



Verein zur Hilfe suchtmittelabhängiger Frauen e.V. Jahresbericht 2012

## **Inhalt**

36

38

40

41

Yoga im LAGAYA

Mitarbeiterinnen

Danke!

1	Vorwort			
2	Jahresrückblick 2012			
4	Unsere Angebote / Lagaya e.V.			
	Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA			
6	Statistik 2012			
10	Unsere Gruppenangebote 2013			
14	Chronisch mehrfach beeinträchtigte abhängigkeitskranke Frauen			
16	»Ich erfreue mich jeden Tag ein bißchen mehr an meinem Leben«			
19	Klientinnenbefragung 2012			
20	»Dasein für andere bis zum Ausbrennen - Burnout bei Frauen«			
	MARA			
	Betreutes Wohnen für drogenabhängige und substituierte Frauen			
22	Statistik 2012			
24	Erfahrungen mit der Substitutionsbehandlung			
26	Suchtabhängig, psychisch krank & wohnungslos - Ein Mensch zweiter Klasse?			
	Joentabhangig, psychisen kranka womongsios Em mensen zweiter klasse.			
	Mädchen.Sucht.Auswege			
00	Flexible Suchtberatung und Prävention für Mädchen			
28	Mädchenarbeit 2012			
30	Mädchen im Web 2.0			
32	Workshops und Suchtprävention			
33	Kreative und spielerische Methoden in der Präventionsarbeit			
	mit Mädchen: Workshop »Gefühlshunger«			
	LAGAYA e.V.			

**Redaktion:** Ulrike Ohnmeiß / Anja Schubert / Viktoria Kudec Grafische Gestaltung: Christina Voigt / www.christinavoigt.com

Druck: UWS Papier & Druck GmbH, Stuttgart

LAGAYA on tour / Betriebsausflug 2012

**Spendenkonto:** BW-Bank, Kto 119 04 76, BLZ 600 501 01

Stuttgart, 2013, LAGAYA - Verein zur Hilfe suchtmittelabhängiger Frauen e.V.

LAGAYA e.V.



von RUTH SCHIRMEISTER Vorstand

## Vorwort

Entspanne dich. Du kannst alles erreichen. Nur nicht alles auf einmal.

(Kathleen Brown, amerikanische Politikerin)

#### Liebe FreundInnen, FörderInnen und Mitarbeiterinnen von LAGAYA,

die Aufgaben des Vereins LAGAYA bestanden im Jahr 2012 in der Realisierung neuer Ideen und Perspektiven. Nach den Turbulenzen des Vorjahres und manch bitterer Erfahrung freuten wir uns, die neu vor uns liegenden Themen mit frisch erwachsener Kraft anzupacken.

So begann das Jahr mit Hoffnung und neuem Schwung. Ob uns das Glück gebracht hat, können Sie an den Ergebnissen sehen, die die Mitarbeiterinnen aller drei Einrichtungen von LAGAYA in diesem Jahresbericht präsentieren.

Fest steht, dass wir Ihnen Erreichtes in Form von neuen Projekten, Zuwächsen und neuen Ideen vorstellen können – das beflügelt uns und gibt uns Hoffnung, auch in Zukunft organisch weiter zu wachsen und uns weiter zu entwickeln, um Mädchen und Frauen mit Suchtproblemen hilfreich begleiten zu können.

Deshalb an dieser Stelle mein herzlichster Dank an alle, die sich für unsere so wichtige Arbeit einsetzen: alle Institutionen und Privatpersonen, die uns fördern und durch Spenden unterstützen, alle Mitarbeiterinnen haupt- und ehrenamtlich, die tagtäglich zur Verwirklichung unserer Ziele beitragen und, nicht zuletzt, an alle Klientinnen, die uns ihr Vertrauen und ihre Offenheit schenken.

So wächst gemeinsam Hoffnung – Hoffnung, ein Leben ohne Sucht und ihre quälenden Folgen erreichen zu können.

Dass wir jetzt, im Mai 2013, für den Standort unseres Vereines ein lange angestrebtes Ziel erreichen, ist eine andere Geschichte...

