

## Eine nüchterne Geburtstagsparty

Der Eutiner Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe feierte seinen 30. Jahrestag. Angehörige und Betroffene erzählen:

Die einen tranken „nur“ abends in ihrem Kämmerlein, die anderen konnten sich auch irgendwann tagsüber ihrer Sucht nicht mehr entziehen. Anstelle aufzustehen und auf Arbeit zu gehen, ging das erste Bier auf oder es wurde sich „die Nase gepudert“.



Foto: PublicDomainPictures

Die Sucht bestimmte ihren Alltag – oft Jahre, manchmal gar Jahrzehnte lang.

Die rund 60 Mitglieder verschiedenster Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, die am Sonnabend in der Süseler Grillkuhle ein Wiedersehen und den 30. Geburtstag der Eutiner Gruppe feierten, eint eines:

Sie gehen offen mit ihrer Suchtproblematik um, ob als Betroffene(r) oder Angehörige(r). Auslöser dafür war in den meisten Fällen ein Schlüsselerlebnis.

„Der Leidensdruck der Betroffenen muss groß genug sein. Es bringt nichts, wenn Angehörige denjenigen zwingen, eine Therapie zu machen oder sich Hilfe zu suchen, wenn dieser gar nicht das Problembewusstsein hat“, sagt Manfred. Er spricht aus eigener Erfahrung: Bei seiner Frau brauchte es die kompliziert gebrochene Schulter nach dem Sturz von der Treppe. Bei der Einlieferung ins Krankenhaus erzählte es Manfred den Ärzten, suchte Rat bei der Hausärztin, die sofort den Kontakt zum Lensahner Freundeskreis herstellte. „Einen Tag später

hat uns Udo, der noch heute die Gruppe dort leitet, im Krankenhaus besucht und erzählt, welche Hilfe es gibt. Davon wusste ich vorher gar nichts.“

Sie sind sofort per „Du“, so wie alle in den Freundeskreisen. Es geht um den Menschen, nicht um Titel. Das macht es persönlicher.

Seine Frau schaffte es dank Freundeskreis ohne Therapie, trotz jahrelangem Wodka-Konsum. „Da ist sie eine der wenigen“, weiß ihr Mann. „Wann immer ein Rückfall drohte, halfen Gespräche mit anderen Mitgliedern der Gruppe. Das ist sehr wichtig. Auch für mich.“

Betroffene bestätigen das: „Die, die während unserer aktiven Sucht wirklich gelitten haben, waren unsere Angehörigen. Uns ging es ja immer gut, wir waren voll oder vernebelt“, sagt Klaus Reithmeier.

Er hat sich zum Moderator der Eutiner Gruppe qualifiziert und ist seit Anfang der 2000er Mitglied. „Ich bin Polytoxikomane“, erklärt er. Mit Hasch und dem Konfirmandenbier fing aus seiner heutigen Perspektive alles an.

Da ist er nicht allein. Viele trockene Alkoholiker, die heute 50 und älter sind, nennen das als „den Anfang“ mit legalen Rauschmitteln. Klaus probierte weiter aus: Speed, Opiate, Alkohol, ... und spielsüchtig sei er auch mal gewesen. Heute ist er clean und stolz darauf, wie alle, die es schaffen, von ihrer Sucht zu lassen.

Aber: „Die Abhängigkeit begleitet uns ein Leben lang. Es ist eine nicht heilbare Krankheit und wir müssen lernen, damit umzugehen“, sagt Eddi Nawotke, Leiter der Eutiner Gruppe. Bei ihm zu Hause heißt das: Kein Alkohol. Wenn Feiern sind, bringen die Gäste ihre Flaschen mit und nehmen sie auch wieder mit nach Hause.

Die Unterstützung seiner Frau war ihm immer sicher: „Ich wusste, dass er ein liebenswerter Mensch war, den der Alkohol verändert hat. Ich wollte einfach meinen Eddi von vor der Sucht wiederhaben“, sagt sie. Freunde haben sie dabei unterstützt, denn sie gingen nach der Therapie offen mit dem Thema um. „Das ist das Wichtigste. Dann bohrt auch keiner, ob man nicht doch einen Schluck mittrinken wolle“, sagt Eddi.

Doch nach der Therapie der Betroffenen kommt oft die nächste Herausforderung für die Angehörigen: „In einer solchen Therapie lernt man, wieder selbstbestimmt zu leben, geht gestärkt heraus mit mehr Selbstbewusstsein und Willenskraft“, sagen Betroffene einmütig.

„Für mich war das schon eine Umstellung. Denn als er noch getrunken hat, hab ich den Laden allein schmeißen müssen, alle Entscheidungen getroffen: Mein Kind, mein Hund, mein Auto...Und plötzlich wollte er wieder mitreden und hatte ganz eigene Vorstellungen“, erinnert sich Eddis Frau.

Sie haben es geschafft. Weil die Betroffenen wissen, wie wichtig die Angehörigen sind, gibt es in vielen Freundeskreisen gemeinsame Treffen. Eutin hat seit einem Jahr auch eine Gruppe, die nur für Angehörige ist, neben der Betroffenen-Gruppe.

Gefeiert haben die Eutiner den 30. Geburtstag mit Freunden aus dem ganzen Land – wie es für die Freundeskreise üblich ist. Eddi Nawotke: „Das Schöne am Freundeskreis ist auch, dass sich aus der Gruppe wirklich viele Freundschaften entwickelt haben.

Die Menschen treffen sich nicht nur einmal die Woche, sondern regelmäßig auch in anderen Netzwerken. Das hilft und das ist schön. Seine Sucht spielt in Eddis Leben noch immer eine große Rolle – aber er bestimmt, wann: „Ich habe mein Problem zum Hobby gemacht, würde ich das nicht tun, laufe ich vielleicht Gefahr, in alte Verhaltensmuster zu fallen und da will ich nie wieder hin. Er ist seit 1998 trocken.

Constanze Emde

Die Treffen des Eutiner Freundeskreises sind immer mittwochs.

Infos unter 0176/38096476