

# Der schwere Weg aus der Sucht

**Hürden:** Um Betroffene zukünftig besser zu unterstützen, organisierte die AG Suchthilfe eine Fachtagung. Eine ehemals Betroffene berichtet

■ **Bielefeld** (mr). An manchen Tagen war die Situation für Christa Großmann so schlimm, dass sie sich selbst nicht mehr respektierte. Dabei fing alles schleichend an. „Zuerst merkt man es gar nicht und wenn das nähere Umfeld einen darauf hinweist, verleugnet man sein Alkoholproblem“, sagte die heutige Vorsitzende des Vereins freiwillige Suchthilfe Bielefeld. Erst als ihr Leidensdruck kaum noch auszuhalten war, begab sich Großmann in eine Entzugstherapie und bekämpfte ihre Sucht erfolgreich.

Nun setzt sie sich für Menschen ein, die ebenfalls unter einer Suchtkrankheit leiden und beteiligte sich deshalb an der Ausrichtung der traditionell stattfindenden „Lindenhoftagung“. Organisiert wird die Tagung regelmäßig von der Arbeitsgemeinschaft Suchthilfe in Bielefeld, in der sich unter anderem Selbsthilfegruppen und Behandlungsstellen zusammengeschlossen haben. Auf der Tagung tauschten sich 73 ehren- und hauptamtlich Engagierte in ihren Erfahrungen aus und diskutierten unter dem Motto „Lebenswandel-Wendepunkte“, wie man

Suchtkranken beim Ausstieg aus ihrer Sucht helfen kann. Vor allem die Frage, wie Wendepunkte bei Betroffenen entstehen und gefördert werden, stand bei den Diskussionen im Vordergrund.

„Viele Menschen fürchten sich vor einer Stigmatisierung, wenn sie sich zu ihrer Sucht bekennen“, sagte Daniel Müller, Sozialarbeiter in der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Bethel. Betroffene hätten oft ein falsches Bild von den Vorgängen in einer Klinik und fürchteten sich vor einer Gehirnwäsche. Auch Christa Großmann kennt diese Angst nur allzu gut. „Ich war erst sehr zielstrebig, aber auf dem Weg in die Klinik habe ich selbst gemerkt, dass ich immer langsamer geworden bin“, so die ehemalige Lehrerin.

**»Ich war erst sehr zielstrebig«**

Auch nach einem Entzug müssen sich Alkoholranke weiteren Herausforderungen stellen. „Abstinenz bedeutet viel mehr als nur den Verzicht

auf den Suchtstoff. Für Suchtkranke bedeutet es auch, sich der Frage zu stellen, wie sie mit ihren Beziehungen und Gefühlen umgehen sollen“, sagte die Sozialarbeiterin Ulrike Dickenhorst. Vielen Ängsten könne man nur mit besserer Aufklärung, zum Beispiel seitens der Selbsthilfegruppen, entgegenwirken.

Dass die Gruppen für Suchtkranke in den vergangenen Jahren bereits viel erreicht haben, zeigen auch die Statistiken. Die Anzahl der Alkoholsüchtigen stagniert und in Nordrhein-Westfalen ist die Anzahl derjenigen, die so viel trinken, dass sie kurz davor sind, eine Alkoholsucht zu entwickeln, um zwei Drittel gesunken.

Trotzdem ist noch viel zu tun, dessen ist sich auch Daniel Müller bewusst. „In Bielefeld leben immer noch rund 11.000 Menschen, die alkoholabhängig und 8.000 Menschen, die tablettenabhängig sind“, so der Sozialarbeiter. Zudem seien die Diagnosen für Spielsucht in den letzten Jahren gestiegen. Einer der Gründe dafür, sei die gesteigerte Sensibilität in der Gesellschaft beim Thema Glücksspiel. Um Suchtkranke zu unterstützen, gebe es viele Hilfsangebote in der Stadt.

Darüber, dass Christa Großmann Hilfe angenommen hat und ihre Sucht besiegen konnte, ist sie froh. Zuerst habe sie sich nach ihrem Entzug vor der Reaktion ihrer Arbeitskollegen gefürchtet, völlig zu Unrecht, wie sie heute weiß. „Als ich wieder meinen ersten Arbeitstag hatte, haben mich viele erst einmal umarmt“, sagte Großmann. Sie genieße ihr Leben heute wieder in vollen Zügen und könne Betroffenen nur zu einer entsprechenden Therapie raten.



**Kampf gegen die Sucht:** Cornelia Borgmann (l.), Christa Großmann, Daniel Müller und Ulrike Dickenhorst. FOTO: MARKUS REIFERSCHIED