Govern

Persönlichkeitsstörung, durch pathologische Abhängigkeit von einer anderen Person gekennzeichnet.

Fengler

Co-Abhängigkeit ist eine Beziehungsstörung und -abhängigkeit. Co-Abhängige unterstützen ihre Partner bis zur eigenen Selbstaufgabe. Sie sind nicht in der Lage, die Aussichtslosigkeit ihres Verhaltens zu bewerten und sich entsprechend zu verhalten. Co-Abhängigkeit kann so weit führen, dass Co-Abhängige sich selbst nicht mehr fühlen und wahrnehmen - zumindest in der Beziehung zum Süchtigen, oft aber auch darüber hinaus.

Alle vorgestellten Definitionen implizieren eine psychisch verursachte Erkrankung, die zu psychosomatischen Erkrankungen führen kann.

In der Partnerschaft mit einem suchtkranken Menschen zeigen sich unterschiedliche Interaktionen. Beispielsweise reagieren die Partner mit gleichen oder ähnlichen Verhaltensweisen (symmetrisch) oder sie reagieren gegensätzlich (komplementär). Beide Verhaltensweisen haben eine Abfolge von Phasen mit verschiedenen Verhaltensmustern von Angehörigen zur Folge:

- Beschützerphase
- Kontrollphase
- Anklagephase

Erste Phase - Beschützerphase

Der Alkoholabhängige passt sich an, streitet ab, vermeidet, bagatellisiert und wird zuweilen kurzfristig abstinent, während der/die Angehörige

verdeckt, verharmlost, übersieht und erklärt.

Zweite Phase - Kontrollphase

Der Alkoholabhängige trinkt heimlich, entwickelt Schuldgefühle, zieht sich zurück und wird kurzfristig abstinent, während der/die Angehörige tabuisiert, kontrolliert, einschränkt und beschuldigt.

Dritte Phase - Anklagephase

Der Alkoholabhängige fühlt sich beschuldigt, geht in die Defensive, während der/die Angehörige mit Trennung droht, aggressiv reagiert und möglicherweise die Trennung vollzieht.

Häufig zeigen sich beim Partner eines Alkoholabhängigen Persönlichkeitsmerkmale wie ein übermäßiges Verantwortungsgefühl, ein ausgeprägtes Mitleidsgefühl, starke Helferimpulse, die Unfähigkeit, Kritik oder Zurückweisung zu ertragen, Einsamkeit und soziale Isolation, Perfektionismus, Verhaltenszwänge, Schuld- und Unzulänglichkeitsgefühle. Symptomatisches Verhalten impliziert die Entschuldigung und/oder Rechtfertigung des Partners, das Ausbügeln seiner negativen Konsequenzen, den Partner ertappen zu wollen, kontrollieren und Verstecke finden zu wollen, ihn bekehren zu wollen, mitzutrinken, Belastungen abzunehmen und sie ihm ersparen zu wollen.

Angehörige befinden sich durch das Aushalten von Spannungen, Ertragen von Frustrationen und ggf. Demütigungen, dem permanenten Übernehmen von Verantwortung, dem Ausüben von Kontrolle und dem Fordern der Veränderung in einer stets ambivalenten Gemütsverfassung. Die Unzuverlässigkeit und Unberechenbarkeit des trinkenden Partners sorgt neben Vernachlässigungsgefühlen, Aggression und Gewalttätigkeit für extreme Belastungssituationen. Vermehrte Partnerschafts- und Familien-

Fortsetzung auf Seite 4

Alkoholismus - eine Familienkrankheit

Fortsetzung von Seite 3

lienkonflikte, mitunter sexuelle Übergriffe, finanzielle Probleme, die Angst vor Alkoholvergiftungen etc. sind mögliche Folgen.