Herzliche Grüße im Namen des Vorstandes

Ruth Schirmeister (19)



## Jahresrückblick 2012



von ULRIKE OHNMEIß Geschäftsführerin

Für uns bei LAGAYA begann das Jahr 2012 mit zwei neuen Aufträgen: durch Entscheidungen des Gemeinderates der Stadt Stuttgart im Rahmen der Haushaltsberatungen zum Doppelhaushalt 2013/2014 bekamen wir in zwei Bereichen zusätzliche Stellenanteile und somit neue Aufgaben: zum einen in der Frauen-Sucht-Beratungsstelle einen Stellenanteil von 0,25 zur besseren und intensiveren Betreuung von chronisch mehrfach beeinträchtigten abhängigkeitskranken Frauen (CmbA) und zum

anderen bei der Jugendhilfeeinrichtung Mädchen. Sucht. Auswege, flexible Beratung und Prävention, einen weitere halbe Stelle zur Ausweitung der Präventions- und Beratungsarbeit und des Teams.

Diese Erhöhungen der jeweiligen Personalkapazität in den beiden Einrichtungen hat uns sehr gefreut und bedeutete zu Jahresbeginn eine große, aber überaus positive Herausforderung für die Umsetzung.

In der Frauen-Sucht-Beratungsstelle beschäftigte uns im vergangenen Jahr neben dieser Anerkennung für die besonderen Bedarfe chronisch mehrfach beeinträchtigter suchtkranker Frauen die Frage, wie eine verbesserte Betreuung dieser Zielgruppe aussehen kann und soll. Gleichzeitig steht die intensive Auseinandersetzung mit Qualität, Qualitätsmanagement und Qualitätsentwicklung für uns derzeit im Vordergrund. Am Ende wird zuletzt die Zertifizierung stehen, die 2013 stattfinden wird. Zum Thema Qualität hat sich der Stuttgarter Suchthilfeverbund gemeinsam auf den Weg gemacht, die genaue Beschreibung der spezifischen Gegebenheiten erfordert jedoch von jeder Einrichtung sorgfältige und aufmerksame zielgerichtete Arbeit. Ein langer Weg bis zum vollständigen Qualitätshandbuch – aber auch hier machen wir die Erfahrung, dass der Gewinn bereits im Tun liegt. Wenn man gezwungen ist die Arbeitsschritte, die schon fast selbstverständlich sind, genau aufzuschreiben, bedeutet dies stets einen Zugewinn an Klarheit, Reflexion, Vereinheitlichung und - im wörtlichen Sinn - Selbst-Bewusstsein. Dieser Gewinn ist die Entschädigung für die Mühe, zumindest meistens...

Passend zu den Bemühungen, unsere Qualität in Worte zu fassen und zu definieren, wurde letztes Jahr wieder vom Suchthilfeverbund die alle zwei Jahre stattfindende KlientInnenbefragung durchgeführt. Lesen Sie die Rückmeldungen unserer Nutzerinnen auf Seite 19. In den Ergebnissen liegen Ansporn und Potenzial für uns.

Sehr schnell rückte jedoch im Verlauf des vergangenen Jahres ein weiteres Thema in den Vordergrund: die Suche nach neuen Räumen. Nicht zuletzt durch die Stellenerhöhungen wurde deutlich, dass wir am Standort Hohenstaufenstraße an unsere Grenzen gekommen waren. Kreative Mehrfachnutzung der vorhandenen Räume war zwar die Lösung, um alle Angebote und Mitarbeiterinnen im wahrsten Sinne "unterzubringen", sie verlangte aber vielen Kolleginnen eine Menge Einschränkungen, Flexibilität und Geduld ab. Mobile Arbeitsplätze klingt toll, zuletzt schränkt es aber die Arbeit für die Klientinnen ein. Spätestens damit war die Suche nach einem neuen Standort vordringlich geworden. Wichtig war uns auch, bei neuen Räumen wirklich Barrierefreiheit realisieren zu können.

Die Suche war nicht einfach. Das Thema "Sucht" schreckt viele ab, Barrierefreiheit war oft nicht herstellbar. Umso mehr freuten wir uns, dass zum Jahresende 2012 ein Objekt in greifbare Nähe gerückt war und inzwischen der Umzug feststeht

Damit wird im Sommer 2013 eine lange und gute Zeit in der Hohenstaufenstraße zu Ende gehen. Mit den andern Hausbewohnern in den beiden Häusern Hohenstaufenstraße 17b und 19 sowie mit unsern Vermietern verbinden uns viele positive Erfahrungen, viel Unterstützung und gegenseitige Hilfe. Dafür sind wir sehr dankbar.

