

Deckblatt

6. Fachtag – der Thüringer Suchtselbsthilfe  
„Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“



Erfurt, den 24. September 2011

## Inhaltsverzeichnis

1	Begrüßung - Manfred Fiedelak.....	3
	Vorstandsvorsitzender der Thüringer Landesstelle für Suchtfragen e.V.....	3
2	Grußworte der AOK PLUS .....	5
	Sylvia Klett - Fachberaterin für Selbsthilfeförderung.....	5
3	Ehrung von engagierten Mitgliedern der Thüringer Suchtselbsthilfegruppen durch die Thüringer Ehrenamtsstiftung- Frau Manke...	8
4	Alkoholismus – Krankheit oder Schuld? .....	9
5	Ergebnisse aus den Arbeitsgruppen des Nachmittags.....	17
6	Zusammenfassung.....	26
7	Kopiervorlagen für die Gruppenarbeit.....	28

# **1 BEGRÜßUNG - MANFRED FIEDELAK**

## **VORSTANDSVORSITZENDER DER THÜRINGER LANDESSTELLE FÜR SUCHTFRAGEN E.V.**

Sehr geehrte Freunde und  
Mitglieder aus den Selbsthilfegruppen,  
Sehr geehrte Frau Klett  
Sehr geehrte Frau Manke  
Sehr geehrter Herr Janßen,



„Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?“ Eigentlich ist es klar. Seit 1968 ist es gesetzlich geregelt. Alkoholismus ist eine Krankheit. Zugleich erleben wir immer wieder in der Gesellschaft, dass es anders gesehen wird. Und aus vielen seelsorgerischen Gesprächen weiß ich, dass sich Betroffene diese Frage stellen.

Sie haben als Selbsthilfe ein wichtiges Thema gewählt.

Ein herzliches Willkommen an diesem schönen Tag in der Dt. RV Mitteldeutschland, die uns diese Räumlichkeiten zur Verfügung gestellt hat. Der erste Punkt zum Gelingen des Tages ist erfüllt. Danke allen Förderern und Unterstützern der Selbsthilfearbeit den Krankenkassen, der Ehrenamtsstiftung. Mein ganz herzliches Dankeschön sage ich auch Frau Plöttner und Frau Krieger, als auch Frau Kraus und Frau Knobloch für die Vorbereitung des Tages.

Zum Gelingen des Tages tragen Sie, als Teilnehmer aus den Selbsthilfegruppen und alle Gäste teil. Schön, dass Sie da sind und am Ende des Tages werden sie sagen, Erfurt war seine Reise wert.

Zum Gelingen tragen auch die vielen ehrenamtlichen Helfer bei. Fünf Personen werden stellvertretend geehrt und von Frau Manke von der Thüringer Ehrenamtsstiftung ausgezeichnet werden.

Herr Janßen vom Bundesverband des Kreuzbundes wird seine Schätze aus der gefüllten Schatzkiste vor unseren Augen und Ohren ausbreiten.

In den Workshops wird der Erfahrungsreichtum der Selbsthilfe die Vielfalt und den Ideenreichtum zum leuchten kommen.

So wird es ein farbiger Tag werden, den wir gemeinsam erleben und den Herr Kuhlmann durch seine lebendige Art der Moderation gestaltet.

Ich wünsche uns einen erfolgreichen Tag!  
Vielen Dank!

## 2 GRÜßWORTE DER AOK PLUS SYLVIA KLETT - FACHBERATERIN FÜR SELBSTHILFEFÖRDERUNG

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Gäste,

ich bedanke mich recht herzlich für die Einladung.  
Und beginne mit einem Spruch von Albert Einstein,  
der mir aktuell sehr am Herzen liegt.

**„Nicht alles, was messbar ist, zählt. nicht alles,  
was zählt, ist messbar“.**



Ca. drei Millionen Menschen engagieren sich bundesweit in rund 76.500 Selbsthilfeorganisationen, -verbänden oder -gruppen. Sie leisten einen wertvollen Beitrag für die Hilfe zur Selbsthilfe.

Es gibt kaum ein seelisches oder psychologisches Problem, bei dem diese Selbsthilfegruppen nicht hilfreich sind.

Erst recht bei der Frage und dem Thema des heutigen Fachtages „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“

Wieviel Menschen stellen sich im tgl. Leben heimlich diese Frage?

Die Arbeit von Selbsthilfegruppen ersetzt keine professionelle Hilfe, ergänzt oder unterstützt diese aber auf vielfältige, individuelle und vor allem wirksame Art und Weise (ohne Sprechzeiten).

**In meiner bisherigen Tätigkeit konnte ich mit großer Anerkennung feststellen, wie hoch das Engagement ist, das von allen Akteuren auf ehrenamtlicher Basis erbracht wird. Dieses ergibt basierend auf einem Mindeststundenlohn von 7,50€ und für aktuell 165 SHG umgerechnet über 240.000€.**

**Im Verhältnis dazu sind die finanziellen Fördermittel, welche 2011 im Rahmen der Selbsthilfeförderung - gesamt 41.400€ - ausgegeben wurden, wie ein Tropfen auf den heißen Stein .**

Wenn Sie auf ihre Tätigkeit für die „Betroffenen“ zurück blicken, können Sie zu Recht und mit großem Stolz auf das Erreichte verweisen.

Ebenso wie Ihr Engagement eine hohe Wertschätzung und Akzeptanz in unserer Gesellschaft findet.

Sie helfen Menschen, zu sich selbst zu finden und mit Ihrer Krankheit bewusst umzugehen. Sie geben ihnen damit ein Stück Selbstwertgefühl und Lebensqualität zurück.

Das ist nicht nur für jeden Einzelnen von hoher Bedeutung, sondern ist gleichzeitig ein wichtiger Bestandteil der politischen Diskussion und somit wichtiger Teil des sozialen Miteinanders in unserer heutigen modernen Gesellschaft.

Besonders Ihrer aktiven Arbeit ist es zu verdanken, dass die von Bürgern initiierte Selbsthilfe ihren festen Platz in unserem Gesundheits- und Sozialsystem gefunden hat.

Sie ergänzt in vielfältiger Art und Weise die institutionellen und professionellen Angebote der gesundheitlichen Prävention und Rehabilitation.

Die AOK PLUS unterstützt seit Jahren die vielfältigen Aktivitäten der gesundheitsbezogene Selbsthilfe in Thüringen. Die AOK PLUS kommt damit innerhalb der Solidargemeinschaft der gesetzlichen Krankenversicherung nicht nur ihrer gesetzlichen Aufgabe nach, die Gesundheit ihrer Mitglieder und Versicherten zu erhalten, wieder herzustellen oder zu verbessern.