Auswirkungen zeigen sich im Verhalten (Hilflosigkeit, Zorn, Ärger, Vernachlässigung eigener Bedürfnisse, Isolation etc.) im physischen und psychischen Bereich. Daraus entspringt ein "Drama-Dreieck" der Angehörigen zwischen Retter, Opfer und Täter. Daraus resultieren spezifische Haltungen Angehöriger:

- Annahme, dass mit ausreichender Liebe, Geduld und Ausdauer das Suchtproblem des Partner zu lösen sei.
- Dass man sich selbst nicht in den Mittelpunkt stellen darf.
- Dass die Bedürfnisse der anderen wichtiger sind als die eigenen.
- Dass man durch Kontrolle das Verhalten anderer dauerhaft ändern kann.
- Dass Abgrenzung und Abwehr alles nur noch schlimmer machen würde.
- Dass man im Konfliktfall ohnehin unterlegen sei.
- Depressiv-resignative Stimmungen und Haltung.

Gerade Angehörige, wurde in den Gruppenarbeiten herausgearbeitet, benötigen parallel zur Behandlung des trinkenden Partners Hilfe und Unterstützung, z.B. in Selbsthilfegruppen, bei der Sucht-, Ehe- und Familienberatung und/oder in den Fachkliniken. Nur wenn Familienangehörige ihr eigenes Verhalten ändern und ihr Selbstbewusstsein und ihre Selbstsicherheit stärken, besteht die Möglichkeit, systematische Veränderungen herbeizuführen.

Als Präsentation wurde das "Craft-Modell" vorgestellt, das in den USA derzeit aktuell praktiziert wird:

Community = Gemeinschaft (Familie, Freunde, Arbeit, Schule)

Reinforcement = Verstärkung (im Sinne der Lerntheorie)

Approach = Ansatz

Family = Familien (Angehörige, die an Programmen teilnehmen)

Training = Training

Die Ziele von "Craft":

- Verringerung des Konsums durch den Abhängigen
- Behandlungsaufnahme
- Verbesserung der Lebenszufriedenheit der Angehörigen

Um die genannten Ziele zu erreichen, sollen folgende Bausteine für Angehörige eine Basis bilden:

- Motivation der Angehörigen.
- Kommunikationstraining.
- Nutzen positiver Verstärker.
- Maßnahmen zur Verbesserung der Lebensqualität der Angehörigen.
- Gewaltpräventive Strategien.
- Verhaltensanalysen.
- Nutzen negativer Konsequenzen
- Vorbereitung der Behandlung.

Das "Craft Modell" soll demnach co-abhängige Verhaltensweisen, die den Konsum unterstützen oder erleichtern, umgehen. Die genannten Ziele des "Craft Modells" unterstützen und verstärken das abstinenten bzw. gewünschte Verhalten des Abhängigen.

Das vorgestellte "Craft Modell" lieferte den Anlass zu heftigen Diskussionen bei den Seminarteilnehmern. Explizit Angehörige sahen die Verantwortung der Verhaltensänderung des Abhängigen einzig wieder auf den eigenen Schultern lastend. Der Wunsch, auch für Angehörige vergleichbare Hilfen (z.B. ein Kuraufenthalt) wie für den Abhängigen zu initiieren, vermittelte das "Craft-Modell" nicht. Das "Craft-Modell" zeigt Strategien für Angehörige zur eigenen Verhaltensänderung. Für Angehörige von Suchtkranken stellt das keine neue Erkenntnis dar.

Alkoholismus als Familienkrankheit zu begreifen wird bei der Arbeit in den Freundeskreisen längst praktiziert. Dennoch ist der Co-Alkoholismus nicht als eigenständige Krankheit anerkannt. Für Angehörige bleibt, eigene Wege bzw. Strategien zu finden, um mit der Suchtkrankheit in der Familie umzugehen.

Die genannten Bausteine des "Craft-Modells" könnten mögliche Strategien individueller Bewältigung darstellen. Angehörige benötigen Hilfe in der akuten Phase und in der Nachsorge. Umdenken, Lernen neuer Verhaltensweisen und Selbsthilfegruppen sind die zum aktuellen Zeitpunkt gegebenen Möglichkeiten.



Freundeskreis Karlsruhe feierte 40-jähriges Bestehen

u.a. Im Rahmen seines in zwei-jährigem Turnus stattfindenden „Bunten Abends“ feierte der Freundeskreis Karlsruhe sein 40-jähriges Jubiläum in eher schlichtem Gewand - kein Festakt, keine Grußworte, keine Sonntagsreden. Lediglich der Erste Vorsitzende Lutz Stahl gab während seiner Eröffnungsrede einen kurzen Rückblick über 40 Jahre geleisteter Arbeit in ehrenamtlicher Suchtkrankenhilfe. An Gästen konnten u. a. die Freundeskreise „NOVA VITA“ und die „Lotsen“ aus Mannheim, der Freundeskreis Halle, der Freundeskreis Karlsruhe-West und Frau Rose Huber, langjährige Mitarbeiterin des Referates Sucht beim DW Baden begrüßt werden.

