

Wir wollen...

Hilfe anbieten, indem wir

- + zuhören
- + offen reden
- + alle Anwesenden ins Gespräch einbeziehen
- + erkennen, dass wir mit unserem Problem nicht allein sind
- + Wege aus dem Problem suchen
- + eigene Lebenserfahrungen einbringen
- + Mut machen
- + positiv unterstützen
- + Schuldgefühle abbauen
- + motivieren
- + Hoffnung und Zuversicht aufbauen
- + Kraft geben
- + positive Erlebnisse schaffen
- + Wertschätzung geben
- + Selbstvertrauen aufbauen
- + Selbstwertgefühl stärken
- + Lebensfreude erleben



...neue Horizonte erleben:

Familienklub

Familienklub

»Heikendorf«

Gemeindezentrum
Heikendorf
Neuheikendorfer Weg 4
24226 Heikendorf

Termin nach telefonischer Absprache

Ansprechpartner:

Angelika Holländer

04343 -76 44



Kartendaten © Open Street Map contributors

GUTTEMPLER 
... SELBSTHILFE UND MEHR

www.guttempler-sh.de

Suchtgefährdeten Nottelefon

0 1 8 0 5 9 8 2 8 5 5



Familienklub

» Heikendorf «



Hilfe für Angehörige,

Freunde & Kollegen

von Menschen

mit

Alkohol-

und

Drogenproblemen

Worum geht es?

Sie sind nicht Schuld an der Sucht Ihres Angehörigen!

Suchtprobleme betreffen nicht nur den oder die Abhängigen, sondern die ganze Familie.

Nach wie vor richtet sich das Hauptaugenmerk der Hilfen, der Therapieangebote und auch der Selbsthilfe überwiegend auf die Abhängige oder den Abhängigen.

Ihre Bemühungen hatten bislang keinen andauernden Erfolg, aber Sie haben Ihre Hoffnung auf Erfolg noch nicht völlig aufgegeben?

Angehörigen werden Möglichkeiten aufgezeigt, mit der Abhängigkeit Ihrer Angehörigen umzugehen bzw. sich selbst nicht „zu verlieren.“

Dabei ist es nicht so wichtig, ob Sie selbst betroffen oder einfach nur in Sorge

um einen anderen Menschen sind.

Hilfe tut gut - auch Angehörigen !

Wir bieten...

Information - Aussprache - Beratung

Ein Familienklub wird von einer / einem geschulten Klubassistentin / - en begleitet.

Diese beraten Angehörige von Menschen mit Suchtproblemen sowie deren Freunde und Kollegen und auch den/die Betroffenen selbst.

Die Gespräche und Beratungen sind absolut vertraulich und kostenlos!

Wir kennen sehr wohl das Leid und die Not, die Alkohol, Drogen und andere Suchtmittel verursachen können aus eigener Erfahrung.

Patentrezepte haben wir nicht, aber wir haben erlebt, wie durch Zuwendung und Gespräche neue Kraft fürs Leben gewonnen wurde.



Das Konzept...

Der Familienklub ist ein weiterer und neuer Ansatz in der Sucht-Selbsthilfe für Angehörige.

In Deutschland gelten nach Schätzung der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) 5 - 7 Millionen Angehörige von Alkoholabhängigen als von der Abhängigkeit unmittelbar mit betroffen.

Die hohe Belastung dieser Menschen zeigt sich an erhöhten Raten stressbedingter Erkrankungen und psychosozialer Beeinträchtigungen.

Studien belegen deutlich, dass die Einbeziehung Angehöriger in die Behandlung von Abhängigkeitserkrankten zu einer Verbesserung der kurz- und langfristigen Therapieerfolge führt.

Eine entscheidende Größe ist dabei die wechselseitige Unterstützung der Klubmitglieder und die Gewährleistung einer Abstinenz des gesamten Familiensystems einschließlich der nicht-suchtkranken Angehörigen.

Es zeigt sich, dass durch diese Form der Gruppenarbeit besonders auch jüngere Menschen (zwischen 25 und 40 Jahren) erreicht werden.