



Frauen in der Sucht-Selbsthilfe

Aufbau von Frauenarbeit in den Freundeskreisen

Ein Projekt der
Bundesarbeitsgemeinschaft der
Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe
vom 1.1.1995 bis 31.12.1997

Projektleitung: Käthe Körtel, Dipl.Soz.päd.

Gefördert vom Bundesministerium für Gesundheit, Bonn

Dokumentation

Seite 3

1. Problemskizze

Seite 4

2. Ziel des Projektes

Seite 5

3. Projektbeschreibung

Seite 6

4. Zu den einzelnen Maßnahmen

Seite 6

4.1. Umfrage zur Frauenarbeit in den Freundeskreisen

Seite 6

4.1.1. Versand und Rücklauf der Fragebögen

Seite 7

4.1.2. Auswertung

Seite 16

4.1.3. Kernaussagen zur Umfrage

Seite 18

4.2. Begleitung der Frauengruppen

Seite 18

4.2.1. Auswertung „Tagebücher

Seite 20

4.2.2. Auswertung „Supervisionssitzungen“

Seite 24

**Exkurs: Übertragung der Erfahrungen / Berichte über
Co-Abhängigkeit und Suchtmittelabhängigkeit
bei Frauen**

Seite 28

5. Zusammenfassung

Seite 31

6. Materialien zur Frauenarbeit

- Leitlinien
- Adressenverzeichnis
- Falblatt

Anhang: Fragebogen

1. Problemskizze

Nach der Statistik der Freundeskreise waren 1996 in den Freundeskreisen 14.919 Gruppenteilnehmer/innen – davon 3.360 angehörige Frauen, 2.522 abhängige Frauen und 664 Frauen als an der Arbeit der Freundeskreise Interessierte.

Damit sind in den Freundeskreisen (ähnlich in den anderen Sucht-Selbsthilfeverbänden) ca. 44 % der Gruppenteilnehmer weiblich.

In der Behandlung Suchtkranker wird immer wieder deutlich, daß auch die **Angehörigen** Hilfe brauchen und die Möglichkeit, über ihre Erfahrungen berichten zu können. Auch sie müssen sich - wie der Betroffene - dem Behandlungsprozeß der Suchtkrankheit stellen, ihre Rolle im Suchtgeschehen und in der Abstinenz hinterfragen und gemeinsam mit dem Betroffenen einen Neuanfang finden. In der Selbsthilfe im Suchtbereich bleiben die angehörigen Frauen aber mit ihren Fragen, Konflikten, Ängsten und Widersprüchen oftmals alleine, bzw. nehmen sich im gemischten Rahmen der Gruppe zurück zugunsten des Ehemannes/Partners. Sie fühlen sich dort eher für eine gute Gruppenatmosphäre verantwortlich als für ihre eigenen Belange und Bedürfnisse.

Wie sich abhängige Frauen / Männer auf das Suchtmittel fixieren, so fixieren sich mitbetroffene Frauen oft auf den Prozeß der Abhängigkeit beim Partner. Deren Suchtverhalten und die damit verbundenen Launen und Stimmungen bestimmen in einem ständigen Auf und Ab (entsprechend der Einnahme und der Wirkung des Suchtmittels) das Leben der Mitbetroffenen. Entsprechend des Suchtprozesses beim Partner geben sie alle eigenen Bedürfnisse, jegliche eigenen Bestrebungen auf; Lebensinhalt wird, den Partner zu retten. Und das leider mit den für Süchtige falschen Mitteln.

Frauen haben es durch ihre Erziehung gelernt, für andere zu sorgen, für andere Verantwortung zu übernehmen, für andere stark zu sein, anderen zu dienen, sich für andere - um deren Liebe zu erhalten - aufzugeben. So erzieht eine klassische weibliche Sozialisation Frauen zu „geborenen“ Co-Abhängigen, zu mitbetroffenen Angehörigen Suchtmittelabhängiger.

Auch **selbstbetroffene, ehemals süchtige** Frauen haben Schwierigkeiten im gemischten Rahmen einer Selbsthilfegruppe ihre Themen einzubringen.

Die Abhängigkeit von Frauen unterscheidet sich in wesentlichen Merkmalen von der männlichen Abhängigkeit und muß immer auch im Zusammenhang mit geschlechtsspezifischem Rollenverhalten von Frauen gesehen werden. Sie machen als Süchtige grundlegend andere Erfahrungen als Männer, werden härter stigmatisiert und etikettiert.

Wie oben ausgeführt, sind bei der abhängigen Frau nur wenige Partner bereit, bei ihr zu bleiben und den Prozess der Behandlung mitzutragen. Sie tauchen in der Gruppe - sofern sie sich überhaupt trauen, eine Gruppe aufzusuchen - als die „verlassene, alleinstehende“ Frau auf, nehmen sich dort mit ihrer Person zurück, isolieren sich stärker und sind auf Dauer erhöht rückfallgefährdet.

Die Erfahrung aus Fachkliniken und Beratungsstellen, wo bereits mit einem frauen-spezifischen Ansatz gearbeitet wird, bestätigt, daß gerade für abhängige Frauen die Arbeit in reinen Frauengruppen besonders notwendig ist.

Für viele dieser Frauen - abhängige und angehörige Frauen - wäre das **zusätzliche** Angebot einer **Frauengruppe**, wo Themen wie Sexualität, Partnerschaftskonflikte, Gewalterfahrungen kein Tabu mehr sind, wo Frauen mit ihren eigenen Themen unter sich sind, ein Schritt in Richtung eigener Identitätsfindung und Unabhängigkeit.

In den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe gehört es zum Selbstverständnis, daß Angehörige von Anfang an mit in die Gruppenarbeit einbezogen werden. Freundeskreise sehen die Suchtkrankheit als Familienerkrankung, die Angehörige und Kinder gleichermaßen mit betroffen macht. Daher müssen für diesen Personenkreis selbstverständlich ebenfalls Gruppenangebote gemacht werden.

Angebote für Frauen in der Sucht-Selbsthilfe können sowohl selbst-, als auch mitbetroffene Frauen erreichen. Viele Erfahrungen und Verletzungen, die diese Frauen machen mußten, sind sehr ähnlich. Nicht selten werden mitbetroffene Frauen durch jahrelanges co-abhängiges Verhalten selbst suchtkrank. Außerdem entwickeln mitbetroffene Frauen häufig eßgestörtes Verhalten, was bedeutet, sie kompensieren ihre Ohnmacht und Hilflosigkeit über zuviel und/oder zuwenig essen.

Die Erfahrungen der letzten Jahre haben gezeigt, daß ein zusätzlicher *Frauen Raum* notwendig ist, wo Frauen selbst bestimmen, was Thema sein soll, sich austauschen, Erfahrungen miteinander teilen, die sie in Anwesenheit von Männern nicht ansprechen können/würden. Langfristig profitieren Frauen von diesem geschützten Raum der Frauengruppe - aber nicht nur sie, sondern die ganze Familie. Sie unterbrechen in diesem Moment die „alte“ Suchtstruktur, wenn sie ihr Leben selbst in die Hand nehmen, sich gegenseitig Unterstützung bieten, ihre eigene Bedürftigkeit und Hilflosigkeit als solche erkennen und *für sich* etwas tun. Dies setzt sich fort in der Partnerschaft, der Familie, im sozialen Umfeld (Freunde, Nachbarn, Arbeitsplatz).

Frauen werden *neues Vorbild* für die eigenen Kinder, für die eigene Tochter, auf der Suche nach einer eigenen Identität als Frau. Das hat zur Folge, daß „alte“ Rollenbilder so nicht mehr stimmen, daß auch männliches Rollenverhalten in Frage gestellt wird - und darüber hinaus schließlich gesellschaftliche, *sucht fördernde Strukturen*.

Die Herstellung, oder Wiederherstellung eines intakten Familienlebens gehört zur Nachsorgearbeit, denn der Rückhalt in der Familie hilft und unterstützt eine suchtmittelfreie, zufriedene Lebensführung und beugt damit Rückfällen vor bzw. verhindert diese.

Was will die BAG der Freundeskreise tun? Die beschriebene Problematik der Frauen in den Freundeskreisen wurde bei der BAG der Freundeskreise verschiedentlich in Arbeitstagungen thematisiert und in den letzten Jahren sind auch Versuche unternommen worden, Frauenarbeit in den Freundeskreisen zu initiieren. So sind Seminare für Frauen durchgeführt worden, in Publikationen wurde berichtet und immer wieder auch auf die Notwendigkeit von Frauengruppen hingewiesen. Wir mußten aber die Erfahrung machen, daß zum einen Frauen, die initiativ werden wollten, Widerstand durch die Gruppe - speziell die männlichen Gruppenteilnehmer - erfuhren. Die Frauen selber - die sich mit ihren Anliegen durchsetzen konnten - aber bald wieder aufgaben.

2. Ziel des Projektes

1993 hat die BAG der Freundeskreise, nachdem sich auch das Klima in Bezug auf Gründung von „Frauengruppen“ änderte und deren Notwendigkeit akzeptiert wurde, einen „Fachausschuß Frauen und-Sucht“ (FAFS) ins Leben gerufen, der sich zweimal traf. Es nahmen jeweils ein bis drei Vertreterinnen aus den 15 der BAG angeschlossenen LAG teil.

Als Ergebnis dieser Treffen kann festgehalten werden:

- Es ist nicht bekannt, wieviele selbständige Frauengruppen es in den Freundeskreisen bisher gibt;
- Frauenarbeit in den Freundeskreisen ist - sofern sie angeboten wird - sehr unterschiedlich ausgeprägt und läuft z.Zt. stärker über Freizeitgestaltung (Bastelgruppen u.ä.);
- Angebote für Frauen werden eher zögernd angenommen, weil man sich in der gemischten Gruppe „rechtfertigen“ muß.

Folgende „Anforderungen“ wurden festgestellt:

- Frauenarbeit in der Selbsthilfe kann sich immer nur an dem orientieren, was Frauen persönlich wollen, es kann ihnen nichts „aufgesetzt“ werden. Frauenarbeit kann nur von Frauen konzeptionell erarbeitet, organisiert und für andere Frauen angeboten werden;
- Um Frauenarbeit leisten, unterstützen und fördern zu können, müssen Frauen zunächst ihre eigenen Bedürfnisse kennen bzw. kennenlernen, sie wahrnehmen, ernstnehmen und für sich selbst formulieren können (d.h. die eigene persönliche Entwicklung);
- Wichtige Voraussetzung für Frauenarbeit und deren Weiterentwicklung wäre der Aufbau eines Netzwerkes, d.h. daß Frauen untereinander Kontakte halten, sich gegenseitig stützen können;
- Notwendig zur Leitung / zum Aufbau von Frauengruppen ist die fachliche Unterstützung, in Form von Seminaren (Selbstvertrauen aufbauen).

3. Projektbeschreibung

Mit welchen Maßnahmen / Aktivitäten soll dies erreicht werden?

Zielgruppe sind die angehörigen und betroffenen, suchtmittelabhängigen Frauen in den Freundeskreisen.

Geplante Maßnahmen 1995 - 1997

◆ Fragebogen zur Ist-Situation (an ca. 800 FK-Gruppen)

Wieviel Frauengruppen gibt es bisher als zusätzliches, festes und regelmäßiges Angebot zur gemischten Freundeskreisgruppe? Wie oft trifft sich diese Frauengruppe? Wer leitet sie? Wie setzt sich die Gruppe zusammen? Welche Themen werden behandelt? Welche Hilfen/Anleitungen werden von der Leiterin benötigt?

◆ Begleitung von Frauengruppen, die sich neu gegründet haben bzw. sich gründen wollen

Praxisbegleitung der Leiterinnen der Frauengruppen mit methodischen Hilfestellungen (z.B. Erstellung eines „Tagebuches“ mit Notizen zum Ablauf des Abends - anonymisiert -)

◆ Aufbau einer „Vernetzung“

auf Freundeskreisebene:

- Unterstützung beim Aufbau von „Frauentreffs“ auf Länderebene
- Weitergabe von Informationen über bestehende Arbeitskreise von Frauen
- Unterstützung der Bildung von Stellen für „Frauenbeauftragte oder -sprecherinnen“ auf LAG-Ebene

auf Bundesebene:

- Weiterführung des Fachausschusses Frauen und Sucht
- Durchführung einer ersten Frauentagung vom 21.-23. Juli in Eppenhain (ebenfalls über BMG-Schulungsmittel gefördert)

überverbandlich:

- Information und Austausch auf Koordinationstreffen der Vertreter der fünf Abstinenz- und Selbsthilfeverbände
- Arbeitstagung Frauen der Verbände
- Rückkopplung in den DHS-Fachausschuß „Frauen“ über die Vertreterin der Freundeskreise

◆ Erarbeitung von Leitlinien für eine Versorgung von Frauen in der Sucht-Selbsthilfe

◆ Zusammenstellung eines Adressenverzeichnisses von Frauengruppen in den Freundeskreisen

◆ Erarbeitung eines Faltblattes für Frauengruppen

Die Durchführung dieses auf drei Jahre angelegten Projektes hat das Ziel, daß Frauengruppen ein selbstverständliches, zusätzliches Angebot der Freundeskreise werden, mit denen zum einen für angehörige Frauen ein „Raum“ für sie persönlich geschaffen wird; zum anderen die Hemmschwelle für betroffene Frauen niedriger wird und sie leichter Zugang in die Selbsthilfegruppe finden.

4. Zu den einzelnen Maßnahmen

4.1. Umfrage zur Frauenarbeit in den Freundeskreisen

4.1.1. Versand und Rücklauf der Fragebögen

Die nachstehende Auflistung zeigt die Verteilung und den Rücklauf der 1.000 Fragebögen. Der Verteilung wurde die Gruppenanzahl der jeweiligen Landesarbeitsgemeinschaften (LAG) mit Stand 1.1.95 zugrunde gelegt. Der Rücklauf war am 1.2.1996 abgeschlossen.

