



■ Etwa 340.000 Menschen gelten in Österreich als alkoholkrank, knapp 735.000 Österreicher konsumieren Alkohol regelmäßig in einem gesundheitsschädlichen Ausmaß - ein verharmlostes Problem. Foto: z. V. g.

„Niemand stellt Fragen“

Seit 20 Jahren gibt es die Anonymen Alkoholiker in Baden

10 % der Bevölkerung sind akut suchtkrank, fast jeder Mensch kennt zwei bis drei Kranke in seinem Umfeld. Die Hälfte der Bevölkerung ist somit direkt oder indirekt von Alkoholismus betroffen. Es gibt also viele gute Gründe, sich mit dem Thema zu befassen - und auch damit, wie man dieser Krankheit in Baden begegnet.

Es ist keine Abstinenzvereinigung, niemand fragt, warum man beim letzten Meeting gefehlt hat, keiner sagt einem, man soll doch endlich mit dem Trinken aufhören, und es gibt keinen Therapeuten, der mit erhobenem Zeigefinger an der Stirnseite des Tisches sitzt: Die Treffen der Anonymen Alkoholiker (AA) folgen ganz eigenen Prinzipien. Und sie haben in den vergangenen Jahrzehnten viele Menschen auf dem oft schwierigen Weg aus der Sucht begleitet.

80 Jahre lang gibt es die AA bereits weltweit, in Baden treffen sich die Gruppen heuer seit 20 Jahren - ein doppeltes Jubiläum also. Rund 20 Personen groß ist auch die Gruppe, die sich allwöchentlich in Baden trifft. Willkommen ist, wer kommen mag. Und das sind in den meisten Fällen Alkoholiker. Aber auch Angehörige und Interessierte sind jederzeit willkommen - denn Alkoholismus ist nie eine Krankheit, die nur einen Menschen betrifft.

„Der Großteil der Krankheit ist nicht in der Leber, sondern im Kopf“, sagt einer, der es wissen muss. „Es gibt grundlegende Unterschiede zwischen suchtkranken und gesunden Menschen. Alkoholiker

haben ein besessenes Denken, sie agieren zwanghaft, arbeiten oft mit dem Brecheisen. Daraus resultiert dann auch dieser oft geäußerte Gedanke, den jeder Suchtkranke kennt: Ich schaff das schon allein! 17 Mal ist es schief gegangen, aber beim nächsten Mal wird alles gutgehen! Das ist die typische Besessenheit eines Kranken. Es geht darum, dass man von diesem Gedanken runterkommt.“

12 Schritte sind es, mithilfe derer die AA seit Jahrzehnten erfolgreich arbeiten. Und sie sind eine Anleitung und viel mehr noch ein Werkzeug. „Werkzeuge, von denen jeder Gebrauch machen kann, mit denen jeder seinen eigenen Zugang findet. Und in den Meetings tauschen wir uns über die Erfolge aus“, erklärt ein Gruppenmitglied, wie die gemeinsame Arbeit funktioniert. Wichtig ist: Es geht den AA nicht nur um die Erkenntnis, nichts mehr trinken zu dürfen, sondern darum, nicht mehr trinken zu wollen. „Ein völliges Umkrempeln der Lebenseinstellung also. Das ist etwas, was bei einem rein körperlichen Entzug bei den meisten Patienten nicht passiert.“

Die Arbeit der AA ist vielfältig. Denn es gibt nicht nur die wöchentlichen Meetings, sondern auch Infotreffen in Krankenhäusern und Justizvollzugsanstalten: „Es macht betroffen, wie schnell es gehen kann, wegen Alkohol im Krankenhaus oder hinter Gitter zu landen.“ Und: Wenn jemand in die Gruppe kommt, geht er nicht wieder ohne einige Telefonnummern. Wenn er mitten in der Nacht anruft und meint: „Ich habe einen solchen Druck, ich würde am liebsten ein Rumfass trinken“, wird er nicht hören: „Geh, reiß‘ dich zusammen!“ sondern: „Kann ich verstehen!“

Die Eintrittsschwelle ist niedrig, jeder, der nicht randaliert, darf bleiben, ob betrunken, interessiert, seit einigen Wochen trocken oder seit vielen Jahren. Und jeder wird begleitet, nicht nur in der Gruppe, sondern auch im Genesungsprogramm. Denn alle Gruppenmitglieder kennen die Herausforderung: Schwierige Lebenssituationen, aber auch Feierlichkeiten ohne den Begleiter Alkohol meistern zu müssen.

