

„Integration junger Menschen in die Suchtselbsthilfe“

Bericht von Kim Ivana Mävers

Nach langen und intensiven Vorbereitungsarbeiten war es am 3.11.2007 dann endlich so weit: Das Seminar „Integration junger Menschen in die Suchtselbsthilfe“ fand in der Fachklinik „Schloss Falkenhof“ in Bensheim statt. Dieses Seminar lief erstmals ein wenig anders ab als bisher üblich. Zum einen wurde es nicht nur von jungen Menschen geplant, sondern auch teilweise von ihnen moderiert. Die Teilnehmerquote junger Menschen war auf diesem Seminar sehr hoch (1/3) und so konnten wir in drei Kleingruppen arbeiten, die jeweils von 1-2 jungen Suchtkranken moderiert wurden, und in denen zusätzlich auch jüngere Teilnehmer beteiligt waren. So kam es zu dem gewünschten regen Austausch zwischen älteren und jüngeren Suchtkranken und Angehörigen. In den Kleingruppen wurden jeweils drei Themen bearbeitet.

Ein kleiner Einblick:

T hema 1: **Wo und wie holen wir die Jungen ab?**

Hierzu gab es sehr viele Vorschläge, vor allem zum Wo. In der Öffentlichkeitsarbeit muss sehr viel mehr geschehen. Das heißt wir müssen präsent sein, in den Medien, in Schulen, Jugendtreffs, Sportvereinen, bei Ärzten, in Krankenhäusern, bei der Polizei, in Beratungsstellen, bei Therapeuten usw. In diesem Bereich muss sehr viel mehr geschehen als bisher. Die jungen Suchtkranken müssen überhaupt erstmal auf die Hilfsangebote aufmerksam gemacht werden, denn so ganz von allein kommen die Wenigsten.

Aber auch zum Wie kamen einige Vorschläge, die man beachten sollte, wenn man mit jungen Suchtkranken zusammenarbeiten möchte. Da wäre die eigene Betroffenheit sehr wichtig, das gibt ein Stück Verbundenheit. Aber auch Ehrlichkeit und Sensibilität, genauso wie Authentizität, keine Vorurteile und das Ernstnehmen von Jung und Alt gegenseitig sind wünschenswerte Voraussetzungen. Ganz wichtig war uns: Keine Belehrungen!

T hema 2: **Wie gehen wir miteinander um?**

Im Grunde sind hier Verhaltensregeln zusammengetragen worden, die selbstverständlich sein sollten, egal ob man mit jungen oder mit älteren Menschen zusammen arbeitet. Es fielen Begriffe wie Akzeptanz, respektvoller Umgang, Ernstnehmen, Toleranz, Unvoreingenommenheit. Für mich, und ich denke auch für viele andere, sind dies alltägliche Verhaltensformen, die ich jedem Menschen entgegenbringe, deswegen wurde das Thema in einer Gruppe ein wenig abgeändert zu dem Satz: Wir wünschen uns, so miteinander umzugehen!

Und daraufhin wurde noch ergänzt, dass Unterschiede zwischen jungen und älteren Menschen verständlicherweise vorhanden sind und auch deutlich gemacht werden dürfen. So könnte sich vielleicht ein besseres gegenseitiges Verständnis entwickeln. Man kann von einem Menschen Anfang 20 nicht erwarten, dass dieser sich entschließt, in seinem langen, restlichen Leben keinen einzigen Schluck Alkohol mehr zu trinken, selbst wenn es aus Sicht der „Erfahrenen“

sinnvoll erscheint. Es sollte weder Dogmen noch Überheblichkeit geben. Zum besseren gegenseitigen Verständnis wurde ein Kommunikationstraining angeregt: Man sollte Zuhören können und auch eine motivierende Gesprächsführung ist sehr wichtig.

T hema 3: **Welche Veränderungen sollen / müssen passieren?**

Zu diesem Thema wurde eindeutig am meisten gesagt und es kamen sehr viele gute Vorschläge zusammen.

Es gilt festzustellen, dass es immer noch einige Menschen / Gruppe im Kreuzbund gibt, die Angst vor Veränderungen haben oder keine Veränderungen wollen. Diese Angst sollte wir versuchen zu nehmen, denn Veränderung ist nichts Schlimmes, sondern etwas, das uns nach vorne bringt, das uns weiter bringt, das uns eine Entwicklung bringt, die brauchen wir!

Natürlich stand auch hier die Aufklärungsarbeit wieder ganz vorne, denn ohne sie geht es einfach nicht. Dazu gehört die Öffentlichkeitsarbeit, die Vorstellung in Kliniken, Schulprävention aber vor allem auch das öffentliche Erscheinungsbild des Kreuzbundes. Denn wie sollen neue, junge Mitglieder gewonnen werden, wenn die Lockmittel so bleiben wie sie derzeit noch sind (Mitgliederwerbung-Flyer). Ansonsten wurde vorgeschlagen, die Gruppen miteinander zu vernetzen, damit sich auch untereinander Gruppen übergreifend ausgetauscht werden kann. Auch eine Kontaktbörse war Thema und stieß auf positive Resonanz. Was sehr deutlich auffiel und auch ein großes Problem darstellt: dem Kreuzbund fehlt das „Mittelalter“, das heißt es fehlen die Leute zwischen jung und alt, auch als Vermittler zwischen ihnen. Genau so wichtig wie das Abbauen der Angst vor Veränderung ist auch das Abbauen der Vorurteile. Jungen Gruppen muss mehr Verantwortung übertragen werden, Vertrauen entgegengebracht werden. Wie dieses Seminar gezeigt hat, sind auch sie in der Lage, ein Seminar zu gestalten und das nicht unbedingt schlechter als es ein erfahrener Kreuzbündler gemacht hätte.

