

## **Junger Kreuzbund**

Konzeption (Stand 2013)

### **1 Zur Situation**

Nach einer Erhebung zum Gebrauch psychoaktiver Substanzen bei Erwachsenen in Deutschland sind 28 % der Alkoholabhängigen, 88 % der Abhängigen illegaler Drogen und 6 % der Medikamentenabhängigen unter 30 Jahre alt. (vgl. Kraus, Augstein 2001, S. 39 ff). Mit den vorliegenden konzeptionellen Überlegungen soll jedoch nicht nur, wie der Name „Junger Kreuzbund“ nahe legt, die jüngere Generation suchtmittelabhängiger oder –gefährdeter Menschen angesprochen werden. Mehrfachabhängige drogenabhängige Menschen, die bereits „in die Jahre“ gekommen sind, fühlen sich in der Regel „jüngeren“ experimentierfreudigen Lebenswelten zugehörig, haben ein anderes Lebensgefühl und pflegen häufig weniger „gesetzelte“ Lebensstile, wie sie gemeinhin in der Sucht-Selbsthilfe angetroffen werden. Auch sie werden durch diesen Arbeitsbereich angesprochen.

### **2 Aufgabenstellung und Zielsetzung**

Sucht-Selbsthilfe ist für jüngere wie für ältere Menschen eine wertvolle Möglichkeit, eine Suchtmittelabhängigkeit abzuwenden oder zu bewältigen. Die wichtigsten Ziele gelten generationsübergreifend: Es geht darum, sich zu stabilisieren, die Abstinenz zu festigen, eine Zukunftsperspektive zu entwickeln und einen Raum für Begegnung und Begleitung zu haben. Der Kreuzbund möchte auch für jüngere Menschen und Menschen mit einer Mehrfachabhängigkeit attraktiv sein und sie von der Sucht-Selbsthilfearbeit überzeugen. Dazu gehört es,

- die Zugangswege für junge Menschen und Drogenabhängige zum Kreuzbund zu erleichtern;
- Angebote für jüngere suchtkranke Menschen, z.B. in Form von zielgruppenspezifischen Gesprächsmöglichkeiten oder gezielten Projekten einzurichten;
- Experimentier- und Gestaltungsräume „unter dem Vordach“ des Kreuzbundes zu ermöglichen;
- Multiplikatorinnen und Multiplikatoren für die Inhalte und Spannungsfelder junger Sucht(selbst)hilfe zu sensibilisieren, zu schulen und sie beim Aufbau von Angeboten für junge Suchtkranke zu unterstützen.

### **3 Junge Suchtkranke – einige Besonderheiten**

Junge Suchtkranke und drogenabhängige Menschen haben anders als Menschen, die in späteren Jahren eine Abhängigkeitserkrankung entwickeln, in der Regel im Alter von 12 – 25 Jahren mit dem Suchtmittelkonsum begonnen. Fragt man junge Menschen im Alter von 12 – 25 Jahren nach Trinkmotiven und Gründen für den

illegalen Drogenkonsum, stehen soziale Motive im Vordergrund. Suchtmittel erleichtern die Kontaktaufnahme zu Gleichaltrigen und helfen die Stimmung zu regulieren in einem Lebensalter, in dem wichtige Entwicklungsaufgaben im Vordergrund stehen: Es geht um Individuation von den Eltern zugunsten des Aufbaus von Freundschaften und intimen Beziehungen, Ausbildungs- und Lebensplanung und Entwicklung eines eigenen Wertesystems u.a... (vgl. Bühler, S. 11)

Menschen, die in diesem Alter über das übliche Experimentierverhalten hinaus eine Abhängigkeitserkrankung entwickeln, haben diese Entwicklungsaufgaben in der Regel nur unzureichend bewältigt. Die Folgen sind nicht selten fehlende Ausbildungs- und Berufsabschlüsse, weniger altersentsprechende persönliche, soziale und berufliche Erfahrungen und Ressourcen, auf die sie zurückgreifen können, um ein suchtmittelfreies und selbstbestimmtes Leben zu führen(vgl. Kleinschmidt S. 230). Anders als die, die erst im erwachsenen Alter eine Abhängigkeitserkrankung entwickelt haben, müssen (sollten und dürfen) jüngere Suchtkranke, die sich in therapeutische Behandlung begeben bzw. eine Sucht-Selbsthilfegruppe aufsuchen möchten, neben der Bewältigung ihrer Erkrankung etliche dieser Entwicklungsaufgaben nachholen. Diese Zeit der Nachreifung reicht manchmal bis in das 3. Lebensjahrzehnt hinein.

