



## Sucht hat viele Gesichter

Zehn Jahre gibt es sie schon, die Selbsthilfegruppe der RheinEnergie. Sie ist zur festen Einrichtung für ehemalige Alkohol-, Drogen-, Medikamenten- und Spielsüchtige geworden. Statt erneut in den Teufelskreis der Sucht gezogen zu werden, finden die Teilnehmer in der Gruppe zusammen Lösungen für Probleme und neue Auswege aus schwierigen Situationen.

„Sorgen ertrinken nicht in Alkohol. Sie können schwimmen.“ Was Heinz Rühmann einst so treffend formuliert hat, mussten die Teilnehmer der RheinEnergie-Selbsthilfegruppe für Alkohol-, Drogen-, Medikamenten- und Spielsüchtige am eigenen Leib erfahren. Denn ebenso wie gegen Alkohol sind Probleme auch gegen Drogen, Medikamente und Glücksspiel immun – und schlimmer noch: Sie gedeihen prächtig und wachsen immer weiter. Die Flucht in die Sucht setzt einen Teufelskreis in Gang.

„Um aus diesem Teufelskreis ausbrechen zu können, muss leider oft erst viel passieren. Das bedeutet jede Menge Schmerz und Tränen für alle Beteiligten – sowohl für die Suchtkranken als auch für deren Angehörige und Freunde“. Hans L.\* weiß wovon er spricht, denn er hat einen schwierigen Weg aus dem Alkoholismus hinter sich, mit vielen Rückfällen. Erst ein völliger körperlicher Zusammenbruch brachte ihn dazu, endgültig mit dem Trinken aufzuhören. Er war in der Geburtsstunde der Selbsthilfegruppe dabei und ist einer von drei ehrenamtlichen und speziell geschulten Moderatoren der wöchentlichen Treffen.

Die Suchtkrankenhilfe ist bereits seit über 30 Jahren ein fester Bestandteil der innerbetrieblichen Suchtprävention, eingerichtet von der betrieblichen Sozialberatung. Mit seinen Angeboten war RheinEnergie immer seiner Zeit voraus. Dies liegt nicht zuletzt daran, dass die Entscheidungsträger das Thema Suchtprävention damals wie heute wichtig und ernst genommen haben.

„Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter leisten eine Menge für den Erfolg des Unternehmens. Da ist es doch wichtig, dass die RheinEnergie umgekehrt auch für sie Leistungen erbringt. Vor allem, wenn sie sich in einer schwierigen Situation befinden,“ so Arbeitsdirektor Thomas Breuer. „Wir möchten den offenen und vorurteilsfreien Umgang mit der Problematik Sucht fördern und die Betroffenen bei ihrer mutigen Entscheidung Hilfe anzunehmen unterstützen.“

Zunächst bestand das Angebot aus Beratung, Therapieeinleitung und Nachsorge bei Suchtproblemen aller Art. Dieses bereits sehr gute und ausgereifte Angebot wurde 1997 noch ergänzt durch die Gründung einer eigenen betrieblichen Selbsthilfegruppe. Und die ist auch nicht mehr wegzudenken. „Ohne die Gruppe geht es für uns nicht“, sind sich Daniel M.\* und Michael T.\* einig. Auch sie haben viele Jahre mit Alkoholis-



mus zu kämpfen gehabt. „Das Problem ist ja, dass es keine Heilung gibt wie bei vielen anderen Krankheiten. Die Krankheit gehört zum Leben dazu. Diese Erkenntnis ist anfangs bitter, aber sie hilft auch, sich der Gefahr bewusst zu werden, die ständig von der Sucht ausgeht.“ Um der Versuchung dauer-

haft zu widerstehen, stärken sich die Gruppenmitglieder bei ihren Treffen gegenseitig. Die Teilnahme ist freiwillig, daher variiert die Größe der Gruppe von Woche zu Woche. Meistens sind es rund zehn Leute, viele von ihnen kommen regelmäßig. Bei den Treffen ist nicht nur die Sucht Gesprächs-

thema. Das unterscheidet die Selbsthilfegruppe von anderen außerhalb des Unternehmens. Die RheinEnergie-Gruppe ist kleiner und es gibt weniger Fluktuation. Dadurch haben die Teilnehmer die Möglichkeit, Vertrauen aufzubauen und sich näher kennen zu lernen.

Überhaupt sind Vertrauen, Respekt und Ehrlichkeit die Basis für das Miteinander. Alles, was die Mitglieder donnerstags besprechen, bleibt in ihrem Kreis. Das ist ein ungeschriebenes Gesetz. Durch die gemeinsame Grundproblematik und geteilte Erfahrungen müssen sie viele Dinge nicht erklären, die Leute ohne Suchtprobleme nicht verstehen. Zusammen finden sie oft Lösungen für aktuelle Probleme, lernen voneinander und bewahren sich davor, wieder vom neuen Weg abzukommen. Jeder geht seinen eigenen Weg, wird aber von den anderen unterstützt und bestärkt.

Die Selbsthilfegruppe steht für Mitarbeiter der RheinEnergie und der Konzerngesellschaften offen. Auch Angehörige von Suchtkranken sind hier eingeladen, sich Unterstützung zu suchen. ●