

Bericht FHS 3 Falkenhof

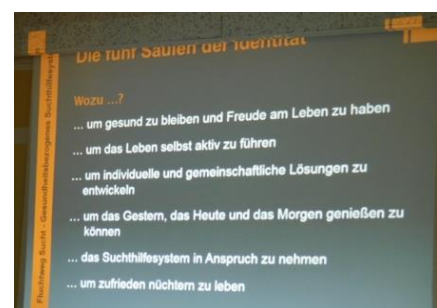
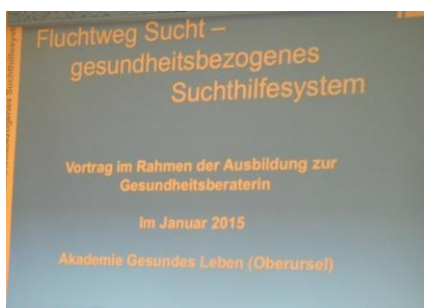
Zum letzten Seminar des Jahres im Falkenhof unter der Leitung von Christin Müller hatten 18 Teilnehmende ihr Interesse angemeldet. Nach der üblichen und herzlichen Begrüßung sowie einer kleinen Stärkung konnte man nun in das Tagesgeschehen einsteigen.

Thema: Die vergessenen Angehörigen oder: wenn die Liebe ertrinkt

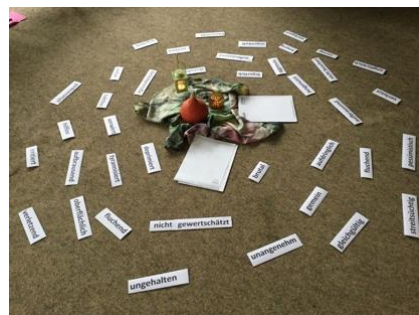
Die Arbeit mit Angehörigen im Kreuzbund hat seit geraumer Zeit einen gewichtigen Stellenwert eingenommen. Was sollten Angehörige wissen, um sich adäquat (Wichtigkeit-Bedeutung-Herkunft) mit betroffenen Partnern/ Familienangehörigen und Freunden auseinander zu setzen. Wie sehr, das zeigt, wenn die innere Balance in der Familie aus dem Gleichgewicht gerät. Daher sind Angehörige in Selbsthilfegruppen willkommen. Dort gibt es für sie spezielle Angebote, um sich mit dem Thema Sucht in der Familie, bei Partnern und Freunden auseinander zu setzen und um sie auf dem Weg in ein suchtfreies Leben zu unterstützen.

Aber was mache ich als Angehöriger damit es mir besser geht, ich gesund bleibe und nicht in den Teufelskreis Sucht mit hineingezogen werde.

Eine lange Liste von Fragen, auf die alle Teilnehmende natürlich eine Antwort erwarteten.



Beginnend mit einer PowerPoint Präsentation zum Thema „Suchterkrankung“, mit dem viele Angehörige oft Probleme haben und sehr wenig damit anfangen können. Ihnen ist nicht klar, was es heißt abhängig zu sein. Es wurden die verschiedenen Erkrankungswege aufgezeigt bis hin zur völligen Abhängigkeit. Im weiteren Verlauf der Präsentation wurden aber auch Möglichkeiten der Genesung dargestellt. Ganz wichtig hierbei ist die unterstützende Hilfe der „Suchtselbsthilfe“ mit all ihren Facetten. Nicht nur Betroffenen sondern auch Angehörigen bietet die Suchtselbsthilfe ihre Unterstützung an. Im weiteren Programm widmete man sich den Gefühlen und der Befindlichkeit der Angehörigen.



Nach einer kurzen Pause sollte sich jeder Teilnehmende ein oder mehrere der ausgelegten Gefühlsbegriffe (auch Charakterbild) wie: **(hilflos-zornig-ausgenutzt-aufbrausend-tyrannisch-verletzend-gemein-brutal-taktlos-unglücklich-verärgert-zurückgestoßen)** aufnehmen, die seiner Meinung nach das widerspiegelte, was in seinem Umgang mit Suchtkranken geschehen ist.

Das anschließende Feedback von allen verlief erstaunlich offen, war aber auch bei einigen mit viel Emotionen verbunden. Ist es doch nicht immer einfach die Kraft zu finden, um über den Teufelskreis der eigenen Gefühle zu sprechen.

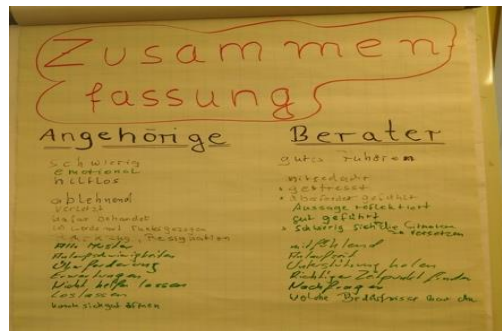
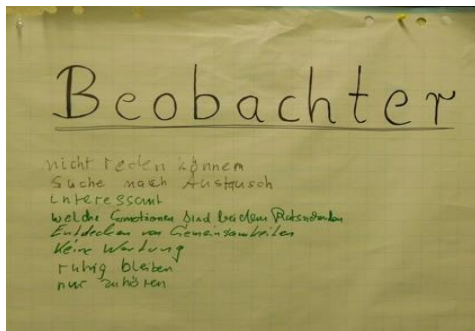
Im abschließenden Rollenspiel in Kleingruppen als „Angehöriger - Berater - Beobachter“ sollte jeder Teilnehmenden einmal eine der drei Funktionen übernehmen.

Der Angehörige: Er berichtet der Gruppe in der „ich Form“ über all seine Probleme und Ängste

Der Berater: Er berät mit einem ruhigen Ton den Angehörigen zeigt Empathie und Mitgefühl.

Der Beobachter: Er beobachtet das Gespräch kommentarlos und macht sich Notizen dazu.

Sinn und Zweck der Gruppenarbeit war es, aus der Perspektive der dargestellten Rolle eine objektive Erfahrung zu machen



In der abschließenden Bewertung sollte jeder Teilnehmende berichten, wie es ihm in der jeweiligen Rolle ergangen ist und wie sein persönliches Befinden war.

Nicht einfach,- für mich etwas schwierig,- es kamen wieder die alten Gefühle hoch,- konnte mich nur schwer in die Rolle einbringen,-das Gespräch hat mich sehr berührt,-ich fand keinen richtigen Ansatz- mußte das Gespräch beenden, -Emotionen kamen hoch, -nur beobachten fiel mir schwer, waren Aussagen der Teilnehmenden.

Resümee des Seminars: Viele interessante und neue Erkenntnisse konnte jeder für sich mitnehmen, um es bei seiner eigenen Problemlösung oder in der Gruppe umzusetzen.

Wir alle sind wichtig !!!

Angehörige sollen ihre Rechte genau so wahrnehmen wie ihre Pflichten, sich durchsetzen, das Selbstwertgefühl steigern und sich ab und an persönliche Dinge erlauben.

Ein Interessantes und lehrreiches Programm. Der besondere Dank hierfür geht an unsere Weggefährtin Christine Müller für die gute Leitung des Seminars.

Bericht H.Kapps

Bilder H.Kapps/ R.Libert