

# Hilflos, ohnmächtig, extrem belastend

## Streetwork-Projekt Zwickau bietet Selbsthilfegruppe für Eltern von suchtkranken Jugendlichen an

Viele Menschen leiden unter der Abhängigkeit von Suchtmitteln unterschiedlichster Art. Zu den sogenannten „Alltagsdrogen“ wie Nikotin und Alkohol gesellen sich verstärkt illegale Drogen wie Ecstasy, Cannabis, Crystal Meth u. a. In Sachsen generell und speziell in der sächsischen Stadt Zwickau ist – aufgrund der Grenznahe – die synthetische Droge Crystal nahezu immer, überall und zu relativ günstigen Preisen verfügbar. Daher ist sie auch für junge Konsumenten (ab ca. 13 Jahren) mit geringen finanziellen Mitteln gut erschwinglich. Crystal hält sie länger wach und konzentriert und hilft zunächst dabei, etwa den Anforderungen in Schule, Studium oder Beruf gerecht zu werden.


Allerdings: Crystal besitzt ein ausgesprochen hohes Suchtpotenzial. Erfahrungsgemäß konsumieren die Jugendlichen zusätzlich Alkohol, Cannabis und/oder andere Drogen, um die Wirkung von Crystal entweder zu verstärken oder auch abzuschwächen (von Crystal „runterzukommen“). Nicht selten haben betroffene Jugendliche gleich mehrere Abhängigkeiten von stoffgebundenen und/oder stoffungebundenen (Spielsucht, Computersucht u. a.) Suchtmitteln, inklusive der damit einhergehenden Begleiterscheinungen.

### Auswirkungen auf das ganze Umfeld

Diese zerstörerischen Süchte sind aber nicht nur ein ernstes Problem für die unmittelbar betroffenen Jugendlichen, sondern auch für Eltern, Großeltern oder andere Menschen im engeren Umfeld. Oft wird die Problematik lange (häufig über Jahre hinweg!) verdrängt. Die Mitbetroffenen fühlen sich hilflos und schuldig, wollen alles tun, um die Sucht des Kindes nach außen hin zu kaschieren. Dabei geraten viele an den Rand der eigenen Belastbarkeit. Ihr Leben wird von einer Art Co-Abhängigkeit bestimmt, in der sie kaum noch aufatmen können. Unter solchen Konflikten können Familien, Partnerschaften, ganze Existenzen zerbrechen.



An dieser Stelle setzt die Arbeit der Selbsthilfegruppe für Eltern von suchtkranken Jugendlichen des Blaukreuz-Streetwork-Projekts Zwickau an. Ein Vater berichtet: „Seit einigen Jahren hatten wir mit zunehmenden Anzeichen und Auswirkungen der Drogensucht unserer damals minderjährigen Tochter zu kämpfen und konnten oder wollten die Schwere der Problematik nicht sehen. Allmählich setzte in unserer Familie jedoch eine Belastungssituation ein, die sich für uns als nächste Angehörige mehr und mehr zum Problem entwickelte, sowohl gesundheitlich als auch beruflich. Da wir jedoch keine Erfahrungen im Umgang mit einem süchtigen Menschen hatten, entwickelten sich bei uns Hilflosigkeit und Ohnmacht.“



In Sachsen generell und speziell in der sächsischen Stadt Zwickau ist – aufgrund der Grenznähe – die synthetische Droge Crystal nahezu immer, überall und zu relativ günstigen Preisen verfügbar. Daher ist sie auch für junge Konsumenten (ab ca. 13 Jahren) mit geringen finanziellen Mitteln gut erschwinglich.

## *ALLMÄHLICH SETZTE IN UNSE- RER FAMILIE EINE BELASTUNGS- SITUATION EIN, DIE SICH FÜR UNS ALS NÄCHSTE ANGEHÖRIGE MEHR UND MEHR ZUM PRO- BLEM ENTWICKELTE.*

In dieser Phase erhielten wir aus dem Bekanntenkreis den Hinweis, uns mit diesem Problem an das Blaukreuz-Streetworkprojekt Zwickau zu wenden. Hier fanden wir Verständnis und erste Unterstützung. Im weiteren Verlauf entwickelte sich eine massive Unterstützung für uns selbst und auch für unsere süchtige Tochter. Hierdurch lernten wir, wie man versuchen kann, mit solch einer Situation besser umzugehen und vor allem, welche Fehler man aus gut gemeinten Erwägungen machen kann („Co-Abhängigkeit“). In dieser für uns extrem belastenden Situation waren und sind uns bis zum heutigen Tag die vertrauten Sozialarbeiter eine wichtige Stütze als Ansprechpartner und Ratgeber. Denn obwohl unsere Tochter, sicher auch durch das Engagement aller Beteiligten, seit mehreren Jahren „clean“ ist, hat die Vergangenheit bei uns Schäden hinterlassen. Umso wichtiger war es, dass uns durch die Sozialarbeiter auch der Zugang zu einer funktionierenden Selbsthilfegruppe

ermöglicht wurde. Hier fanden wir Hilfe und Unterstützung durch andere betroffene Angehörige von suchtkranken Kindern und den Initiatoren der Selbsthilfegruppe. Durch diese Möglichkeit des Austauschs von Erfahrungen und das Besprechen von Lösungswegen sind schwere Zeiten in diesem Zusammenhang etwas leichter zu durchleben, denn es ist sehr wichtig, etwas „Last“ abgeben zu können. Ohne all diese Unterstützung hätten wir die zurückliegende Zeit sicher nicht so durchstehen können.“

### Befreites Leben kann gelingen

Betroffene Eltern sollen in der Elterngruppe erfahren, dass sie mit ihrem Problem nicht allein sind. Sie sollen sich verstanden und angenommen wissen. In vertrauter Atmosphäre können sie miteinander ins Gespräch kommen und sich austauschen. Sie können miteinander Sorgen, Ängste und Nöte teilen und tragen helfen. Sie erhalten Informationen zum Thema Sucht und Co-Abhängigkeit sowie weiterführende professionelle Hilfsmöglichkeiten. Sie lernen zu erkennen, dass es notwendig ist, sich selbst zu ändern, damit das suchtkranke Kind eine Chance erhält, sein eigenes Leben zu verändern. Ansinnen der Gruppe ist es, den Eltern zu vermitteln, dass das eigene Leben trotz aller Probleme lebenswert ist. Sie sollen motiviert und angeleitet werden, besser für sich selbst zu sorgen und die schönen Dinge des Lebens zu genießen. Ein befreites Leben muss keine Illusion bleiben, sondern kann gelingen.

Im Mai 2017 feierte die Elterngruppe in Zwickau ihr zehnjähriges Bestehen, worüber die Mitarbeiter Jens-Uwe Wiesner, der selbst Vater eines suchtkranken Kindes ist, und Sandra Mühle sehr dankbar sind. 10 bis 20 Betroffene, darunter auch Ehepaare, treffen sich regelmäßig, um miteinander ins Gespräch zu kommen und Hilfe zu finden. Durch finanzielle Unterstützung der Krankenkassen können ein- bis zweimal im Jahr Fachreferenten für Intensivseminare gebucht werden, von denen die ganze Gruppe profitiert. Die Elterngruppe will neue Hoffnung vermitteln, Perspektiven aufzeigen und konkrete Hilfen geben. ■

**Sandra Mühle**, Streetworkprojekt Zwickau



Kontakt über Tel.  
0152/07184490  
(Jens-Uwe Wiesner)  
oder 0179/7871612

(Sandra Mühle);  
E-Mail: shg.  
elternkreisjugend-  
licher@web.de)