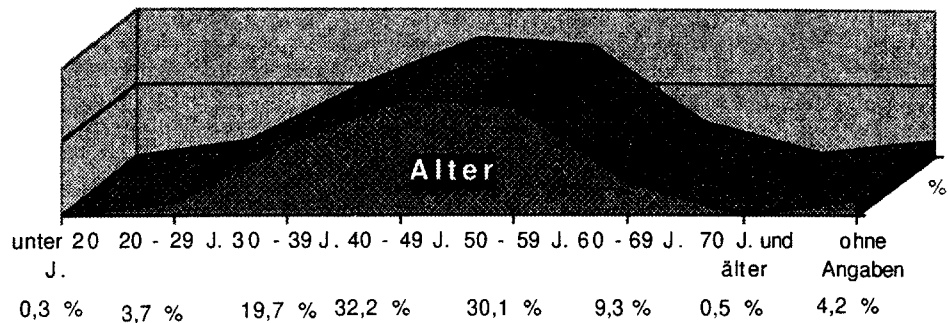
Versand und Rücklauf der Fragebögen aus den einzelnen LAG:

	Gruppen- anzahl am 1.1.95	Anzahl Bögen an LAG	Rücklauf	%
LAG Baden	75	100	83	83
LAG Bayern	32	50	27	54
LAG Berlin-Brandenburg	6	10	-	-
LAG Bremen	10	30	26	86,6
LAG Hamburg	19	30	-	-
LAG Hessen	21	50	45	90
LAG Mecklenburg- Vorpommern	5	10	7	70
LAG Niedersachsen	105	110	60	54,5
LAG Rheinland	43	50	30	60
LAG Rheinland-Pfalz	17	20	10	50
LAG Saarland	23	50	35	70
LAG Sachsen	11	20	10	50
Freundeskreise Sachsen-Anhalt	4	10	7	70
LAG Schleswig- Holstein	51	60	35	58,3
LAG Westfalen	113	100	55	55
LAG Württemberg	321	300	191	63,7
Gesamt:		1.000	621	62,1

4.1.2. Auswertung

Zu Teil I: Fragen zur Person

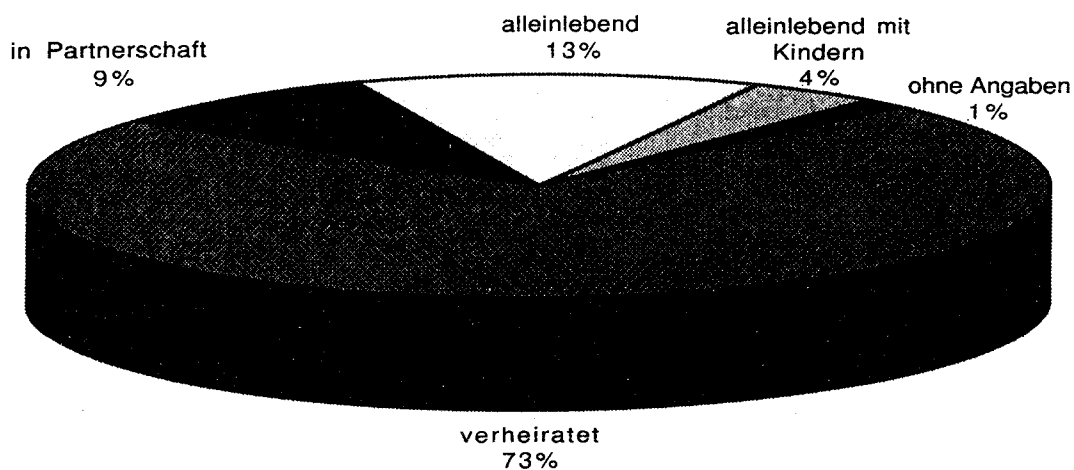
Angaben zur Person



Die Mehrzahl der befragten Frauen ist zwischen 40 und 49 Jahren alt (32,2 %), gefolgt von der Altersgruppe der zwischen 50- und 59-Jährigen (30,1 %).

Frauen unter 20 Jahren sind mit 0,3 %, die Altersgruppe 70 Jahre und älter ist mit 0,5 % vertreten.

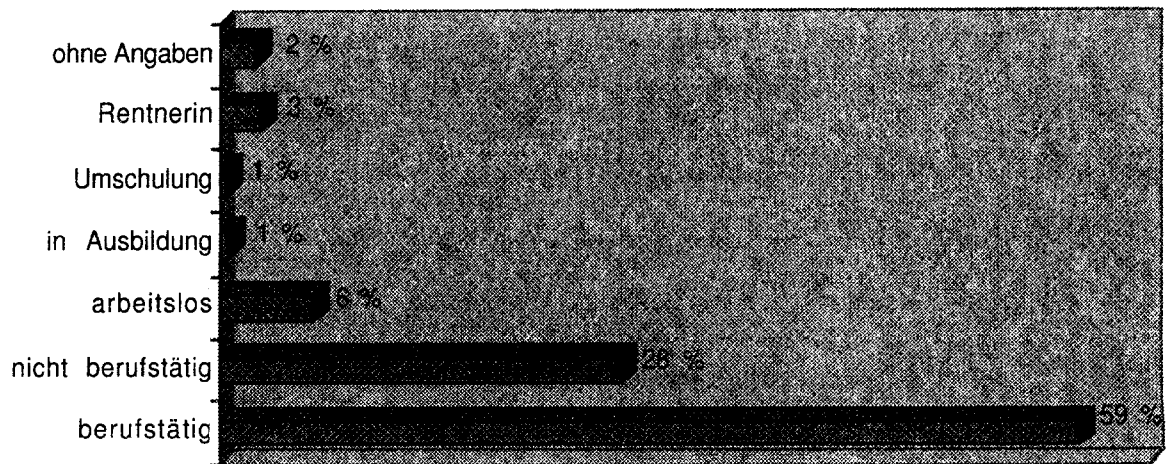
Lebenssituation



454 der befragten Frauen sind verheiratet, in Partnerschaft leben 53.

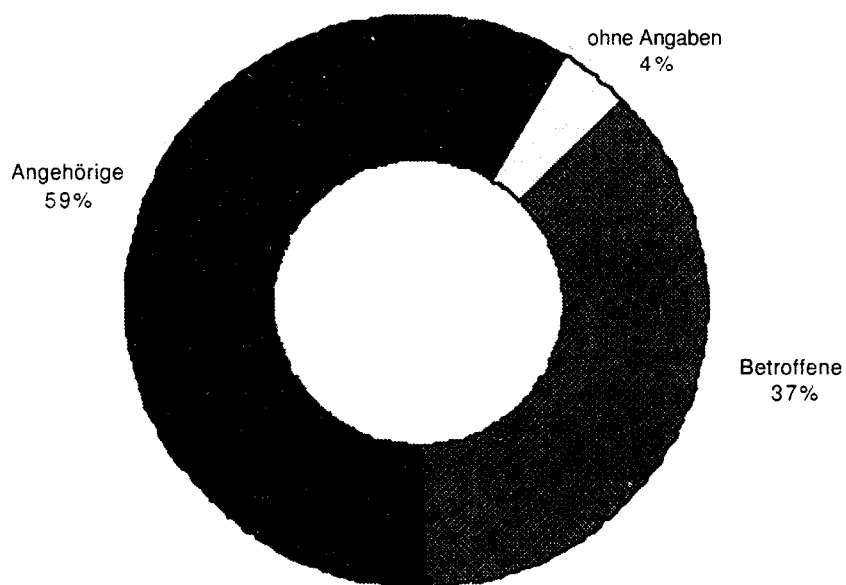
80 Frauen leben allein, 26 leben allein mit Kind/ern.

Berufssituation



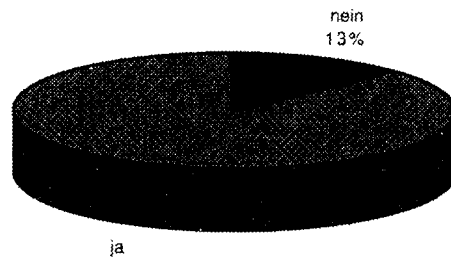
369 Frauen sind berufstätig. Nicht berufstätig (u.a. Hausfrau) sind 173.
40 der befragten Frauen sind arbeitslos.

Sind Sie selbst Betroffene oder Angehörige?

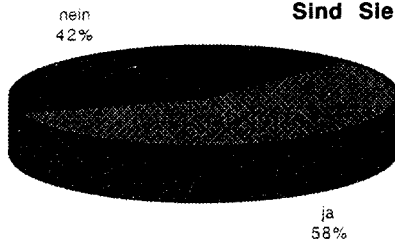


An der Umfrage haben sich 365 angehörige und 231 betroffene Frauen beteiligt.

Sind Sie Mitglied eines Freundeskreises?



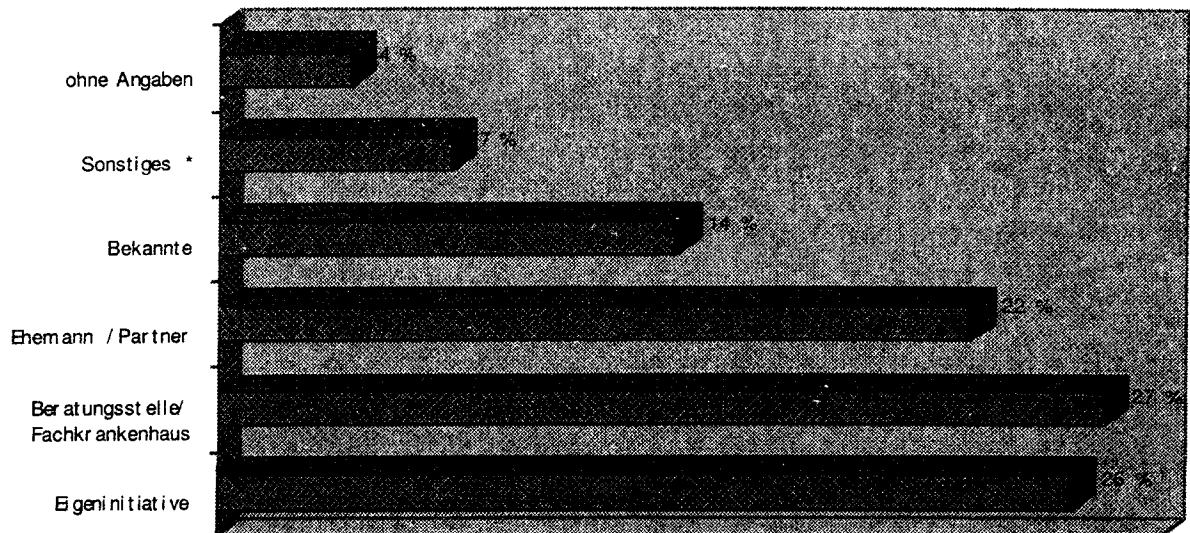
Sind Sie Mitglied einer LAG?



542 Frauen sind Mitglied eines Freundeskreises, 358 einer LAG.

79 bzw. 263 waren weder Mitglieder eines Freundeskreises noch einer LAG.

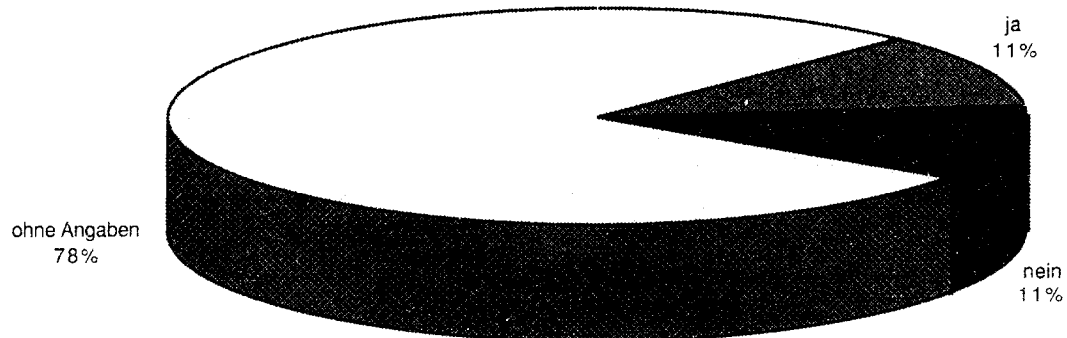
Wie bzw. über wen sind Sie in den Freundeskreis gekommen?



169 Frauen sind über Beratungsstelle bzw. Fachkrankenhaus in den Freundeskreis gekommen; 163 auf Eigeninitiative. Über den Ehemann / Partner fanden 144 Frauen Zugang zu den Freundeskreisen.

Weiter genannt wird die Vermittlung über Arzt, nahe Verwandte, Presse, Medien, Freundeskreis-Mitglieder, Lehrer, Anwalt, öffentliche Institutionen (z.B. Gesundheitsamt).

Gibt es in Ihrem Freundeskreis etwas, das Sie geändert haben möchten?



69 beantworteten die Frage, „ob es in Ihrem Freundeskreis etwas gibt, das Sie geändert haben möchten?“ mit NEIN; nahezu die gleiche Anzahl (68) beantworteten die Frage mit JA.

