

Trinkt jemand in Ihrer Umgebung zuviel?

Alkoholismus ist eine Krankheit. Sie kann jede Familie treffen, unabhängig von Einkommen, sozialem Status oder Prominenz. In der Bundesrepublik leben 1,7 Millionen Alkoholabhängige. Die Zahl der mitbetroffenen Angehörigen wird auf rund acht Millionen geschätzt.

Alle sind betroffen

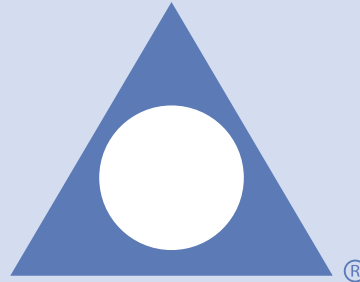
Nicht nur der Alkoholiker ist krank. Auch Ehepartner, Kinder, Freunde, Verwandte und Arbeitskollegen leiden unter den Folgen seiner Sucht. Angehörige von Alkoholikern versuchen, den Konsum des Alkoholikers zu kontrollieren und decken sein übermäßiges Trinken nach außen. Sie nehmen ihm die Verantwortung für sein Verhalten ab, indem sie sich in falschverständlicher Fürsorge um ihn kümmern.

Die Angehörigen fixieren sich zwanghaft auf die Bedürfnisse des Alkoholikers, verlieren den Kontakt zu ihren eigenen Bedürfnissen und entwickeln dadurch häufig psychosomatische Störungen. Die Problematik der Angehörigen von Alkoholikern stellt ein eigenständiges Krankheitsbild dar. Angehörige von Alkoholikern brauchen Hilfe.

Hilfe bei Al-Anon finden

Die Al-Anon Familiengruppen sind eine Selbsthilfegemeinschaft, die sich ausschließlich an die Angehörigen von Alkoholikern richtet. Im Jahr 1951 ist Al-Anon in den USA aus den Anonymen Alkoholikern hervorgegangen. Auch in Deutschland bestehen seit über 50 Jahren Al-Anon Selbsthilfegruppen. Ihre Aufgabe ist es, den Angehörigen Trost und Hilfe anzubieten.

Der regelmäßige Besuch der Gruppen verhilft zu einer veränderten Sicht- und Denkweise über den Alkoholismus. Dazu gehört die Einsicht, dass die Angehörigen das Trinken des Alkoholikers nicht stoppen können, egal wie sehr sie sich anstrengen. Sie lernen, ihr eigenes, vernachlässigtes Leben in die Hand zu nehmen, statt in das des Alkoholikers hineinzuregieren.



Al-Anon Familiengruppen - Alateen Für Angehörige und Freunde von Alkoholikern

In der Al-Anon-Gemeinschaft können Sie

- Menschen treffen, die Ihre Probleme mit Ihnen teilen
- lernen, dass Alkoholismus eine Familienkrankheit ist
- neue Hoffnung schöpfen
- lernen, die Atmosphäre in Ihrer Familie zu verbessern
- Selbstvertrauen aufbauen

Die Selbsthilfegruppen vermitteln das Wissen, dass der Alkoholiker die Konsequenzen seines Handelns selbst tragen muss, ohne dass die Angehörigen ihm weiter die Konsequenzen seines Suchtverhaltens abnehmen. Der regelmäßige Besuch der Gruppe stärkt die Selbstverantwortung der Angehörigen. Die veränderte Einstellung zum Alkoholiker hilft den Angehörigen, zu einer gesunden Lebenseinstellung zu finden. Auch beim Alkoholiker kann hierdurch in manchen Fällen die Bereitschaft wachsen, mit dem Trinken aufzuhören.

Al-Anon

Al-Anon ist die einzige weltweite Selbsthilfe-Gemeinschaft für Familien und Freunde von Alkoholikern. Sie bietet denjenigen Unterstützung an, die durch das Trinken eines Anderen betroffen sind. Derzeit gibt es in 115 Ländern 24.000 Al-Anon Gruppen und etwa 2.300 Alateen Gruppen.

Al-Anon Familiengruppen

Die Al-Anon Familiengruppen sind eine Gemeinschaft von Angehörigen und Freunden von Alkoholikern, die ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um ihre gemeinsamen Probleme zu lösen.

Alateen

Die Alateen Gruppen Deutschland bestehen seit über 30 Jahren und sind ein Teil der Al-Anon Gemeinschaft, eingerichtet für die jüngeren Angehörigen bis zum Alter von 19 Jahren. In Deutschland gibt es zur Zeit etwa 960 Al-Anon und Alateen Gruppen. Es gibt keine Mitgliedsbeiträge oder Teilnehmerlisten. Die Anonymität aller Hilfesuchenden wird gewährleistet.

Treffen der Al-Anon Familiengruppe in Göttingen

Jeden Mittwoch von 19:00 bis 21:00 Uhr
Gruppenraum des St. Marien-Gemeindehauses
Neustadt 21, 37073 Göttingen

Nähere Informationen:

Al-Anon Familiengruppen Interessengemeinschaft e.V.
Zentrales Dienstbüro
Emilienstr. 4
45128 Essen
Telefon: 0201/773007
Telefax: 0201/773008
E-Mail: zdb@al-anon.de
Internet: www.al-anon.de