

Der junge Kreuzbund in Darmstadt

Interview mit Kevin Gikiewicz, Schriftführer des jungen Kreuzbundes in Darmstadt

Katharina Sackenheim, Selbsthilfebüro Darmstadt

Der Kreuzbund ist die Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft der Caritas für Suchtkranke und Angehörige, die Hilfe für Alkohol- und Medikamentenabhängige und Angehörige anbietet. In der Gemeinschaft der Kreuzbund-Mitglieder haben viele Gruppenbesucher/innen die Sucht, v. a. Alkohol und Medikamente, überwunden. Viele Mitglieder sind dankbar für die im Kreuzbund erfahrene Hilfe und wollen nun ihrerseits anderen Menschen Unterstützung anbieten. Die Mitgliedschaft steht auch Angehörigen offen, die selbst nicht suchtkrank sind.

Die Selbsthilfegruppe „Der junge Kreuzbund Darmstadt“ (DJK) wurde im Jahre 2013 gegründet.

Herr Gikiewicz, warum heißt Ihre Gruppe „Junger Kreuzbund“ und was genau wollen Sie damit ausdrücken?

Die Erfahrung hat gezeigt, dass jüngere Menschen heute oft eine andere Art der Abhängigkeit erleben, weil zunehmend illegale Substanzen und eine Mehrfachabhängigkeit eine Rolle spielen. Dies zieht sich hin bis zu sozialen Problemen und Konflikten mit dem Gesetz. Dies gibt es beim Alkoholismus zwar auch, aber oft kommt dies erst in späteren Lebensjahren vor.

Durch unsere Gruppe soll die jüngere Generation suchtmittelgefährdeter Menschen angesprochen werden. Wir wollen aber auch mehrfachabhängigen drogenabhängigen Menschen, die bereits etwas älter sind, eine Hilfestellung geben. Ich finde, wir haben da ein sehr ausgewogenes Verhältnis zwischen den Altersgruppen und wie im Fußball geht es nicht nur mit jungen Spielern, weil Erfahrungen doch auch sehr hilfreich sind.

Welche speziellen Angebote für junge Menschen haben Sie und worin liegt denn der Unterschied zu den „nicht-jungen“ Kreuzbünden?

Im Kern ist unser Angebot in der Tat etwas anders, da wir auch den jüngeren Menschen, die die dauerhafte Abstinenz noch nicht geschafft haben, eine Anlaufstelle bieten.



*Drachenbootfahren
im "Jungen Kreuzbund
Darmstadt"*

Unsere Freizeitangebote unterscheiden sich nicht so sehr von anderen Selbsthilfegruppen. Wir gehen Bowling oder Billard spielen, ins Kino oder Konzert, zu einem Fußballspiel oder treffen uns zum Grillen. Unseren Besucherinnen und Besuchern fehlen aber leider oft die finanziellen Mittel, um solche Dinge zu erleben, sodass Spenden sehr willkommen sind. Hier in der Studentenstadt Darmstadt haben wir das Glück, mehr Zulauf von jüngeren Interessierten zu haben.

Sie sind ja schon seit einiger Zeit in dieser Gruppe aktiv. Erzählen Sie uns doch kurz, wie Sie genau auf diese Gruppe gestoßen sind?

Ich war bis Anfang 2013 in einer anderen Gruppe, die mir zwar auch half, gleichzeitig aber fast gar kein Gruppenleben außerhalb der Gruppentreffen bot. Zudem war ich in der Zeit auch arbeitssuchend und depressiv und brauchte mehr Betreuungsaufwand als gewöhnlich. Durch einen Klinikaufenthalt 2010 war mir die Gruppe „Die jungen Menschen im Kreuzbund“ grundsätzlich ein Begriff, was übrigens auch dafür spricht, in Kliniken mit guten Info-Flyern zu werben. Nach einer kurzen Suche im Internet hatte ich bereits Kontakt zu dieser Gruppe gefunden und wurde auch sehr positiv aufgenommen.

Sie sind selbst Schriftführer des junges Kreuzbundes, wie kann man sich Ihre Arbeit denn vorstellen?

Im Kern geht es darum, die Dinge etwas zu steuern und die Gruppenlei-

tung von der Schreibearbeit zu entlasten. Da ist dann auch mal der Mailverkehr zu nennen, der allerdings bei den jüngeren Leuten weniger genutzt wird. Mittlerweile gibt es eine Vielzahl anderer interessanterer neuer Medien, wie z. B. Facebook oder WhatsApp. Auch die Öffentlichkeitsarbeit ist wichtig, die derzeit bei uns aber noch in den Kinderschuhen steckt. Wobei ich hier auch unseren Schatzmeister erwähnen möchte, ohne den auch nichts geht! Nur als Team sehe ich uns stark genug, um erfolgreich zu sein. Grundsätzlich ist aber immer etwas zu tun, was neben dem eigenen Beruf für viele manchmal auch schwierig ist.

Welche Möglichkeiten gibt es noch, sich in dieser Gruppe zu engagieren?

