

Ein Stuhl, eine Freund, ein Freundeskreis

„Damals war ich mit Alkohol wer, heute bin ich ohne wer“



Bei den Freitags-Treffs des Freundeskreises Suchthilfe Westallgäu im evangelischen Pfarrheim haben Suchtkranke und Angehörige im Stuhlkreis Zeit und Ruhe, der Sucht und ihrer Bewältigung auf die Spur zu kommen. Foto: vio

Der Freundeskreis Suchthilfe Westallgäu arbeitet erfolgreich mit suchtkranken Menschen. Stuhlkreise haben etwas Gutes. Es gibt keine Tische, Wände, Tafeln oder Sonstiges, hinter dem man sich verstecken könnte. Jeder, der auf einem Stuhl im Kreis mit anderen sitzt, ist der, der er nun mal ist, nicht mehr und nicht weniger.

Vor allem aber, kann er nicht ausbüxen oder Ausflüchte suchen, sondern sich dem, was in dem Kreis geschieht, stellen, sich selbst damit konfrontieren, was die anderen sagen und die anderen damit, was in ihm selbst vor sich geht. Der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Westallgäu arbeitet seit 36 Jahren sehr professionell und sehr erfolgreich. Gegenwärtig hat der Verein, 120 Mitglieder und im Schnitt zehn Besucher bei den wöchentlich stattfindenden Treffen.

Immer freitags, von 20 bis 22 Uhr geht es im evangelischen Pfarrheim an der Sedanstraße zur Sache und ans Eingemachte. Vorsichtig und im gegenseitigen Respekt, aber in der gebotenen Offenheit und Ehrlichkeit. „Der Freundeskreis kümmert sich um alle Süchte, Alkohol, Tabletten, Drogen, vor allem aber um Alkoholsucht“, sagt Wolfgang Paulmann, Vorsitzender, und selbst einmal in den Fängen des Königs Alkohol. Wer hier im Stuhlkreis sitzt, hat ihn, den inneren Schweinehund, bereits besiegt oder weiß sich nicht mehr zu helfen und sucht Rat.

Neue Freude mit neuen Freunden

Verkäuferin Gerti zum Beispiel, 29 Jahre alkoholkrank und seit 17 Jahren „trocken“. Sie hat das volle „Programm“ hinter sich. Zweifel, Wut, der ständige Zwang zu trinken, Kontrollverlust, stationäre Therapie, Rückfall, Freundeskreis. Inzwischen hat es die 60-jährige geschafft. Das Leben ist für sie endlich wieder lebenswert, ohne Alkohol und mit neuen Freunden. Seit zehn Jahren kommt sie regelmäßig zu den Freitags-Treffs und ist recht froh darüber. Sie weiß: Die Alkoholsucht ist nicht weg, wenn man sie überwunden hat, sondern im Hintergrund immer da.

Gemeinsam in die Zukunft

Oder Grafiker Schorsch, heute 61 Jahre alt und seit zehn Jahren trocken. Er trank aus Zurückhaltung und Schüchternheit, „nicht öffentlich“. Er benutze den Alkohol, „um das zu tun, was er sich ansonsten, ohne Alkohol nicht traute zu tun.“ Seine Suchtkarriere war schleichend. Bis ihm seine Frau Meggi eines Tages Prospekte der Suchtkrankenhilfe auf den Tisch legte. Er merkte nicht, dass er es war der die Probleme hatte. Nachlassende Arbeitskraft, zunehmende Existenzangst, Trennungsandrohung der Ehefrau. Nun kommt er schon seit zehn Jahren zum Freundeskreis und hat es nie bereut. „Hier habe ich Freunde gefunden und gelernt, wie man gut lachen und feiern kann – auch ohne Alkohol“, sagt Schorsch. Seine Ehefrau ist froh, mit in den Freundeskreis gegangen

zu sein. „Der Freundeskreis hat mir als Angehörige geholfen zu verstehen, was Sucht bedeutet. Wir haben unser gegenseitiges Vertrauen wieder aufgebaut und sind ein Paar geblieben“, schildert sie die positive Wirkung des Freundeskreises. Vorsitzender Wolfgang Paulmann kann das nur bestätigen. „Der Freundeskreis ist auch für die Angehörigen Suchtkranker da; sie müssen sich nur trauen, dazu zu kommen.“ Der Techniker, leitet die Freitagszusammenkünfte des Freundeskreises seit elf Jahren. „Das ist meine Lebensversicherung, dass ich nicht mehr trinken muss“. vio

Freundeskreis Aktivitäten

Der Freundeskreis Suchtkrankenhilfe Westallgäu bietet neben den offenen Freitagsrunden eine ganze Reihe von Aktivitäten für Abhängige, die sich aus ihrer Sucht verabschieden wollen und das nicht alleine können: Mai- und Herbstwanderung, Sommer- und Weihnachtsfest, Hütten-Wochenenden, Männer- und Frauenseminare beim Landesverband mit der Möglichkeit, an Freizeiten mit therapeutischer Begleitung teilzunehmen. Kontakt über: Vorsitzender Wolfgang Paulmann, Brunnenbühl 10, 88161 Lindenberg, Telefon: 01522/9279197 oder per mail: wolfgang.paulmann@tpp-hls.de