BETREUTES WOHNEN SUCHT

Rauchen Sie? Haben Sie bereits mehr als einen ernsthaften Versuch gestartet, damit aufzuhören?

Haben Sie sich schon einmal fest vorgenommen, ein paar Kilo abzunehmen oder sich mehr zu bewegen? Spätestens zum Jahreswechsel – oder ab Montag?

Wie oft haben Sie eigentlich heute schon auf Ihr Handy geschaut oder sind vor dem PC hängen geblieben, obwohl Ihr Partner Sie doch kürzlich erst auf Ihren hohen Medienkonsum angesprochen hat?

Kennen Sie das innere Bedürfnis, sich selbst in stressigen Zeiten etwas Gutes zu tun? Möglicherweise haben Sie dabei auch schon einmal Geld ausgegeben für etwas, was Sie eigentlich gar nicht brauchen?

Und? Können Sie mindestens eine der Fragen mit „Ja“ beantworten?

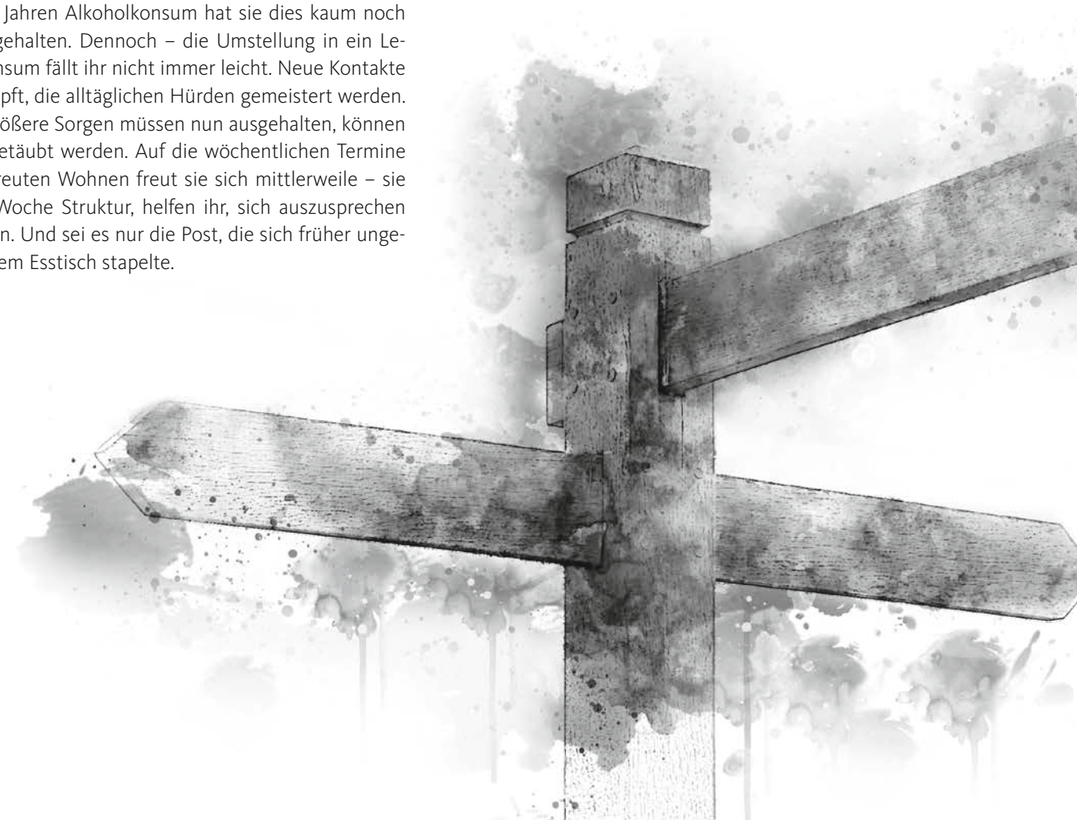
Dann wissen Sie aus eigener Erfahrung, wie schwer es uns Menschen fällt, unsere Gewohnheiten langfristig zu ändern oder liebgewonnene Rituale aus unserem Leben zu streichen.

„Veränderung beginnt mit einem ersten Schritt“ – so heißt es. Den Weg weiterzugehen, so steinig er auch sein mag, ist die eigentliche Herausforderung.

