

# Den Alltag wieder bewältigen lernen

Diakonie und Selbsthilfegruppen arbeiten eng zusammen

Eng vernetzt ist die Diakonie Fachstelle Sucht mit den Selbsthilfegruppen – und das hat mehrere Gründe. Zum einen, weil sie die Alkoholiker während ihrer ambulanten medizinischen Rehabilitation, die die Diakonie anbietet, unterstützen, erläutert Hermannus Hüser von der Fachstelle Sucht. Aber auch nach Abschluss der Rehabilitation, stationär oder ambulant, seien die Selbsthilfegruppen eine wichtige Anlaufstelle für die Suchtkranken.

„Therapien sind zeitlich begrenzt, danach fangen die Selbsthilfegruppen die Suchtkranken auf“, sagt Hüser. Zwei- bis dreimal im Jahr treffen sich die Diakonie-Mitarbeiter mit den Ehrenamtlichen der Selbsthilfegruppen zum Austausch und zur Information. „Wir machen natürlich auch auf das Beratungsangebot der Diakonie aufmerksam“, erzählt Gisela Richter, die sich gemeinsam



**Mitglieder der Selbsthilfegruppe (v.li.): Gisela Richter, Michael Kunze, Wolfgang Richter und Wolfgang Ullrich (re.). Hermannus Hüser (2.v.re) arbeitet in der Fachstelle Sucht.** FOTO HELMBOLD

mit ihrem Ehemann Wolfgang Richter seit rund 18 Jahren im Freundeskreis Suchtkrankenhilfe e.V. Dortmund aktiv engagiert.

Neben Erstkontaktgruppen gibt es Gesprächskreise. Ziel sei es, dass die Alkoholabhän-

gigen irgendwann ihren Alltag wieder selbst bewältigen können, erläutert Wolfgang Ullrich von Return – Suchtselbsthilfe e.V. Dortmund. „Bei den Gruppensitzungen lernen die Teilnehmer sich im Gespräch durchzusetzen“,

sagt Michael Kunze, der seit 1984 Mitglied im Freundeskreis Suchtkrankenhilfe e.V. ist. Ein neuer Umgang mit sich und anderen würden erlernt.

Da die Suchtkranken sich einen neuen Freundeskreis

aufbauen müssen, werden von den Selbsthilfegruppen auch alkoholfreie Freizeitaktivitäten organisiert.

## Gruppen für Freizeitaktivitäten

So habe sich in der Suchtselbsthilfe Return e.V. eine Radfahrgruppe gebildet und auch ein Tanzkurs-Angebot sei gut angenommen worden“, erzählt Wolfgang Ullrich. So entstünden neue Freundschaften innerhalb der Selbsthilfegruppen. Sie ermöglichen, dass sich die „Trockenen“ auch gegenseitig unterstützen, um nicht rückfällig zu werden. Aber natürlich können im Notfall auch jederzeit die Ehrenamtlichen der Selbsthilfegruppen kontaktiert werden. *br*

**i** Fachstelle Sucht:  
Tel. (0231)8494461; Freundeskreis Suchtkrankenhilfe e.V.:  
Tel. (0231)215505; Return: Tel. (0231)72973339.