„Die Akzeptanz in der Bevölkerung ändert sich“, meint ein Gruppenmitglied. „Früher gab’s ein Sprichwort: Lieber ein stadtbekannter Säufer als ein anonym Alkoholiker. Da galten die Gruppen quasi als Geheimbund, niemand wollte mit dem Thema etwas zu tun

haben. Da hat sich zum Glück viel getan. Wir haben uns in diesen Jahren verdrei- bis vervierfacht. Und auch in Institutionen wie JVAS oder Krankenhäusern ist man mittlerweile froh über unser Angebot.“

„Sie sind zwar nicht unbedingt bequem, aber: Wenn man ernsthaft mit den 12 Schritten arbeitet, dann kann man wieder ein freier Mensch werden - ohne Suchtverlagerung“, sind sich die Gruppenmitglieder einig.

Jeden Montag treffen sich die AA im Landesklinikum Baden, jeden Donnerstag in Bad Vöslau, Raulestraße 5 und in Ebreichsdorf, Vorstadl 9, von 19.30 bis 21 Uhr. Und natürlich gibt es auch die Möglichkeit, per Telefon oder Mail Kontakt zu suchen: 0699/11033270, 0699/81789821 oder info@anonyme-alkoholiker.at. Garantiert ohne Fragen.

STAND.punkt



Nicole Kranzl

E-Mail: n.kranzl@badenerzeitung.at

Alkohol, Allmacht und Allmachtsphantasie

Allmachtsphantasie“ nennen die Anonymen Alkoholiker selbst den ihnen vertrauten Gedanken „Ich schaff das schon allein!“ Und, was noch bezeichnender ist: Genau diese Aussage ist oft ein Symptom für einen Rückfall. Etwas nicht allein zu schaffen, wird immer noch gern als ein Zeichen für Schwäche gewertet - was natürlich vollkommener Unsinn ist. Mitterweile hat sich die Gesellschaft zumindest in einigen Punkten gewandelt. Denn Physiotherapie nach einer körperlichen Erkrankung, das war immer schon ganz normal, mit einer Psychotherapie galt man als jemand „der nicht ganz dicht ist“. Zum Glück schaut heute niemand mehr komisch, wenn ihm sein Gegenüber offenbart, er befinde sich in Behandlung. Beim Thema Suchtkrankheit sieht die Sache aber leider ein bisschen anders aus. Immer noch gelten Menschen, die davon betroffen sind, als willensschwach. Alkoholismus ist eine Krankheit - und zwar eine tödliche.

Und der Umgang der Gesellschaft mit dem Thema Alkohol erleichtert die Genesung nicht unbedingt. In Österreich muss man sich oft mehr dafür rechtfertigen, wenn man nicht trinkt, als umgekehrt. Umso wichtiger ist es, dass eine Gruppe wie die Anonymen Alkoholiker gibt. Eine Gruppe, in der sich niemand mit einem - laut geäußerten oder still zwischen den Zeilen schwebenden - Vorwurf herumschlagen muss, in der er sich zu 100 % darauf verlassen kann, dass die anderen wissen, wie es ihm geht, und nicht aus dem Bestreben heraus, das „Richtige“ zu wollen, genau das Falsche tun. „Wenn man lange genug dabei ist, dann sieht man, wie aus körperlichen und geistigen Wracks, die die Gesellschaft schon abgeschrieben hatte, wieder lebendige Menschen werden“, bringt es ein Gruppenmitglied auf den Punkt. Hut ab vor allen, die in Situationen wie diesen füreinander da sind. Und Hut ab vor allen, die den Weg zu den Treffen finden.