Gewünscht wird u.a.:

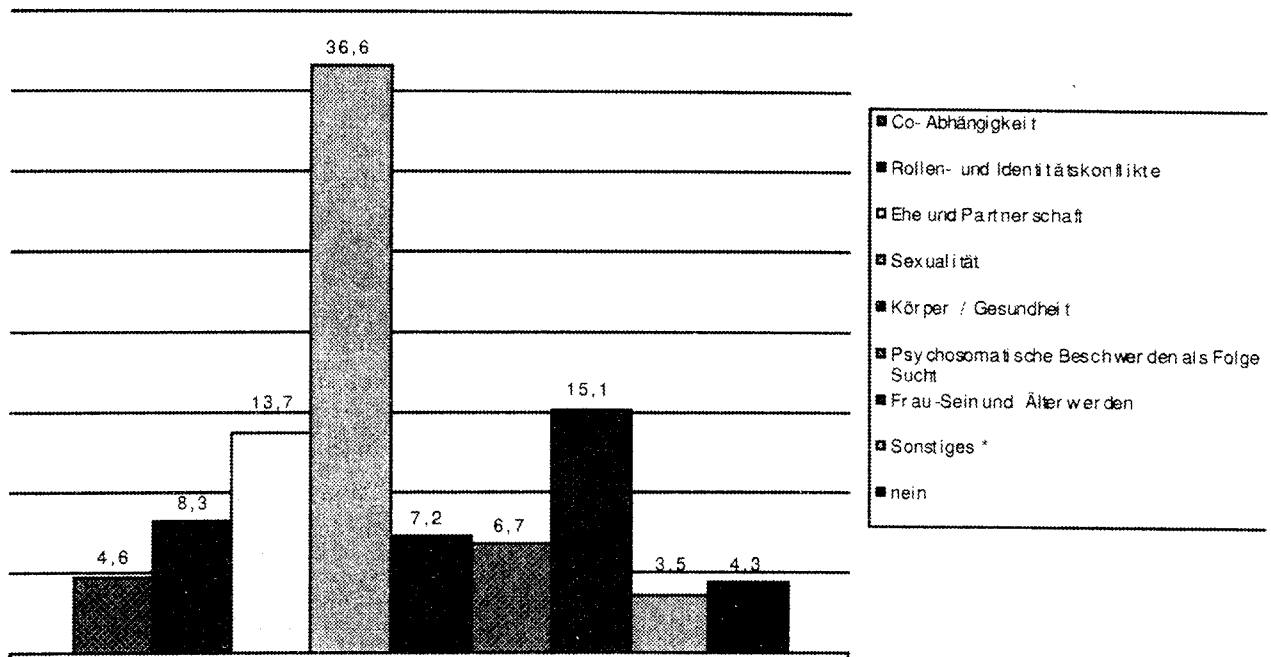
- mehr Engagement und Initiative für Frauenarbeit in den Gruppen
- regelmäßige Seminar- und Fortbildungsangebote speziell für angehörige Frauen und bessere Finanzierung dieser Angebote
- stärkere Behandlung des Themas „Rückfall“

Weiter wird die Gruppenatmosphäre angesprochen und mehr Vertrauen, Offenheit und Toleranz gewünscht sowie eine Änderung der Gruppenzusammensetzung, d.h. sie wird als „überaltert“ empfunden, zu groß oder zu klein.

Weiter wurde mehr Offenheit gegenüber anderen Süchten (z.B. Eßsucht, illegale Drogenabhängigkeit) gewünscht.

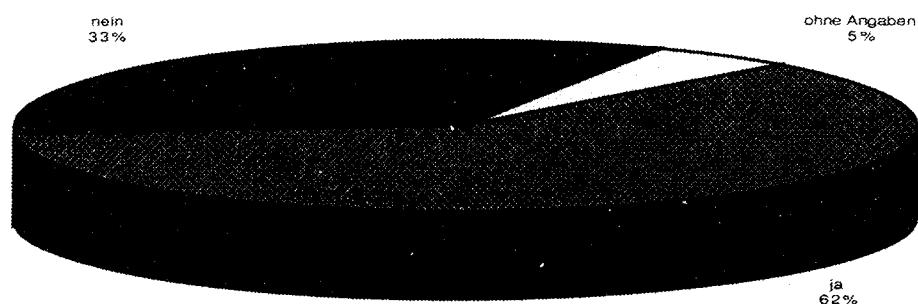
Interessanterweise beantworteten 484 diese Frage nicht, wobei geschlossen werden kann, ob „frau“ sich nicht traute, „frau“ noch nicht darüber nachgedacht hat oder auch keine Alternativen sagen kann.

Gibt es Themen, die Sie beschäftigen, die Sie im Freundeskreis aber nicht ansprechen würden?



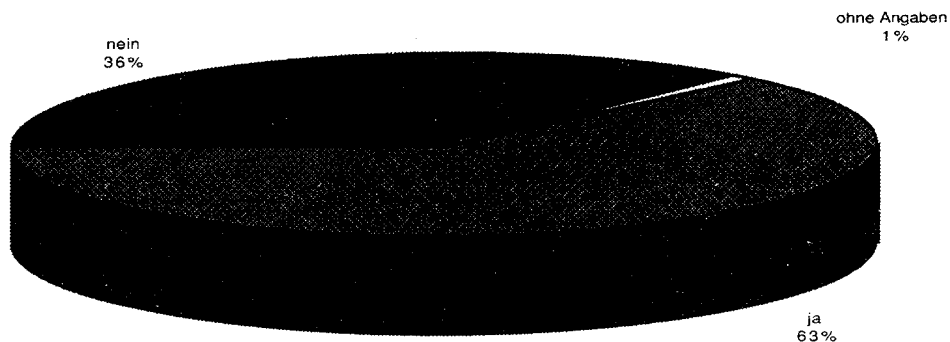
An Themen, die die Frauen beschäftigen, die sie aber im Freundeskreis nicht ansprechen würden, wurde herausragend das Thema Sexualität (36,6 %) genannt. An zweiter Stelle Frau-Sein und Älterwerden (15,1 %), gefolgt von Ehe und Partnerschaft (13,7 %). Das Thema Co-Abhängigkeit steht mit 4,6 % an letzter Stelle.

Gibt es zur Zeit in Ihrem Freundeskreis eine Frauengruppe als festes und regelmäßiges Angebot?

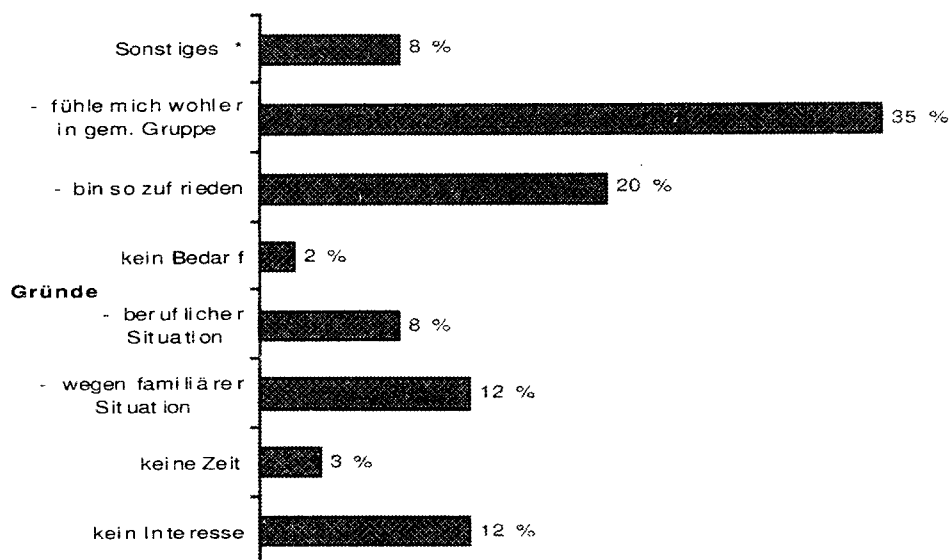


380 der befragten Frauen gaben an, daß es in ihrem Freundeskreis eine Frauengruppe als festes und regelmäßiges Angebot gibt. Knapp zwei Drittel besuchen selbst diese Frauengruppe.

Wenn ja, besuchen Sie diese Frauengruppe?



Wenn nein, warum nicht?



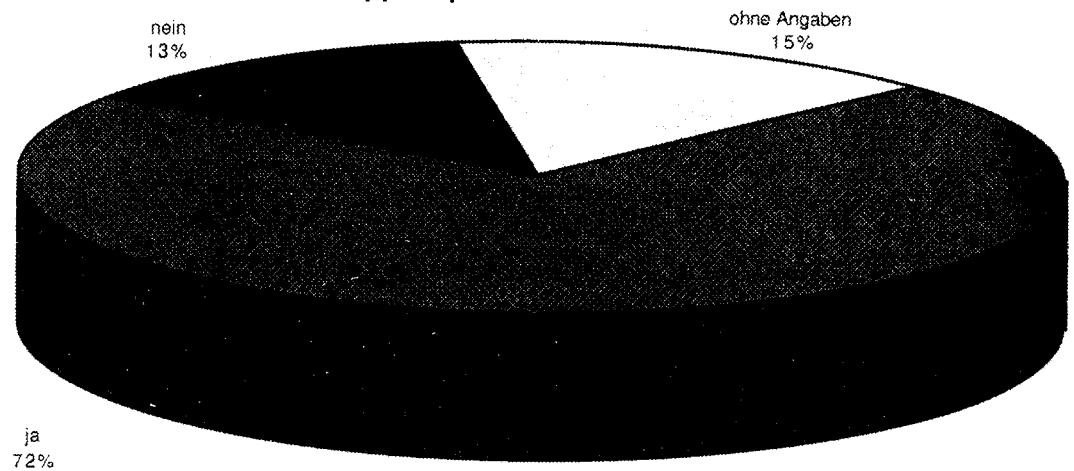
Der Anteil der Frauen, der die Frauengruppe nicht besucht (36,6 %) gaben als Gründe u.a. an:

- 90 fühlen sich in der gemischten Gruppe wohler als in einer reinen Frauengruppe
- 50 sehen keinen Bedarf und sind auch so zufrieden
- jeweils 30 haben kein Interesse bzw. keine Zeit wegen familiärer Situation

* An weiteren Gründen für „Nicht-Besuche“ wurden genannt:

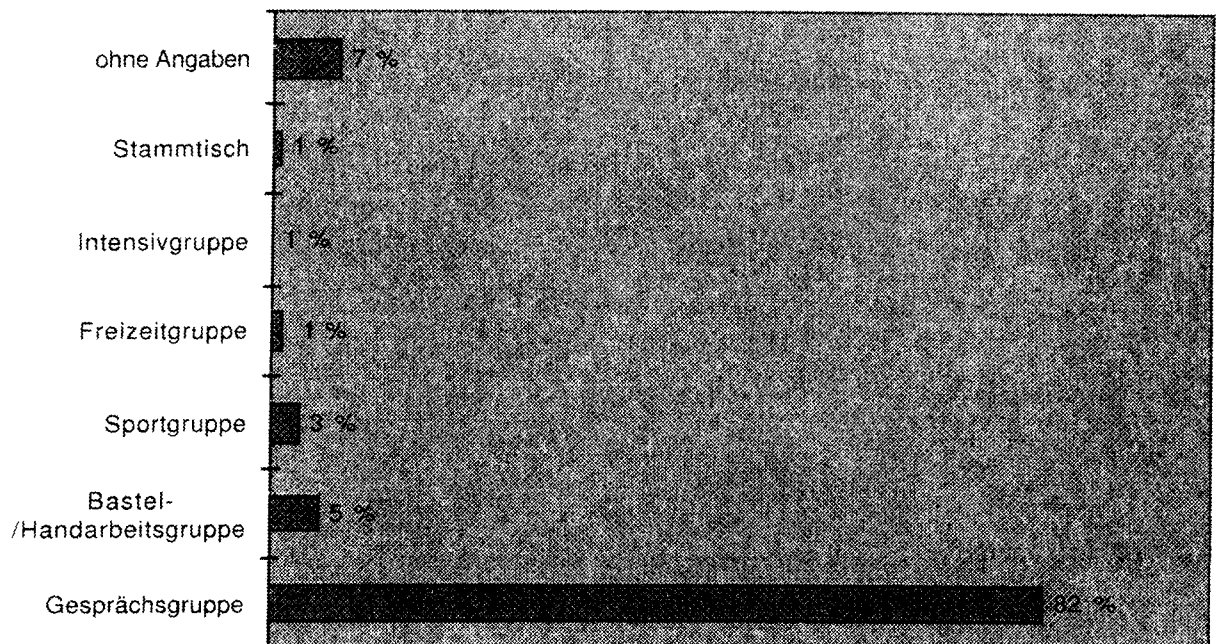
- fehlende Informationen über aktuelle Frauenangebote
- Anzahl der interessierten Frauen ist noch zu gering;
- Treffen werden „bei Bedarf“ privat organisiert
- es gibt Gruppenkonflikte sowie Vorbehalte gegenüber Leiterin und / oder Teilnehmerinnen

Wenn es eine Frauengruppe gibt, hat sie eine Leiterin bzw. GruppensprecherIn?



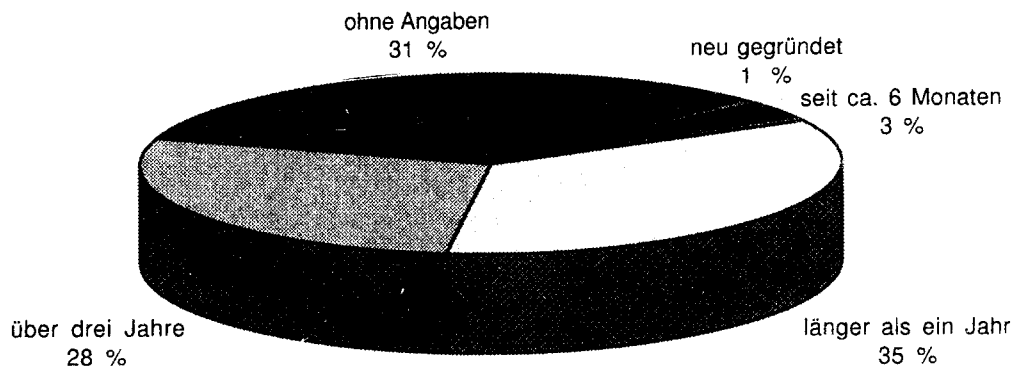
72,1 % der Frauengruppen haben eine Leiterin bzw. Gruppensprecherin.

Um welche Art von Frauengruppe handelt es sich?



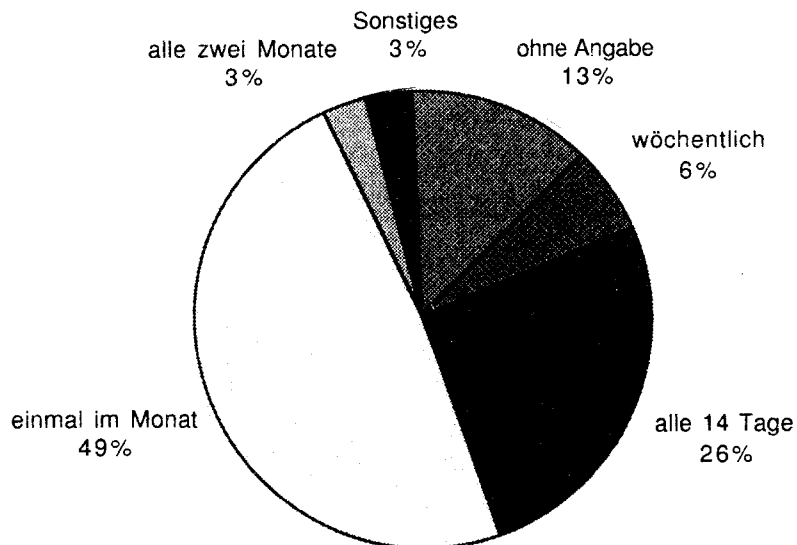
Überwiegend handelt es sich bei den Frauengruppen um Gesprächsgruppen (82,4 %).

