

ANGEHÖRIGE



In **Deutschland** gelten **5-10 Millionen Angehörige** von Alkoholkranken als von der Abhängigkeit unmittelbar betroffen. Angehörige sind durch die Erkrankung ihres suchtkranken Familienmitgliedes mit betroffen und sehr belastet. Viele übernehmen die Verantwortung für die Lebensbereiche des Suchtkranken und versuchen alles Erdenkliche, um ihn vom Suchtmittel fernzuhalten. Oftmals ziehen sich Angehörige aus ihrem sozialen Umfeld zurück und richten ihre Lebensführung ausschließlich auf den Suchtkranken aus. Nicht selten sind die Belastungen der Angehörigen so groß, dass sie selbst psychische oder psychosomatische Erkrankungen entwickeln.

Auf den Begriff der sogenannten Co-Abhängigkeit, der den engagierten und belasteten Angehörigen oft zugeschrieben wird, möchten wir jedoch verzichten, weil:

- a) er die Gefahr einer potenziellen Pathologisierung der Angehörigen birgt;
- b) er vorschnelle Trennungsempfehlungen nahe legt und die Hilfe suchenden Angehörigen zusätzlich verunsichern und belasten könnte;
- c) die vielen Stärken, Fähigkeiten und Bewältigungsstrategien, die Familien mobilisieren, durch das Konzept der Co-Abhängigkeit nicht angemessen gewürdigt werden;
- d) eine naheliegende Gleichsetzung der sogenannten Co-Abhängigkeit mit einer Suchterkrankung zur Verharmlosung der Suchterkrankung beitragen könnte.

Angehörige haben viele Stärken, die sie in ihrem Bemühen um das suchtkranke Familienmitglied und um das Aufrechterhalten funktionierender Familienstrukturen zeigen.

Viele Angehörige brauchen bzw. wünschen sich Unterstützung, um die Krankheit ihres Familienmitgliedes zu verstehen und sich selbst zu schützen. Außerdem gilt es, einen guten Umgang mit dem Unterstützungspotential zu finden, das Angehörige von Suchtkranken haben. Sie kennen schließlich ihr erkranktes Familienmitglied am besten und können so konstruktive Hilfe leisten.

Eine wichtige Hilfe ist die Gruppenarbeit der Sucht-Selbsthilfe. Dort erfahren Angehörige, dass sie mit ihren Sorgen nicht allein sind. Sie erfahren –

- Entlastung durch Verständnis und Solidarität im Schutze der Gruppe
- Förderung des Verständnisses für die Suchterkrankung und der damit einhergehenden familiären Beziehungsdynamik
- Förderung der Selbstwirksamkeitserwartungen des Angehörigen zugunsten der Erhöhung ihrer Lebensqualität (Unterstützung eigenständiger angenehmer Tätigkeiten, Vermeidung von stressbedingten Erkrankungen)
- Wo sinnvoll, Stärkung des Unterstützungspotenzials der Angehörigen für ihr suchtkrankes Familienmitglied
- Förderung von positiver Netzwerkorientierung / Gegenwirken der Isolationstendenzen
- Unterstützung aller Familienmitglieder bei Prozessen zur „Normalisierung“ des Familienalltags nach überstandenen Krisenzeiten.

Ansprechpartnerin im DV Augsburg:

Rosemarie Gassner Tel.: 0821 / 79 623 145 E-Mail:

p.gassner@kabelmail.de

Ansprechpartnerin im Raum Friedberg/Aichach:

Heike Bartelt Tel.: 0157 / 80 660 423 E-Mail: heikesbartelt@aol.com

Ansprechpartner im DV Augsburg: