Praxisbegleitung am 14.09.2024 und 28.09.2024 in Wolfen

Die Praxisbegleitung fand in den Räumen des Christopherushaus in Wolfen statt.

In diesem Jahr war das Thema Co – Abhängigkeit.

Co – Abhängigkeit - Ist ein gesellschaftliches Problem:

 Etwa 8 Millionen Betroffene in Deutschland

- Ist ein Zustand, in den jeder hineingeraden kann,

 der in Beziehung zu einem Suchtkranken steht.

Was ist ein Co – Abhängiger?

 Co – Abhängigkeit ist eine Hilfestellung aus dem Bauch heraus.

Wie ist die Beziehung des Co – Abhängigen zum Abhängigen?

Er ist dem Abhängigen seelisch sehr verbunden, will ihm aus ganzen Herzen helfen

und setzt sich engagiert ein. Er läuft in eine Beziehungsfalle, die er nicht überblickt

und die auf Dauer schwer verletzen kann.

Der große Einsatz ist nur bedingt produktiv, eher umgekehrt. Er ermöglicht dem

Suchtkranken, in der Sucht zu bleiben, da jemand die Folgen seines

Fehlverhaltens mit abfängt. Co – abhängig kann nur jemand werden, der sich

engagiert und sich ganz nah und echt auf den anderen in Not einlässt.

Die Co – Abhängigkeit entwickelt sich dann aus einer Überforderung in dieser

Helferbeziehung. Deshalb hat der Co – Abhängige unsere ganze Achtung, dann

aber auch Hilfe verdient.

Wie entsteht Co – Abhängigkeit? Diese Entwicklung wird möglich, weil wir

Gruppenwesen sind und weil unser Miteinander teilinstinktiv gesteuert wird.

Man hat Phasen in der Entwicklung der Co – Abhängigkeit

Phase 1: Das Problem ist da, wird aber falsch gedeutet.

Phase 2: Der Versuch der „geschützten“ Lösung.

Phase 3: Outing vor der Umwelt.

Phase 4: Die Rollenverschiebung.

Phase 5: Trennungsbegehren bzw. Trennungsprozess.

Liebe Abhängige bzw. „Ehemalige“, seid dankbar, wenn ihr Angehörige habt, die

durchgehalten haben. Liebe Gruppen, gebt den Angehörigen den Raum, den

sie brauchen. Liebe Angehörige, ich bewundere Euch,

Frau Dr. Gabriele Kahlert hat dieses Thema uns anschaulich mit Bildern

gestaltet.

Sigrid Schatz

(Gruppenleiterin BK Gruppe Wolfen)