Seit wann besteht die Frauengruppe?



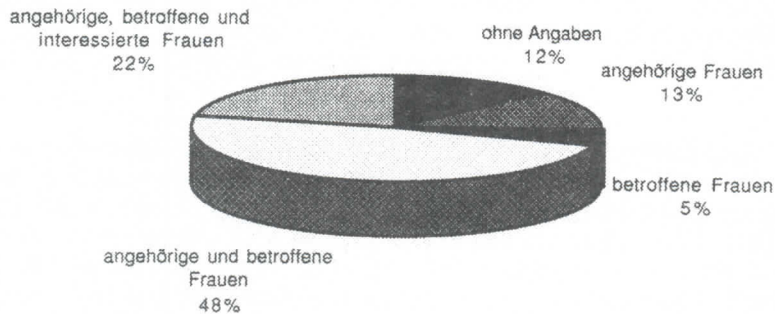
Länger als ein Jahr bestehen 34,7 % der Frauengruppen; 28,4 % sogar über drei Jahre.

Wie oft treffen Sie sich in der Frauengruppe?



Zum überwiegenden Teil treffen sich die Frauengruppen einmal im Monat (48,4 %); gefolgt mit 26,1 % alle 14 Tage.

Wie setzt sich die Frauengruppe zusammen?



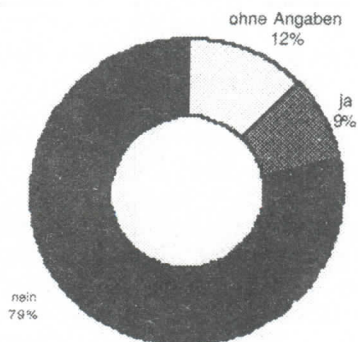
Fast die Hälfte der Frauengruppen (48,2 %) setzen sich aus angehörigen und betroffenen Frauen zusammen, was sich in der mit 61,4 % mit NEIN beantworteten Frage: „Sehen Sie persönlich ein Problem darin, wenn betroffene und angehörige Frauen in der Frauengruppen zusammenarbeiten?“ widerspiegelt.

22,1 % der Gruppen setzen sich aus angehörigen, betroffenen und interessierten Frauen zusammen; 12,6 % der Frauengruppen sind reine Angehörigengruppen.

So sehen auch (zur zweitletzten Frage) nur 9,3 % der Befragten Probleme darin, wenn betroffene und angehörigen Frauen zusammenarbeiten und nannten u.a. folgende Gründe:

- unterschiedliche Interessen und Schwierigkeiten (Rivalität, Konkurrenz) von angehörigen und betroffenen Frauen
- Vernachlässigung der Probleme angehöriger Frauen in „gemischten“ Frauengruppen
- betroffene Frauen haben - z.B. durch die Therapie - eher gelernt, sich „ihren Platz in der Gruppe“ zu nehmen, was angehörigen Frauen schwerer fällt

Nehmen Sie an einer Frauengruppe außerhalb Ihres Freundeskreises teil?



Nur sehr wenige Frauen (8,9 %) engagieren sich außerhalb des Freundeskreises in einer Frauengruppe und hier im Bereich Kirche, Gesundheit, Selbsterfahrungsgruppe, politischer Gruppe, Sport- und Gymnastikgruppe oder Mutter-Kind-Gruppe.

Bei den 621
Befragten sind
62,3 % zwischen
40 und 59 Jahre alt,
überwiegend verhei-
ratet (73,1 %) oder
in Partnerschaft
lebend (8,5 %) und
berufstätig (59,4 %).
58,5 % sind
Angehörige
eines suchtkranken
Partners.

4.1.3. Kernaussagen zur Umfrage

Es handelt sich in dieser Altersklasse um Frauen, die eine andere Sozialisation erfahren haben, als dies bei jüngeren Frauen der Fall ist. So wurde die „Überalterung“ der Gruppen auch als ein Problem in der Umfrage benannt. Weiter kommt hinzu, daß das Angebot für Angehörige, bzw. die Einbeziehung der Angehörigen in der hauptamtlichen Suchtkrankenhilfe noch nicht so lange selbstverständlich ist - und heute auch noch als ungenügend bezeichnet werden kann.

So ist eine wichtige Erkenntnis aus dem bisherigen Projektverlauf für uns zu ziehen, daß zum einen Angehörige viel eher in die fachliche Suchtkrankenbehandlung einbezogen werden müssen und ihnen hier ihre Rolle bei der Suchterkrankung ihres Partners (nicht die Schuld!) aufgezeigt werden muß. Zum anderen müssen sie in der Selbsthilfe frühzeitig gesonderte Angebote erhalten - und zwar nicht in der gemischten Gruppe, wie es üblich ist, sondern als **gesonder-tes Angebot „Angehörigengruppe“**. Hier können Angehörige die Gruppe leiten und konzentriert auf die Probleme und Nöte der Angehörigen eingehen, aber auch darüber informieren, was die Suchterkrankung des Partner mit ihnen als Angehörige zu tun hat.

Von 138 Frauen, die keine Frauengruppe besuchen, gibt über ein Drittel der Befragten (genau 35,4 %) an, daß sie sich „in der gemischten Gruppe wohler fühlen als in einer reinen Frauengruppe“ und nochmals 19,7 % der Frauen antworten, „daß sie so zufrieden sind - ohne Frauengruppe“; weitere 11,8 % haben „kein Interesse“ an einer Frauengruppe.

Die offensichtliche Ablehnung eines Angebotes an Frauengruppen läßt darauf schließen, daß Frauen sich nach der Behandlung des Ehemannes „eingerichtet“ haben. Das Ziel: der Mann ist trocken, ist erreicht, mehr braucht es nicht. U.E. besteht eine große Angst, daß es durch Gespräche in der Frauengruppe nach einer längeren Zeit der Abstinenz neue Probleme geben könnte, denen „frau“ sich nicht aussetzen will, bzw. nicht gewachsen fühlt?

Die Frage ist auch, ob diese Haltung nicht ein fehlendes gesellschaftliches Bewußtsein für die Situation von Frauen insgesamt, speziell aber auch in den Selbsthilfegruppen Freundeskreise - und darüber hinaus auch ein fehlendes Bewußtsein für die eigene, ganz persönliche Situation als Frau - widerspiegelt.

Veränderungen der Lebenssituation, der Verhältnisse der Partner zu einander, sind es, die bei Angehörigen und Betroffenen große Ängste auslösen können. Es entstehen Verunsicherungen, wie sie jede Veränderung im Leben mit sich bringt, die nur allzuleicht zu Bedrohungen werden können. Sicherheit ist ein vorrangiges Bedürfnis für angehörige und suchtkranke Frauen - gerade nach Jahren, in denen die Frauen unter dem Fehlen einer existentiellen und auch emotionalen Sicherheit gelitten haben. So ist die Ablehnung eines Angebotes, was neue Unsicherheiten auslösen könnte, nur allzu verständlich.

Im Grunde müßte aber jede Frauenarbeit an dieser Stelle ansetzen, nämlich, daß Frauen sich mit ihrer Rolle als Partnerin eines suchtkranken Menschen - und damit auch mit ihrer Rolle als Frau - auseinandersetzen. Verschließen Frauen an dieser Stelle die Augen, kann dies zur Folge haben, daß „alles beim Alten bleibt“ - nur ohne Suchtmittel -, sie ihr Verhalten nicht ändern müssen, damit aber Suchtstrukturen in der Familie weitergelebt und an die eigenen Kinder weitergegeben werden oder bei Überstrapazierung des Familiengefüges bricht ein Familienmitglied aus - wird rückfällig (der Suchtkranke), entwickelt psychosomatische Störungen (die Angehörigen) oder zeigt Verhaltensauffälligkeiten oder wird selbst suchtkrank (die Kinder).

Um Vorbehalten gegen Frauengruppen entgegen zu kommen, muß deshalb viel mehr nach außen deutlich werden, was in Frauengruppen läuft; denn wie aus den Berichten der Supervisionsgruppe deutlich wird, geht es viel „harmloser“ in

der Frauengruppe zu. Jedes Gruppenmitglied - wie auch wissenschaftlich in der Gruppendynamik belegt - gibt nur so viel in die Gruppe, wie die Gruppe und das Mitglied dies wollen, verkraften und auffangen können (Selbststeuerung der Gruppe). Erst mit einem bestimmten Vertrautheitsgrad werden tiefergehende Gespräche möglich und es kommt zu einer langsamen (Verhaltens-)Veränderung.

Auffällig in diesem Zusammenhang ist, daß unter der Frage: „Gibt es Themen die Sie beschäftigen, die Sie im Freundeskreis aber nicht ansprechen würden“ von 372 Angaben mit

- 13,7 % Ehe und Partnerschaft
- 15,1 % Frau-Sein und Älterwerden und
- 36,6 % Sexualität genannt werden.

Das besondere Interesse der Frauen am Thema Sexualität drückt einerseits das Bedürfnis der Frauen aus, über sich selbst zu sprechen und im Austausch mit anderen Frauen mehr über sich selbst zu erfahren. Auf der anderen Seite macht gerade die deutliche Betonung des Themas Sexualität viele offene Fragen in diesem Bereich mit sich selbst und in der Partnerschaft deutlich.

Sexualität spiegelt zum einen immer auch die Beziehung zu sich selbst, zum eigenen Körper und die Beziehung zu anderen Menschen - dem Partner - wider. Sie ist auch Gradmesser für Abhängigkeiten und Ausdruck von vorhandenem bzw. fehlendem Selbstwertgefühl. Aktiv gelebte Sexualität bedeutet auch ein Ja-Sagen zum eigenen Körper, zu sich selbst und ist Ausdruck von Selbstsicherheit.

Bedeutung erhält das Thema Sexualität auch im Hinblick auf Erfahrungen, die Frauen in diesem Bereich gemacht haben. Häufig sind erlebte Gewalterfahrungen in Kindheit und Jugend und ihre Fortsetzung im Leben der erwachsenen Frau prägende Erfahrungen sowohl betroffener als auch angehöriger Frauen.

Das Thema Sucht - Gewalt - Sexualität ist in der fachlichen Behandlung lange Zeit gar nicht angesprochen worden - in letzter Zeit werden verstärkt Bemühungen sichtbar. Noch weniger Bedeutung hat es im Bereich der Selbsthilfe, wobei auch hier Anfänge versucht werden (Guttempler, Kreuzbund, BAG der Freundeskreis).

Der bisherige Projektverlauf - Fragebogen-Aktion, Supervision - läßt folgendes erkennen:

- Arbeit mit Frauen ist anstrengender, weniger einschätzbar und kann nicht langfristig angelegt werden; Frauen zeigen eine mangelnde Bereitschaft, sich für die eigenen Belange und für Belange anderer verbindlich, langfristig und zuverlässig einzusetzen. Vor ihren eigenen Interessen kommt immer erst der Mann, die Familie, die Kinder ... Man merkt hier auch die Mehrfach-Belastung der Frauen durch Beruf, Haushalt, Kindererziehung etc., denen sie sich weniger entziehen (können).

- In der Arbeit mit Frauen geht es emotionaler zu, z.B. Männer „arbeiten“, Frauen „fühlen“. Dadurch kommt es häufiger zu Konflikten unter den Frauen. Diese werden aber nur selten offen angesprochen, sondern frau entzieht sich, ist beleidigt oder zieht auf einer anderen Ebene die Fäden im Hintergrund.

- Frauen brauchen viel länger, um sich z.B. auf Landes- / Bundesebene zu aktivieren oder Engagement für andere Frauen aufzubringen. Hier haben auch wir zu große Erwartungen gehabt. Deutlich wurde, daß Frauen viel stärker noch das Bedürfnis haben, sich erst einmal mit sich selber zu beschäftigen, sich selber besser kennenzulernen. Sie sind sehr unsicher, geben diese Unsicherheit auch zu (im Gegensatz zu Männern), es fehlt an Selbstvertrauen zu sich selbst. Wenn sie sich engagieren, muß es gleich perfekt sein.

- Frauen trauen sich schwerer, Gruppen zu leiten und sich für Frauenarbeit einzusetzen, auch wenn das Bedürfnis da ist. Sie äußern große Ängste und fragen nach Hilfen an. Zu zweit - im Team - traut „frau“ sich eher.

Acht Frauengruppen wurden ausgewählt, die begleitet wurden zum einen, indem die Gruppenleiterin gebeten wurde, „Tagebuch“ (anonymisiert) zu führen, über den Gruppenverlauf, Themen in der Gruppe, Konflikte und ihre Rolle als Leiterin.

Zum anderen wurden für die Gruppenleiterinnen **Supervisions-sitzungen** (insgesamt drei) angeboten, die mit einer externen Supervisorin durchgeführt wurden.

Von den acht Frauengruppenleiterinnen sind sechs in der Begleitung geblieben. Zwei Gruppenleiterinnen sind ohne Angabe von Gründen ausgeschieden.

4.2. Begleitung der Frauengruppen

4.2.1. Auswertung „Tagebücher“

Zur Auswertung der Tagebücher wurde ein Raster erstellt:

◆ Größe der Frauengruppe (FG), Zusammensetzung und Altersstruktur

Die FG haben eine Durchschnittsteilnehmerinnenzahl von zwölf (mind. acht, max. 20). Es gibt in der Regel einen festen Kern. In der Zwischenzeit sind neue Frauen in die Gruppen gekommen und es besteht eine größere Nachfrage.

Es sind durchgängig Gruppen, in denen sich angehörige und betroffene Frauen treffen. In einer Gruppe sind auch nichtbetroffene Frauen vertreten.

Die gemischte Zusammensetzung wird allgemein als positiv gesehen und bewirkt ein besseres Verständnis der Probleme untereinander und läßt eine Übertragung der eigenen Betroffenheit mit einem abhängigen Ehemann - bei den betroffenen Frauen auf die Sicht von Angehörigen - zu.

Das Durchschnittsalter liegt bei ca. 40 Jahren (jüngste 35 - älteste 61 Jahre).

◆ Art der Gruppe

Alle Frauengruppen sind - themenbezogene - Gesprächsgruppen, z.T. mit zusätzlichen Freizeitangeboten.

