



„Alkoholiker sind sehr gute Schauspieler“

Kreis Rottweil (him) - Im Rahmen der Suchtwoche wird die „Fachstelle Sucht“ am Samstag 13. Juni auf dem Parkplatz vor dem Culinara-Markt in Rottweil über Suchtprobleme aufklären. Mit dabei sind auch verschiedene Selbsthilfegruppen, die über ihre Angebote berichten wollen.

„Das weiß ich noch genau: Im Mai 2002 hab' ich den letzten Schluck Alkohol getrunken.“ Helga K. aus Schramberg (Name von der Redaktion geändert) hat eine lange Suchtgeschichte hinter sich, bevor es an diesem denkwürdigen Tag vor 13 Jahren endlich klappte mit dem Aufhören. Ihr Mann hatte Helga K. gedroht, er werde von einem Ausflug zu ihrem Lieblingsberg, dem Säntis, nicht mehr zurückkommen, wenn sie nicht endlich etwas gegen die Sauferei unternehme.

Der Baden-Württembergische Landesverband für Prävention und Rehabilitation, kurz BWLV, unterhält in Rottweil in der Schramberger Straße 23 eine Suchtberatungsstelle. Jedes Jahr beteiligt sich die Fachstelle an den Aktionen der Suchtwoche, so die Leiterin der Beratungsstelle Anja Klingelhöfer. Dieses Jahr lautet das Motto: „Weniger ist mehr.“ Ziel der Aktionen sei, das Thema Sucht in die Öffentlichkeit zu bringen. „Die Sucht ist Teil des Alltags vieler Menschen.“

„Ich war damals stinkesauer, als mein Mann ohne mich wegfuhr. Aber irgendwie habe ich kapiert, ich muss was tun.“ Helga K. geht zum Entzug ins Rottenmünster. „Die ersten zwei Wochen fand ich furchtbar, eingesperrt sein, die ersten drei Tage wie im Gefängnis, dann nur raus in den Park in Begleitung.“ Vom Alkoholentzug an sich habe sie - im Unterschied zu den meisten anderen Alkoholkranken - gar nichts gespürt. In vielen Gesprächen mit den Therapeuten während der Langzeittherapie konnte sie aufarbeiten, was sie zur Alkoholikerin hatte werden lassen.

Die Fachstelle Sucht unterstützt eine ganze Reihe von Selbsthilfegruppen, die Suchtkranke oder Angehörige von Suchtkranken gegründet haben, um sich gegenseitig zu unterstützen. In den Gruppen treffen sich nicht nur Menschen, die alkoholkrank sind, auch andere Drogen, Essstörungen, Magersucht, Spielsucht und Medikamentenmissbrauch spielen eine wichtige Rolle bei der Arbeit der Selbsthilfegruppen. Deren Ziel sei es, ein zufriedenes Leben ohne Suchtmittel zu gestalten. Mit dem Info-Tag wolle man nicht abseits ins Vinzenz-von Paul-Hospital beispielsweise, sondern dorthin, wo die Menschen im Alltag sind, erläutert Klingelhöfer: „Da passt das Culinara bestens.“

„Ich bin ohne Vater aufgewachsen“, erzählt Helga K. „Meine Mutter hat alles gemacht, aber nur, wenn eine Flasche Cognac daneben stand.“ Wie viele andere Alkoholkranken sei sie sehr früh in Kontakt mit Alkohol gekommen. Der sorglose Umgang der Eltern mit Bier Wein, Schnaps sei für viele Kinder später ein Problem. Erst in der Therapie habe sie herausgefunden, weshalb sie getrunken hat: „Um Schmerzen und Verletzungen zu verwinden. Ich hab' geglaubt, es merkt ja

„Alkoholiker sind sehr gute Schauspieler“

keiner.“

Den Aktionstag werden die Fachstelle und Mitglieder aus den Selbsthilfegruppen gestalten. Klar ist schon: Der Schauspieler Peter Walter wird ab 11 Uhr stündlich ein kurzes Stück mit dem Titel „Zwiegespräch mit einem alten Bekannten“ aufführen, in dem es um einen Alkoholiker geht, dem die Versuchung mit einer Flasche zu schaffen macht. Aber auch das Gesundheitsamt wird sich beteiligen, drei Praktikantinnen, die Gesundheitsförderung und -management studieren, wollen mit einer alkoholfreien Cocktailbar und einer Lounge besonders Jugendliche ansprechen. „Mit einem schicken Cabrio, Liegestühlen, Palmen, einfach was cooles“, schlägt die angehende Gesundheitsmanagerin Jeannette Kramer vor. Um die Wirkung des Alkohols zu zeigen, verwenden die Suchtberater besondere Brillen, die die Wahrnehmung wie unter Alkohol verzerren. „Die Leute können die Rauschbrillen aufsetzen, und dann versuchen, Bälle in einen Korb zu werfen“, schlägt Bianca Maier vor.