Sie übernimmt in vielen Bereichen der Prävention eine Vorreiterrolle.

Die Thüringer Landesstelle für Suchtfragen mit den Suchtselbsthilfegruppen hat uns bei diesem Anliegen sehr wirkungsvoll unterstützt (ausgewählte Beispiele sind der Methodenkoffer, Erhebung Suchtselbsthilfe). Dafür möchte ich Ihnen an dieser Stelle recht herzlich danken und wünschen Ihnen und uns für die Zukunft, dass wir weiterhin und entsprechend der Möglichkeiten, gemeinsam den Betroffenen helfen, ihre Krankheit zu meistern.

Für Ihre heutige Veranstaltung wünsche ich allen Teilnehmern einen guten Programmverlauf, interessanten Gesprächen und „offene Ohren“, um Neues im Rahmen der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe zu wagen!

Sehr gern geb ich Ihnen heute noch eine alte Volksweisheit mit auf den Weg:

**„Es ist niemals zu früh und niemals zu spät,**

**sich um seine Gesundheit zu kümmern.  
Das Bewußtsein dafür, wer wir sind, hilft uns lernen“**

Freundliche Grüße

Ihre AOK PLUS – Die Gesundheitskasse  
für Sachsen und Thüringen.

### **3 EHRUNG VON ENGAGIERTEN MITGLIEDERN DER THÜRINGER SUCHTSELBSTHILFEGRUPPEN DURCH DIE THÜRINGER EHRENAMTSSTIFTUNG- FRAU MANKE**

Die Auszeichnung von Mitgliedern der Thüringer Suchtselbsthilfegruppen mit dem Thüringer Ehrenamtszertifikat erfolgte durch Frau Manke, Stellvertreterin des Vorsitzenden der Thüringer Ehrenamtsstiftung, Herrn Dr. Düssel. Damit wurden stellvertretend für die vielen ehrenamtlichen Helfer, die oftmals unbemerkt und im Hintergrund wirken, 5 Mitglieder aus Thüringer Suchtselbsthilfegruppen für ihr ehrenamtliches Engagement geehrt. Mit dieser Ehrung wurde wieder einmal deutlich, das in der heutigen Zeit ohne ehrenamtliches Engagement viele Aktivitäten, Vorhaben und Aktionen nicht oder nur unzureichend realisierbar wären.

Im Jahr 2011 wurden aus den Thüringer Suchtselbsthilfegruppen folgende Menschen geehrt (von rechts nach links):

- Herr Gunter Ehram, Trockene Oase e. V., Arnstadt
- Frau Bettina Winniger, Hilfe zur Selbsthilfe „Der ganz andere Bahnhof“, Sollstedt
- Frau Petra Weißenborn, Kreuzbund Diözesanverband Erfurt, Gruppe Sömmerda II
- Herr Volkhart Papp, Offene Begegnungsstätte e.V., Erfurt
- Herr Holger Künzel, Freundeskreis des Blauen Kreuzes „Einstieg in den Ausstieg“, Gera – konnte die Ehrung leider nicht persönlich annehmen er wurde durch ein Gruppenmitglied vertreten.





## 4 ALKOHOLISMUS – KRANKHEIT ODER SCHULD?

Überlegungen zu den krankheitsbedingten Schuldgefühlen des Abhängigkeitskranken  
**von Heinz-Josef Janßen,  
Bundesgeschäftsführer  
Kreuzbund e.V., Hamm**



### 0. Hinführung zum Thema

Obwohl die Abhängigkeitserkrankung bereits seit mehr als 40 Jahren von der Weltgesundheitsorganisation und für Deutschland anschließend vom Bundessozialgericht als behandlungswürdige Krankheit anerkannt ist, gehört sie bis heute zu den rätselhaftesten Erkrankungen, die wir kennen. Es ist schon seltsam, dass jemand – wider besseres Wissen und häufig, ohne ihr Einhalt gebieten zu können – von einem „chemischen Stoff“ abhängig werden kann. Dass sich sukzessive und zunächst oft unbemerkt eine psychische und physische Abhängigkeit entwickelt, die alle Lebensvollzüge – die eigenen und die des gesamten Umfeldes – betrifft.

Und die zweite Merkwürdigkeit besteht darin, dass bei kaum einer anderen Krankheit so häufig und so hartnäckig nach Verschuldung oder wenigstens Mitverschuldung gefragt wird wie bei der Abhängigkeitserkrankung – und hier besonders bei Alkoholismus. Und diese Schuldfrage stellt sich nicht nur allein der Erkrankte, sondern ebenso sein Umfeld: die Angehörigen, die Kollegen und Freunde, die Nachbarn.

Aber was ist denn jetzt mit der „Schuld“? Eine schwierige Frage und eine heikle dazu! Ich lade Sie ein, sich mit mir zusammen im Rahmen dieses Vortrages zunächst auf eine Gedanken- und Erinnerungsreise zu begeben. Vielleicht kommen tatsächlich Erinnerungen hoch, vielleicht Dinge, die längst bearbeitet sind – in der Therapie, in der Gruppe. Und doch meine ich, es ist manchmal gut, es tut manchmal gut, auch Erledigtes wieder wach werden zu lassen, weil der Blick auf diese Erinnerungen in der Rückschau auch etwas Tröstliches, etwas Heilsames haben kann.

## 1. Symptomatik

Vielleicht haben Sie sich die Frage ja hin und wieder schon gestellt: Warum gerade ich? Warum bin ausgerechnet ich alkoholkrank geworden? Warum hat es ausgerechnet meinen Partner „erwischt“ – und nicht den oder die andere? Die haben doch auch getrunken - und nicht mal wenig! Und schon stellen sich mehr oder weniger heftig Schuldgefühle ein...

Und auch eine zweite Beobachtung in diesem Zusammenhang: Suchtkranken wird oft genug eine sog. „Willensschwäche“ zugeschrieben, so als seien sie unmotiviert und „unwillig“, das nächste Glas stehen zu lassen. Reicht demzufolge ein ausreichend starker Wille aus? Fehlt es daran tatsächlich? Ist diese „Willensschwäche“ dafür verantwortlich, dass es solange gedauert hat, bis Hilfe angenommen werden konnte? Oder für den Rückfall?

Die Abhängigkeitskrankheit ist ein „multifaktorielles“, „multikausales“ Geschehen, d. h. übersetzt: Die Abhängigkeitskrankheit entsteht dann (... und erst dann), wenn mehrere Faktoren, mehrere Ursachen zusammentreffen. Die Neurobiologie beispielsweise hat uns schon vor Jahren darüber aufgeklärt, dass es einer bestimmten Stoffwechself disposition bedarf, die für die Entstehung einer körperlichen Abhängigkeit verantwortlich ist. Seelische, soziale und manchmal auch religiös-weltanschaulich deutbare Teilursachen kommen hinzu.