◆ Wann trifft sich die Frauengruppe?

Vier Frauengruppe treffen sich einmal im Monat; zwei treffen sich 14-tägig. Zwei FG machen Zusatzangebote: Frauengesprächskreis - 1 x im Monat Freitagabends, Frauenkaffeerunde - 1 x im Monat Samstagnachmittags und eine FG bietet 1 bis 2 x monatlich Seiden- und Glasmalerei an. Eine FG führt regelmäßig einmal im Jahr ein viertägiges Seminar durch.

Diese Zusatzangebote werden als sehr positiv erlebt, zum einen bieten sie viele Möglichkeiten für gute individuelle Gespräche, zum anderen entsteht unter den Frauen eine vertrauensvolle Atmosphäre und Miteinander, wodurch sich die Frauen stärker öffnen und auch in der Gesprächsgruppe persönliche Probleme eher einbringen.

◆ Verbindlichkeit der Teilnahme

Alle Frauen nehmen die Treffen der FG sehr ernst und erleben sie als sehr wertvoll. 'Fehlzeiten' entstehen nur durch begründete Situationen, wie Schichtarbeit, Krankheit, Familienfeiern

◆ Treffpunkt der FG? Probleme bei Raumfindung?

Überwiegend gab es keine Probleme, einen Gruppenraum für die Treffen zu finden. Diese sind u.a. in der evangelischen Kirchengemeinde oder Gemeinderäumen, in einem alkoholfreien Tagescafé oder - sofern vorhanden - im Geschäftsraum des Freundeskreises angesiedelt.

◆ Wie arbeitet die Gruppe, wie finden sich Themen?

Vorrang haben stets die Themen, die von den Teilnehmerinnen eingebracht werden, die oftmals aus einem aktuellen Anlaß entstehen, bzw. Anliegen der Frauen sind.

Alle Gruppenleiterinnen bereiten aber jeweils Themen vor, falls sich kein Thema „finden“ sollte.

Eine FG erstellt jeweils zu Jahresbeginn eine „Arbeitskonzeption“, die Hauptthemen der Gruppenarbeit festlegt, die Teilnahme an Weiterbildungen/Semina-

ren der Frauen sowie deren anschließender Auswertung. Weiter werden größere Veranstaltungen der FG geplant und Verantwortlichkeiten festgelegt. Mit der gemischten Gruppe werden die Maßnahmen abgestimmt.

◆ **Bleibt die Gruppenleitung konstant, oder wechselt sie?**

Bei allen Frauengruppen ist die Gruppenleitung konstant geblieben - nur bei Abwesenheit der GL übernehmen einzelne Teilnehmerinnen die Gruppenleitung.

Die überwiegende Anzahl der Gruppenleiterinnen bereiten aber eine „Abgabe“ ihrer Leitungsaufgabe vor bzw. wollen dies. So wird nach einiger Zeit begonnen, eine breitere Verteilung und Einbeziehung der Teilnehmerinnen zu erreichen - auch was die Gesprächsleitung betrifft. Dazu werden die Teilnehmerinnen ermuntert, Seminare zu besuchen.

◆ **Wie wurde frau zur Gruppenleiterin?**

Fünf Frauen waren die Gründerinnen der Frauengruppen und wurden damit auch Gruppenleiterin. Eine Frau wurde von der Gruppe gewählt.

◆ **Was sind die Aufgabenbereiche der Leiterin?**

Neben der Vorbereitung eines Themas für den Gruppenabend, steht die inhaltliche Vorbereitung des Abends sowie die Gesprächsführung. Die GL gibt Gesprächshilfen, wenn das Gruppengespräch stockt, schwierig wird etc.. In Konfliktsituationen ist die GL Sprecherin - jedoch wird sie hier von den Teilnehmerinnen unterstützt.

Eine Frauengruppe erstellt Protokolle und führt eine Gruppenchronik.

Die Gruppenleiterin hält die Verbindung zur gemischten FK-Gruppe und klärt dort anstehende organisatorische und finanzielle Probleme mit dem Gruppenleiter bzw. auch dem Vorstand..

Die Gruppenleiterin kümmert sich weiter um alle anstehenden organisatorischen Fragen, die die Arbeit der FG betreffen.

◆ **Hat sich die Rolle als Leiterin von Beginn bis heute geändert?**

Die Teilnehmerinnen haben immer die Erwartung an die GL, aktiv zu werden, sie selber bleiben am liebsten passiv.

Durch das entstandene Vertrauen in der Gruppe, hat sich auch bei der GL Vertrauen und Sicherheit entwickelt. Immer mehr gelingt es der GL sicherer zu werden, besser an persönlich für die Teilnehmerinnen bedeutsamen Ereignissen anzuknüpfen und Zusammenhänge damit herzustellen.

Die GL haben insgesamt ihre „Mitte“ gefunden, d.h. war die Gesprächsführung anfangs zu straff oder auch zu lasch, so ist sie jetzt ausgewogener. Durch die gewonnene Sicherheit kann sich die GL mehr zurücknehmen, wodurch die Teilnehmerinnen stärker gefordert sind.

Überwiegend wurde angegeben, daß die durch die BAG zur Verfügung gestellten Materialien, die angebotenen Seminare, die Supervision im Rahmen des Projektes, eine große Hilfe und Unterstützung in ihrer Arbeit darstellen.

Vereinzelt werden die GL für Einzelgespräche angefragt.

◆ **Welche Themen werden in der Gruppenstunde angesprochen, welche tauchen immer wieder auf?**

Häufiges Thema ist der Rückfall. Hier wird deutlich, daß die angehörigen Frauen große Ängste haben, daß ihr Partner rückfällig werden könnte. Diese Sorge tragen sie aber nicht in der Deutlichkeit in der gemischten Gruppe vor, wie in der Frauengruppe. Hier äußern sie viel stärker ihre Ängste und Gefühle. Suchtkranke Frauen sprechen offener und gelassener über das Thema Rückfall - auch in der gemischten Gruppe. Das Thema Rückfall wird häufig durch Neue in der Gruppe ausgelöst; bei Teilnehmerinnen, die bereits länger der gemischten Gruppe angehören, ist diese lähmende Angst nicht mehr so stark vorhanden, da sie sich des Rückhalts durch die Gruppe sicher sind.

Großes Bedürfnis besteht bei den Frauen über die Zeit der akuten Suchterkrankung zu sprechen, über Verletzungen, Kränkungen, Ängste, Zweifel.

Partnerbeziehungen und Beziehungen zu den Kindern sind ebenfalls häufige Themen. Der (suchtkranke) Partner erwartet zuviel Rücksichtnahme und Toleranz, die Wünsche und Bedürfnisse der Frau kommen zu kurz.

Weitere Themen: Was haben die Kinder erlebt, wie kann man sie entlasten? Aber auch Erziehungsschwierigkeiten - stärker bei den betroffenen Frauen - da sie durch noch vorhandene Schuldgefühle wenig Konsequenz in der Erziehung zeigen. Erwachsene Kinder - das Verhalten der Väter. Nähe und Kommunikationsformen in der Familie, Vertrauen.

Scheidung/Trennung. Die betroffenen Frauen sind ausnahmslos geschieden bzw. leben in Trennung. Das Thema Scheidung und ihre Bewältigung wird von den angehörigen Frauen mit außerordentlichem Interesse aufgenommen. Vor einer solchen Entscheidung standen sicher auch viele der angehörigen Frauen, und hier kommt auch die Angst vor dem Alleinsein zum Ausdruck.

Weitere Themen:

- Krankheiten - ausgelöst durch Brustkrebserkrankung einer Teilnehmerin - und damit auch das Thema Tod.
 - Konkurrenz unter Frauen
 - Frau und Arbeitswelt - Kündigung, Mobbing
 - Trinkverhalten der angehörigen Frau - Leben in der Abstinenz
 - Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl
 - andere Süchte (Eßsucht, Spielsucht)
- aber auch:
- Aktuelle politische Themen, z.B. „Sparpaket“ der Bundesregierung, Versorgung im Alter

Im Juli 1995 werden in der Frauenarbeit der Freundeskreise aktive Frauen angeschrieben, von denen wir Mitarbeiterinnen der BAG-Geschäftsstelle wissen, daß sie eine Frauengruppe leiten bzw. im Begriff sind eine Frauengruppe aufzubauen. Sie werden von uns angefragt, ob sie Interesse haben an einer Begleitung und Reflexion ihrer Arbeit mit Frauen.

Geplant ist, diese Frauen jeweils ein Gruppen-Tagebuch führen zu lassen, was am Ende dieser Begleitphase gemeinsam ausgewertet wird. Kriterien hierbei sollen sein :

- Gibt es spezifische Themen in Frauengruppen
- Konflikte
- Wie ist die Rolle der Leiterin in Frauengruppen?
- Gibt es einen Unterschied zwischen gemischter Gruppe und Frauengruppe?
- Wie wird dieser aus der Sicht der Leiterinnen erlebt?

Insgesamt fällt es den Frauen schwer, über persönliche Gefühle, Empfindungen und Bedürfnisse zu sprechen, diese überhaupt erst einmal wahrzunehmen.

Auf Impulse der GL, wie: Was tut mir gut? Wann bin ich entspannt? Was tue ich mir selbst Gutes? Sind mir meine Bedürfnisse wichtig? kommen wenig Rückmeldungen. Deutlich wird hingegen, daß Frauen dann zufrieden sind, wenn es Anderen gut geht.

Nach einer längeren Zeit der Gruppenzugehörigkeit, in der sich Vertrauen aufbauen konnte, werden langsam und behutsam sexuelle Probleme angesprochen.

◆ Gab es Konflikte bzw. schwierige Situationen in der Gruppe?

Überwiegend wurden keine schwierigen Situationen genannt. Waren Konflikte zwischen Teilnehmerinnen aufgetreten, konnte die Gruppe dies i.d.R. gemeinsam lösen.

4.2.2. Auswertung „Supervisionssitzungen“

DIE TEILNEHMERINNEN

Das erste gemeinsame Treffen findet statt im Dezember 1995. An diesem ersten Treffen, das begleitet wird von einer externen Supervisorin und einer Mitarbeiterin des Projektes, nehmen acht Frauen teil. Der Teilnehmerinnenkreis setzt sich zusammen aus Frauen mit unterschiedlichem Erfahrungshintergrund als Gruppenmitglied einer gemischten FK-Gruppe, oder als Leiterin einer (jüngeren) Frauengruppe. Die Frauen kennen sich z. T. als Vertreterinnen von Frauenarbeit ihrer LAG oder aus verschiedenen Seminaren. Die Verwurzelung und Akzeptanz von Frauenarbeit in den einzelnen LAG ist verschieden und wird von den Frauen im Verlauf der Begleitung auch immer wieder thematisiert.

Einige der Frauen gehören zu den „Gründerinnen“ der Frauenarbeit in ihrer LAG, haben tragende Funktionen inne und sind insgesamt schon lange Jahre in der Sucht-Selbsthilfearbeit aktiv tätig.

ZUM ABLAUF

Das erste Treffen der Leiterinnen von Frauengruppen im Dezember 1995 wird gemeinsam von den oben genannten Mitarbeiterinnen begleitet. Die nachfolgenden beiden Treffen (Juni 1996 / Dezember 1996) werden - auch auf Wunsch der Teilnehmerinnen - in zwei Abschnitten durchgeführt: Ein Abschnitt Supervision, ein weiterer Abschnitt Erfahrungsaustausch bzw. Auswertung. Auf diese Weise haben die Frauen die Möglichkeit, mit einer externen Supervisorin an ihrer persönlichen Situation zu arbeiten und in einem zweiten Schritt diese Erfahrungen auf ihre Rolle als „Funktionsträgerin“ bzw. Multiplikatorin in Sachen Frauenarbeit in den Freundeskreisen zu übertragen bzw. dort umzusetzen.

ZUM VERLAUF

Eine Schwierigkeit, die sich beim ersten Treffen der Frauen im Dezember 1995 herauskristallisiert, ist, wie die Auswahl der Frauen, die an dieser Gruppe teilnehmen, getroffen wurde. Zum Teil entstanden dadurch Konkurrenz- und Neidgefühle unter Frauen, die nicht eingeladen wurden, die die anwesenden Frauen zum Teil direkt oder indirekt zu spüren bekamen. Diese Schwierigkeiten hatten wir als BAG-Mitarbeiterinnen nicht mitbedacht.

Auch das Schreiben eines Gruppen-Tagebuches gestaltete sich für einige Frauen äußerst schwierig, wie bei der ersten Supervisionssitzung deutlich wurde. Sinn und Zweck so eines Gruppen-Tagebuches wurde mit den Frauen in der ersten Supervisionssitzung noch einmal gemeinsam besprochen und abgeklärt. Auf diese Weise lösten sich allmählich Widerstände und Abwehr auf Seiten der Frauen. Auch der Vorteil schriftlicher Aufzeichnungen und der Nutzen daraus für die Gruppenleiterin wurden deutlich gemacht. Erst danach waren einzelne Frauen bereit, schriftliche Aufzeichnungen über den Gruppenprozeß anzufertigen und an uns zu schicken.

Thema bei diesem ersten Treffen im Dezember 1995 - und auch bei dem Folgetreffen im Juni 1996 sind Widerstand und Intrigen gegen Frauen, die in der Frauenarbeit aktiv geworden sind. Sie lösen oftmals Neid und Konkurrenzgefühle - bei Männern und Frauen - aus. Gerade das erleben viele der anwesenden Frauen als sehr verletzend und ihre Arbeit auch zusätzlich erschwerend. Betroffenheit und Ratlosigkeit ist unter den Frauen spürbar. Sie haben oftmals das Gefühl, auf ganz vielen Ebenen kämpfen zu müssen:

- Gegen Männer, die Angst haben, was durch Frauenarbeit passiert, da sie spüren, daß sich etwas mit den Frauen verändert, was sie noch nicht einschätzen können und was erst einmal Angst auslöst. In einigen Fällen erfahren die Frauen aber auch Unterstützung durch Männer, vor allem dann, wenn sie ihre Arbeit ein Stück transparenter machen. Das löst weniger Angst aus - und sie bleiben auf diese Weise im Gespräch mit Männern.

- Gegen Frauen, und das oftmals gegen Widerstand von Frauen aus den eigenen Reihen, wo Themen wie Konkurrenz und Neid eher indirekt ausgetragen werden, was meistens verletzend für beide Seiten endet.

