

„Ich bin so froh! Ich hätte nie den Blickwinkel gewechselt!“

Auftaktveranstaltung der Wanderausstellung "Total stark! Kreative Suchtselbsthilfe in NRW" am 1. Oktober 2013 in dem PAUKE-LIFE-Kultur Bistro in Bonn



Der Ort – optimal für vielfältige Perspektivwechsel!

Die „PAUKE“ in Bonn hat ihre Wurzeln in der Selbsthilfe. 1983 durch ehemalige Klienten als Café gegründet, wuchs sie schnell durch gemeinsames Engagement mit Profis zu einer Einrichtung, die heute Anlaufstelle für Beratung, persönliche Chancen und Möglichkeiten zur Berufsfindung geworden ist. Im Jubiläumsjahr ist die PAUKE heute eine Institution innerhalb des Bonner Vereins für gemeindenaher Psychiatrie e.V. und aus dem Bonner Suchthilfe- und Beratungs- Netzwerk nicht mehr wegzudenken.

Geschäftsführer Gerhard Wolf begrüßte die Besucher der Ausstellung und Bürgermeister Naaß fand Worte, die zeigten, dass die Politik in Bonn hinter der gesamten Einrichtung steht.

Selbsthilfe und Profis engagieren sich für die gleichen Ziele

Bürgermeister Naaß erinnerte an die Wurzeln der PAUKE und stellte die Selbsthilfe als eine besondere Form des bürgerschaftlichen Engagements heraus, die praktische Lebenshilfe will, um einen Weg in ein suchtfreies Leben zu ebnen. Durch die Ausstellung sieht er die „Barrieren zum Thema Sucht auf kreative Weise überwunden“ und stellte diese neuen Zugangswege zu Betroffenen und Nicht-Betroffenen positiv heraus. Darüber hinaus würdigte er den FAS NRW als ein Gremium, das einen Beitrag dazu leisten kann, ehrenamtlich tätige Menschen und professionell tätige Menschen, die sich für die gleichen Ziele einsetzen, zu vernetzen.

Dynamisch auf die Mitte hin leben: Blickwinkel teilen, verändern und entwickeln!

Das anschließende Gespräch unter dem Sockenbaum hatte symbolischen Charakter, versammelten sich hier doch Menschen aus dem ehrenamtlichen und aus dem professionellen Bereich, die aus unterschiedlichen Perspektiven heraus das Gemeinsame formulierten. Der Baum vor der PAUKE und der Sockenbaum wurden zum Symbol des persönlichen Wachstums und der eigenen sowie der gemeinsam empfundenen Mitte.



Perspektivwechsel: Die Arbeit der Selbsthilfe in einen größeren Zusammenhang stellen.

Sabrina Boscolo Lips, Leiterin der Ambulanten Beratung der PAUKE Bonn GmbH und Koordination der Cleangruppen, betonte den Respekt vor Menschen, die sich ihren eigenen Schattenseiten stellen. Ihre Arbeit: Beratung hin zu einem passenden Angebot. Ihre Faszination: Menschen im Aufbruch. Sie fragte: „Wer hat schon die eigene Mitte? Alle Menschen suchen danach. Vielleicht schaffen es Menschen aus der Selbsthilfe eher, weil sie den Mut haben, sich ständig mit Lebensfragen zu beschäftigen, die sie persönlich weiterbringen!“

Gemeinsamkeit schafft Werte-Perspektiven

Jörg, Andrea und Claudia als Leiterteam der Cleangruppen in der PAUKE geben verlässliche Geborgenheit in der Gruppe „Wir wollen Atmosphäre schaffen, in der vertrauliche Gespräche möglich werden. Wir erkennen uns wie in einem Spiegel im Anderen.“ Durch den Anschluss an die PAUKE sind auch Gruppenaktivitäten wie der Besuch eines Klettergartens möglich, was die Gruppe ohne diesen Background nicht alleine schaffen könnte! Innerhalb der Gruppe änderte sich die Qualität des Miteinanders von Jörg und Andrea – sie sind heute verheiratet und stärken sich gegenseitig in ihrer Abstinenz.



Ein spannender Seitenwechsel – nicht ganz ohne Schwierigkeiten!

Udo Schmidt, Verein für Gefährdetenhilfe, hat die „Seite gewechselt“: Als ehemals Abhängiger machte er eine Ausbildung zum Schreiner und fügte die soziale Arbeit hinzu. „Ich habe viele Bewerbungen geschrieben und hatte ständig Angst, nicht zu genügen!“ Der Verein für Gefährdetenhilfe bot eine Stelle als Leiter der Cleangruppe an. Nun kann er als ehemals Betroffener und professioneller Leiter Hilfe geben – hat einen weit gespannten Blickwinkel, der sich auch in der Ausführung seiner Arbeit zeigt: „Meine bevorzugte Arbeit: Unternehmen – erleben – darüber reden! Viel Sport, viel Bewegung – und sich näher kommen, sodass wir über Gott und die Welt reden können.“ Der Seitenwechsel wird nicht immer positiv gesehen – Grund genug, damit zu arbeiten!

