

Gedanken eines Gruppenneueinsteigers

**Alkohol
schmeckt.**

Alkohol ist immer akzeptiert und als Gesellschaftsdroge gern gesehen. Und plötzlich macht Alkohol süchtig.

**Alkohol
beruhigt.**

Dann kommen die Fragen: Warum ist es so schwer bis unmöglich in gewissen Situationen mit dem Trinken aufzuhören? Warum ist erst

**Alkohol
lässt
vergessen.**

dann Schluss, wenn gar nichts mehr geht? Und jedes Mal, wenn der Körper sich an den nächsten zwei oder drei wertvollen Tagen von dem Desaster erholt, kommt der Schwur: „**Nie wieder!**“

Bis zum nächsten Mal!

Es ist nicht so, dass ich ständig Alkohol brauchte – aber in gewissen Abständen musste ein solcher

Schluck schon sein. Und mit der Zeit wurde die Alkoholmenge mehr und das Aufhören schwieriger.

**Alkohol
kann
süchtig
machen.**

Und dann die Frage: Warum nur? Andere können doch auch aufhören!

Und ich bin süchtig. Ich bin dabei, ehrlich mit mir umzugehen.

Die Adresse der **Gruppe 77** wurde mir empfohlen und ich habe dort einfach mal geklingelt. Ich bin hier sofort freundlich aufgenommen worden. Hier berichtet jeder der Anwesenden in einer Vorstellungsrunde über sein Schicksal. Da fallen Sätze wie: „Ich bin sechs Monate zur Therapie gewesen. Das habe ich gebraucht.“ Und: „Im Aufwachzimmer bei der Entgiftung hat mir mein Bettnachbar erst einmal mein Bett vollgekotzt.“ So hatte ich mir einen Klinikaufenthalt nicht vorgestellt.

**Die Mit-
glieder
stärken
einander.**

Inzwischen suche ich eine Therapiemöglichkeit. Die **Gruppe 77** ist ein guter und notwendiger Anlaufpunkt. Angehörige werden zu diesen Gruppenabenden gern gesehen, denn auch sie benötigen Hilfe.

Ein Rückfall wird nicht verdammt – nur ist es an dem, ehrlich damit umzugehen. Ich habe mit der Ehrlichkeit angefangen: der Arbeitgeber weiß von meinem Alkoholproblem, eine Anzahl von Freunden und Bekannten ist ebenfalls informiert. Ehrlichkeit beinhaltet auch zu erzählen, dass ich Alkoholikerin bin.

Gruppe **77**