Ebensowenig feierlich im üblichen Wortsinn, sondern, wie die jungen Leute heute sagen, zum Abfeiern, gestaltete sich dann das anschließende bunte Programm. Da gab es einen vorwiegend heiteren Vortrag über „Herbert“, einen ehemaligen Trinker, nach einer Geschichte des badischen Mundartdichters Harald Hurst, bei dem aber mancher Zuschauer nicht so recht wusste, ob er lachen oder einfach nur betroffen sein sollte. Eine Gruppe junger Breakdancer schaffte es mit erstaunlicher Akrobatik, die Zuschauer in spontane Beifallsstürme ausbrechen zu lassen. Ausgelassen und fröhlich tanzten die „Lovely Caotics“ ihre Square Dance Figuren, bevor sie kurzerhand die Zuschauer zu Beteiligten machten. Und Gruppenmitglieder des Freundeskreises (Donnerstag I) gewannen die Herzen der Zuschauer mit einer Vorführung, die mit ihren Uniformen und Verkleidungen, ihrer Situationskomik und den treffsicher abgestimmten Bewegungen für wahre Heiterkeitsstürme sorgte.

Die (neuen) Organisatoren können stolz darauf sein, dass auch dieser „Bunte Abend“ im Jahr des 40-jährigen Jubiläums wieder als beeindruckender Höhepunkt in das Vereinsgeschehen eingehen wird.

Wer zählt die Gremien, nennt die Namen?

von Uwe Aisenpeis

Wenn in den Rechenschaftsberichten unseres Vorsitzenden von Außenbeziehungen die Rede ist, dann tauchen immer wieder Abkürzungen auf wie DW, DHS, GVS, BWAG, BWLV, ELAS und einige mehr. Diese stiften nicht nur bei einigen Neulingen einige Verwirrung, sondern machen es auch so manchem alten Hasen nicht ganz leicht, sich in dem Organisationsdschungel in der Suchtkrankenhilfe noch zurechtzufinden. Daher soll hier einmal der Versuch gemacht werden, etwas Licht ins Dunkel zu bringen.

DHS

Die **Deutsche Hauptstelle gegen Suchtgefahren** wurde 1947 gegründet, um allen in der Suchtkrankenhilfe bundesweit tätigen Verbänden und gemeinnützigen Vereinen eine Plattform zu geben. Mit wenigen Ausnahmen sind sämtliche Träger der ambulanten Beratung und Behandlung, der stationären Versorgung und der Selbsthilfe in der DHS vertreten.

Mitglieder sind u. a. die Verbände der freien Wohlfahrtspflege wie Arbeiterwohlfahrt, Caritas, Paritätischer Wohlfahrtsverband u. a. Interessant für uns ist hierbei, dass das Diakonische Werk nicht als Ganzes, sondern nur mit einem ihm angehörenden Suchtverband, der GVS (siehe nachfolgend) vertreten ist. Zu weiteren Mitgliedern gehören die Abstinenz- und Selbsthilfeverbände wie die „Blaukreuze“, der Kreuzbund, die Guttempler, die Elternkreise und natürlich auch unser Bundesverband der Freundeskreise. Und als Letztes gehören verschiedene Fachverbände der DHS an, deren Namen uns zumeist nicht so geläufig sind; daher wollen wir hier nur einige herausgreifen, die uns besonders interessant erscheinen: Bundesverband für stationäre Suchtkrankenhilfe, Bundes-Fachverband Essstörungen, Fachverband Glücksspielsucht, Fachverband Drogen und Rauschmittel, Deutscher Frauenbund für alkoholfreie Kultur.

Aufgrund dieser Zusammenset-

zung ist die DHS oberste Instanz, wenn es um Suchtfragen in Deutschland geht; die meisten bundesweiten Erhebungen und Stellungnahmen zum Thema Sucht kommen von dort.