Und als Folge einer bereits entstandenen Abhängigkeit – das wissen wir schon seit Jahrzehnten u. a. durch die Forschungsarbeiten des amerikanischen Arztes Elvin Morton Jellinek – weisen bestimmte Symptome auf die Krankheit hin. „Kontrollverlust“ oder „Abstinenzunfähigkeit“ beispielsweise sind untrügliche Anzeichen, die den Alkoholkranken vom missbräuchlichen Konsumenten unterscheiden.

Wenn wir schon bei den Symptomen sind – es gibt interessanterweise eine ganze Reihe von Symptomen, die direkt oder indirekt auf „Schuldgefühle“ hinweisen: Da werden z. B. direkt genannt „Schuldgefühle wegen der Trinkart“ oder ein „dauerndes Schuldgefühle, das in sich wieder Anlass zum Weitertrinken ist“. Indirekt deuten Symptome wie „Heimliches Trinken“, „Alkoholausreden“ oder auch „Phasen freiwilliger Abstinenz“ auf Schuldgefühle hin, denn weshalb sollte jemand „heimlich trinken“, wenn er nicht „ein schlechtes Gewissen“ hätte?

„Schuldgefühle“ – das können wir bereits an dieser Stelle feststellen – stellen ein sehr markantes Zeichen für eine vorliegende Abhängigkeitserkrankung dar. „Schuldgefühle“ sind symptomatisch – das bedeutet: Ähnlich wie Fieber auf das Vorliegen einer Infektion hinweist, so weisen Schuldgefühle auf das Vorliegen von Abhängigkeit hin. Diese Schuldempfindungen werden gleichwohl von verschiedenen Menschen unterschiedlich belastend erlebt. Menschen mit hohen moralischen Idealen beispielsweise leiden stärker als andere. Menschen, die zwar viel trinken, aber nicht abhängig sind, werden solche Empfindungen von Schuld und Versagen eher nicht kennen.

## **2. Schuld und Schuldgefühle sind nicht immer dasselbe**

Wie kommt es aber zu solchen Empfindungen? Warum und wodurch entstehen „Schuldgefühle“? Und welche Rollen spielen sie im Krankheitsverlauf? Diesen Fragen wollen wir uns im zweiten Schritt widmen:

Wir müssen unterscheiden (lernen) zwischen „Schuld“ und „Schuldgefühlen“, und das mag ungewöhnlich scheinen. Bei anderen Empfindungen tun wir das für gewöhnlich doch auch nicht: Wenn jemand „Angst- oder Trauergefühle“ zeigt, dann fragen wir doch auch nicht danach, ob er sich tatsächlich ängstigt oder trauert. Er wird allen Grund haben, so und nicht anders zu empfinden, Angst zu haben oder traurig zu sein...

Bei unserem Thema sollten wir uns auf diesen ungewöhnlichen Zugangsweg einlassen.

Also – was meint eigentlich „Schuld“? Einen Menschen kann man dann für eine Tat verantwortlich machen, wenn er in seiner Entscheidung und seinem Willen frei ist. Freiheit ist somit Wurzelgrund und Voraussetzung für Verantwortung und Schuldfähigkeit. Schuldfähigkeit ihrerseits kann nur dann vorliegen, wenn Bedingungen erfüllt sind: wenn ich 1. etwas Falsches tue, 2. weiß, dass das, was ich tue, falsch ist und 3. das als falsch Erkante dennoch vorsätzlich (willentlich) tue.

Ist auch nur eine dieser drei Bedingungen nicht erfüllt, kann keine echte Schuld zustande kommen; ist auch nur eine dieser Bedingungen eingeschränkt, so kann auch nur eine eingeschränkte Schuldfähigkeit zustande kommen. - Diese - wenn auch arg schematisierte - Auflistung stellt die Grundlage unserer Rechtsprechung wie auch unseres natürlichen Gerechtigkeitsempfindens dar.

Ein **Beispiel** veranschaulicht den kompliziert klingenden Sachverhalt: *Jemandem, dem es trotz größten Bemühens und Einsatzes seines eigenen Lebens nicht gelungen ist, einen Ertrinkenden zu retten, werden wir in der Regel für seinen Misserfolg nicht verantwortlich machen. Im Gegenteil: Er verdient unsere uneingeschränkte Anerkennung, denn die moralische Bewertung eines Menschen und seines Charakters hängt allein von der sittlichen Qualität seiner Handlungsmotive ab, nicht aber vom Erfolg oder Misserfolg seiner Bemühungen.*

Auch wenn - wie das Beispiel zeigt - möglicherweise überhaupt keine Schuld im eigentlichen Sinne vorliegt, so lässt sich parallel dazu - und das klingt zunächst paradox - vorstellen, dass der hilflose Retter auf Grund des Scheiterns seiner Handlung dennoch persönliche Schuld- und Versagensgefühle empfindet.

Viele Suchtkranke und sogar ihre Angehörigen leiden oft langjährig unter Schuld-, Scham- und Versagensgefühlen. Fast zeitgleich und in einem Atemzug werden solche Schuldgefühle aber – und das kann sich fatal auswirken - mit echter tatsächlicher Schuld gleichgesetzt.

Fällt Ihnen etwas auf? Oder wenn nicht, fällt Ihnen auf, dass die drei Bedingungen für „Schuld“ zumindest bei einem Menschen kaum greifen, der abhängigkeitskrank ist?

Natürlich ist vieles geschehen, was hätte nicht geschehen sollen. Da wurde verletzt, betrogen, gelogen. Sie kennen das vermutlich. Da ist vieles falsch gelaufen, was hätte anders – besser – laufen sollen. Insofern ist die erste Voraussetzung für das Zustandekommen von „Schuld“ sicherlich gegeben.

Aber wie ist das mit anderen beiden? Mit der Erkenntnis und dem Vorsatz, dem freien Willen? Es gab zumindest Zeiten oder Situationen, da war die Erkenntnisfähigkeit wenigstens stark eingeschränkt. Nicht nur nach sog. „Filmrissen“.

Und der Vorsatz, der freie Wille? Es ist doch die Besonderheit, dass dem Abhängigkeitskranken die Willensfreiheit und damit die Kontroll- und Entscheidungsmöglichkeit im Hinblick auf seinen Umgang mit dem Suchtmittel abhanden gekommen ist. Das unterscheidet ihn doch gerade von anderen, die zwar zu viel und zu oft trinken, aber nicht abhängig sind. Sie haben immer noch die reale Möglichkeit der Selbstkontrolle, die dem Abhängigkeitskranken fehlt.