Lange diskutiert wurde über Freizeitgestaltungen und Seminare mit und für junge Suchtkranke, bzw. Seminar „für Alle“. Hier sollte man bedenken, dass es grade für junge Menschen ein sehr wichtiges Thema ist, denn oft werden sie durch die Sucht komplett aus ihrem Freundeskreis gerissen und haben kaum noch Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung ohne dabei wieder in die alten Schienen zu geraten.

Auch bei den Seminaren sollte sich etwas ändern. Themen die junge Suchtkranke interessieren, die Gestaltung und mit Einbeziehung junger Menschen in die Seminare. Jedoch auch die Gestaltung der Flyer für die Seminare könnte etwas bunter und ansprechender werden. Gleichberechtigung, keine Ablehnung, das Laufen lassen an der „langen Leine“, keine Bevormundung und noch so vieles mehr, was eigentlich selbstverständlich sein sollte.

Dann wurde noch etwas angesprochen, was ich persönlich für sehr wichtig und auch hilfreich empfinde: die Patenschaft für neue junge Gruppen. Eine offene und erfahrene Stütze, die mit Rat und Tat zur Seite steht, hilft aber nicht einschränkt. Und noch ein sehr wichtiges Thema: die Senkung der Kosten für junge Suchtkranke. Sie leiden darunter, dass sie durch Abbruch von Ausbildung, Schule usw. kaum in der Lage sind ihren Lebensunterhalt zu bestreiten, dennoch aber etwas für sich tun wollen, wenn sie dann den Weg in die Selbsthilfe gefunden haben. Die Teilnahme an Seminaren und anderen Aktivitäten sollte der Kreuzbund ihnen erleichtern. Es wurden sehr viele wirklich gute Vorschläge gemacht und, wenn wir nur einen kleinen Teil davon umsetzen können, sind wir schon ein riesiges Stück weiter!

Z usammenfassend kamen wir zu diesen vier Schlussfolgerungen:

Fazit 1: Gemischte Gruppen sind gut, solange der Altersunterschied nicht zu groß ist.

Fazit 2: Orientierung gibt es durch Gespräche mit erfahrenen Gruppenmitgliedern.

Fazit 3: Beide Seiten profitieren: Ältere: die Gruppe wird lebendiger. Jüngere: von der Erfahrung der Älteren.

Fazit 4: Junge Suchtkranke an der „langen Leine“ lassen, jedoch trotzdem Regeln vermitteln und vorleben, gegebenenfalls auch einfordern und einen „Paten“ zur Seite stellen.

Insgesamt ist dieses Seminar wirklich sehr gut gelaufen. Selten haben Jung und Alt so offen miteinander diskutiert und – was noch wichtiger erscheint – neue Ideen und Vorschläge auf die Reise gebracht. Ich denke die jungen Suchtkranken haben sehr erfolgreich gezeigt, dass auch sie etwas tun wollen, etwas verändern wollen. Die „Alten“ haben klar gemacht, dass sie dabei sind. Wir alle haben ein Problem, also sollten wir auch alle gemeinsam etwas tun, miteinander und nicht gegeneinander!! Wir sollten begreifen, dass in allen unseren Köpfen gute Ideen stecken die uns weiterbringen, egal ob der Kopf 20 Jahre alt ist, 40 oder 60. Und dieses Seminar war ein guter Anfang!!

Entsprechend entspannt war dann auch der zweite Teil des Seminars, der so auch noch nicht häufig im Kreuzbund DV Mainz stattgefunden hat: Nach einer kleinen Pause fand unter mittlerer Beteiligung ein Dart-Turnier statt, für das die Klinik uns ebenfalls einen Raum zur Verfügung gestellt hatte. Für Verpflegung haben dieses Mal die Mannheimer Gruppen gesorgt. Außerdem stand im Raum auch noch ein Tisch-Fußballspiel, dem in den Pausen auch noch ordentlich mit viel Temperament und Hallo eingeheizt wurde. (Es hätten sich gern auch noch mehr Kreuzbündler beteiligen können!) Entspannter kann man ein Seminar nicht beenden! Dank an Alle, die sich an der Vorbereitung beteiligt haben, und auch an Alle, die sich so aktiv in dieses Seminar eingebracht haben. Der Ausschuss wird seine Kraft daran setzen, die erarbeiteten Ideen und Vorschläge umzusetzen. Bis zum nächsten Jahr?!

Kim Ivana Mävers
Jugend-Suchtselbsthilfegruppe
Darmstadt