Empowerment in Selbsthilfethemen, Unterstützung für neue Wege

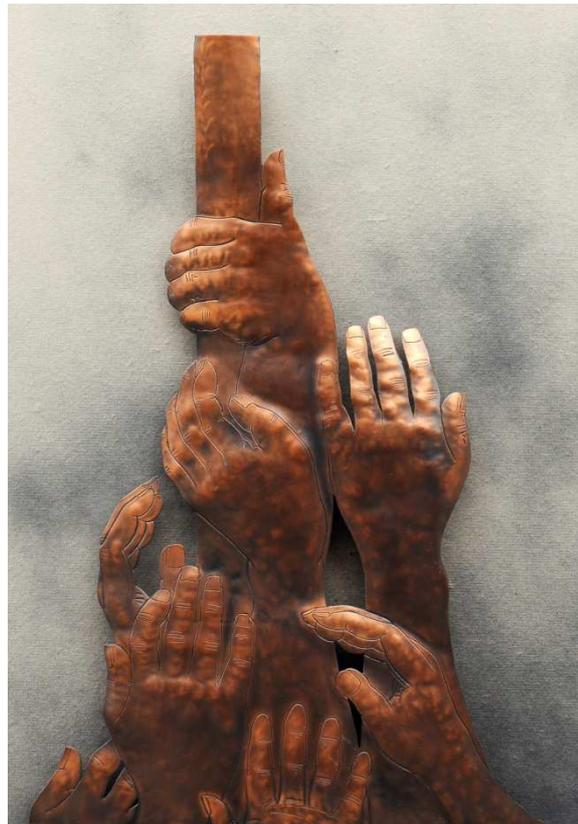
Gabriele Kuchem-Göhler, Dipl.-Sozialpädagogin in der Selbsthilfekontaktstelle Bonn (SEKIS), stellt den Stuhlkreis als Ausgangspunkt für alle Aktivitäten heraus. „Wir haben in 20 Jahren eine sehr breitgefächerte Entwicklung der Selbsthilfe in Bonn, was die Inhalte der Selbsthilfegruppen angeht. Die Themen entwickeln sich selber.“ Arbeitsweisen wie Kreativität in Gruppen werden mit Angeboten unterstützt, entwickeln sich jedoch nicht von alleine. „Den Sockenbaum finde ich beeindruckend. Er wächst aus dem Stuhlkreis. Das wichtigste ist die Ehrlichkeit, dann kommt der Weg nach draußen!“

Die eigene Professionalität als Bereicherung in der Selbsthilfe

Wolfgang Klaile, Kreuzbund Bonn und kreatives Multitalent in der Ausstellung, will beim Gestalten, Schreiben, Motorradfahren und Filmen „Druck loswerden“. Als ehemaliger Werbegraphiker, der seine Talente in der nassen Phase zuschüttete, hat er alte Wege neu entdeckt.

„Ich bin so froh! Ich hätte nie den Blickwinkel gewechselt, wenn ich weiter getrunken hätte!“ Gerne nimmt er Hilfe in der Gruppe in Anspruch. „In meiner Gruppe, die ich seit 20 Jahren besuche, liest eine Journalistin meine Kurzgeschichten zur Korrektur.“ Frische Perspektiven: Professionalität in der Gruppe – genutzt als Bereicherung und Wegbegleitung - als Zugang zur Seele!

„Wir bleiben immer in Blickkontakt!“



Die eigene Wahrnehmung überprüfen! Zu sehen: Das sind alles nur Standpunkte!

Silke May, Kunsttherapeutin in der PAUKE, begleitet Klienten wöchentlich in einem Zusatzangebot innerhalb der Therapiezeit. „Kunst – das ist ein guter Aufhänger, um dem näher zu kommen, was da in meinem Kopf abläuft. Das verbindet mich mit den Klienten, denn es gilt auch für mich!“

Für sie geht Kunsttherapie über das therapeutische Arbeiten hinaus. Kunst – das ist mit Erstaunen verbunden, – ob in der Bildenden Kunst, der Musik, im Theater, in der Literatur. Sich auszudrücken heißt: Mit sich selber in Kontakt kommen, Sinn erfahren, sich beruhigen oder Dinge anders wahrnehmen. Eine spirituelle Erfahrung kann sein, zu erkennen: Ich bin fixiert – und ich entdecke, dass es eine andere Sichtweise, einen anderen Weg gibt. Spirituell kann auch die Erfahrung sein, dass ich mich beim Malen in mich selber vertiefen kann, da geht man dann schon neue Wege – in kleinen Schritten. Der spirituelle Anteil in der Therapie trägt, wenn Menschen Sinn in ihrem Tun erfahren und einen Schutz aufbauen gegen Konsum. Die innere Stärkung führt in kleinen Schritten zu neuen Wegen im Leben.

Perspektivwechsel – JETZT!

Friedrich und Petra als Teilnehmer der Cleangruppen zeigen unterschiedliche Wege in der Selbsthilfe: Friedrich, der seit Jahrzehnten abhängig ist, lernt sich in der PAUKE neu kennen. Perspektivwechsel – mitten in der Gemeinschaft, in der er und seine Fähigkeiten als Zweiradmechaniker gebraucht werden.

Petra erzählt von einer unruhigen Suche in den verschiedenen Gruppen und dass ihr das Reden hilft. Besonders, wenn die Angst kommt. Sie braucht Schutz und Mut, ihr Leben täglich zu leben. Sie sagt ehrlich, dass sie aus Angst vor einer Operation gestern rückfällig war und sofort Kontakt zur Cleangruppe aufnahm: „Ich bin tierisch glücklich! Ich sitze hier und habe die Cleangruppe. Ich werde weiter clean bleiben!“

Ein Dank gilt allen TeilnehmerInnen und der Moderatorin Ute Freyer für die persönlichen Einblicke in das eigene, selbstständig erarbeitete Wachstum!