Die Bedürfnislage junger Menschen in der Sucht-Selbsthilfe gestaltet sich daher anders: Sie sind experimentierfreudiger, wünschen sich altersgleiche Kontakte und sind entsprechend der noch nicht gefestigten Lebenssituation in ihren Wünschen und Zielen eher suchend ausgerichtet. Die traditionelle Sucht-Selbsthilfe unterscheidet sich hier oftmals von den Bedürfnissen jüngerer Selbsthilfe-Teilnehmender/innen:

	<b>Traditionelle Selbsthilfe</b>	<b>Junge Selbsthilfe</b>
<b>Lebenssituation</b>	<b>gefestigt</b>	<b>altersgemäße Suche nach Entwicklung</b>
<b>Gruppenzugehörigkeit</b>	<b>dauerhaft</b>	<b>wechselnd</b>
<b>Suchtformen</b>	<b>Alkohol</b>	<b>Mehrfachabhängigkeiten</b>
<b>Ziel</b>	<b>Abstinenz</b>	<b>Stabilisierung; Bewältigung der Lebenssituation</b>
<b>Gruppenarbeit</b>	<b>Gespräch</b>	<b>Erlebnis- / handlungsorientiert</b>
<b>Praxisbegleitung</b>	<b>möglich</b>	<b>nötig</b>
<b>Verbandsarbeit</b>	<b>wichtig</b>	<b>unwichtig</b>
<b>Schulung/ Fortbildung</b>	<b>gesichert</b>	<b>nötig, wenig vorhanden</b>

(Vgl. Breuer, Hägerbäumer, u.a, 2006, S. 49)

## **4 Die Bedürfnislage der jungen Suchtkranken in der Selbsthilfe**

### **4.1 Autonomie und Begleitung**

Die traditionelle Verbandsarbeit des Kreuzbundes mit ihren verbindlichen Strukturen und dem höheren Altersdurchschnitt wirken mitunter wenig einladend auf die oft noch weniger gefestigten jüngeren Suchtkranken. Obwohl junge Leute noch nicht so viel Erfahrung mit Selbsthilfegruppen haben, sollten sie ihre eigenen Arbeitsformen

finden und definieren dürfen. Gleichwohl benötigen und wünschen sich die Jungen dabei in der Regel eine (punktuelle) Begleitung (Vgl. Kleinschmidt, S. 234 ff)

Der Kreuzbund könnte seine Attraktivität für jüngere Menschen erhöhen, indem er sie bei der Entwicklung und Gestaltung ihres Selbsthilfebedarfs und -engagements strukturell und, wo nötig oder gewünscht, inhaltlich begleitet, unter Berücksichtigung ihrer Unterschiedlichkeit und ihrer Wünsche nach Autonomie. Mögliche Unterstützungsangebote:

- unbürokratische Bereitstellung von Räumlichkeiten, Büroaufwendungen, ggf. Beratung bei der Beantragung von Fördergeldern, wo nötig und erwünscht
- flexible Begleitung der Jüngeren durch ältere „Mentoren“ aus dem Kreuzbund, z.B. durch gezielte Teilnahme des Mentors auf Einladung der jüngeren Selbsthilfemitglieder in die Gruppensitzungen, durch beratende Gespräche mit der Gruppenleitung, u.a.

## **4.2 Gespräch und Events**

Junge suchtkranke Menschen leben nicht zuletzt auch aufgrund der in der Regel vorliegenden Mehrfachabhängigkeit in einer durch Illegalität geprägten Subkultur, die die Werte und das soziale Umfeld des Erkrankten prägen. Die Loslösung aus diesem Umfeld fällt ihnen auch nach der überstandenen Akutabhängigkeit nicht immer leicht.

Altersgemischte Gesprächsgruppen bieten die Möglichkeit der Nachreifung am Modell der Älteren für die jüngeren Gruppenmitglieder und der Auseinandersetzung mit jüngeren Lebenswelten für die älteren Gruppenmitglieder. Auch hinsichtlich der beruflichen Orientierung und Integration können die Jüngeren von den beruflich schon „gesetzteren“ Älteren profitieren.

In altersgleichen Gesprächsgruppen können sich die Jüngeren gegenseitig zu konkreten Fragen zum Aufbau eines drogenfreien Freundeskreises, zur Partnerschaft/Sexualität, zum Wohnen und zur beruflich-schulischen Orientierung sowie zu allgemein altersentsprechenden Wünschen und zukünftigen Zielen unterstützen.

Der Wunsch nach „Kicks“ und Grenzerfahrungen im Kontakt mit Gleichaltrigen hat mit der Suche nach Identität und Lebensfreude gleichermaßen zu tun.

