

17.11.2016 Stammtisch der junge Suchtkranken

Peter Götz lud zum zweiten Stammtisch der jungen Suchtkranken nach Bingen ein. Es waren 14 Personen aus der ganzen Region gekommen (u.a. aus Zweibrücken, Frankenthal, aus dem Westerwald, aus Heilgenrode und Jugenheim). Nach der Begrüßungsrunde, die von Peter wieder ganz speziell durchgeführt wurde, stellten sich die verschiedenen Selbsthilfegruppen vor. Gaby Hub erklärte den Anwesenden den Unterschied einer Infogruppe und einer festen Gruppe im Kreuzbund. Anschließend fand ein reger Austausch über den Verlauf der Gruppenstunden in den einzelnen Stadtverbänden statt. Dabei kamen folgende Themen zur Sprache: Wie lange soll/ darf eine Blitzrunde gehen? Wie viel Platz überlasse ich einem Mitglied in der Blitzrunde? Wann greife ich ein? Es war interessant zu hören, wie andere Gruppen den Abend gestalten und jede/r konnte neue Impulse mitnehmen.

Einige Gruppen kommunizieren auch über eine WhatsApp Gruppe. In der anschließenden Diskussion ging es darum, was man inhaltlich der Gruppe mitteilen darf, ohne jemand zu belasten. Letztlich stand die Frage im Raum, was überhaupt rein gehört, wie der geschützte Rahmen gewährleistet wird, wie viel Zeit ich diesem Medium gebe und ob diese Form der Kommunikation überhaupt noch legitim ist. Hier ist jede/r für sich verantwortlich, wie weit sie/er sich einbringt.

Die verbleibende Zeit widmeten wir der „Schuldfrage“: Wer ist schuld an meiner Abhängigkeit, die Anderen oder Ich.

Jede/r hat eine eigene Definition von Schuld. Auch Schuldgefühle werden von jeder/m unterschiedlich wahrgenommen. Das Wort Verantwortung trifft es wohl besser als Schuld, wenn es um Suchterkrankungen geht. Es liegt an jeder/m einzelnen, die Verantwortung für ihre/seine Genesung zu übernehmen. Wenn die Person weiß, dass sie zu viel trinkt, sie/er aber nicht aufhören kann, ist sie/er dann schuldig zu sprechen? Durch ein schwerwiegendes Ereignis (Arbeitsverlust, Trennung etc.) kommt der Süchtige an den Punkt, in die Verantwortung zu gehen. Erst jetzt kann eine Genesung erfolgen. Ganz anders ist die Schuldfrage aus der Sicht der Angehörigen zu sehen. Sie fühlen sich schlecht, wenn sie die/den Partner/in oder ein Elternteil schützen wollen. Sie wissen zum Beispiel, dass es richtig ist, der/dem Partner/in den Schlüssel abzunehmen, damit sie/er nicht betrunken Auto fährt. Gleichzeitig haben die Angehörigen ein schlechtes Gewissen, dem Betroffenen etwas genommen zu haben. Angehörige tragen für zwei Personen Verantwortung und haben Schuldgefühle für etwas, was sie nicht verantworten können.

Die Zeit verging viel zu schnell. Es war wie immer eine schöne Runde. Ich bedanken mich bei Euch für die teilweise sehr weite Anreise und freue mich auf den nächsten Stammtisch.

Bericht Tanja Kranski (Bingen)