

„Abgrund“ ist nur wenige Zentimeter entfernt

Für Alkoholabhängige eine schwere Zeit

Der Corona-Lockdown erschwert den Kampf gegen die Alkoholsucht / Zwei Leiter von Selbsthilfegruppen berichten

Von Charlotte Martin

KREIS GROSS-GERAU. Reinhold Schönhaber, Gruppenleiter der Alkohol- und Suchtselbsthilfe (ASS) Groß-Gerau, kommt soeben vom Besuch bei einem Mann mit akutem Alkoholproblem zurück: „Wegen Corona fällt vielen Leuten die Decke auf den Kopf. Wer keinen Job oder keine Familie hat, hat es jetzt doppelt schwer“, sagt er. Dass er sich einzeln mit Anrufern trifft, die gegen die Versuchung ankämpfen, zur Flasche zu greifen, ist im Lockdown keine Seltenheit.

Seit 26 Jahren ist Schönhaber „trockener Alkoholiker“, ist für viele, die zu den ASS-Selbsthilfegruppen kommen, ein Vorbild. Er sagt: „Aus bitterer Erfahrung weiß ich, wie gefährlich das erste Glas ist. Als Alkoholiker kannst du nicht kontrolliert trinken, auch wenn du denkst, du hast alles im Griff. Der Abgrund ist nur wenige Zentimeter entfernt – egal, wie lang du trocken bist“, mahnt er.

Abstinenz zu sein, sei aber keine Voraussetzung, um an den Gruppentreffen der ASS teilzunehmen. Das gilt auch für Selbsthilfegruppen des Kreuzbunds, sagt Stadtverbandsvorsitzender Edo Klün.

Er ist seit 24 Jahren „trockener Alkoholiker“, kam nach Entgiftung in der Vitos-Klinik zunächst als Hilfesuchender zum Kreuzbund. „In unseren Gruppen sind alle Süchte vertreten – Spielsucht, Mager-sucht, Nikotinsucht – aber mehrheitlich geht es um Alkohol. Sucht kennt keine Klassifizierung: Der Ursprung liegt



Reinhold Schönhaber, hier mit einem Wasserglas, ist Gruppenleiter der Alkohol- und Suchtselbsthilfe Groß-Gerau. Foto: Vollformat/Pflug

in 90 Prozent der Fälle in der Kindheit. Uns geht es darum, Verantwortung für das eigene Tun zu übernehmen“, erklärt er.

Das Credo des Kreuzbundes, der bundesweit rund 1400 Selbsthilfegruppen hat, heißt: „Nur du allein kannst es schaffen – aber du schaffst es nicht allein.“ Seit 45 Jahren gibt es das Angebot in Groß-Gerau.

Beim Kreuzbund treffen sich jenseits der Coronakrise Suchtkranke sowie Angehörige

gemeinsam: „Es ist ein Mobile, eins hängt am anderen. Du tust deiner Familie mit der Sucht Schreckliches an. Meine Frau war vor mir in einer Gruppe, um sich Hilfe zu holen, weil sie mein Trinken nicht mehr ertrug“, erzählt Klün. Sowohl Schönhaber wie Klün wissen: Wenn ein Suchtkranker in die Gruppe kommt, hat dies meist einen direkten Auslöser – Stress im Job, ein Unfall oder die Familie droht zu zerbrechen.

Als im März 2020 der erste

Lockdown der Corona-Krise kam, seien in der ASS-Gruppe gleich Videoschalten aufgebaut worden, sagt Schönhaber: „Es nehmen bis heute zirka acht Leute teil. Live sind wir doppelt so viele. Mit einigen anderen telefoniere ich. Aber um die, die abgetaucht sind, machen wir uns Sorgen.“

Edo Klün handhabt den Lockdown anders: „Videoschalten haben wir gar nicht angefangen, denn das würde einige logistisch überfordern.

Corona ist eine sehr gefährliche Zeit, Rückfälle von Leuten, die erst kurz trocken waren, sind mir bekannt. Ich habe vom Gesundheitsamt daher die Genehmigung eingeholt, dass sich die Kreuzbund-Selbsthilfegruppen unter Einhaltung aller Auflagen auch im Lockdown treffen können. Diese Treffen sind immens wichtig.“

Reinhold Schönhaber bestätigt: „Auch für uns war es herrlich, als wir uns im Mai vor Ort sehen konnten. Wir

KONTAKT

► Laut der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) trinken 1,61 Millionen Männer und Frauen (Alter: 18 bis 64 Jahre) missbräuchlich Alkohol, rund 1,77 Millionen sind alkoholabhängig.

► Kontakte vor Ort: Alkohol- und Suchtselbsthilfe (ASS) Groß-Gerau: gg-gruppe@ass-darmstadt.de. Kreuzbund: ekluen@unitybox.de. (lot)

bildeten Kleingruppen, denn es waren sogar Neulinge da.“ Die Gruppen seien echte Gemeinschaften, viele Leute mehr als sieben Jahre dabei. Je länger man sich kenne, umso geringer die Scham. „Wir sitzen in einem Boot – Männer und Frauen von 30 bis 75 Jahren. Wir sind alkoholkrank und kämpfen gegen den Rückfall.“ Aber Schönhaber sagt auch: „Je länger Corona dauert, desto größer der Frust, der teils in Depression führt.“ Videoschalte ersetzte Gruppentreffen nicht, doch hätten viele auch Angst, sich zu infizieren. „Alkoholiker haben oft Folgeerkrankungen, gehören zur Risikogruppe.“

Dass die Dunkelziffer derer, die in der Isolation rückfällig werden oder die erst vollends in den Strudel der Sucht geraten, hoch ist, befürchten sowohl Schönhaber wie Klün. Er sagt: „Dass soziale Kontakte fehlen, erschwert es enorm. Gefährdet sind Suchtkranke ein Leben lang.“ Reinhold Schönhaber betont: „Der Halt in den Gruppen ist unschätzbar.“