GVS

Der GVS wurde 1957 als "Evangelische Arbeitsgemeinschaft zur Abwehr der Suchtgefahren e. V." in Kassel gegründet. Diese Bezeichnung wurde einige Jahre später in "Gesamtverband für Suchtkrankenhilfe im Diakonischen Werk der EKD e. V." geändert. Zur Aufgabe machte sich der GVS, "...diejenigen Verbände, Werke und Einrichtungen der Inneren Mission und innerhalb der Landes- und Freikirchen, deren Hauptzweck die Fürsorge für Alkoholgefährdete und Alkoholranke oder die Bekämpfung der Suchtgefahren ist, unter voller Wahrung ihrer Eigenständigkeit zu gemeinsamer Arbeit zu sammeln".

Mitglieder sind von Seiten der Abstinenz- und Suchtselbsthilfeverbände u. a. das Blaue Kreuz in Deutschland, das Blaue Kreuz in der Evangelischen Kirche und die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe. Weiterhin gehören die "Evangelischen Arbeitsgemeinschaften zur Abwehr der Suchtgefahren" der Länder dazu, die gleichzeitig auch die Verbindung der auf Länderebene organisierten Diakonischen Werke der EKD (Evangelische Kirche in Deutschland) einbrachten (siehe hierzu auch ELAS). Als Letztes traten die evangelischen Fachkliniken für Suchtkranke der GVS bei.

Es bleibt zu fragen, warum die GVS, die sich doch ursprünglich aus der Selbsthilfe bzw. den Abstinenzverbänden rekrutiert hat, heute so wenig Bedeutung für die Selbsthilfe, zumindest für die Freundeskreise hat.

ELAS

Die "Evangelische **Landesarbeitsgemeinschaft Sucht**" im Diakonischen Werk Baden ist der freie Zusammenschluss evangelischer Träger und Organisationen, die das Aufgabenfeld "Sucht" im Bereich

des DW Baden und der Landeskirche Baden wahrnehmen. ELAS ist verortet im Referat Sucht des Diakonischen Werkes der Evangelischen Landeskirche in Baden e.V. und wird hierüber vertreten. Die ELAS hat sich u. a. zur Aufgabe gemacht, die Arbeit der durch sie vertretenen Mitglieder im Rahmen der Aufgabenstellung des Diakonischen Werkes Baden zu fördern und zu unterstützen, in der Öffentlichkeit für den von Suchtmitteln abhängig gewordenen Menschen einzutreten, über die Gefahr des Missbrauchs von Suchtmitteln aufzuklären, Fragen der Sucht gemeinsam zu beraten und den Dienst der einzelnen Einrichtungen zu unterstützen, sowie Aus-, Fort- und Weiterbildung von ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitern anzuregen und zu fördern. Mitglied sind alle stationären und ambulanten Institutionen der Suchtkrankenhilfe, sowie alle Selbsthilfegruppen, die Mitglied im Diakonischen Werk Baden, bzw. im Umfeld eines örtlichen Diakonischen Werkes, den Kirchengemeinden und der Landeskirche angesiedelt sind.

Landesstelle für Suchtfragen in Baden Württemberg

Die Landesstelle für Suchtfragen ist eine Koordinierungsstelle der in der Suchtkranken- und Gefährdetenhilfe tätigen Verbände der freien Wohlfahrtspflege in Baden-Württemberg. Somit ist die Landesstelle das Pendant zur DHS auf Landesebene.

BWAG

Die **Baden-Württembergische Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe- und Abstinenzverbände** wurde 1998 im Rahmen einer Kooperationsvereinbarung gegründet. Als Zweck dieses Zusammenschlusses wurde definiert, "die freiwillige Suchtkrankenhilfe unter der besonderen Wahrung der Selbsthilfe und der ehrenamtlichen Arbeit auf Landesebene zu fördern". Verwirklicht werden soll dies u. a. durch "Entwicklung, Koordination und Durchführung

Fortsetzung auf Seite 6

Wer zähl die Gremien, nennt die Namen?

Fortsetzung von Seite 5

zung von gemeinsamen Aktionen zur Meinungsbildung in Politik und Gesellschaft" und insbesondere auch durch "die Zusammenarbeit mit den Spitzenverbänden der freien Wohlfahrtspflege und der Landesstelle gegen die Suchtgefahren in Baden-Württemberg".