Gegen Frauen auch, für die Frauenarbeit eine Bedrohung ihres „privaten Glücks“ bedeutet. Sie haben Angst davor, daß der Besuch einer Frauengruppe zuviel in Bewegung bringen würde, wo sie doch froh sind, der lang ersehnten Harmonie durch die Abstinenz des Partners ein Stück näher gerückt zu sein. „Nicht schon wieder Probleme aufrühren, Streit provozieren...“ - so die Haltung vieler angehöriger Frauen, die Frauenarbeit eher abwehrend begegnen.

Als Schwierigkeit wird von den Frauen auch beschrieben, zum Erfolg auch zu stehen - und damit auch zu Einfluß und Macht, die sie in ihrer Rolle als Leiterin einer Frauengruppe und auch als Vertreterin von Frauenarbeit in ihrer LAG - durchaus innehaben. Viel leichter fällt es dagegen Frauen, sich selbst abzuwerten, sich äußerst kritisch zu betrachten, als die eigene Arbeit, das Geschaffene wert zu schätzen. Auch das bedeutet lernen - und auch hierfür bilden die Supervisionssitzungen einen geschützten Rahmen.

Im Laufe der ersten beiden Sitzungen werden von der Frauen auch die positiven Erfahrungen mit den schriftlichen Tagebuch-Aufzeichnungen als Gruppen-

leiterin benannt. Einige der Frauen bekommen dadurch einen positiven Anstoß, ihre Rolle als Gruppenleiterin noch einmal bewußt zu reflektieren, klarer mit ihrer Verantwortlichkeit als Gruppenleiterin umzugehen und sich bewußter auf Gruppensitzungen vorzubereiten. Für die Frauen wird daraus auch ihr eigener Entwicklungsprozeß - in ihrer Rolle als Gruppenleiterin - aber auch persönlich - erkennbar und nachvollziehbar.

AUSWERTUNGSPHASE

Das letzte Treffen der Leiterinnen von Frauengruppen findet statt im Dezember 1996, fast zeitgleich mit dem ersten Treffen vor einem Jahr. Zwei Frauen sind inzwischen - ohne Angabe von Gründen - nicht mehr dabei.

Die Gruppe setzt sich bei diesem letzten Treffen aus Frauen zusammen, die sich sehr kooperativ zeigen und in der Zwischenzeit auf jeweils individuelle Weise die schriftliche Reflexion ihrer Arbeit mit Frauengruppen gelöst haben.

Auffallend und auch deutlich spürbar bei diesem letzten Treffen ist die individuelle, persönliche Weiterentwicklung der Frauen im Verlauf dieses einen Jahres.

Veränderungen im privaten Bereich, in der eigenen inneren Haltung, was ihr ehrenamtliches Engagement in der Sucht-Selbsthilfearbeit angeht und letztendlich in ihrer Rolle als Leiterin einer Frauengruppe, sind die Hauptthemen an diesem Auswertungstag. Das Thema „Grenzen setzen bzw. Grenzen setzen lernen“ - in allen Bereichen und „mit den eigenen Kräften besser haushalten“ ist immer wieder aktuell.

Für alle Frauen war die begleitende Supervision eine wichtige Hilfe und Unterstützung, um sich über eigene Verhaltensweisen klarer zu werden, schwierige Konfliktsituationen als Gruppenleiterin genauer zu beleuchten und in einigen Fällen auch zu einer veränderten Haltung, was das eigene ehrenamtliche Engagement betrifft, zu kommen. Hierbei spielte nach Aussage der Frauen eine wichtige Rolle, daß die Supervisorin nicht in die Suchtarbeit involviert war. Einzelnen Frauen ist im Laufe dieser Begleitphase klar geworden, daß es für sie ansteht, sich langsam aus der Sucht-Selbsthilfearbeit zu verabschieden bzw. sich mit dem Abschied vertraut zu machen. Die Sehnsucht nach „mehr Weite“, nach einem Leben ohne Beschäftigung mit dem Thema SUCHT - ob als Angehörige oder als Betroffene, wird immer wieder von den Frauen genannt, wobei diese Zeit auch als Phase des „Reifens“ eingestuft wird. Deutlich wird hierbei auch der Wunsch einiger Frauen „einmal weniger Verantwortung für andere Menschen zu tragen, sich einfach mal mehr Zeit für sich selbst zu gönnen“.

Die Frage, ob die Frauen als Leiterinnen einer Frauengruppe im eigenen, gemischten Freundeskreis bzw. in der LAG immer noch mit Widerstand und Abwehr konfrontiert sind, wird zum großen Teil verneint. „Frauenarbeit hat ihren Platz“, so eine der Frauen. Sie wird inzwischen ernst genommen, geschätzt und unterstützt - und die hier anwesenden Frauen haben einiges dazu beigetragen mit ihrem Engagement. Die Frauenarbeit hat Zukunft - und die Frauen sind sicher, daß sie weitergetragen wird, auch wenn sie sich aus der Arbeit zurückziehen (sollten). Auch hier kommt eine deutliche Veränderung in der eigenen inneren Haltung zum Ausdruck. War bei den letzten beiden Treffen immer wieder das Thema „Wer trägt die Frauenarbeit weiter, wenn ich nicht mehr will? Wer wird meine Nachfolgerin? - Und was dahintersteht: Geht es auch ohne mich?“ - so spiegelt sich die Haltung der Frauen an diesem Tag eher in der Aussage einer Frau wider „Ich bin sicher, daß Frauenarbeit weitergetragen wird - von anderen Frauen - und anders als ich das heute tue, aber ich glaube bestimmt, daß es weitergeht“. Diese Sicherheit war in der Form und Bestimmtheit bei den letzten Treffen noch nicht in der Weise spürbar und auch die Gewißheit mit der einzelne Frauen sagen, Frauenarbeit ist inzwischen tief verwurzelt in der Arbeit der LAG, ist eher neu.

Ein Aspekt, den die Frauen in ihrer Rolle als Leiterin eher kritisch sehen, ist die Entwicklung einzelner Teilnehmerinnen aus ihren Frauengruppen. Sie erleben sie jetzt als eher spaltend, zu extrem, die Verhaltensweisen vieler Männer ein-

fach umkehrend „und jetzt sind sie eben die Stärkeren“. Ratlosigkeit und auch Betroffenheit ist unter den Leiterinnen von Frauengruppen spürbar. „Ich denke dann oft, das habe ich so nicht gewollt. Mein Ziel war es, Frauen zu stärken und ihnen aus ihrer Stummheit heraus zu helfen...“

Auf die Frage, ob sie sich für diese von ihnen als „zu extrem“ erlebte Entwicklung verantwortlich fühlen, kommt zurückweisendes Verneinen - und trotzdem bleibt eine Spur von Verantwortlichkeit. Sind sie als Leiterinnen für die persönliche Weiterentwicklung der Teilnehmerinnen aus ihren Gruppen verantwortlich - oder nicht? Und wieder geht es um Grenzen - Grenzen von Verantwortung - Grenzen als Leiterin. Und der Notwendigkeit einer klaren inneren Haltung, was die eigene Motivation betrifft, mit Frauen zu arbeiten und Leiterin einer Frauengruppe zu sein. Auch wenn es immer wieder Situationen gibt, wo sich einzelne Frauen unsicher fühlen in ihrer Rolle als Leiterin, wird auch aus den schriftlichen Aufzeichnungen der Frauen deutlich, daß sie bewußter geworden sind im Umgehen mit der eigenen Leitungsrolle, daß sie klarer geworden sind mit ihrer Verantwortung - sich selbst und anderen gegenüber.

Das bedeutet für die Gruppenarbeit, daß sie Gruppenabende z. T. intensiver vorbereiten, die Gesprächsführung klarer übernehmen, aber auch bestimmte Teilaufgaben an Frauen aus der Gruppe abgeben.

Das Besondere von Frauengruppen und an der Arbeit mit Frauen ist ein weiteres Thema an diesem Tag. Eine „gemeinsame Sprache zu sprechen als Frauen“ wird als bereichernd und unterstützend erlebt in der Arbeit mit Frauen. „Daß ich mich leichter öffnen kann, mich so zeigen kann wie ich bin“ wird als Rückenstärkung auch für den Alltag erlebt. Die Frauengruppe insgesamt sehen einige Frauen als „Übungsfeld, um sich selbst auszuprobieren“. Ein Übungsfeld auch, um in Kontakt mit anderen Frauen zu kommen, sich mitzuteilen und damit die eigene Isolation zu überwinden. Ein Übungsfeld um tragfähige Beziehungen zu anderen Frauen aufzubauen, Frauen nicht vorrangig als Konkurrenz, sondern auch als Unterstützung zu erleben, „Frauenkraft und Frauenstärke zu erfahren“ wie es eine der Leiterinnen auch in ihrem Gruppen-Tagebuch beschreibt. Frauengruppen sind tiefgründiger und reichhaltiger in ihrem Themenspektrum, in vielen Fällen einfach persönlicher.

Betroffenen und angehörigen Frauen fällt es oftmals schwer über eigene Gefühle und Bedürfnisse zu sprechen. Frauengruppen sind ein Ort, wo Frauen auf behutsame Weise lernen, sich ernst zu nehmen, über sich nachzudenken und mit anderen Frauen in Kontakt und Austausch zu kommen - und auf diese Weise wieder zu sich selbst zu finden. Frauengruppen sind aber damit auch ein Ort, an dem Frauen in „extremere“ Verhaltensweisen fallen können (siehe oben), was bei den Leiterinnen aber Angst und Schuldgefühle auslöst. Die Frauen müssen - durch die Hilfe der Gruppe - erst zu ihrer Mitte finden.

Im nachfolgenden sind einzelne Aussagen aus der „Umfrage“ einer genaueren Betrachtung unterzogen worden. Es versucht, sie mit in der Literatur beschriebenen Aussagen zu untermauern. Zahlreiche Aspekte aus der Umfrage können anhand von Beschreibungen der Situation von Frauen in der Literatur belegt werden. Dazu einige Beispiele.

Exkurs

Übertragung auf Erfahrungen / Berichte über Co-Abhängigkeit und Suchtmittelabhängigkeit bei Frauen

Zu: Angehörige von Suchtkranken / Co-Abhängigkeit

Aus der Beratungspraxis mit Partnerinnen von Alkoholkranken werden folgende Merkmale immer wieder genannt:

- Die Angehörigen fühlen sich endlos (maßlos, grenzenlos) an ihren Partner gebunden;
- sie nehmen sich selbst und ihre Entwicklung nicht wichtig. Sie empfinden keine innere Richtschnur, keine Orientierung für ihr Selbst;
- aus der Größe ihrer Leidensfähigkeit bemessen sie ihren Selbstwert und ihre Selbstachtung;
- sie sind fürsorglich bis zur aufopfernden Hingabe;
- sie fühlen sich verantwortlich für die Emotionen in der Familie - für die Familienatmosphäre.

Damit befinden sich die Partnerinnen von Alkoholkranken „in alter weiblicher Tradition“ und erinnern damit auch an das stereotype Frauenbild, wie es mit dem sogen. GIESSEN-TEST 1991 erfaßt wurde:

Danach soll eine Frau emotional sein (gemeint ist hier: ängstlich, leicht verstimmbar, in sich gekehrt), aber auch unterwürfig, sexuell attraktiv und zugleich mütterlich aufopfernd.

Männer werden die Eigenschaften - dominant, angstfrei, unabhängig etc. - zugeschrieben.

Die Partnerinnen von Suchtkranken erfüllen nahezu perfekt die an Frauen gestellten Rollenanforderungen, die sie in einigen Eigenschaften vielleicht etwas zu stark verinnerlicht haben; ins Rollenbild der gesellschaftlich akzeptierten Frauen passen sie damit allemal. Aber - als Partnerin eines Abhängigen ist genau das der falsche, oftmals gefährliche Weg in beidseitige Abhängigkeit und Verstrickung.

Damit wird deutlich, daß gerade in der Arbeit mit Angehörigen, Themen wie das eigene, verinnerlichte Frauenbild, eigene Vorstellungen von Weiblichkeit, Erfahrungen mit Gewalt, Fragen zu Sexualität, Partnerschaft und Beziehungskonflikten einen zentralen Stellenwert haben müssen und zu ihrer Bearbeitung ein geschützter Rahmen notwendig ist.

Das körperliche und seelische Wohlergehen der angehörigen Frauen selbst wurde lange Zeit auch in der Suchtkrankenhilfe nachrangig behandelt bzw. vernachlässigt - die Süchtigen gingen vor. Allerdings ist zu befürchten, daß bei zukünftig noch knapper werdenden Mitteln wieder eine Entscheidung gegen die - immer noch recht spärliche - Arbeit mit Angehörigen getroffen wird.

Bis in die 80er Jahre erhielten Frauen alkoholkranker Männer nur wenig professionelle Aufmerksamkeit - und wenn, galt diese nicht etwa evtl. Not der Frauen im Zusammenleben mit einem suchtkranken Mann, sondern vielmehr der Möglichkeit, ihnen Schuld an der Entstehung des Alkoholproblems zuzuschreiben. So war es insbesondere in der Sicht der psychodynamischen Theorie üblich, die Frauen von Alkoholikern als primär gestörte Persönlichkeiten zu betrachten, die sich entweder einen bereits in entsprechender Weise gestörten Partner suchen oder ihren Partner zum Trinken bringen. Ist er erst mal abhängig, so sind es auf jeden Fall die Frauen, die sich durch seine Krankheit Macht verschaffen und es nicht ertragen können, ihn nach seiner Therapie als gleichberechtigten Partner anzuerkennen - sie brauchen ihn klein und hilfsbedürftig, um das eigene Selbstwertgefühl aufrechtzuerhalten.

Daß es solche Persönlichkeiten gibt, ist nicht die Frage. Die Frage ist, wie zuverlässig die Verallgemeinerung und die kausale Schuldzuschreibung ist und wie

sich dies auf die angehörigen Frauen auswirkt. Wenn Frauen sich weigern würden, die Aufgaben des (suchtkranken) Mannes mit zu übernehmen, wenn sie sich konsequent abgrenzen und Forderungen an ihn stellen würden, würde dies evtl. die Weiterentwicklung der Krankheit stoppen - oder es kommt zu einer Trennung.

