

## Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe in Göttingen e.V.

### **Oberstes Ziel der FK-Selbsthilfegruppen ist eine zufriedene Abstinenz.**

Der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe in Göttingen e.V. (kurz FK) besteht seit über 40 Jahren. Für Ratsuchende, egal ob Betroffener, Partner, Familienmitglied oder Freund bietet der FK einen offenen Informationsabend an. Dieser findet jeden Montag von 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr in den Räumen der Stephanusgemeinde, Himmelsruh 17 in Göttingen statt. An dieser Gruppe kann jede Person, ohne Anmeldung teilnehmen.

Ein wesentlicher Bestandteil unserer Arbeit ist, dass die Sucht bzw. das süchtige Verhalten im Vordergrund steht und nicht das Suchtmittel.

Hat sich die ratsuchende Person entschieden, regelmäßig eine Gruppe des FK zu besuchen und abstinent zu leben, kann sie in eine feste Gruppe des FK vermittelt werden. Hierfür stehen 8 weitere Gruppen des FK bereit, die aus einem festen Personenkreis bestehen und sich einmal wöchentlich treffen. Diese Gruppen sind buntgemischt. Hier treffen sich Betroffene und Angehörige. Der FK begrüßt, wenn der Partner des Betroffenen die Gruppe mitbesucht. Das Alter der Teilnehmer reicht von Anfang 20 bis hoch in die 80iger. Die Abhängigkeiten sind unterschiedlich. Alkohol-, Tabletten-, Spiel- oder Online- Süchte sowie Mehrfachabhängigkeiten sind vertreten. Die Gruppenabende finden je nach Gruppe an verschiedenen Wochentagen Montag bis Donnerstag statt.

In diesen festen Gruppen ist aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahlen und der Regelmäßigkeit dieser Treffen ein sehr intensives Arbeiten möglich. Oft tritt in diesen Gruppen die Suchtpräsenz etwas zurück und „alltägliche“ Probleme aus der Partnerschaft, Fami-

lie oder dem Beruf können besprochen werden. Diese alltäglichen Probleme waren oft Auslöser für die Sucht oder sind Auslöser für einen Rückfall. Auch kann die Gruppe als geschützter Raum angesehen werden, der den Rahmen bietet, neu erlangte bzw. wiederentdeckte Fähigkeiten zu erproben bzw. zu schulen. (Gesprächsführung, Konfliktbewältigung, und das kritische Auseinandersetzen mit sich und seinen Gefühlen).

Der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe arbeitet intensiv mit der Fachstelle für Sucht und Suchtprävention in Göttingen, Schillerstraße 21, zusammen. Diese Zusammenarbeit erstreckt sich auf Weiter- und Fortbildungen, Beratung sowie auf regelmäßige Supervisionen für die Suchtkrankenhelfer und den einzelnen Gruppenbegleiter der acht festen Gruppen.

Nicht zu vergessen ist die Zusammenarbeit und der Austausch mit der KIBIS und den dort organisierten Selbsthilfegruppen, das dort stattfindende SH Plenum bietet einen guten Rahmen für Netzwerkarbeit.

### **Kontakt:**

Jürgen Fischer  
Kaineweg 11  
37181 Hardegsen  
Tel.: 0178/481837  
freundeskreis\_goettingen@hotmail.com  
www.suchthilfe-goettingen.de  
Besuchen Sie uns auf Facebook