*Wir vom **Betreuten Wohnen Sucht** begleiten Menschen auf diesem Teil ihres Weges. Wir orientieren uns dabei an ihrem Alltag und ihren Bedürfnissen. Die Beziehung zu den Menschen, die unsere Unterstützung in Anspruch nehmen, ist für uns die bedeutendste Grundlage unserer Arbeit.*

8:30 UHR: Herr Michel ruft an um mitzuteilen, dass er ein Schreiben vom Jobcenter erhalten hat. Er klingt aufgeregt. Beim geplanten Hausbesuch am Nachmittag werden wir uns das Schreiben gemeinsam anschauen.

9:00 UHR: Herr Bernhardt ist rückfällig. Seit vielen Jahren bestimmt der Alkohol sein Leben, immer wieder versucht er, eigenständig einen Entzug durchzuführen. Oft endeten diese Versuche auf der Intensivstation eines Akutkrankenhauses. Diesmal ist es anders. Herr Bernhardt hat sich bereits am zweiten Tag seines Rückfalls eine Einweisung zur Entgiftung in der Psychiatrie organisiert. Das ist ein kleiner Erfolg für ihn. Überhaupt: dass Herr Bernhardt noch lebt, ist nicht selbstverständlich. „Unkraut vergeht nicht“, sagt er selbst. Zwanzig Jahre lang hat er Heroin und „Partydrogen“ konsumiert, litt an einer sog. „Politoxikomanie“ (Mischkonsum). Fast alle seiner damaligen Freunde aus der „Szene“ sind bereits verstorben. Seine Sucht hat sich auf den Alkohol verlagert. Die körperlichen Folgeschäden spürt er. Dennoch: der Wunsch nach einem abstinenten Leben ist da. Und nach Arbeit, wenn auch nicht mehr auf dem ersten Arbeitsmarkt, dieser Belastung hält er nicht mehr stand, das gesteht er sich ein. Aber auch hier gäbe es Möglichkeiten – allerdings erst nach der Entgiftung.

11:00 UHR: Ich bin mit Frau Schäfer verabredet. Es steht ein gemeinsamer Besuch bei ihrem Neurologen an. Das macht Frau Schäfer immer etwas nervös. Dabei hat sie heute allen Grund, stolz auf sich zu sein: Vor genau einem Jahr schloss sie ihre Langzeittherapie ab – bis heute lebt sie abstinent. Nach fast 20 Jahren Alkoholkonsum hat sie dies kaum noch für möglich gehalten. Dennoch – die Umstellung in ein Leben ohne Konsum fällt ihr nicht immer leicht. Neue Kontakte wollen geknüpft, die alltäglichen Hürden gemeistert werden. Kleine und größere Sorgen müssen nun ausgehalten, können nicht mehr betäubt werden. Auf die wöchentlichen Termine mit dem Betreuten Wohnen freut sie sich mittlerweile – sie geben ihrer Woche Struktur, helfen ihr, sich auszusprechen und zu ordnen. Und sei es nur die Post, die sich früher ungeöffnet auf ihrem Esstisch stapelte.

14:00 UHR: Beim Hausbesuch mit Herrn Michel vom Morgen stellt sich heraus, dass das Schreiben vom Jobcenter einen Termin beinhaltet – seine Arbeitsfähigkeit soll untersucht werden. Da er unsicher im Umgang mit Behörden ist, sage ich ihm meine Begleitung zu. Das stimmt ihn etwas ruhiger. Vor einiger Zeit wurde bei Herrn Michel neben seiner Alkoholabhängigkeit eine Depression diagnostiziert. Zurzeit lebt er abstinent, aber sehr isoliert in seiner kleinen Wohnung.
Im Rahmen einer Entzugsbehandlung vor einem Jahr wurde ihm das Betreute Wohnen empfohlen. Anfangs war er wenig begeistert davon, fremden Menschen Zutritt zu seiner Wohnung zu gewähren. Mittlerweile fühlt es sich für ihn nicht mehr fremd an, er hat Vertrauen gewonnen, die Beziehung ist gewachsen.
Nach dem gemeinsamen Wocheneinkauf (Herr Michel hat Schwierigkeiten, sein Geld einzuteilen und manchmal fehlen ihm noch Ideen für Abwechslung auf dem Speiseplan) kann er sich heute auf einen kurzen Spaziergang einlassen. Letzte Woche hat er zum ersten Mal am Freizeitangebot des Betreuten Wohnens teilgenommen. Im Schwimmbad war er, und trotz anfänglicher Skepsis kann er heute berichten, wie entspannt er sich anschließend gefühlt hat.