Wenn dies aber so ist, wie steht es dann um seine „Schuldfähigkeit“? Es ist geradezu eine logische Gleichung, dem Abhängigkeitskranken eine eingeschränkte, vielleicht sogar fehlende Schuldfähigkeit zu testieren.

Und jetzt? Vielleicht regt sich Protest. In der Tat geschieht jetzt etwas sehr Merkwürdiges: Viele Suchtkranke, denen ich während ihrer (stationären) Therapiephase begegnet bin, haben sich an dieser Stelle aufgeregt und in der Tat protestiert. „Ich soll nicht schuldig geworden sein? – Wer sonst? Ich war es doch, der all die schlimmen Dinge angerichtet hat. Nicht mein Partner, nicht meine Kinder, nicht meine Kollegen!“

Das Eingeständnis „Ich bin alkoholkrank“ wirkt tatsächlich bei den meisten Menschen nicht entlastend, im Gegenteil... - Es wirkt „billig“, wie eine „billige Ent-Schuldigung“.

An dieser Stelle unserer Gedankenreise wird es interessant und wir nähern uns dem Kern.

### **3. Schuldgefühle und ihre Funktion im Suchtgeschehen**

Die Schuldgefühle des Abhängigkeitskranken sind krankheitsbedingt – das haben wir im ersten Kapitel schon gezeigt; sie sind also Folgen oder Symptome der Krankheit. Ähnlich etwa dem Fieber bei Infektionskrankheiten sind die Schuldgefühle Phänomene, die eine bereits in Gang gekommene Abhängigkeit von einem Suchtmittel kennzeichnen.

Immer erlebt der Abhängige nicht die Abhängigkeit selbst im Vordergrund, sondern z. B. den Alkoholmissbrauch, dem er seine ganze Kraft- und Willensanstrengung entgegenstellt. In den Schuldgefühlen spürt er deren Auswirkungen und deutet jedes Versagen im nicht-mehr-kontrollierbaren Umgang mit Alkohol als persönliches Scheitern, als selbstverschuldete Tragödie und Katastrophe.

Alkoholismus jedoch - und das ist gerade die Katastrophe oder Tragödie - verhindert ein Zustandekommen von objektiv anklagbarer echter Schuld. Und - obschon das so ist, wird der alkoholranke Mensch von zermürbenden Schuldgefühlen geplagt, die auf seiner Trinkart sowie auf allen Geschehnissen und Folgen basieren, die damit direkt oder indirekt zusammenhängen: alkoholbedingte psychische und physische Defekte und Defizite, Störungen des Familienlebens, Berufsprobleme, soziale Schwierigkeiten aller Art, selbst

Unwertgefühle sowie Verfallserscheinungen des eigenen Normen- und Wertebäudes. Dennoch weisen diese symptomatischen Schuldgefühle als Phänomene einer bereits bestehenden Alkoholabhängigkeit paradoxer Weise darauf hin, dass gerade keine Schuld vorliegt, sondern Abhängigkeit.

Die Frage, die sich stellt, ist die nach der Berechtigung und Funktion solcher Schuldgefühle im Krankheitsverlauf. Warum fühlt der alkoholranke Mensch sich schuldig? Müsste die Erkenntnis, auf Grund seiner Krankheit objektiv ja nicht frei und verantwortlich (schuldhaft) handeln zu können und sich entscheiden zu können, ihn nicht ungemein beruhigen und entlasten? Warum empfindet der Alkoholiker eine solche Aufklärung über seine reale Situation meist als „billig“ und nicht als hilfreiche Geste? Warum setzt er sich dagegen häufig so massiv zur Wehr?

Es scheint zutreffend zu sein, dass dem Menschen die Akzeptanz einer noch so schweren tatsächlichen Schuld leichter zu fallen scheint, als sich als abhängig und damit eingeschränkt oder überhaupt nicht mehr schuldfähig zu akzeptieren. Im Innersten spürt er, dass er in der Schuld - und sei sie noch so groß - immer noch der sich frei entscheidende Handelnde ist. Er kann für das, was er angerichtet hat „gerade stehen“ und „hängt“ nicht an einem toten Ding, das ihn beherrscht. Die Abhängigkeit von einem Suchtmittel zu erkennen, anzunehmen und schließlich die nötigen Konsequenzen daraus zu ziehen (z. B. eine Therapie zu beginnen oder eine Selbsthilfegruppe aufzusuchen), bedeutet den Verzicht auf jegliches maskenhafte Verhalten, die Aufgabe des Kampfes, der Stärkere sein zu wollen, die Kapitulation vor dem Suchtmittel, das sich - in völliger Umkehrung der natürlichen Ordnung - als stärker erwiesen hat. Geradezu unbewusst, instinkthaf und intuitiv wehrt der Mensch sich gegen die Vorstellung, suchtmittelabhängig (geworden) zu sein.

Eine vom christlichen Menschenbild ausgehende Überlegung kann uns eine weitere Verständnishilfe dafür sein, was es für einen Menschen bedeuten muss, in Unfreiheit und Abhängigkeit von einem toten Stoff (wie z. B. Alkohol) zu geraten.

In der Suchterkrankung erfolgt eine Umkehrung des Existenzgrundes des Menschen. Es ereignet sich langsam und unmerklich ein verhängnisvoller Rollentausch: Von Natur aus, vom Schöpfer so gewollt, ist der Mensch Herr der Dinge und der gesamten übrigen Schöpfung. Er darf teilhaben an der Schöpfermacht Gottes, in dem dieser ihn über die übrige Schöpfung gestellt hat (vgl. Gen 1,28). Der Mensch kann die Dinge erkennen und zu seinem Gebrauch

nutzen - oder sie auch missbrauchen, denn auch das gehört zu seiner Freiheit. In jedem Fall aber ist der Mensch das Subjekt, das "über den Dingen steht". Freiheit, Verantwortlichkeit und Selbstbestimmung gehören zu seinem Wesen und verleihen ihm Menschenwürde und Humanität. Die Mitte der menschlichen Persönlichkeit stellt deshalb auch die daraus resultierende Schuldfähigkeit dar. Auch wenn somit jede Freiheitsgeschichte des Menschen zugleich die Geschichte seiner Schuld und seines Versagens ist, so wird ihm doch gerade dadurch die Menschenwürde verliehen, die in der Entscheidungs-, Willens- und Handlungsfreiheit grundgelegt ist.