Mit diesem Verhalten begäben sich die Frauen aber in eine Zwickmühle - denn sie würden damit die gesellschaftliche Rollenzuschreibung verlassen. Dies kann Angst auslösen, es fehlt die Orientierung und oft fehlt es an Vorstellungen, wie das Leben einer Frau auch anders aussehen könnte.

Und - viele Frauen fühlen sich ohne Beziehung zu einem Mann „nicht ganz“, minderwertig, dem Leben nicht gewachsen. Aber auch ganz schlicht die finanzielle und die Wohnungssituation kann verhindern, daß die Frau sich trennt. Die meisten Frauen bleiben .

Inzwischen gibt es andere Sichtweisen als die der einseitigen Schuldzuschreibung, was in Beziehungen der Betroffenen geschieht:

- die Streßtheorie (Jackson 1954), wonach die Verhaltensweisen der Partnerinnen größtenteils Ergebnis des Stresses im Zusammenleben mit dem Alkoholiker sind;
- die systemorientierte, familientherapeutische Sichtweise, nach der alle Familienmitglieder am Krankheitsgeschehen beteiligt sind und sich wechselseitig beeinflussen.

Leider mangelt es immer noch an Untersuchungen zur Frage, wie es den betroffenen Frauen geht und ob sie spezifische Unterstützung brauchen.

Zu: Suchtmittelabhängige Frauen

Gerade für betroffene Frauen ist eine Frauengruppe wichtig. In der Auseinandersetzung mit anderen Frauen, deren Lebensgeschichte, deren Problemlösungsstrategien liegt eine wertvolle Bereicherung. Indem Frauen bei anderen Frauen mitfühlen können, indem sie auch durch die Erzählungen der anderen Traurigkeit oder auch Wut verspüren, indem sie sich mit anderen identifizieren, können sie mit der Zeit auch ihre eigenen Verletzungen spüren und ernst nehmen.

Aber viele süchtige Frauen haben Angst davor, in Frauengruppen zu gehen, da sie die herrschenden patriarchalen gesellschaftlichen Wertvorstellungen für sich und andere Frauen so internalisiert haben, daß sie anderen Frauen nicht zutrauen, hilfreich und unterstützend zu sein. Eine Rolle spielt hierbei auch noch dieses gelernte Konkurrenzverhalten „nur vom Mann akzeptiert bin ich die bessere Frau“. Diese Erfahrungen machen auch die Mitarbeiterinnen von Fachkrankenhäusern für suchtkranke Frauen.

Suchtkranke und auch angehörige Frauen haben in ihren Beziehungen oftmals massive Gewalt erlebt. Was veranlaßt diese Frauen, bei ihrem gewalttätigen Ehemann/Partner zu bleiben? I.d.R. - so führt es eine Psychologin einer Fachklinik aus - sind es Frauen mit einer massiven Selbstwertproblematik. Seit frühester Kindheit kennen die Frauen diesen Zustand nichts wert zu sein, nicht beachtet zu werden und daß ihre Grenzen nicht respektiert werden. Es entwickeln sich Störungen, die alles Weibliche abwerten. Hilflosigkeit und Wehrlosigkeit werden zu Gefühlen der Wertlosigkeit.

Zu: Frau und Selbstwert

Mangelndes Selbstwertgefühl ist ein strukturelles Problem, das tief im Frauenbild der Gesellschaft wurzelt. So werden Frauen als das „schwache“ Geschlecht bezeichnet. Sie gelten als weniger intelligent, potent und clever und müssen fortgesetzt gesellschaftliche Ohnmacht, Einschränkungen im Beruf und Karriere

und Lohnnachteile hinnehmen. Auch Hausarbeit und Kindererziehung werden weder als qualifiziert gewürdigt noch finanziell vergütet.

Aber auch die „Superfrau“ steht unter dem Druck, beruflich erfolgreich, gleichzeitig alle Aufgaben des Haushalts erledigen und ein weiblich-gepflegtes Erscheinungsbild an den Tag legen zu müssen. Dieses Erfolgs-Image überfordert die Frauen so gnadenlos durch seine Unerreichbarkeit, daß sie sich wieder minderwertig vorkommen.

„Die typischen Probleme von heutigen Frauen sind die Verinnerlichung des patriarchalen Bildes der weiblichen Minderwertigkeit und Unselbstständigkeit, Angst vor Autonomie und Unabhängigkeit, Schwierigkeiten von Frauen, eigene Wünsche und Bedürfnisse zu erkennen, zu äußern und auf deren Berechtigung zu bestehen, Formen von Überangepaßtheit, die Unfähigkeit, Nein zu sagen zu Fremderwartungen, die an sie gerichtet werden, die verinnerlichten Zwänge des Mutterns, d.h. nur in Beziehung treten zu können über die Form des Sorgens für andere, die Beschädigung des weiblichen Selbstwertgefühls durch die erlittenen vielfältigen Formen von direkter und struktureller Gewalt und Unterdrückung, Hilflosigkeit als gelernte Lebensstrategie, insgesamt ein mangelndes Bewußtsein der eigenen Kraft, Stärke und Identität als weiblicher Mensch. In vielen Frauengruppen und in vielen Therapien wird an diesen Beschädigungen gearbeitet“ (vgl. Susana Pendzik: Gruppenarbeit mit mißhandelten Frauen, 1996)

Trotz unterschiedlicher Biografien stellen betroffene und angehörige Frauen in der Sucht-Selbsthilfe oft fest, daß ihr gemeinsamer Nenner das „Frau-sein“ ist. Probleme, Wünsche und Bedürfnisse von suchtkranken und angehörigen Frauen sind von daher nicht sehr verschieden.

Auch in der Umfrage waren von 380 Frauengruppen 48,2 % Gruppen von angehörigen und betroffenen Frauen.

Zu: Frauengruppen:

Geschlechtshomogene Gruppen sind als eigene soziale Systeme zu begreifen, in denen - in Frauengruppen - Frauen miteinander andere Erfahrungen machen können. Sie zeigen spezifische Merkmale und Besonderheiten, in denen sie sich von gemischten Gruppen unterscheiden.

In der Reaktion auf Frauengruppen tritt bei Männern und bei Frauen nicht selten die verinnerlichte Frauenverachtung der Gesellschaft in subtilen Formen der Ablehnung, des Mißtrauens und der Entwertung zutage, als narzißtische Kränkung, „nur“ unter Frauen zu sein, „bloß“ bei einer Frauentagung zu sein ohne die Status und Anerkennung verleihenden Männer oder männlichen Leiter.

Und obwohl Männer in der Regel das Gespräch von Frauen untereinander abschätzig für Klatsch und triviales Gerede halten, gab und gibt es ein enormes Maß an Beunruhigung, wenn Frauen sich zusammenschließen und anfangen, miteinander zu sprechen. Das Mißtrauen von männlichen Partnern wächst parallel mit dem Engagement von Frauen für ihre Gruppen bis hin zu Versuchen, die Teilnahme der Frauen an ihrer Gruppe zu verunmöglichen oder schlicht zu verbieten.

Auch diese Reaktion von Männern in der Selbsthilfe wurde in unserer Umfrage und den Rückmeldungen von Frauen bestätigt. Aber auch in Kliniken und anderen therapeutischen Einrichtungen gibt es ähnliche *Beunruhigungen* und Irritationen, wenn dort mit Frauengruppen gearbeitet wird.

In Frauengruppen können sich Frauen selbst besser und klarer wahrnehmen und spiegeln als Männer. Frauengruppen sind solche Spiegelsräume, in denen Frauen ihr Subjekt-Sein besser erkennen und weiterentwickeln können. In Frauengruppen gibt es keine männliche Vorgabe von Weiblichkeit, also davon, wie Frauen zu sein haben, wie Frauen dies in gemischten Therapiegruppen ansonsten häufig vorfinden.

„In gemischten Gruppen sind Männer als Sender und auch als Empfänger von Botschaften mehr im Mittelpunkt, d.h. Frauen tendieren unbewußt dazu, sich auf die Männer hin zu orientieren. Sie tragen und stützen mit ihren Gesprächsbeiträgen (oder Nicht-Beiträgen) häufig die männliche Dominanz. Im allgemeinen profitieren Männer eher von gemischten Gruppen, in denen Frauen häufiger eingeschränkt sind, wogegen Frauen in Frauengruppen dann manchmal geradezu aufblühen und sich selbst in ihren kommunikativen Fähigkeiten neu entdecken. Im Vergleich gemischte Gruppen zu Frauengruppen sind Unterschiede im Kommunikationsstil, in der Thematik und in der Psychodynamik der Gruppen erkennbar“ (vgl. Brigitte Dorst: Arbeit mit Frauengruppen, 1987)

Zu: Besonderheiten von Frauengruppen /Weiblicher Kommunikationsstil

Das Klima in Frauengruppen wird als wärmer, weniger angstbesetzt, offener beschrieben. Die Bereitschaft, persönliche Erfahrungen zum jeweiligen Thema mitzuteilen und anzuhören, ist ungleich größer. Der Kommunikationsstil bei Frauen ist weitgehend kooperativ im Vergleich zum eher konkurrierenden Stil der Kommunikation unter Männern. Frauen gehen auf die anderen ein, sie beziehen sich stärker aufeinander, stellen Verbindungen her zu dem, was von Sprecherinnen vor ihnen gesagt worden ist. Das Verhalten der Frauen ändert sich, wenn sie in gemischten Gruppen reden. Hier ziehen sie sich eher zurück, während sich Männer persönlicher und entspannter zeigen.

Zu: Rivalität

Es ist aber auch eine Illusion, zu meinen, daß sich unter Frauen „sisterhood“ - Schwesterlichkeit -, quasi mühelos einstellt. Auch Schwesterlichkeit und Wir-Gefühl in Frauengruppen ist nur auf dem Wege eines manchmal mühsamen gemeinsamen Lernprozesses herstellbar und hat Voraussetzungen: z.B. auch die der Abgrenzung und Konfliktfähigkeit.

Abgrenzung, Konkurrenz unter Frauen, Differenzierung und unterschiedliche Auffassungen über Ziele und Wege sind oftmals erschwert durch das Konstrukt eines feministischen „Über-Ichs“, ein Gleichheits- und Identifikationsgebot. Auch Frauengruppen müssen sich an allen typischen gruppenspezifischen Problemen der Gruppenbildung und Gruppenentwicklung abarbeiten.

Zu: Unterschiede in den Gruppen-Themen

Einen auffälligen Unterschied zwischen gemischten Gruppen und Frauengruppen betrifft das von Frauen angesprochene Themenspektrum. Im Schutz von Frauengruppen sprechen Frauen öfter über Erfahrungen von sexuellem Mißbrauch und Gewalt. Sie sprechen über Erfahrungen mit ungewollten oder ersehnten Schwangerschaften, ihre Angst vor den Wechseljahren, über Ereignisse im Lebens- und Familienzyklus, über Körperveränderungen, Krebserkrankungen und Brustoperationen, über Sterben und Tod.

In gemischten Gruppen scheint die Themenauswahl auch stärker mitbestimmt von gesellschaftlichen Tabuisierungen bzw. vom Bemühen der Frauen, sich in ein männliches Weltbild zu vermitteln, männliche Gruppenmitglieder und Leiter „zu schonen“. Heterosexuelle Attraktivität erhält hingegen eine überproportionale Bedeutung.

Insgesamt entfalten Frauen in Frauengruppen ein größeres Spektrum ihrer Lebenserfahrungen und Sichtweisen von Wirklichkeit. Sie ermöglichen sich damit wechselseitig, eine größere Bandbreite weiblichen Menschseins zu erforschen.

Allerdings ist die Mitgliedschaft in einer Frauengruppe oftmals verknüpft mit einem Übermaß an Erwartungen. Die Gruppe soll den Frauen nun vieles entgegenbringen: Hilfe, Verständnis, Nähe, emotionale Wärme, Rückhalt. Die Gruppe ist die große Freundin. Die Folge ist: Die Frauen überfordern sich selbst

und andere in ihren Ansprüchen. Auffällig ist in manchen Frauengruppen auch der hohe Anteil an Negativ-Identifikation, der gefordert wird: gemeinsame Schwäche, gemeinsame Ängste, gemeinsames Kaputtsein, gemeinsame Unterdrückung, gemeinsame Feindbilder. Dies wird häufig depressiv oder masochistisch verarbeitet.

Manche Frauengruppen - so scheint es - leiden bisweilen lustvoll und kollektiv am Cinderella-Komplex (der weiblichen Variante narzißtischer Störungen, dem Gegenstück zum eher männlichen „Gotteskomplex“ (Richter, 1979)

Die Erkenntnis, daß Solidarität, Zusammengehörigkeitsgefühl und Schwesterlichkeit nicht wie von selbst auf Grund gleicher Betroffenheit entstehen, ist zuweilen frustrierend und schmerzhaft und führt zum Rückzug ins Schweigen (oder zum Austritt, Wegbleiben).

Literaturangaben

Dorst, Brigitte:

Analytische Arbeit mit geschlechtshomogenen Gruppen: Arbeit mit Frauengruppen. In: Gruppenpsychother. Gruppendynamik 26. Vandenhoeck & Ruprecht 1990

Dorst, Brigitte:

Neuanfänge im Leben von Frauen - Zur Bedeutung von Selbsterfahrungsgruppen für Frauen in der Mitte ihres Lebens. In: Olbricht, I. u. Baumgardt, U. (Hrsg.): Immer wieder neu beginnen. München 1987

Gilligan, C.: Die andere Stimme. Lebenskonflikte und Moral der Frau. Piper, München 1984

Monika Rennert; Die Angehörigen von „legal“ Süchtigen: Referat anläßl. einer Fachtagung der Hess. Landesstelle am 5.10.94

Trömel-Plötz, S.: Gewalt durch Sprache. Fischer, Frankfurt 1984

Wir können feststellen, daß wir das richtige Projekt zum richtigen Zeitpunkt durchgeführt haben. Frauenarbeit wird auf allen Ebenen bei den Freundeskreisen und auch in den anderen Abstinenz- und Selbsthilfeverbänden diskutiert. Es kommt zu einem Erfahrungsaustausch untereinander und Maßnahmen für Frauen in der Selbsthilfe werden verstärkt angeboten.