„Wenn ich getrunken habe, hab‘ ich meine Freunde ausgetrickst“, erinnert sich Helga K., „im Wohnzimmer hab‘ ich höchstens mal am Glas genippt. Aber die Flasche stand im Bad. Meine Freunde fanden es immer sehr lustig, dass ich so wenig vertrage. Sie haben ja gar nicht mitbekommen, was ich alles im Bad gesoffen habe.“ Sie selbst habe immer geleugnet, dass sie trinke, „aber man lügt sich da selbst was in die Tasche. Wir Alkoholiker sind auch sehr gute Schauspieler.“

Die Selbsthilfegruppen wie die Anonymen Alkoholiker, die Frauenselbsthilfegruppe oder die Selbsthilfegruppen für Suchtkranke aus Rottweil, Oberndorf oder Schramberg werden beim Selbsthilfetag mit Informationen und Gesprächen für Interessierte bereit stehen. Es gehe nicht darum, den Genuss zu verteufeln, sondern aufzuklären: „Sucht hat viele Vorstufen“, so die Fachstellenleiterin Klingelhöfer, „wir wollen, dass die Leute darüber nachdenken, wie ist mein Alkohol-Konsum?“ Und Angehörige von Suchtkranken sollen erfahren können, welche Hilfen es für sie gibt.

„Für mich war’s ein langer Leidensweg“, erinnert sich Helga K., „ich bin wegen meiner Trinkerei arbeitslos geworden, und hab‘ dann erst recht getrunken. Ich hatte das Gefühl, wenn ich abends trinke, tut es nicht mehr so weh.“ Im Nachhinein findet sie, ihr damaliger Chef hätte früher und härter reagieren sollen. Auch ihre Familie sei lange zu tolerant gewesen. „Aufgehört habe ich erst, als mein Mann ganz klar gesagt hat: ‚Wenn du nichts machst, gehe ich.‘“

Die Studentinnen wollen beim Infotag auch junge Leute darüber aufklären, dass ihr Führerschein schon beim ersten Glas in Gefahr ist. „Vielen Fahranfängern ist gar nicht klar, dass für sie 0,0 Promille gilt“, so Bianca Maier. Und wie schwer - und teuer - es dann mit der medizinisch psychologischen Prüfung, der MPU, sei, den Führerschein wieder zu bekommen, das wüssten die wenigsten ihrer Altersgenossen.

„Noch in der Therapie habe ich Kontakt zur Fachstelle in Rottweil bekommen“, berichtet Helga K.

„Alkoholiker sind sehr gute Schauspieler“

„und bin danach in eine Selbsthilfegruppe gegangen.“ Als eine Gruppenleiterin nicht mehr weitermachen konnte, weil sie rückfällig geworden war, habe sie die Gruppe übernommen. Das erfüllt sie: „Die Gruppe ist toll.“ Und sie weiß aus eigener, leidvoller Erfahrung, wie schwer der Ausstieg ist: „Mir kann keiner etwas vormachen.“ Sie weiß aber auch, welche Leistung es bedeutet, 13 Jahre lang „trocken“ zu bleiben. „Darauf bin ich schon ein bisschen stolz.“

Der Infotag der Selbsthilfegruppen und der Fachstelle Sucht wird am Samstag 13. Juni von 8 bis 16 Uhr vor dem Culinara in Rottweil stattfinden.

Aktionswoche Alkohol

Die fünfte „Aktionswoche Alkohol“ findet bundesweit vom 13. bis 21. Juni statt. Laut der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) ist sie „eine einzigartige Präventionskampagne. Denn sie baut in erster Linie auf Freiwilligkeit, Bürgerengagement und Selbsthilfe.“ Die Veranstalter wenden sich an alle, die Alkohol trinken. Das sind 90 Prozent der Bevölkerung. Die Botschaft der Aktionswoche Alkohol ist: Weniger Alkohol ist besser. Und bei der Arbeit und auf der Straße: 0 Promille. Marlene Mortler, Drogenbeauftragte der Bundesregierung, ist Schirmherrin der Aktionswoche.