In der Suchterkrankung verliert der Mensch (wenigstens partiell) diese seine ihm wesenhaft und wesentlich eigene Rolle, Subjekt zu sein. Er wird zum Objekt der Dinge, des Suchtmittels; er steht nicht mehr über den Dingen, damit auch nicht mehr über dem Suchtmittel, sondern ist abhängig. Entgegen seinem Willen wird er zum Sklaven z.B. des Alkohols und verliert mehr und mehr seine Freiheit. Aus einem vorher handlungsfreien Menschen wird so nach und nach eine abhängige, unfreie Marionette, die vom Suchtmittel geführt wird. Statt initiativ agieren zu können, kann er nur noch reagieren. Statt sich frei zu entscheiden, ist er gezwungen, sich (zuletzt fast pausenlos) gegen seine Entscheidung zu verhalten. Der Wille und Vorsatz "Ich höre auf zu trinken..." ist sicherlich durchweg ernst gemeint, jedoch auf Grund der Krankheit "Alkoholismus" nicht mehr zu verwirklichen. Dieser suchtbedingte Rollentausch trifft den Menschen so tief in seiner Personenmitte, dass ihm ein wesentlicher Teil seiner Menschenwürde genommen wird, der Teil nämlich, der in der Entscheidungsfreiheit wurzelt.

Eine unausrottbare Sehnsucht nach der Realisierung seines Wesens und seiner Selbstverwirklichung und -erfüllung ist im Menschen lebendig, und er wehrt sich intuitiv gegen alles, was seinem Wesen und seiner Bestimmung widerspricht. Die Schuldgefühle des Alkoholikers stellen eine solche unbewusste und fast reflexartige Abwehrreaktion gegen die durch seine Sucht erfolgte Fremdbestimmung dar. Dieses wichtige Kriterium im Hinblick auf Rolle und Funktion der krankheitsbedingten Schuldgefühle beim Alkoholiker wird durch Folgendes noch plastischer und anschaulicher: Solange ein Mensch sich schuldig fühlt und sich selbst anklagt, geht er subjektiv davon aus, dass er für alles, was geschieht und geschehen ist, die volle Verantwortung übernehmen kann, alles „im Griff“ hat. Die Möglichkeit eines kontrollierten Umgangs mit Alkohol scheint ihm immer noch praktikabel und möglich zu sein. Seine Alkoholausreden und die freiwillig auferlegten Abstinenzphasen bestärken ihn in dieser irrigen Meinung. Er braucht ja nicht zu trinken!

Zugleich verhindern seine Schuldgefühle jedoch das fatale und „erlösende“ Eingeständnis des Trugschlusses, abhängigkeitskrank zu sein. Sie ersparen ihm, sich selbst als Marionette sehen und akzeptieren zu müssen. Das bedeutet für einen Alkoholiker, dass ihm seine Schuldgefühle vorgaukeln, er sei gar nicht abhängig; er sei vielmehr im Umgang mit dem Alkohol noch frei, hätte das Trinken noch „im Griff“ und „unter Kontrolle“. Es liegt auf der Hand, dass gerade die Schuldgefühle und das daraus resultierende ständige Bemühen, im Umgang mit dem Alkohol klarzukommen (nicht zu versagen), bei der Gewinnung der Krankheitseinsicht, die zu einer Behandlungsbereitschaft Voraussetzung ist, hinderlich sind.

In dem Moment jedoch, wenn es einem Suchtkranken gelingt, diesen raffinierten Mechanismus von Schuldgefühlen und ihrer Funktion im Rahmen seiner Krankheit zu durchschauen, wird er auch für Hilfe offen werden. Ganz allmählich wird er wieder in die Lage kommen, frei und selbstverantwortlich leben zu können. Er wird verstehen lernen, dass paradoxerweise gerade seine Schuldgefühle es sind, die ihm etwas vorgaukeln, was längst nicht mehr existiert: Entscheidungsfreiheit und Schuldfähigkeit nämlich.

#### **4. Schlussbemerkung**

Die Beschäftigung und Auseinandersetzung mit der beschriebenen Problematik kann dazu verhelfen, eine vorschnelle und in sich falsche moralische Bewertung des Suchtkranken und seiner Krankheit zugunsten eines besseren Verständnisses seiner Situation und Lebenslage zu unterlassen. Akzeptieren wir Alkoholismus als Krankheit im Vollsinn des Wortes, dann darf moralisches Werten und Urteilen nicht zum Hauptindiz für den Menschen werden, der in irgendeiner Weise von ihr betroffen ist - gleich ob als Suchtkranker oder als Angehöriger.

Gleichwohl – und das möchte ich am Schluss nicht verhehlen: Die beschriebene Problematik ist in erster Linie auf Menschen zugeschnitten, die sich noch auf dem Weg der Selbstfindung bewegen, die ihre eigene Problematik noch nicht akzeptiert haben. Oft genug habe ich mit erleben dürfen, wie dieser Zugang – anfangs oft schmerzhaft und mühsam und von Widerständen begleitet – doch letztendlich hilfreich und erlösend war.



## 5 ERGEBNISSE AUS DEN ARBEITSGRUPPEN DES NACHMITTAGS

### AG 1: "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"

Wolfgang Kuhlmann, Hilfe zur Selbsthilfe Neue Hoffnung Eisenach e. V.  
Frank Hübner, Kreuzbundgruppe Sömmerda I

Fragestellung: Die Entscheidung zur Abstinenz treffe ich selbst

Ergebnisse:

- ☞ mit den Konsequenzen der Krankheit muss jeder leben, die Aussöhnung/ Versöhnung mit sich und seinem Umfeld sind nur in kleinen Schritten umsetzbar;
- ☞ ein Ende dieses Prozesses ist nicht bestimmbar, er begleitet alle Beteiligten in ihrem Leben
- ☞ eine sofortige Vergangenheitsbewältigung, unmittelbar nach Beginn der Abstinenz ist nicht möglich, weil nicht real- zu viele "frische" Erinnerungen; die Gefahr eines Rückfalls bzw. Depressionen sind möglich
- ☞ wichtig ist, mit sich selber ins Reine zu kommen und auch mit seinem Gegenüber
- ☞ die Sichtweise des Partners/ Partnerin verstehen und akzeptieren lernen
- ☞ Aussöhnung/ Versöhnung ist ein langer Prozess- er ist auch Trauerarbeit; es ist nötig, dabei Kompromisse in der Beziehung einzugehen
- ☞ ohne Offenheit ist es nicht möglich, Klärung herbeizuführen; jeder muss sein Leben ändern und einen eigenen Weg finden, wie er mit seiner Suchterkrankung umgeht- REDEN ist unumgänglich
- ☞ keine zu hohe Erwartungshaltung an eine schnelle Klärung von Fragen und Problemen, Durchhalten und Geduld sind erforderlich, um eine zufrieden Abstinenz zu erlangen
- ☞ jeder muss sein soziales Verhalten neu erlernen
- ☞ mit der Zeit reift die Versöhnung

Zusammenfassung

Das Aussöhnen mit sich und anderen setzt als ersten Schritt voraus, das ein jeder mit sich selbst beginnt. Der richtige Umgang mit dem Thema muss von jedem selber gefunden werden, kleine Schritte sind hier sehr hilfreich und angebracht. Vielfach kam zum Ausdruck, dass Betroffene nicht mehr mit diesem Kapitel ihrer Vergangenheit konfrontiert werden möchten, sie sind "trocken" bzw. "clean" und wollen ihre "Absolution" dafür. Andere Betroffene sagten, dass diese Zeit für sie nicht "vorbei und begraben" ist. Die Auseinandersetzung mit ihrer Vergangenheit ist Trauerarbeit, dies

dauert sehr lange. Diese Zeit der Trauerarbeit muss jeder sich und dem/den anderen geben.

