

Rückfall: Ein heikles Thema mutig angepackt!

Rückfall als Thema in der Selbsthilfegruppe – Modellprojekt von Freundeskreisen und
Kreuzbund –

Ein sehr persönlicher Kommentar von Dr. Wilma Funke

Als mich Hr. Janßen, der Bundesgeschäftsführer des Kreuzbundes, 1999 fragte, ob ich mitmachen wolle als eine der Beraterinnen und Trainerinnen im Modellprojekt „Rückfall als Thema in der Selbsthilfegruppe“, das vom Bundesgesundheitsministerium gefördert werde, habe ich spontan zugesagt. Zu wichtig erschienen mir die Fragestellung und Absicht des Projektes, „Rückfall“ salonfähig zu machen, sprich: daran zu arbeiten, ein häufig immer noch tabuisiertes Thema aufzugreifen. In den Behandler- und Beraterkreisen ging man in den letzten 10 Jahren offensiver mit dem Suchtmittelrückfall um und versteht ihn nun zunehmend nicht nur als Teil der Suchterkrankung, sondern auch als Komplikation oder Chance des Gesundungsprozesses. Diese Einstellung hat Eingang in die therapeutischen Konzepte der Behandlungseinrichtungen bekommen.

In den vier durchgeführten Trainingsseminaren erlebte ich erfahrene und suchende Mitglieder aus Selbsthilfegruppen aus ganz Deutschland, die schnell offen und konstruktiv im Kontakt zueinander themen- und zielorientiert arbeiteten und bereit waren, manches kritisch zu hinterfragen und sich neuen Einsichten zu stellen. Neben der inhaltlichen Diskussion um Rückfallgeschehen und Rückfallverhinderung gab es viele mitmenschliche Begegnungen, die getragen von Respekt und Achtung vor der Eigenart des jeweils anderen bereichernd waren. So nahm es denn auch nicht wunder, dass über das Ende der Projektlaufzeit hinaus Kontakte bestehen blieben und genutzt werden.

Im Dezember 2002 ging das Hesse-Jahr zu Ende (zum 125. Geburtstag und 40. Todestag). Die beiden Endzeilen der drei Strophen seines berühmten Stufengedichtes inspirierten mich, die drei Jahre der gemeinsamen Beschäftigung mit dem Thema Rückfall im Rückblick so positiv und bereichernd zu bewerten.

„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft zu leben.“

Die erste Begegnung in der Projektgruppe war eine entscheidende: Vertreter zweier Selbsthilfeorganisationen – Kreuzbund und Freundeskreise – trafen sich zum gemeinsamen Seminar zu einem so brisanten Thema „Rückfall“. Schnell war vergessen, wer woher kam – es spielte keine Rolle mehr. Einig war man/frau sich in der Neugier auf die Themen. Rückfälligkeit hatten viele erlebt, ob selbst im eigenen Krankheitsverlauf, ob nach einer Behandlung oder Abstinenzentscheidung bei sich oder bei anderen. Was ist Rückfall, Vorfall und vor allem, wie kann die Selbsthilfegruppe angemessen damit umgehen? Neben der Vermittlung und Erarbeitung theoretischen Wissens spielte natürlich der konkrete Umgang mit kritischen Situationen eine besondere Rolle. Es wurde klar, dass in der Gemeinschaft die Stärke des einzelnen liegt, es aber wichtig ist, die eigenen Entscheidungen zu treffen und den eigenen Weg zu gehen. Niemand kann dem anderen Verantwortung abnehmen.

„Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.“

Auf dieser Reise zum konstruktiven Umgang mit dem Thema Rückfall galt es, eingefahrene Vorurteile aufzugeben zugunsten eines offenen Umgangs miteinander und den Anliegen der Seminare: Wissen vermitteln/erarbeiten, eigene Grenzen erkennen und berücksichtigen, Handlungsrepertoire erweitern und ausprobieren und trainieren. Schnell wurde es deutlich, dass keiner der Seminarteilnehmer sich als Feuerwehr in Sachen Rückfall verstehen würde und könnte. Zwar hatte jeder mit der Teilnahme sich verpflichtet, für die eigene Gruppe, den eigenen Verband damit auch als sogenannter Multiplikator zur Verfügung zu stellen. Dies kann aber nur bedeuten, dass es aufgrund des Wissensvorsprungs darum geht, das Thema in der Selbsthilfe lebendig zu erhalten, wie es für ein so wichtiges Phänomen erforderlich ist, damit eine der wesentlichen Funktionen der Selbsthilfe gut gelingt: Vorbeugung vor und Auf-fangen nach Rückfälligkeit. Dazu ist ein Klima hilfreich, in dem der Rückfall nicht als Versa-gen des Betroffenen gesehen wird oder ein „Schuldiger“ gesucht wird. Was Not tut, ist eine offene Atmosphäre und unterstützendes Verhalten, das dem einzelnen hilft, in der Krise die Chance zu nutzen. Aus den Modellseminaren heraus wird auch als ein Ergebnis ein Buch zum Thema „Umgang mit Rückfall“ (Herausgeber: Janßen & Körtel) im Lambertus-Verlag er-scheinen, das Ende 2002/Anfang 2003 erhältlich wird und viele Materialien enthält, die in der Gruppenarbeit sehr hilfreich sein können.

„Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!“

Nach all diesem gemeinsamen Arbeiten, manchmal Ringen um Weiterentwicklung und Ein-stellungsänderung fiel der Abschied nicht leicht. Es war klar, dass das Erreichte nichts End-gültiges sein würde, sondern dass es dem Einzelnen obliegt, sich in der Auseinandersetzung mit Sucht und Rückfall ständig weiterzuentwickeln. Im vierten und letzten Seminar ging es vor allem noch einmal darum, wie die Ergebnisse weiter getragen werden und wie sich die inzwischen so vertraut gewordenen Teilnehmer auch weiterhin unterstützen können. Und so hieß es dann endlich, Abschied nehmen in dem Bewusstsein, viel gegeben und viel erhalten zu haben. Einige Folgeseminare zum Thema „Rückfall“ wurden inzwischen bereits auf un-terschiedlichen Ebenen angeregt und durchgeführt, weitere stehen an in 2003. So können die Resultate der arbeitsintensiven Modellseminare auch weitergetragen werden. Schön, dass die Idee auf fruchtbaren Boden gefallen ist, die gemeinsame Arbeit Früchte trägt und viele Men-schen erreicht werden.

Mit guten Wünschen zum Jahreswechsel, Ihre Dr. Wilma Funke

(Zitate aus: Hermann Hesse (2002) Das Lied des Lebens. Frankfurt/M.: Insel (it 2859)

Anschrift der Verfasserin:

Dr. Wilma Funke
Kliniken Wied
Mühlental
D-57629 Wied