

Nach außen gehen! So wie wir gelebt haben und so wie wir jetzt sind - mit Stolz!

Auftakt am 19. Januar 2014 um 11.30 Uhr in der Friedenskirche Kultur.Punkt, Krefeld



In seiner Begrüßung stellte Frank Happel aus dem Sprecherkreis des FAS NRW die Ziele des FAS NRW dar und führte in das Thema „Frauen und Sucht“ ein: Die beiden Arbeitskreise „Männer und Sucht“ und „Frauen und Sucht“ haben sich der geschlechtergerechten, geschlechtersensiblen und geschlechtsspezifischen Suchtselbsthilfe verschrieben und wollen die Zusammenarbeit fördern. „Das hört sich einfach und selbstverständlich an, aber die Tatsache, dass ich als Mann für die Frauenarbeit im FAS NRW zuständig bin, zeigt einen Erkenntnis- und Handlungsbedarf“. Frank Happel ist überzeugt, dass es für ein solch' vielschichtiges und strukturelles Problem keine schnelle Lösung gibt.

Beate Schröder sprach für die „Hannelore und Karl Heinz Böskes-Diebels-Stiftung“. Sie sagte, dass sich die Stiftung seit Jahren bemüht neue und z.T. außergewöhnliche Projekte zu unterstützen. Dabei seien Fachleuten, ob professionell oder ehrenamtlich, die einen anderen Blick auf das Klientel haben und die Potentiale von suchtkranken Menschen auf eine andere Art fördern wollen als durch Betreuung und Behandlung, durch den Vorstand und das Kuratorium der Stiftung angesprochen worden.

Die von Ute Freyer geleitete Moderationsrunde nahm das Thema des Tages „Frauen und Sucht“ auf:

Die Suchtselbsthilfe braucht Veränderung!

Karen Sprenger trug ihr Anliegen vor, dass ein Voneinander-Lernen der Verbände auf örtlicher Ebene und auf Verbandsebene gut tut. „Alles verändert sich – die Bedürfnisse der Menschen, die Sprache, die Angebote!“ Das könnte in ihren Augen auch deutlicher nach außen transportiert werden. „Wir können uns mit Stolz zeigen und mehr nach draußen gehen – so wie die Ausstellung es auch mit Erfolg tut. Weg von der „Komm-Struktur“ und hin zu einer „Geh-Struktur“. Das Angebot muss sichtbar formuliert sein, dann können die Menschen wählen.“

Es ist hilfreich, nach außen zu gehen und sich zu zeigen!

Auch Anne Behnen von der Selbsthilfe-Kontaktstelle in Krefeld empfindet ein Hand-in-Hand-Arbeiten, wenn sie Hilfesuchende an Gruppen vermittelt und sich die anbietenden Gruppen nach außen hin gut darstellen und sich zeigen! „Ich bin berührt, wenn das innere Empfinden nach außen strahlt! Das ist sehr hilfreich, weil andere Menschen das mitkriegen, wenn sich jemand mit seinen Themen mutig zeigt.“ In die politische Dimension ging Anne Behnen, indem sie noch einmal betonte, dass die Themenkreise Männer und Sucht, Frauen und Sucht und Gender immer wieder im Mittelpunkt stehen: Mit unterschiedlichen Erfahrungen, unterschiedlichen Mustern und unterschiedlichen Erwartungen!



Am Anfang am besten in eine reine Frauengruppe!

Hannelore sprach aus der Angehörigenperspektive und betonte die Wichtigkeit von einem Wechsel von Frauen-, Männer- und gemischten Gruppen. Betroffene und Angehörige gehören ebenfalls in eine gemeinsame Gruppe. Die Unterschiede lassen ein Voneinander-Lernen zu.

Sie sagte jedoch auch sehr deutlich, dass die Frauen am Anfang in einer Frauengruppe besser aufgehoben seien, um sicherer zu werden und Vertrauen zu sich selbst zu finden. Co-Abhängigkeit ist eine Erkrankung, die lange Zeit zur Lösung braucht. In einer Frauengruppe kann jede Frau Erfahrungen sammeln, ihr Mitgefühl ausdrücken, zuhören und zu einer Entwicklung in Freiheit beitragen.

Medikamentenabhängigkeit ist deutlich mehr ein Frauenthema!

Auf den Umgang mit der Medikamentensucht im Alexianer-Krankenhaus angesprochen, sagte Pfarrerin Schnelle, die dort als Therapeutin arbeitet, dass Männer im Alexianer-Krankenhaus häufiger behandelt werden als Frauen, diese jedoch häufiger eine Medikamentenabhängigkeit aufweisen.

Die Suchtselbsthilfegruppen machen Angebote im Alexianer-Krankenhaus in Form von Vorstellungen. Es ist sehr wichtig, dass das Thema Sucht nicht ausschließlich auf der „Station 6“ angeboten wird, wo eine spezielle Behandlung für suchtkranke Menschen erfolgt. Das Angebot der Selbsthilfegruppen ist auch für andere Stationen offen, da hier vernetzt gedacht wird: Patienten der psychotherapeutischen Station werden auf die Vorstellungen der Suchtselbsthilfegruppen aufmerksam gemacht. Pfarrerin Schnelle wies darauf hin, dass Depressionen und Sucht sowie weitere Erkrankungen mit Sucht häufig verwoben sind.

„Ich hole mir Hilfe“ ist der entscheidende Schritt!

Stephanie Vohwinkel, Gestalttherapeutin und Gründerin zweier angeleiteter Gruppen für Essgestörte, berichtete von ihrer Verbundenheit mit dem Thema und stellte die Schwere der unter dem Dach „Essstörungen“ zusammengefassten Erkrankungen dar: die Magersucht, die Bulimie und die Adipositas. Die Gruppe „Anker“ für Eltern ist gemischt, die Gruppe „Stern“ mit Betroffenen besteht ausschließlich aus Frauen. Generell ist diese Abhängigkeitsform mit Scham besetzt, tabuisiert - mit einer hohen Dunkelziffer. Das Ziel ist, den Familien, die den Rahmen für die Erkrankung bilden, Mut zu machen, „durch den Schmerz zu gehen“, bevor vier bis fünf Generationen erkranken, was gar nicht so selten ist.

Die Ursachen sind individuell und gesellschaftlich verankert. Stephanie Vohwinkel gab viel Einblick in die Familiendynamik und Familienatmosphäre erkrankter Systeme. Gefühle, die nicht geäußert werden dürfen sind häufig der Hintergrund von Essstörungen. Die erkrankenden Kinder und Jugendlichen ahnen, dass die unausgesprochenen Gefühle die Eltern an nicht verarbeitete Gefühle und Erlebnisse von Ohnmacht, Angst und eigenen Traumatisierungen durch Krieg oder andere gravierende Erlebnisse erinnern könnten. Deshalb werden die Gefühle verdrängt, fehlgeleitet oder „weg“-gegessen. In den Gruppen können die Betroffenen ihre bisher unausgesprochenen Gefühle entdecken lernen, während die Eltern in einer gesonderten Gruppe die eigenen abgewehrten Ängste und Traumata erfahren – „durch den Schmerz gehen“. Entscheidend sind die Bereitschaft dazu und der erste Schritt in eine Gruppe.