Es wurde festgestellt, dass eine Versöhnung/Aussöhnung in der Familie/ Partnerschaft problematisch sind. Hier treffen die verschiedenen Sichtweisen von Betroffenen und Angehörigen aufeinander, die Vergangenheit wurde unterschiedlich erlebt und interpretiert. Hier ist es notwendig, eine gemeinsame Sicht auf die Dinge zu entwickeln. Als Resümee der Arbeitsgruppe wurde dennoch einstimmig festgestellt: *Ich möchte das Thema nicht begraben, ich möchte es bearbeiten!*"



## Ergebnisse aus den Arbeitsgruppen des Nachmittags

### AG 2: "Schuld und Schuldgefühle- ein Thema für Angehörige"

Christine Knospe, Elternkreis/Angehörigengruppe Erfurt  
Heidrun Hübner, Kreuzbundgruppe Sömmerda I

#### Fragestellung

- ☞ Schuldvorwürfe von anderen Familienmitgliedern
- ☞ Schuldvorwürfe von Betroffenen als Ablenkungs-/ Erpressungsversuche
- ☞ Schuldabgabe durch Betroffene
- ☞ Frage: Schuld haben oder sich schuldig fühlen?
- ☞ Schuldgefühle wegen mangelnder/ fehlender Zivilcourage

#### Ergebnisse

- ☞ Schuldvorwürfe bei Angehörigen sind falsch, diese haben immer nach bestem Wissen und Gewissen gehandelt
- ☞ Hilflosigkeit gegenüber dem Partner und der Situation statt Schuld
- ☞ Verantwortung für den suchtkranken Partner abgeben, dafür Selbstverantwortung übernehmen
- ☞ Ehrlichkeit und Offenheit über die Suchtproblematik als Lebensmaxime
- ☞ Besuch der Selbsthilfegruppe für Angehörige sehr wichtig ("... in der SHG habe ich gelernt, dass ich keine Schuld habe, wenn mein Partner trinkt...")
- ☞ anfangs hatte ich Angst und war hilflos, später kamen Scham- und Schuldgefühle hinzu
- ☞ der Angehörige ist nicht schuld, wenn der Betroffene seinen Verpflichtungen nicht mehr nachkommt; er kann "loslassen in Liebe"

#### Zusammenfassung

Das Thema Schuld ist für die Angehörigen sehr wichtig, besonders im Austausch/ der Diskussion mit den Betroffenen über die Suchtproblematik, aber auch in der Beziehungsarbeit. Die Selbsthilfegruppe hilft hier den Angehörigen besonders gut. Hier konnten sie lernen, dass die Schuld nicht bei ihnen liegt, wenn der Partner weiter sein Suchtmittel konsumiert. Sie erfuhren, dass dieser Erkenntnisprozess auch nur in kleinen

Schritten vorstatten gehen kann. In der AG konnten neue Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt werden, die einen besseren Umgang mit der Thematik ermöglichen. Vielfach wurde die Erkenntnis gemacht, dass die Angehörigen in der Vergangenheit Dinge gemacht haben, die keinen Erfolg zeigten, obwohl sie der Meinung waren, dass genau diese Sache hilfreich wäre. In der AG wurde abschließend festgestellt: *"...es geht letztendlich um das Erkennen von Handlungsweisen, die nicht weitergeholfen haben, und nicht um die Frage der Schuld..."*



## Ergebnisse aus den Arbeitsgruppen des Nachmittags

### AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"

Horst Sroßynski, Freie Selbsthilfegruppe Weimar

Gerhard Langenberg, Abstinenzclub Montagsgruppe Erfurt

Fragestellung: Schuld an meiner Krankheit - ja oder nein

#### Ergebnisse

- ☞ Schuld an einer Krankheit ist niemand
- ☞ Krankheit wurde begünstigt durch Unwissenheit, demzufolge leichtfertiger Umgang mit dem Suchtmittel
- ☞ es entstand Hass bei den Betroffenen auf die eigene Person
- ☞ ich wusste, dass bei mir etwas mit meinem Konsum nicht stimmte, aber Alibiausreden
- ☞ gegenüber mir und dem Umfeld
- ☞ Schuldgefühle wurden nur sich selbst zugegeben, nicht andern gegenüber geäußert
- ☞ mit Beginn Abstinenz neue Erkenntnisse/ Wissen über die Krankheit, dem zu folge klare Unterscheidung zwischen Krankheit und Schuld
- ☞ Schuldzuweisungen sind falsch, unabhängig, ob sie sich gegen die eigene Person oder gegen andere (Partner, Umfeld etc.) richten
- ☞ ein langer Erkenntnisprozess, um klar zu unterscheiden zwischen Krankheit und Schuld, zwischen Verantwortung für eigenes Handeln und Akzeptanz von Tatsachen
- ☞ Entschuldigung für Handlungen in der Vergangenheit sind schlecht; durch Gestaltung des eigenen Lebens zeigen, ich habe mich geändert- besser als Entschuldigung
- ☞ Beantwortung der Frage "Warum gerade ich?" nebensächlich, wichtiger ist der richtige
- ☞ Umgang mit der Krankheit

#### Zusammenfassung

Die Thematik war sehr anspruchsvoll, da vielfach in der Gesellschaft sehr leichtfertig über eine Suchterkrankung geurteilt wurde und wird. Die Teilnehmer der AG schilderten Begebenheiten aus ihrem Leben, wie sie damals und heute mit dieser Problematik

konfrontiert wurden und werden. Grundsätzlich ist niemand an einer Krankheit schuld. Vielfach waren Gruppenzwang und Unwissen begünstigend für eine "Suchtkarriere". Mit Beginn der Abstinenz wurden neue Erkenntnisse über die Krankheit und ihre Folgen gewonnen. Wichtig war vor allem die Erkenntnis, dass es in der "nassen" Zeit schon genügend Hinweise und Tatsachen gab, die auf diese verhängnisvolle Entwicklung hindeuteten, aber damals von den Betroffenen nicht gesehen werden konnten bzw. gesehen werden wollten. Erschwerend kamen die Scham- und Schuldgefühle hinzu, nicht zuletzt genährt von den auch heute noch weit verbreiteten Klischees über den willens- und charakterschwachen Süßer.