5. Zusammenfassung

Auf Landesebene haben sich zahlreiche Aktivitäten im Bereich „Frauenarbeit in der Selbsthilfe“ entwickelt. Dies reicht von zahlreichen Seminarangeboten für Frauen über die Durchführung von Frauentreffen bis zur Erstellung von Informationsblättern für Frauen und Berichten in den Freundeskreis-internen Publikationen.

Frauen werden aktiver; inzwischen gibt es fünf Frauenbeauftragte/-sprecherinnen (in Baden, Niedersachsen, Schleswig-Holstein, Westfalen und Würtemberg). Die Frauenbeauftragten werden zu Referaten in Arbeitskreisen, Veranstaltungen der Selbsthilfe etc. eingeladen und nehmen das mit viel Erfolg wahr. Ebenso erstellen sie schriftliche Beiträge für Zeitschriften z.B. der Diakonie und der Suchtkrankenhilfe und unterstützen sich gegenseitig in ihrer Aufgabe.

- Die Frauenbeauftragte aus Niedersachsen konnte für ein Eingangsreferat zur Sucht-Selbsthilfe-Konferenz 1996 in Coburg gewonnen werden.

- Mit der für Frauenfragen zuständigen Vertreterin aus Schleswig-Holstein, die im Fachausschuß Frauen der DHS für die BAG der Freundeskreise mitarbeitet, besteht regelmäßiger Austausch. In dem Fachausschuß ist das Thema "sexuelle Belästigung in der Selbsthilfe", das eng mit dem Frauenthema im Zusammenhang steht, "angedacht" worden.

- Im Februar fand im Rheinland eine Fachtagung "Frauen in der Sucht-Selbsthilfe" statt, unter Leitung einer Referentin der BAG.

- Im März wurde Kontakt zum Förderkreis "Frauen helfen Frauen" in Darmstadt aufgenommen, der auf Initiative des ehemaligen Leiters der Fachklinik Haus Burgwald ins Leben gerufen wurde.

- Teilnahme an dem zweimal im Jahr stattfindenden Frauentreffen in Schleswig-Holstein, die inzwischen auf bis zu 100 Teilnehmerinnen angewachsen sind. Hier ging es um die Themen: Vertrauen - Selbstvertrauen, Konkurrenz unter Frauen, Altes loslassen - Neues zulassen.

- Auf der Delegiertenversammlung der BAG wurde ausführlich über die bis dahin festgehaltenen Ergebnisse des Projektes berichtet. Gerade die Ausführungen, daß Männer Frauenarbeit zu behindern versuchen und Frauen sich nicht trauen, selber aktiv zu werden, da sie Probleme "daheim" und "in der Gruppe" befürchten, löste Betroffenheit aus. Einige Männer berichteten von ihren guten Erfahrungen, die sie machten, als ihre Frau sich engagierte und dies ein Gewinn für Familie und die Partnerbeziehung war. Die Landesarbeitsgemeinschaften forderten eine gesonderte Auswertung der Umfrage in ihren LAG, damit sie auf dieser Grundlage die Situation bewerten und entsprechende Initiativen ergreifen können.

Der Widerstand der Männer - in den Gruppen und Vorständen - ist erheblich geringer geworden bis gar nicht mehr vorhanden. Die Notwendigkeit von zusätzlichen Angeboten für Frauen ist weitgehend akzeptiert; sie werden als Gewinn für die Selbsthilfe gesehen und gefördert.

Die Probleme Angehöriger sind in den Gruppen deutlicher geworden und vor allen Dingen wird erkannt, daß mehr Angebote für Angehörige gemacht werden müssen in dem Sinne, daß Angehörige frühzeitiger angesprochen werden, damit der Suchtkranke über sie eher erreicht werden kann.

So muß es in der Sucht-Selbsthilfe Angebote geben, die sich im Sinne von „Angehörigen helfen Angehörigen“ direkt an Angehörige in der Öffentlichkeit wenden, die diese aufklären und informieren, z.B. darüber, was Sucht ist, wie sie behandelbar ist und wie sie selber sich dem suchtkranken Ehemann/Partner gegenüber verhalten sollten, damit ein früherer Ausstieg aus der Sucht möglich wird. Notwendig wäre hier aber die Unterstützung bei der Erarbeitung eines Konzeptes „Information von Angehörigen von Suchtkranken“.

Betroffenen Frauen, die im Verhältnis zu der Anzahl tatsächlich suchtkranker Frauen in der fachlichen Behandlung, in der Selbsthilfe unterrepräsentiert sind, soll der Zugang zur Selbsthilfe durch das Angebot von zusätzlichen Frauengruppen erleichtert werden. Da zudem die Rückfallhäufigkeit in den ersten 1 1/2 Jahren bei Frauen wesentlich höher ist als bei Männern (Körkel) und sie insbesondere auf „Frauen-Räume“ für sich angewiesen sind.

Dies wurde auch bei einer Tagung der Hess.Landesstelle von hauptamtlichen Mitarbeiterinnen aus Beratungsstellen und Fachkliniken bestätigt.

Frauen sind erst einmal gegen Frauengruppen, wenn sie dann aber die Arbeit in den Frauengruppen kennengelernt haben und vertraut damit sind, sehen sie dies positiv und wollen auch in der Selbsthilfe Frauengruppen aufsuchen. Dies aber - so wurde beklagt - ist nur schwer möglich, da es keine Anschriften von Frauengruppen bundesweit gibt.

Unser Anliegen war deshalb, ein Adressenverzeichnis von Frauengruppen - vorerst für den Bereich der Freundeskreise zu erstellen, das an Fachkliniken und Beratungsstellen gegeben werden kann.

Einen Großteil der weiblichen Gruppenteilnehmerinnen stellen die angehörigen Frauen von Suchtkranken. Es ist bekannt, daß ca. 90 % der Frauen ihre abhängigen Männer während der Suchterkrankung und -behandlung begleiten, während dies nur ca. 10 % der mitbetroffenen Männer tun.

Auch sind es die angehörigen Frauen, die oftmals als erste den Kontakt zur Selbsthilfegruppe suchen.

Aus den Erkenntnissen des Projektes sind nachfolgende Forderungen - an die Selbsthilfe - aber auch an die Partner des „Behandlungsverbundes“ zu nennen:

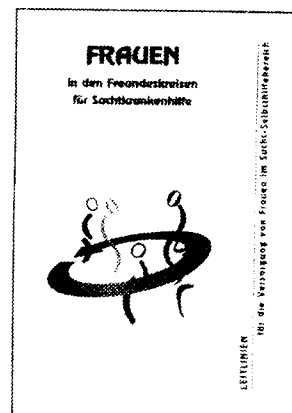
- Frauenspezifische Angebote - für suchtmittelabhängige, aber auch für angehörige Frauen von Suchtkranken - müssen in der fachliche Behandlung und in der Selbsthilfe selbstverständlich werden.
- Um frauenspezifische Ansätze zu etablieren, müssen diese öffentlich vertreten werden; dieses muß durch die Selbsthilfeverbände, aber auch durch die Fachkliniken und die Beratungsstellen geschehen.
- Frauenspezifische Arbeit - auch mit Angehörigen - muß deshalb grundsätzlich in die Konzeptionen von Einrichtungen der Suchtkrankenhilfe aufgenommen werden. Frauen müssen in der Therapie lernen und erfahren, sich wichtig zu nehmen, dann werden sie sich auch in der Selbsthilfe Freiräume nehmen können bzw. sich diese schaffen.

Weiter gilt:

- Es muß einen abgesicherten Finanzierungsrahmen geben für Therapien mit Angehörigen. Es ist zu befürchten, daß bei zukünftig noch knapper werdenden Mitteln eher eine Entscheidung gegen die - bereits spärliche - Arbeit mit Angehörigen getroffen wird. Und es darf auch nicht sein, daß Angehörigen-/Frauenarbeit abhängig ist von der personellen Besetzung einer Beratungsstelle und/oder dem persönlichen Engagement der Mitarbeiterinnen. Gerade für die Beratungsstellen sollte Frauenarbeit ein Anliegen sein, denn wie eine neuere Untersuchung der LVA Württemberg zeigt, liegt der Frauenanteil am ambulanten Klientel bei rund 40 %, während er bei stationären Therapien durchschnittlich 20 % beträgt.
- Selbsthilfegruppen können eine unentbehrliche Unterstützungsarbeit leisten. Notwendig ist dabei ein Austausch zwischen dem professionellen Angebot einer Beratungsstelle und den Frauengruppen einer Selbsthilfegruppe.
- Beratungsstellenmitarbeiterinnen können Leiterinnen von Frauengruppen unterstützen, z.B. durch Supervision oder das Angebot von Seminaren.
- Allgemein muß es noch mehr Öffentlichkeitsarbeit über die Probleme angehöriger und betroffener Frauen geben. Das bedeutet auch, daß angehörige und betroffene Frauen direkt - z.B. durch Faltblätter - angesprochen werden und daß es für sie spezielle Angebote gibt.
- Es fehlen immer noch Untersuchungen zur Frage, wie es den angehörigen Frauen geht und ob sie spezifische Unterstützung benötigen. D.h. zu frauenspezifischer Arbeit muß mehr geforscht werden und eine Verbindung zwischen Forschung und Praxis hergestellt werden, um die frauenspezifische Angehörigenarbeit und Suchtarbeit weiter zu entwickeln.

6. Materialien zur Frauenarbeit

- Leitlinien
- Adressenverzeichnis
- Faltblatt



Die Broschüre „Leitlinien“ kostet bei Abnahme ab zehn Stück 0,20 DM.

Das bundesweite Adressenverzeichnis „Frauengruppen in den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe“ und das Faltblatt „Frauen in den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe“ werden kostenlos abgegeben, allerdings bitten wir um Erstattung der Portokosten bei Anfrage größerer Mengen.

Bezug: BAG-Geschäftsstelle, Kurt-Schumacher-Str. 2, 34117 Kassel.



Anhang: Fragebogen

Einen ganz herzlichen Dank sagen wir den ehrenamtlichen Mitarbeitern der BAG der Freundeskreise, die das Projekt unterstützt haben, insbesondere aber Ilse Auerbach (FK Burg), Ilse Bräuer-Wegwerth (LAG Schleswig-Holstein), Elfriede Fendt (LAG Hamburg), Gisela Heinzmann (Vostand BAG-FK), Helga Losch (LAG Niedersachsen), Sigrid Löwig (LAG Saarland), Elke Schweichler (LAG Hamburg) durch deren Mitarbeit wir das Projekt in dieser Form durchführen konnten.

FRAGEBOGEN

zur Situation der Frauen in den Freundeskreisen

HINWEIS:

Bitte Zutreffendes eindeutig **u n t e r s t r e i c h e n** bzw. ausfüllen !!

1. Angaben zur Person:

Alter:

Lebenssituation:

verheiratet / in Partnerschaft / alleinlebend / alleinlebend
(mit einem Partner/ mit Kind(ern)
einer Partnerin)

Berufssituation:

berufstätig / nicht-berufstätig / arbeitslos / in Ausbildung / Umschulung

2. Sind Sie selbst - Betroffene / Angehörige ?

3. Sind Sie Mitglied im Freundeskreis? ja / nein

Wenn ja:

In welchem?

Seit wann?

Sind Sie Mitglied in der Landesarbeits-
gemeinschaft (LAG)? ja / nein

Wenn ja:

In welcher?

4. Wie bzw. über wen sind Sie in den Freundeskreis gekommen?

Eigeninitiative / Beratungsstelle/Fachkrankenhaus / über Ehemann/Partner

über Bekannte / Sonstiges

5. Gibt es etwas, was Sie in Ihrem Freundeskreis stört? Was Sie geändert haben möchten?

.....

.....

6. Fühlen Sie sich als F r a u in Ihrem Freundeskreis ernstgenommen?

ja / nein

7. Gibt es Themen, die Sie beschäftigen, die Sie dort aber nicht ansprechen würden?

z.B. das Thema Co-Abhängigkeit

Rollen- und Identitätskonflikte

Ehe und Partnerschaft

Sexualität

Körper / Gesundheit

Psychosomatische Beschwerden als Folge der Sucht

Frau-Sein und Älterwerden

Sonstiges

.....

8. Gibt es z.Zt. in Ihrem Freundeskreis eine Frauengruppe als festes und regelmäßiges Angebot?

ja / nein

Wenn ja:

Besuchen Sie diese Frauengruppe?

ja / nein

Wenn nein:

Warum nicht?

Kein Interesse

Keine Zeit

- wegen familiärer Situation

- beruflicher Situation

noch zu 8:

Kein Bedarf

- bin so zufrieden
- fühle mich in der gemischten Gruppe wohler als in reinen Frauengruppen

Sonstiges

9. Wenn es eine Frauengruppe gibt, gibt es eine Leiterin / Gruppensprecherin?
ja / nein

10. Handelt es sich bei der Frauengruppe um eine
 Gesprächsgruppe / Bastel-/Handarbeitsgruppe / Sportgruppe
 Sonstiges

11. Seit wann besteht die Frauengruppe?

12. Wie oft treffen Sie sich in der Frauengruppe?
wöchentlich / alle 14 Tage / einmal im Monat / Sonstiges

13. Wie setzt sich die Frauengruppe zusammen?

☐ nur angehörige Frauen

☐ nur betroffene Frauen

☐ angehörige und betroffene Frauen

☐ angehörige, betroffene und interessierte Frauen

14. Sehen Sie persönlich ein Problem, wenn betroffene und angehörige Frauen in der Frauengruppe zusammenarbeiten?

ja Welches?

nein

15. Nehmen Sie an einer Frauengruppe außerhalb Ihres Freundeskreises teil?

ja / nein

Zu welcher Thematik?

Das war's!

Gerne können Sie uns nachfolgend noch Anregungen, bzw. Ergänzungen mitteilen:

Wir bedanken uns bei Ihnen ganz herzlich für die Bereitschaft, den Fragenbogen auszufüllen. Bitte senden Sie ihn - evtl. auch gemeinsam mit den Fragebogen von anderen Frauen aus Ihrer Gruppe - zurück an:

BUNDESARBEITSGEMEINSCHAFT
DER FREUNDKREISE FÜR SUCHTKRANKENHILFE
KURT-SCHUMACHER-STR. 2

34117 K A S S E L

Über die Ergebnisse der Auswertung werden wir Sie informieren über die BAG-Nachrichten bzw. Ihren GruppenleiterIn der Freundeskreisgruppe.