Hier gibt es die Möglichkeit, die Sucht-Fachklinik-Besuche zu begleiten. Dort fahren wir ca. dreimal im Jahr hin und stellen unsere Selbsthilfegruppe anderen Interessierten vor. Damit wollen wir den Betroffenen den Übergang von einer Klinik in eine Selbsthilfegruppe erleichtern, was bei den Jüngeren allerdings nur selten gelingt. Diese Abende sind durchaus eine persönliche Herausforderung, weil es nicht ganz einfach ist, Interesse bei den Patientinnen und Patienten zu wecken. Ebenso kann man unser neues SKY-Fußball-Projekt aktiv unterstützen, bei dem wir den neuen Patienten der Fachklinik den Behandlungsstart etwas versüßen wollen. Da die Patientinnen und Patienten in den ersten Wochen keinen Ausgang haben, holen wir sie vor Ort ab und gehen mit ihnen in eine nahegelegene Sportsbar, um gemeinsam Bundesligaspiele zu schauen.



*Gruppe Drachenboot
im "Jungen Kreuzbund
Darmstadt"*

Allerdings ist es wichtig, dass man auch Verantwortung für die Patientinnen und Patienten übernimmt, da eventuelle Regelverstöße der Klinikleitung gemeldet werden müssen.

Außerdem kann man sich zum Delegierten wählen lassen, um unsere Stimme bei den Delegierten-Tagungen des Kreuzbunds einzubringen. Hier haben die einzelnen Delegierten ein Mitspracherecht und es wird gewählt, welche Seminare angeboten werden oder welche Aktivitäten es in der nächsten Zeit geben soll.

Man kann aber auch ganz klein anfangen und z. B. mal ein Gruppengrillen organisieren. Das bringt den Leuten ohne viel Aufwand bereits ein sehr gutes Erfolgsgefühl und es stärkt gleichzeitig das Zugehörigkeitsgefühl zur Gruppe. Es wird aber auch sehr gerne gesehen, wenn jemand ein anderes Gruppenevent organisiert, z. B. Bowling, Konzertbesuch, Bootfahren, Stadionbesuch, Fabrikbesichtigung usw.

Inwiefern hebt sich Ihre Gruppe von anderen Selbsthilfegruppen ab?

In erster Linie ist hier unser Konzept der wechselnden Gruppenmoderation zu nennen, d. h. jede Woche moderiert jemand anderes die Gruppenstunde. Das klappt bisher außerordentlich gut, weil der oder die Moderierende die Themen vom eigenen Erfahrungshorizont aus beleuchtet. Das macht die Sache sehr spannend und abwechslungsreich. Zudem bringt es auch für die moderierenden Gruppenmitglieder kurzfristig neue Erfolgserlebnisse. Zusätzlich profitieren bei uns die Jüngeren von den etwas Älteren und umgekehrt. Ansonsten würde ich nicht sagen, dass wir uns abheben, weil auch die anderen Selbsthilfegruppen ebenso mit viel Herzblut versuchen zu helfen und sich freuen, wenn die Teilnehmenden sich positiv entwickeln.

Wir versuchen allerdings auch verstärkt, Dinge im Freizeitbereich anzubieten, die eine etwas jüngere Zielgruppe überhaupt ansprechen. Manches Wünschenswerte ist aber einfach noch nicht finanzierbar, deshalb sind wir auch immer auf der Suche nach neuen Geldquellen.

Welche Veranstaltungen haben Sie in ihrer Gruppe in der nächsten Zeit geplant?

Hier wären in erster Linie unser SKY-Fußball-Projekt und unser Gemeinschaftsgrillen mit den Gruppen des ehemaligen Stadtverbands des Kreuzbunds Darmstadt zu nennen.

In Zukunft haben wir auch noch eine Podiumsdiskussion mit einer Persönlichkeit aus dem öffentlichen Leben angedacht, die sich ebenso in der Genesung befindet. Des Weiteren ist derzeit ein Kabarett-Projekt geplant. Dies sind aber alles Dinge, die derzeit noch kaum realisierbar erscheinen. Man muss aber auch Visionen haben oder wie es ein Manager kürzlich sagte: „Wenn man sich Ziele setzt, die einem keine Angst einjagen, dann sind es gar keine Ziele“. Grundsätzlich streben wir aber eine noch bessere Vernetzung der Mitglieder in den Vereinen der Stadt und des Umlands an.

Herr Gikiewicz, herzlichen Dank für das interessante Gespräch!

i Kontakt „Der Junge Kreuzbund Darmstadt (DJK)“

Christoph Ziebold • Hügelstrasse 57 • 64404 Bickenbach

Tel.: 01577 / 54 20 470 • E-Mail: christoph.ziebold@kreuzbund-dv-mainz.de

www.kreuzbund-dv-mainz.de/Selbsthilfegruppen/Selbsthilfegruppen.html

📎 Treffen des „Jungen Kreuzbundes Darmstadt“

Jeden Mittwoch • 19.00 Uhr

*Treffpunkt: Caritas-Suchthilfezentrum • Platz der deutschen Einheit 21
64293 Darmstadt*

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Der Kontakt im Vorfeld kann für Interessierte allerdings hilfreich sein, um etwaige Unsicherheitsgefühle abzubauen.