Durch die Mitglieder der AG wurde abschließend festgestellt:

*Ich bin nicht schuld an meiner Krankheit, aber ich bin schuld, weil ich nicht eher etwas dagegen getan habe!"*



## Ergebnisse aus den Arbeitsgruppen des Nachmittags

AG 4: "Wir sprechen darüber- Ideen, Anregungen und Methoden für die Gruppenarbeit"

Eckhardt Schröter, SHG Trockenbau Nordhausen  
Manfred Fiedelak, BKD e. V., LV Thüringen und Sachsen- Anhalt

### Fragestellung

- ☞ Wie gestalte ich Gruppenarbeit?
- ☞ Welche Methoden gibt es für die Arbeit mit Gruppen?
- ☞ Wie können wir das Thema Schuld in den Gruppen bearbeiten?
- ☞ Wie können wir in der Gruppe über Schuldgefühle in der Gruppe sprechen?

### Ergebnisse

- ☞ Fragen können gemeinsam in einem Workshop erarbeiten werden z.B.:
  - Was ist Schuld?
  - Was sind Schuldgefühle?
  - Wem gegenüber habe ich Schuld? (mir gegenüber, anderen gegenüber)
  - Welche Gefahren bestehen, wenn ich meine Schuldgefühle auslebe?
  - Was macht das mit mir?
- ☞ Wie sprechen wir mit Angehörigen über das Thema? (Wer kennt solche Situationen?)
- ☞ Welche Erwartungen haben wir als Betroffene an solch ein Gespräch? Was würden wir uns nach dem Gespräch wünschen?
- ☞ wenn einige Teilnehmer von solchen geführten Gesprächen berichten, könnten weitere Fragen sein
  - Wie wurden diese Gespräche vorbereitet?
  - Was waren für euch wichtige Themen im Gespräch?
  - Welche Erfahrungen habt ihr gemacht?
  - Welche Ideen sind es wert, an andere Gruppenmitglieder weiter gegeben zu werden?
- ☞ Empfehlenswert ist die Anschaffung eines Flipchart (eine Halterung für große Papierblöcke z.B. Din-A 1 zum beschreiben und graphischen darstellen), Stiften, Papier – die Ergebnisse, Gedanken Ideen können für alle sichtbar aufgeschrieben werden; Verwendung von Moderationskarten - Selbstanfertigung möglich

☞ Methoden der Gruppenarbeit sind u.a.:

- *Kleingruppenarbeit* - Bienenkorbarbeit 3-4 Teilnehmer Stellen von offenen Fragen (W- Fragen: Was ...? Wer ...? Wo...? Wann ...? Wie ...? Warum ...?) ggf. anschreiben
- *Das Blitzlicht*: Zu einer vorgegebenen Frage oder Thema werden Karten in der Mitte auslegen und jeder Teilnehmer äußert sich zum eigenen Befinden und zeigt die von ihm hierzu gewählte Karte. Es erfolgt keine Kommentierung durch die anderen Teilnehmer. Themen und Beiträge können aus dem Blitzlicht aufgeschrieben und in der weiteren Gruppenstunde bearbeitet werden
- *Pro & Contra (Für und Wieder)*: zwei Gruppen werden gebildet, die eine Gruppe muss Argumente für das vorgegebene Thema zusammentragen und die andere Gruppe such nach Gegenthesen. Mit dieser Methode können sehr unterschiedliche und problematische Themen bearbeitet werden.
- *Skalenfragen*, dienen dem erfragen von Themeninteresse, Erfahrungen mit bestimmten Situationen, Rückmeldungen. Hierzu wird der Frage eine vorgegebene Bewertungseinheit z.B. von 0-10 vorgegeben. Die Teilnehmer haben so die Möglichkeit ihr Interesse oder Motivation in der Stärke 0-10 anzugeben.
- *Prioritätensetzung* hierzu kann am Flipchart/Papier jeder Teilnehmer eine festgelegte Anzahl Punkte zu den vorgegebenen Fragen, Themen, Befinden etc. aufkleben bzw. ankreuzen. Die Wertung erfolgt nach der abgabe aller Stimmen (Punkte/Kreuze) und ermöglich eine Gewichtung nach Schwerpunkten.

## Zusammenfassung

Aus der AG gab es verschiedene Rückmeldungen über die Wichtigkeit von neuen Ideen und Anregungen für die Gruppenarbeit. So wird die Kleingruppenarbeit als eine gute Arbeitsform angesehen. Ein positiver Nebeneffekt ist, dass sich Gruppenmitglieder durch ihre Teilnahme und ihr Einbringen in die Gruppenarbeit bestätigt sehen. Es ist sehr wichtig, dass neue Ideen und Anregungen in der Gruppenarbeit und für die Gruppenarbeit allen zugänglich sind und weitergegeben werden. Es gibt natürlich kein Patentrezept, jeder Gruppenleiter muss die Besonderheit seiner SHG berücksichtigen und eine geeignete Form der Gruppenarbeit für seine Gruppe finden. Fazit:

*Jede Gruppe sollte den Mut haben, einmal ausgefahrene Gleise zu verlassen und etwas Neues auszuprobieren.*





## 6 ZUSAMMENFASSUNG

Die Frage "Alkoholismus- Krankheit oder Schuld" ist sehr vielfältig und komplex. Egal ob Betroffener oder Angehöriger, jeder wird mit dieser Frage irgendwann einmal konfrontiert.

Obwohl Alkoholismus von der WHO bereits 1952, vom Bundessozialgericht 1968 als Krankheit anerkannt wurde, tun sich auch heute noch viele Menschen, nicht zuletzt selbst Alkoholiker, schwer damit. Sie werfen sich selbst lange vor, "Schuld" an ihrer Krankheit zu sein.

So begleitet das Grübeln über diese Frage und die Suche nach einer Antwort den Weg aller, die mit dem Alkoholismus in Berührung gekommen sind. Normalerweise ist die Antwort recht einfach und klar: Ich bin nicht schuld an meiner Krankheit! Doch es dauert, bis die Beteiligten diese Antwort akzeptieren können. Eher glaubt der Alkoholiker an seine Abhängigkeit, als dass er ohne Bedenken der Bejahung der Krankheit zustimmt.

