

Co-Abhängige - Mitbetroffene

Als Co-Abhängige bezeichnet man Menschen aus dem „Nahraum“ des Süchtigen, die unwissentlich die Rolle des Verbündeten übernehmen.

Heute benutzt man eher den Begriff „Mitbetroffene“, da nicht nur Partner sondern auch weitere nahe stehende Menschen aus dem Umfeld des Suchtkranken, sich von seiner Krankheit abhängig machen.

Sie machen sich die Probleme des Suchtkranken zu Eigen und versuchen, diese stellvertretend für den Betroffenen zu lösen.

Sie übernehmen sie die Verantwortung für das süchtige Verhalten des Betroffenen und verhindern, dass der Abhängige die negativen Folgen seiner Krankheit selbst unmittelbar spürt.

Dies führt oft ungewollt zur Unterstützung und Aufrechterhaltung des Suchtverhaltens.

Verhaltensbeispiele:

- Entschuldigen und rechtfertigen des Verhaltens von Suchtkranken
- Abnehmen von Belastungen
- Versuch, das Trinken des Betroffenen zu kontrollieren
- Einfordern von Versprechungen
- Androhen von Konsequenzen, die dann nicht eingehalten werden

Kontakt / Ansprechpartner

Kreuzbund e.V. - Stadtverband Bottrop

Internet: www.kreuzbund-stadtverband-bottrop.de

Geschäftsstelle Kreuzbund e.V. Stadtverband Bottrop
Gerichtsstraße 3, 46236 Bottrop

Tel.: 02041 3729486

E-Mail: kreuzbund-bot@gelsennet.de

Öffnungszeiten: Mittwoch 10:00 - 12:00 Uhr

Zur Öffnungszeit stehen wir jedem Interessierten zu einem Gespräch - persönlich wie telefonisch - zur Verfügung.

Mittwochs (außer feiertags) 17:00 - 19:00 Uhr

Zimmer 139, St. Antonius-Krankenhaus, Kirchhellen

SPRECHSTUNDE SUCHTSELBSTHILFE

für Betroffene, Angehörige und jedem Interessierten.

Informationsabende des Kreuzbundes

14-tägig **dienstags** (außer feiertags),

19:30 Uhr, Gerichtsstraße 3, 46236 Bottrop, im Haus "Der Paritätische"

Termine in den Tageszeitungen

Tel.: 02041 3729486

Kreuzbund Freitagscafé

Jeden Freitag (außer feiertags)

17:00 - 20:00 Uhr im ehemaligen Kolpinghaus (Haus der Caritas), Adolf-Kolping-Straße 3, 46236 Bottrop

Tel.: 02041 3729486

Gesundheitsamt der Stadt Bottrop

Gladbecker Straße 66, 46236 Bottrop,

Tel.: 02041 703501

Mit freundlicher Unterstützung  **IKK classic**

GEMEINSAM sind wir stark

PROBLEME mit
Alkohol • Medikamenten • Drogen?

Wir helfen !



KREUZBUND e.V. **Stadtverband Bottrop**

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für
Suchtkranke und Angehörige



Der Kreuzbund

leistet Hilfe zur Selbsthilfe bei Problemen mit Alkohol, Drogen und Medikamenten für Betroffene und deren Angehörige.

Der Kreuzbund

ist ein Fachverband des Deutschen Caritasverbandes.

Der Kreuzbund

ist ein gemeinnütziger Verein.

In der Gruppenarbeit,

bei Fortbildungen und auf Tagungen treffen sich die Mitglieder zur Stärkung der Beziehung untereinander. Im vertraulichen Dialog mit der Gruppe entdeckt das Gruppenmitglied seine Fähigkeiten zur Selbsthilfe.

Selbsthilfe basiert auf

- ⇒ dem offenen Gespräch und der Begegnung,
- ⇒ regelmäßigen Informations- und Erfahrungsaustausch und
- ⇒ partnerschaftliche Zusammenarbeit.

Dies ist Grundlage des Vertrauens.

Das Kreuzbundmitglied

kann nach eigenem Ermessen bestimmen, wann, wo und wie lange es die Gruppe besuchen bzw. dem Kreuzbund angehören will. Die Gruppe ist offen für neue Teilnehmer.

Suchtmittel

Stoffgebundene Suchtmittel

Legale Suchtmittel

- Alkohol
- Medikamente
- Nikotin

Illegale Suchtmittel

- Haschisch / Marihuana
- Halluzinogene (LSD)
- Heroin (Opiate)
- Kokain / Crack
- Designerdrogen (Ecstasy)

Nicht stoffgebundene Suchtmittel

- Essstörung
- Kaufsucht
- Glücksspielsucht

Sucht

Ein Suchtkranker ist grundsätzlich nicht in der Lage, die Einnahme von Suchtmitteln sinnvoll zu gestalten und zu steuern.

Seelische Abhängigkeit:

Das unbezwingbare, gierige seelische Verlangen, mit der Einnahme der Droge fortzufahren und sie sich um jeden Preis zu beschaffen.

Körperliche Abhängigkeit:

Der Einbau der Droge in den Organismus durch Stoffwechsellan-passung.

Suchtbegriffe

- ▶ Gefährdet ist, wer regelmäßig Alkohol trinkt, um Anspannungen und/oder Konflikte besser zu bewältigen.
- ▶ Alkoholmissbrauch ist jeder Alkoholkonsum, der zu körperlichen, seelischen und/oder sozialen Schäden führt.
- ▶ Alkoholabhängigkeit ist erreicht, wenn jemand Alkohol braucht, um sich einigermaßen wohl zu fühlen.
- ▶ Alkoholabhängige sind unfähig, ihren Alkoholkonsum dauerhaft und in Übereinstimmung mit ihrem Willen zu steuern.