

Grußwort der AOK PLUS zur 7. Konferenz der Suchtselbsthilfe in Sachsen am 08.11.2014 - Umgang mit Rückfällen in der Suchtbehandlung inklusive Selbsthilfearbeit-

Sehr geehrte Damen und Herren, sehr geehrter Herr Doktor Rilke, geschätzte Vertreterinnen und Vertreter aus den Suchtselbsthilfegruppen,

wer chronisch krank ist, weiß: Es gibt gute und schlechte Phasen. Das trifft auch auf die Abhängigkeit zu. Ein Rückfall bei der Bewältigung der Abhängigkeit tritt immer mal wieder ein. Trotzdem werden diese Rückfälle oft geleugnet, verschwiegen, gedeckt oder bagatellisiert, statt sie offen und ehrlich zu thematisieren und zu bewältigen.

Es ist ganz wichtig für den Betroffenen und den Angehörigen:

Ein Rückfall muss keine Katastrophe sein!

Wichtig ist, den Rückfall als solchen sehr zeitig zu erkennen, um eine sofortige Schadensbegrenzung einzuleiten und einen erneuten Rückfall in Zukunft zu vermeiden. Ein chinesisches Sprichwort sagt: Wer seine Geschichte nicht kennt, ist verdammt, sie zu wiederholen.

Folgende Fragen sollte ich beantworten können:

- Welche Rückfallneigungen besitze ich?
- Wie sieht mein Frühwarnsystem zur Verhinderung aus?
- Welchen Plan habe ich, wenn es doch passiert ist?
- Welchen Schutz vor einem Rückfall besitze ich?
- Wie gehe ich als Angehöriger mit meiner Angst um?

Helfen können hier die Suchtberatungs- und Behandlungsstellen und die Selbsthilfegruppen. Sie motivieren Betroffene zum Ausstieg aus der Sucht und stabilisieren sie auf dem Weg zu einer abstinenter Lebensweise. Die Suchtselbsthilfe bietet darüber hinaus Hilfe, die nicht an Öffnungszeiten gebunden ist, wenn Menschen diese Unterstützung suchen und auch annehmen.

Die AOK PLUS schätzt das Engagement der Selbsthilfegruppen und unterstützt sie deshalb bereits seit vielen Jahren. Für die regionalen Suchtselbsthilfegruppen, Landesverbände und die Sächsische

Landesstelle gegen die Suchtgefahren hat sie umfangreiche finanzielle Fördermittel zur Verfügung gestellt.

Aber wir alle wissen, dass Verständnis und Beistand, das Gefühl nicht allein zu sein und der Austausch individueller Probleme monetär nicht zu messen oder gar auszugleichen ist.

Ohne Verständnis, Kraft und Mut für das Miteinander ist anspruchsvolle Suchtselbsthilfearbeit nicht zu leisten. Partner und Familien können das sicher bestätigen. Dafür sagen wir Ihnen, Ihren Angehörigen und allen ehrenamtlich tätigen Mitgliedern in den Selbsthilfegruppen unseren herzlichen Dank!

Auch künftig wird die AOK PLUS die gesundheitsbezogene Sucht-Selbsthilfearbeit unterstützen und dieses Engagement durch Projekte der Suchtprävention flankieren.

Uns ist klar, dass Suchtprävention nur dann wirksam umgesetzt werden kann, wenn alle Partner z.B. in einer Kommune zusammenarbeiten. Die Netzwerkarbeit kann und muss aber auch durch die Selbsthilfe belebt, ergänzt und bereichert werden.

Die AOK PLUS ist zur partnerschaftlichen Zusammenarbeit bereit und wird die Maßnahmen zur Gesunderhaltung und zur Stärkung der Ressourcen für eine zufriedene Abstinenz unterstützen.

Für den heutigen Tag wünsche ich Ihnen zahlreiche interessante Begegnungen und der Veranstaltung viel Erfolg!

Ihr Frank Tschirch

Fachberater Gesundheitsbezogene Selbsthilfeförderung der AOK PLUS