Der Kreuzbund könnte neben der Vielfalt an Gesprächsangeboten gezielt z.B. erlebnis- und bewegungsorientierte Events für jüngere Menschen anregen und begleiten. Dies kann z.B. in Vernetzung mit Anbietern aus der Erwachsenenbildung (Sportvereine, VHS, erlebnisorientierte „junge“ Projekte) aber auch gemeinsam mit „freien“ Selbsthilfegruppen geschehen, so dass ein gegenseitiges Kennenlernen und Profitieren gegeben ist und Integrationsschritte in gesellschaftliches Leben erleichtert werden.

## **4.3 Junge Menschen in virtuellen Netzwerken**

Die Kommunikations- und Arbeitsformen jüngerer Generationen haben sich verändert. Jüngere Menschen, die ein Problem erkennen und etwas in ihrem Leben verändern wollen, suchen in der Regel zuerst im Internet nach hilfreichen Informationen und oft auch nach Kontaktmöglichkeiten, z.B. in virtuellen Netzwerken wie Facebook, u.a..

Zwar findet im Umfeld selbsthilfeunterstützender Einrichtungen ein Großteil der Gruppen von Angesicht zu Angesicht statt. Mitunter gibt es Mischformen von Face-to-Face- und virtuellen Arbeitsformen: So etwa wird die virtuelle Kommunikation zunehmend genutzt, um zwischen den Treffen im Kontakt zu bleiben. Als

Zugangsweg zur Selbsthilfe für junge Menschen ist das Internet heute jedoch nicht mehr wegzudenken. (vgl. Nakos, S. 14)

Für den Kreuzbund bedeutet dies, sich auf neue Wege in der Öffentlichkeitsarbeit einzulassen. Dazu gehört z.B., die Webseiten für junge Menschen entsprechend ihrer Lebenswelten zu gestalten und gemeinsam mit ihnen die Möglichkeiten und Grenzen der virtuellen Problembearbeitung kennen zu lernen, zu akzeptieren und zu gestalten.

#### **4.4 Prozessorientierte und variable Ziele**

Gruppen junger Suchtkranker haben vielfältige Erscheinungsbilder. Hier treffen oft Menschen mit vielfältigen und unterschiedlichen stoffgebundenen und nicht-stoffgebundenen Abhängigkeiten aufeinander. Entsprechend komplex ist die Motivationslage der Teilnehmenden. So kann es z.B. auch ein erklärtes Ziel sein, nur auf das Primärsuchtmittel zu verzichten oder Alkohol kontrolliert zu gebrauchen, um im Schutze der Gruppe entsprechende Möglichkeiten und Erfahrungen darüber auszutauschen. Die Selbsthilfe für junge Suchtkranke sollte an diesen Bedürfnissen orientiert sein und flexibel gestaltet werden. Für die Zielgruppe der jungen Suchtkranken bzw. gefährdeten Menschen stehen insbesondere folgende Ziele im Vordergrund:

- bewusster Umgang mit oder Vermeidung von Risikosituationen;
- Stabilisierung der jeweiligen Lebenssituation;
- Verhinderung von Abhängigkeitserkrankungen.

Jüngere suchtkranke oder -gefährdete Menschen beanspruchen und benötigen viel mehr Experimentiermöglichkeiten als Ältere. Dementsprechend brauchen sie die Möglichkeit in einem geschützten verbindlichen Rahmen mit Gleichaltrigen offen über persönliche Erfahrungen in Risikosituationen erzählen zu können, z.B. auch über Versuche des kontrollierten Gebrauchs von Suchtmitteln. Da wo (Grenz-)Erfahrungen besprechbar sind und Auseinandersetzung möglich ist, lernen Menschen besser, ihr Verhalten zu regulieren als in einer tabubesetzten Umgebung. Besonders für junge Menschen gilt, dass die Fähigkeit, den Alltag zufriedenstellend zu bewältigen, Freizeit zu gestalten und sich in Risikosituationen zu regulieren am besten im Miteinander mit Gleichgesinnten eingeübt werden kann. „Unter dem Vordach des Kreuzbundes“ oder im verbindlichen Miteinander und gemeinsamen Engagement ist genug Raum und Möglichkeit, Unterschiedlichkeiten und Fremdheiten anzunehmen und so zu gestalten, dass Vielfalt und dem Dach des Kreuzbundes möglich ist.

### **5 „No risk – no development!?“**

#### **Wie kann der Kreuzbund von den Jungen profitieren?**

Da, wo Frei- und Experimentierräume ermöglicht werden, eröffnen sich Spannungsfelder. Aber selbst, wenn von den jungen Menschen keine verbindliche längerfristige Zusammenarbeit mit dem Verband anvisiert wird, kann der Kreuzbund von einem offenen und gewährenden Umgang mit den jungen Menschen, die Kreuzbundnähe suchen, profitieren.