Gründungsmitglieder der BWAG sind: Blaues Kreuz, Landesverband Baden-Württemberg, Deutscher Guttempler-Orden (I. O. G. T.), Distrikt Baden-Württemberg e.V., Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in Baden e.V., Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe in Württemberg e.V., Kreuzbund Diözesanverband Freiburg e.V., Kreuzbund Diözesanverband Rottenburg-Stuttgart e.V., Landesverband der Elternkreise für Drogengefährdete und Drogenabhängige in Baden-Württemberg e.V.

Lt. Kooperationsvereinbarung hat die BWAG den Status eines nicht eingetragenen Vereins, mit gewählten Organen wie Vorstandschaft und Mitgliederversammlung, aber eben nicht den einer juristischen Person.

BW-LV

Der **Baden-Württembergische Landesverband für Prävention und Rehabilitation gGmbH** ist aus dem **Badischen Landesverband für Prävention und Rehabilitation (blv)** und der **Drogenhilfe Tübingen (DHT)** entstanden. Am 1. Januar 2007 fusionierten die beiden Vereine zu einer gemeinnützigen Gesellschaft. Alleinigere Gesellschafter ist die "Stiftung für Prävention und Rehabilitation Baden-Württemberg".

Der BW-LV unterhält 21 Beratungs- und Behandlungsstellen in den einzelnen Landkreisen und weiterhin stationäre Einrichtungen in Renchen, Altglashütten, Lörrach, eine Tagesklinik in Karlsruhe, betreute Wohneinrichtungen in Karlsruhe, Hinterzarten, Lörrach und Weil am Rhein.

Offensichtlich ist dieser Landesverband eine völlig eigenständige, auf das Land Baden-Württemberg begrenzte Einrichtung und gehört keiner der oben beschriebenen Organisationen an.

V Aus den ereinen

Neugründung des FK LoS (Leben ohne Suchtmittel) Murgtal

von Gerd Melcher

Gründungsmitglieder:
Petra Schlenker,
Charlotte Rinschler,
Gerd Melcher



Wir gründeten im September vorigen Jahres den FK LoS Murgtal und starteten am 16.09.2009 mit dem ersten Gruppenabend.

Kennengelernt hatten wir uns in einer anderen Selbsthilfegruppe in Gaggenau, nachdem jeder von uns seine ambulante oder stationäre Therapie beendet hatte. Mit Hilfe dieser Gruppe gelang es uns, abstinent zu leben. Nach zwei Jahren "trocken sein" machten Petra und ich im Spätjahr 2007 unsere Ausbildung zum Gruppenleiter in Hohenwart. Dort mußten wir feststellen, dass wir mit unserer Selbsthilfegruppe in einer Art "totaler Isolation" lebten. Wir hatten kaum Kontakte zu anderen Gruppen und der Informationsfluss endete bei unserer Gruppenleitung.

Den ersten Kontakt zum Landesverband der Freundeskreise Baden knüpfte Charlotte, die bei ihrem Gruppenleiterseminar 2008 in Hohenwart Peter Deck vom Freundeskreis Karlsruhe kennenlernte. Er versorgte uns von diesem Zeitpunkt ab mit Informationen und meinte, der Landesverband Baden der Freundeskreise würde unsere Selbsthilfegruppe auch einmal besuchen und sich vorstellen.

Nach langem Hin und Her und auf Drängen vieler Gruppenmitglieder stimmte unsere Gruppenleitung zu und der Landesverband bekam eine Einladung. So kam es, dass Luwig Engels, Siegbert Moos und Peter Deck bei einem unserer Gruppenabende anwesend waren,

um den Landesverband vorzustellen und Rede und Antwort zu stehen.

Schon kurze Zeit danach war klar, dass sich in der Gruppe nichts ändern würde, da dies auch von der Gruppenleitung absolut nicht erwünscht war. So gab es für uns Drei nur zwei Möglichkeiten: Entweder gegen diesen Zustand anzukämpfen oder sich von der Gruppe zu trennen. Wir haben uns für Letzteres entschieden mit dem Gedanken im Hinterkopf, uns einer anderen Selbsthilfegruppe anzuschließen. Jetzt kam wieder der Landesverband ins Spiel und meinte, wir könnten unsere Power auch in die Gründung und den Aufbau eines neuen Freundeskreises einbringen, wobei wir mit seiner vollen Unterstützung rechnen könnten. Nach einigen Gesprächen und etwas Bedenkzeit haben wir uns dann entschlossen, den Freundeskreis LoS zu gründen.

Diesen Schritt haben wir noch keine Sekunde bereut, denn mittlerweile sind wir im Schnitt sieben Teilnehmer bei unserem Gruppenabend, wovon fünf Personen regelmäßig kommen. Ein besonderes Dankeschön möchten wir auch dem Freundeskreis Karlsruhe aussprechen, der uns in der Zeit, als wir ohne Gruppe waren, mit offenen Armen aufgenommen hat. Charlotte und ich werden auch weiterhin die Donnerstagsgruppe des Freundeskreises Karlsruhe besuchen, da wir uns dort wohl fühlen.



Jaqueline Engelke (geb. 1957) arbeitet seit 1995 für den Gesamtverband der Suchtkrankenhilfe im Diakonischen Werk, seit 2000 auf selbständiger Basis.

Unter anderem begleitete sie das 2008 bundesweit initiierte Projekt SOG (Suchtselbsthilfe optimieren durch Gesundheitsförderung) und unterstützte das Team Frauenarbeit Landesverband Baden e.V. zum Frauenseminar 2009 als Referentin zum Thema "Liebe - Glück - Zufriedenheit".

Ihre Jugend verbrachte sie im Harz. Die intensive Förderung der Mutter, der Großeltern und der Verwandtschaft ermöglichten ihr schon mit 15 Jahren ein Jahr USA. Das Abitur sowie das Psychologie- und das Aufbaustudium Journalismus dankt sie ebenfalls der Unterstützung der Menschen, die sie auf ihrem Weg begleiteten.

Inzwischen arbeitet Jacqueline Engelke als Journalistin und PR - Beraterin, gibt Seminare und Workshops und übernimmt gerne und häufig Seminare für die Freundeskreise.

Jacqueline Engelke sagt über sich selbst: "Gerade in der Suchtselbsthilfe bei den Freundeskreisen habe ich eine Reihe wunderbarer und interessanter Menschen kennengelernt, mit denen es viel Freude macht zu arbeiten, weil sie sehr reflektiert sind, weil sie an sich arbeiten und arbeiten wollen. Das war mir oft selbst ein Beispiel, auch an meiner persönlichen Entwicklung weiterzuarbeiten. Natürlich hat mich die Jugend in den 70er Jahren geprägt, eine aufregende Zeit, in der es noch so etwas wie Idealismus gab. Es war mir sicher nichts in die Wiege gelegt. Meistens habe ich es einfach gemacht!"

Fragen zur Person...

fk-a: Was war Ihr Berufswunsch als Kind?

Engelke: Schriftstellerin. Ich wollte immer etwas mit Menschen und mit Schreiben zu tun haben.

fk-a: Was ist das Schönste an Ihrer Arbeit?

Engelke: Mit Menschen und mit Worten arbeiten zu dürfen.

fk-a: Was war Ihr größter Erfolg?

Engelke: Den damaligen Numerus Clausus für das Psychologie-Studium zu erreichen und überhaupt zu studieren. Trotz Höhenangst zu Fuß auf den Eiffelturm zu klettern.

fk-a: Worauf sind Sie persönlich stolz?

Engelke: Auf meine Freundschaften. Auf das Jahr in den USA. Auf mein Abiturzeugnis.

fk-a: Könnten Sie ohne Arbeit leben?

Engelke: Ohne Lohnarbeit ja (auf Hausarbeit kann ich ebenfalls gut verzichten) - ohne sinnvolles Tun schlecht.

fk-a: Was ist das Schönste nach der Arbeit?

Engelke: Ein heißes Bad mit Kerze und Buch im Winter. Im Sommer draußen zu sitzen, zu lesen oder Gitarre zu spielen. Gute Gespräche mit Menschen. Spaziergänge.

fk-a: Ihr Erfolgsgeheimnis?