So war dieses Thema also nicht ohne Grund für den 6. Fachtag der Thüringer Suchtselbsthilfe gewählt worden. Die Fragestellung wurde in den verschiedenen Arbeitsgruppen ausführlich bearbeitet. Ein guter Einstieg ins Thema war der Einführungsvortrag durch Heinz- Josef Janssen. Darin wurden die verschiedenen Aspekte der "Schuldfrage" beleuchtet. Anhand von sehr markanten Vergleichen und sehr direkten Fragen verdeutlichte der Vortrag, dass es im Grunde genommen keinen einzigen Grund gibt, an irgendetwas Schuld zu sein.

Fragen wie: Warum bin ich Alkoholiker und nicht der oder die? Hätte ich nur eher aufgehört mit dem Trinken, dann wäre mir die Frau nicht weggelaufen, hätte ich meine Arbeit noch! sind allgemein bekannt. Warum werden diese Fragen gestellt, welche Gründe gibt es dafür, wie werden sie beantwortet? Diesen Fragen ging der Fachtag nach.

Allein diese Aufzählung zeigt, wie vielschichtig diese Gedanken sind, dass sie in allen Lebensbereichen der Betroffenen präsent sind. Sie spielen vor allem mit Beginn der Abstinenz eine zunehmende Rolle. Gerade, wenn der Kopf wieder klar, die Gedanken und Gefühle wieder geordnet sind und der Suchtkranke sein bisheriges Leben einmal Revue passieren lässt, schleichen sich unwillkürlich ab und an diese Gedanken ein.

Die sehr lebhaften und emotionalen Diskussionen in den Arbeitsgruppen ließen erkennen, dass diese Thematik eine große Rolle spielt. Dabei war es

unerheblich, ob es sich dabei um Angehörige oder Betroffene handelt. In den Diskussionen wurden wichtige Erkenntnisse gewonnen. Der Austausch zwischen Betroffenen und Angehörigen über die Sucht und deren Folgen sind ein wichtiger Bestandteil der Aufarbeitung. Es gibt niemanden, der Schuld hat an der Erkrankung. Schuldeingeständnisse und Schuldzuweisungen haben bei der Suchterkrankung nichts zu suchen. Diese sind kontraproduktiv. Jeder ist für sich und sein Handeln selbst verantwortlich, also auch für die daraus resultierenden Folgen.

Die Erkenntnis, ich bin nicht schuld an meiner Krankheit, ist ein wichtiger Bestandteil der Therapie und der Nachsorge im Suchtselbsthilfebereich. Das Wissen darüber hilft, Selbstzweifel und Scham nicht bzw. nicht mehr aufkommen zu lassen und verhindert so ein mögliches Abgleiten in Depressionen oder gar einen Rückfall. Der Austausch darüber ist hilfreich bei der Entwicklung eigener Strategien und kann für andere Betroffene/ Angehörige Lösungswege anbieten.

Wie in den vergangenen Jahren wurden die Angehörigen bei der Gestaltung der Arbeitsgruppen berücksichtigt. Gerade durch die in den Gruppen vertretenen Angehörigen erhält der Betroffene die Möglichkeit, deren Sicht auf die Fragen von Schuld, Scham, Versöhnung kennen zu lernen. In der gemeinsamen Diskussion verdeutlichten Betroffene und Angehörige, dass es sehr wichtig ist, einen gemeinsamen Standpunkt bei der Aufarbeitung zu finden. Der gesamte Prozess bedarf sehr großer Geduld. Hier lässt sich nichts erzwingen, wenn die Zeit für ein klärendes Gespräch gekommen ist, ist sie da. Nicht früher und nicht später.

<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Aussöhnung/Versöhnung mit dem eigenen persönlichen Umfeld kann nur in kleinen Schritten erfolgen</p> <p>AG 1 "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Aussöhnung/Versöhnung mit Familie und/oder Partner/in ist Teil des Genesungsprozesses</p> <p>AG 1 "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Aussöhnung/Versöhnung braucht Zeit</p> <p>AG 1 "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Aussöhnung/Versöhnung muß von den anderen kommen</p> <p>AG 1 "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Aussöhnung/Versöhnung kommt von allein</p> <p>AG 1 "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Aussöhnung/Versöhnung muss der Familie und/oder Partner/in Zeit und Raum lassen, die Sie brauchen</p> <p>AG 1 "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Ich will eine Aussöhnung/Versöhnung ...</p> <p>AG 1 "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Aussöhnen/Versöhnen ist nicht möglich</p> <p>AG 1 "Ausgesöhnt und versöhnt mit sich und anderen"</p>

<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Schuld/ -gefühle bei Angehörigen sind falsch, weil ...</p> <p>AG 2: "Schuld und Schuldgefühle - ein Thema für Angehörige"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Schuld/ -gefühle von Angehörigen sind Ausdruck von Hilflosigkeit</p> <p>AG 2: "Schuld und Schuldgefühle - ein Thema für Angehörige"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Schuld/ -gefühle von Angehörigen der/m Suchtkranken gegenüber sind: ...</p> <p>AG 2: "Schuld und Schuldgefühle - ein Thema für Angehörige"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Ich habe Schuld/ -gefühle weil: ...</p> <p>AG 2: "Schuld und Schuldgefühle - ein Thema für Angehörige"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Schuld/ -gefühle von Angehörigen können in Gesprächen bearbeitet werden</p> <p>AG 2: "Schuld und Schuldgefühle - ein Thema für Angehörige"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Eine Selbsthilfegruppe ist für Angehörige wichtig weil: ...</p> <p>AG 2: "Schuld und Schuldgefühle - ein Thema für Angehörige"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Schuld/ -gefühle von Angehörigen basieren auf emotionalen Erpressungsversuchen</p> <p>AG 2: "Schuld und Schuldgefühle - ein Thema für Angehörige"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>Angehörige sind auch Betroffene weil: ...</p> <p>AG 2: "Schuld und Schuldgefühle - ein Thema für Angehörige"</p>

<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p style="text-align: center;"><b>Alkoholismus ist eine Krankheit</b></p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p style="text-align: center;"><b>Wie unterscheidet sich Schuld von Schuldgefühlen?</b></p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p style="text-align: center;"><b>Ich fühle mich heute noch schuldig weil</b></p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p style="text-align: center;"><b>Wo glaube ich sehen meine Angehörigen ihre „Schuld“</b></p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p style="text-align: center;"><b>Alkoholismus ist keine Charakterschwäche</b></p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p style="text-align: center;"><b>Wie viel Schuld gebe ich mir und für was</b></p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p style="text-align: center;"><b>Ich bin nicht Schuld, aber ich habe Schuldgefühle</b></p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p style="text-align: center;"><b>Wie gehe ich mit meinen Schuldgefühlen um</b></p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>

<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>
<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>	<p>Fachtag Thüringer Suchtselbsthilfe „Alkoholismus – Krankheit oder Schuld?!“</p> <p>AG 3: "Krankheit oder Schuld- ein Thema für Betroffene"</p>