SUCHT-BERATUNG

Zu uns kommen Menschen aus allen Gesellschaftsschichten. Die meisten sind berufstätig, manche davon in Positionen, in denen sie extrem große Verantwortung tragen, wie z.B. die OP – Schwester. Natürlich kommen auch Menschen zu uns, die durch ihre Abhängigkeitserkrankung schon vieles verloren haben. Wir beraten nicht "den Alkoholiker" oder „die Drogensüchtige", sondern Menschen mit einer Abhängigkeitserkrankung.

Im Anschluss möchte ich unsere Klientinnen und Klienten selbst zu Wort kommen lassen. Sie können am ehesten einen Einblick in ihre Erfahrungen geben!

Wir beraten Menschen jeden Alters, die von einer Abhängigkeitserkrankung betroffen sind, sowie deren Angehörige, Freunde und Bezugspersonen. Unsere Arbeit gestaltet sich sehr abwechslungsreich, da die Beratungsgespräche so verschieden sind wie die Menschen, die zu uns kommen. Oft werde ich gefragt (wobei die Frage eher wie eine Feststellung klingt): „Suchtberatung – oh, das ist doch bestimmt eine sehr harte Arbeit?!" Hinter dieser Annahme steckt vermutlich ein Vorurteil, ein Bild vom „typischen" arbeitslosen Alkoholiker, der trinkend am Kiosk steht und ungepflegt und insgesamt "runtergekommen" ist. Solche extremen Bilder halten sich sehr hartnäckig – vielleicht, weil Menschen so am ehesten Distanz zu dem unangenehmen Thema „Sucht" aufrechterhalten können. Fakt ist: Der größte Anteil unserer Klientinnen und Klienten entspricht diesem Bild keineswegs. Allerdings sind auch sie häufig selbst mit diesem Bild des „typischen" Alkoholikers aufgewachsen, und dieses Fremdbild prägt nun ihr Selbstbild. Das führt zu Schamgefühlen und die Betroffenen verschleiern ihr Problem. Es ist häufig eine große Entlastung, wenn unsere Klientinnen und Klienten ihr beschämendes Selbstbild korrigieren können und ihre Erkrankung zu verstehen beginnen.

„Ich war traurig und allein, dann habe ich was getrunken und habe gemerkt es wird leichter. Dann habe ich halt weiter getrunken, weil es ja geholfen hat."

„Wenn ich spiele [League of Legends], habe ich die Kontrolle – da bin ich gut drin! Das ist das krasse Gegenteil von dem, wie ich mich in der Schule erlebe."

„Ich hab immer gedacht, ich bin an allem Schuld! Erst jetzt versteh ich, was die [Eltern / Pflegeeltern] mit mir gemacht haben. Ich habe die Drogen gebraucht. Jetzt will ich endlich ohne Drogen leben!"

„Endlich mich ohne Drogen kennenlernen, ich freue mich auf mich!"

„Ich bin in die Reha gegangen, weil meine Familie das wollte. Hab gedacht, dann lassen die mich mal in Ruhe. Ich hätte nie gedacht, dass ich ernst mache! Jetzt bin ich trocken, das hätte ich nie geglaubt!"

„Heute sage ich noch, ich darf nichts trinken. Ich freue mich auf den Tag, an dem ich sagen kann, ich brauche nichts zu trinken."

„Mir geht es wie diesem Musiker, der gesagt hat: Man kann gut ohne Alkohol leben, aber es macht alles weniger Spaß! Das erlebe ich auch noch so. Ich möchte tiefe Freude ohne Alkohol erleben können."

„In der Klinik ist mir klar geworden, dass ich Depressionen und ein sehr geringes Selbstwertgefühl habe. Das habe ich mit dem Alkohol unterdrückt. Ich verstehe jetzt, wie das alles auch mit meiner Kindheit zusammenhängt."

„... man kann sich ja nie sicher sein, ich werde mir immer vor Augen halten, was ich durch meine Abstinenz gewonnen habe, und was ich verlieren würde, wenn ich wieder Alkohol trinken würde. Abstinent zu leben ist deutlich leichter, als ich mir das vorgestellt habe.

„Ich genieße mein Leben mit meiner Frau und fühle mich so stark wie lange nicht mehr."

„Ich bin jetzt endlich in der Klinik – mir geht es gut. Ich habe meiner Therapeutin gesagt, dass Sie immer an mich geglaubt haben, jetzt glaube ich an mich!"

Natürlich erleben wir nicht nur Erfolgsgeschichten in unserer Arbeit. Manche Menschen brechen ihren Veränderungsprozess plötzlich ab und kommen irgendwann wieder – manche auch nie mehr.

Ob ein Veränderungsprozess gelingt oder nicht, hängt weniger von unserem Wirken ab, sondern vielmehr von den Ressourcen der Betroffenen und den Entscheidungen, die nur sie selbst treffen können. Wir können sie darin unterstützen, ihre Ressourcen zu erschließen. Ich vergleiche unsere Arbeit gerne mit dem Zusammenspiel zwischen einem Piloten und den Fluglotsen: Der Klient ist der Pilot, der das Ziel des Fluges anfliegt, er ist der Kapitän. Wir sind die Fluglotsen, die den Flug navigieren und darauf achten, dass der Flug sicher verläuft. Wir begleiten damit das Erreichen des Ziels.

Auch wenn wir die notwendigen Prozesse für die Klienten nicht übernehmen können, haben wir doch die Möglichkeit, Prozesse anzustoßen und zu begleiten. Wir nehmen an der Veränderung der Ratsuchenden teil, indem wir sie emphatisch begleiten. Dementsprechend sinnvoll erlebe ich unsere Arbeit!