Engelke: An mich und an das Leben zu glauben.

fk-a: Ihre besten Eigenschaften sind?

Engelke: Zuverlässig, kreativ, spontan, wertschätzend, belastbar.

fk-a: Ihr Hauptcharakterzug?

Engelke: Ich bin eine "Stehauf-Frau" - begeisterungsfähig und manchmal zu spontan.

fk-a: Ihre größte Schwäche?

Engelke: Ungeduld und Schokolade. Außerdem sage ich manchmal zu spät "Nein" - aber ich arbeite daran und werde immer besser.

fk-a: Welche Fähigkeiten/Eigenschaften hätten Sie gern?

Engelke: Geduld. Achtsamkeit. Konstruktiv Wut zeigen zu können.

fk-a: Welche Menschen haben Sie am meisten beeinflusst/beeindruckt?

Engelke: Meine Großeltern und andere Verwandte. Inga Rumpf. Paulo Coelho. Eine 87jährige Bekannte hier in Kassel. Giora Feidman. Mahatma Gandhi und viele mehr.

fk-a: Welche Bücher haben Sie am meisten beeindruckt/beeinflusst?

Engelke: So etwas sollte man eine Leseratte wie mich besser nicht fragen. Zuerst Pippi Langstrumpf. Dann: Hermann Hesse: „Glasperlenspiel“. Die Bibel. John Steinbeck: „Früchte des Zorns“, Paulo Coelho: „Der Alchimist“, Louise L. Hay und...

fk-a: Welche Leistungen bewundern Sie am meisten?

Engelke: Menschen, die trotz schwierigster Erfahrungen und Lebensumstände positiv und humorvoll geblieben sind. Menschen, die wunderbare Bücher schreiben oder ebensolche Musik machen und das tun, was sie wirklich, wirklich tun wollen.

fk-a: Welche Eigenschaften schätzen Sie an Ihrem Partner/Ihrer Partnerin am meisten?

Engelke: Seine Zuverlässigkeit und Geradlinigkeit.

fk-a: Wie gehen Sie mit Misserfolgen um?

Engelke: Zuerst zweifle ich heftig an mir und zürne dem Schicksal. Dann frage ich mich: was kann ich daraus lernen? Und schließlich: gab es auch etwas Gutes an dieser Erfahrung?

fk-a: Wie/Wo tanken Sie Zuversicht, Kraft und Energie?

Engelke: Bei Spaziergängen mit dem Hund. Beim Walken. In der Badewanne. Beim Lesen. In der Familie und mit Freunden. Beim Meditieren. Beim Kochen. Beim Musizieren und Singen. In einem Blumenladen. Kurz: Bei allem, was mir Spaß macht und mir gut tut.

fk-a: Wem werden Sie ewig dankbar sein?

Engelke: Meinen Großeltern.

fk-a: Wann sind Sie glücklich und zufrieden?

Engelke: Wenn ich bei einer Tätigkeit in den "Flow" komme - also

Interview mit Jacqueline Engelke

Fortsetzung von Seite 7

ganz im Augenblick aufgehe und im Hier und Jetzt bin.

fk-a: Wofür können Sie sich richtig begeistern?

Engelke: Dafür, was man aus 26 Buchstaben so alles machen kann.

fk-a: Wie oder womit kann man Ihnen eine Freude bereiten?

Engelke: Mit einer Tafel Schokolade (herbe Sahne) nein, ernsthaft. Wenn ich merke, jemand hat sich wirklich Gedanken über ein passendes Geschenk für mich gemacht.

fk-a: Wen oder was würden Sie auf eine einsame Insel mitnehmen?

Engelke: Meinen Lebensgefährten, unsere Hündin, MP3s und mein Bücherregal. (Oder sollte es etwa nur eine Sache sein???)

fk-a: Welchen Traum möchten Sie sich noch unbedingt erfüllen?

Engelke: Einen Roman schreiben und eine Reise nach Madagaskar.

fk-a: Warum sollte jeder einmal im Jahr eine Fortbildung besuchen?

Engelke: Weil das Leben Veränderung und Bewegung ist.

fk-a: Was hätten Sie längst einmal fragen müssen?