- Junge Menschen geben alleine durch ihre vermehrte Präsenz in Kreuzbundzusammenhängen wertvolle Impulse für die Weiterentwicklung.

- Die Lebenswelten von jungen Menschen wirken in die regionalen Verbände hinein und ermöglichen ein Kennenlernen „jüngerer“ Sichtweisen und Konsummuster.
- Die Selbsthilfearbeit der Jüngeren kann wegweisend für eine verstärkt suchtmittelübergreifende Arbeit im Kreuzbund werden.
- Durch kreuzbundnahe Aktivitäten lernen die Jüngeren die Vorzüge der Verbandsarbeit näher kennen. Der Kreuzbund bietet viele Möglichkeiten zur persönlichen Weiterentwicklung und für gesellschaftliches Engagement. Jüngere könnten durch gute Erfahrungen mittel- und längerfristig für die Verbandsarbeit im Kreuzbund interessiert und gewonnen werden bzw. in die konventionellen Gruppen wechseln, wenn eindeutiger und verbindlichere Ziele erwünscht sind.

Beim Kreuzbund können die unterschiedlichen Generationen voneinander profitieren: Die Jungen sollten bereit sein, sich mit den guten (Selbsthilfe-) Erfahrungen der Älteren aus der Vergangenheit und Gegenwart auseinanderzusetzen. Die älteren Verbandsmitglieder könnten mit Hilfe der Jungen lernen, die konservativ anmutenden Wertevorstellungen zu „übersetzen“, weiterzuentwickeln und sich damit seine Zukunftsfähigkeit unter Beweis stellen.

## 6 Methodische Orientierung

Als methodische Grundorientierung dient die salutogenetische<sup>1</sup> und systemische Perspektive, mit ihrem ressourcen- und lösungsorientierten gesundheitsfördernden Potenzial und Unterstützungsmöglichkeiten.

Auf den jährlich stattfindenden **Multiplikatoren-Arbeitstagen** stehen der Erfahrungs- und Informationsaustausch der Multiplikator(inn)en sowie die Bildungsarbeit für die Multiplikator(inn)en im Vordergrund. Folgende Schwerpunkte können sich dazu ergeben:

- Unterstützung in der Netzwerkarbeit;
- Schulung zur Begleitung von Gruppenprozessen (z.B. bei zeitlich befristeter Gruppenteilnahme, Begleitung von jungen altersgleichen oder altersgemischten Gruppen des Kreuzbundes);
- Austausch über oder Entwicklung von erlebnisorientierten oder sinnstiftend spirituellen Angeboten für junge Suchtkranke.

Die Arbeitsbereichsleitungen und Multiplikator(inn)en können darüber hinaus Praxisbegleitung und Schulungen, z.B. Förderung der Aktivitäten vor Ort in der Bundesgeschäftsstelle anfragen.

gez. Marianne Holthaus  
Suchtreferentin

---

<sup>1</sup> Salus = Gesundheit/Heil; genese = Entstehung; Die salutogenetische Perspektive fragt danach, was gesund macht/hält, im Unterschied zur Pathogenese, die nach der Entstehung der Erkrankung fragt (pathogen = (krankmachend)).

## **Literatur**

Breuer, Hägerbäumer, Janßen, Körtel, Schneider (Hg.): Brücken bauen. Junge Suchtkranke in der Selbsthilfe. Ein Projektbericht für die praktische Arbeit. Kassel 2006

Brühler, A.: Risikoveralten im Jugendalter. In: Rometsch, Sarrazin: No Risik – No Fun. Risikokompetenz im Jugendalter. Münster 2003

Kleinschmidt, M.: Soziale Integration – Junge Suchtkranke. In: Bürckle (Hg.): Nachsorge in der Suchthilfe. Freiburg 2004

Koller, G.: Förderung der Rausch- und Risikokompetenz Jugendlicher – Aber wie? In: Rometsch, Sarrazin: No Risik – No Fun. Risikokompetenz im Jugendalter. Münster 2003

Kraus, L. / Augstein, R.: Repräsentativerhebung zum Gebrauch psychoaktiver Substanzen bei Erwachsenen in Deutschland, in: Sucht. Zeitschrift für Wissenschaft und Praxis 47 (2001), Sonderheft 1, S. 39ff.

NAKOS (Hg.): Konzepte und Praxis 4. Junge Menschen ansprechen und motivieren. Anregungen für die Selbsthilfeunterstützungsarbeit. Berlin 2009.