Engelke: Was brauche ich eigentlich wirklich - was brauchen wir Menschen eigentlich wirklich?

fk-a: Ich glaube, dass...

Engelke: das Leben einen Sinn hat.

fk-a: Und wie lautet Ihr Lebensmotto?

Engelke: Das ist leider Englisch: "Life is a mystery to be lived, not a problem to be solved." Übersetzt in etwa: Das Leben ist ein Geheimnis, das gelebt werden will. Kein Problem, das gelöst werden muss.



Freundeskreis Mannheim-Waldhof e.V. "NOVA VITA" feierte 10jähriges Bestehen Fortsetzung von Seite 1

tion und Rehabilitation - Fachstelle Sucht Mannheim, der Stadt Mannheim - Fachbereich Sucht Mannheim, den Mitarbeitern des Gesundheitstreffpunktes Mannheim, Vertretern aus anderen Selbsthilfegruppen und nicht zuletzt allen ehrenamtlichen Mitgliedern und Freunden von "NOVA VITA"!

Das an die Grußworte anschließende warm-kalte Büffet ließ keine Wünsche offen und bot die Gelegenheit, mit Freunden am Tisch zu plaudern und Kontakte zu pflegen. Der eine oder andere "Novavitaner" war dann doch zu aufgeregt, um zu essen, denn schließlich hatten sie das "Bunte Programm" zur Unterhaltung der Gäste noch vor sich; ein Programm, das sich sehen lassen konnte!

Ingrids Büttenrede berichtete von "NOVA VITA-Seminaren". Besonders im Gedächtnis blieben die Schwierigkeiten bei der Selbstverpflegung, die sich zuweilen schon beim Transport in Form von rohen Eiern selbständig machte. Anschaulich erläuterte die Moderatorin des Abends die Arbeit und die Philosophie der Selbsthilfegruppe "NOVA VITA" mit Hilfe einer Bildschirmpräsentation.

Als eine Überraschung für die Gründungsmitglieder erwies sich die kleine Zeitreise (Verlauf der letzten 10 Jahre), dargestellt als "NOVA VITA"-Stammtisch! "NOVA VITA"-Mitglieder blickten zurück, wann und wie sie zu "NOVA VITA" kamen. Sie erzählten von einstigen Sichtweisen und den inzwischen stattgefundenen individuellen Veränderungen in ihrem Leben. Eine sehr berührende und lebendige

Darstellung für alkoholabhängige Menschen und deren Angehörige. Die Akteure selbst zeigten mit dem offensiven "Outing" beeindruckenden Mut. Deutlich erkennbar wurde hier, dass die Auseinandersetzung mit der Krankheit Alkoholismus das Selbstbewusstsein stärkt und den Menschen entwaffnende Authentizität verleiht.

Zum Abschluss des Programms bot Harald den Originalsong "Good luck charme" von Elvis mit einem für "NOVA VITA" umgeschriebenen Text dar. Bevor die "Midnight Tokers" in die musikalische Abendbegleitung einstiegen, präsentierte Harald noch einige weitere Songs vom unvergesslichen Elvis.

Bis spät in die Nacht feierten die Gäste und die "NOVA VITA" Mitglieder schafften es noch am gleichen Abend, die Räumlichkeiten wieder aufzuräumen.

Beim gemeinsamen Frühstück am nächsten Morgen war der Abend das Gesprächsthema. Zusammengefasst bleibt die Aussage: Es war toll; das Programm: heiter, besinnlich, informativ, unterhaltsam und abwechslungsreich, das Ambiente: die Liebe zum Detail, die Herzlichkeit des Empfangs und der Zusammenhalt der Mitglieder war zu spüren!

Schon die Vorbereitung, die das ganze Jahr 2009 andauerte, der gelungene Abend und meine Aufgabe, die Abendgesellschaft durch das Programm zu führen und den Abend zu moderieren, bereiteten mir großen Spaß. Insbesondere die große Unterstützung und Präsenz der "NOVA VITA"-Mitglieder machten diesen Abend möglich.

Es hat einfach alles gestimmt!



Gut beschirmt sind die NOVA-VITA Mitglieder. Für 10-jährige Treue gab es diesen Schirm mit der sinnfälligen Aufschrift. Foto: Sebastian Reuter