Im Betreuten Wohnen MARA für drogenabhängige und substituierte Frauen konnten wir im vergangenen Jahr das neu entwickelte Angebot MARA Individual - (Krisen-)Betreuung im eigenen Wohnraum – sehr gut umsetzen. Im Juli zeigte sich bei der Auswertung des ersten Jahres, dass der Bedarf eine Aufstockung der Plätze erforderte, da nicht alle Frauen das Betreuungsziel einer wieder gefundenen Stabilität innerhalb eines Jahres erreichen können. Hier ist die Nachfrage weiterhin hoch. Auch in den Wohngemeinschaften hatten wir im letzten Jahr eine sehr hohe Belegung und Nachfragen auch von Frauen, die mit einer ambulanten Betreuung zeitweise an die Grenze der Überforderung kamen. Die Engpässe in allen Einrichtungen der Wohnungsnotfallhilfe in Stuttgart sowie die Schwierigkeit für unsere Klientinnen, nach einer Zeit der Betreuung wieder eigenen Wohnraum zu finden, wirkten sich auch in MARA aus. Alle freien Träger haben sich daher mit wohnungspolitischen Forderungen zu Wort gemeldet, um auf die schwierige Lage der von uns betreuten

Frauen (und Männer) aufmerksam zu machen.

In der zweiten Jahreshälfte zeigte sich eine große interne Veränderung im MARA Team: zuerst der Abschied von der Leiterin des Betreuten Wohnens, Tanja Schmid, zum Jahresende, danach in kurzer Folge auch von den beiden andern Mitarbeiterinnen, hat uns sehr bewegt. Ein großer Dank geht an die ausscheidenden Kolleginnen, die sich einen lang gehegten Reisetraum erfüllen oder sich beruflich neu orientieren wollten, verbunden mit guten Wünschen für die Zukunft - auch für die Neuen: MARA hat neue Gesichter in 2013 und ein neues Team, das mit Schwung ans Werk geht.

Bei Mädchen. Sucht. Auswege gab es ebenfalls neue Kolleginnen und neue Gesichter – ein Wechsel und die neu geschaffene halbe Stelle, die die Einstellung einer weiteren Mitarbeiterin ermöglichte. Das Team von Mädchen. Sucht. Auswege konnte viele neue Kontakte knüpfen und neben der Weiterführung und Intensivierung der bestehenden Kooperationen neue Verbindungen zu weiteren Schulen, Trägern und Einrichtungen der offenen Jugendarbeit aufbauen.

Eine besondere Zusammenarbeit konnte mit der Sozialberatung Stuttgart entwickelt werden: Mädchen. Sucht. Auswege wurde Kooperationspartner bei "Rausch ab!", einem Projekt im Rahmen der Förderung der Baden-Württemberg Stiftung von Projekten zur Prävention alkoholbedingter Jugendgewalt (PAJ). Der größere Teil der Umsetzung findet jetzt, im Jahr 2013, statt – und es zeigt sich, dass das Angebot eines Antiaggressionstrainings mit integrierter Suchtprävention hervorragend funktioniert. Vor allem Schulen fragen nach.

Zu Beginn des vergangenen Jahr stand für alle LAGAYA Mitarbeiterinnen eine Neuausrichtung und die Entwicklung neuer Perspektiven im Vordergrund. Nach der Bewältigung des Krisenjahres 2011 hieß es für uns, uns neu zusammenzufinden, zu sortieren und zu orientieren.

Die vielfältigen Herausforderungen und Aufgaben sowohl in den einzelnen Teams wie für LAGAYA als Ganzes haben es uns leichter gemacht. Es gab Veränderung, aber auch Aufbruch, neuen Kolleginnen und neuen Aufgaben prägten die zurückliegende Zeit.

2012 war auch ein erfolgreiches Jahr – viele Mädchen und Frauen schenkten uns ihr Vertrauen und nutzten unsere Angebote für sich, jede mit ihren individuellen Zielen und Bedürfnissen. Wir freuen uns, dass wir vielen Mädchen und Frauen helfen konnten.

Dies immer wieder mit neuer Kreativität und neuen Angeboten umzusetzen ist unser Ziel. Den Gruppenangeboten in der Beratungsstelle kommt dabei eine wachsende Bedeutung zu. Angeleitete (therapeutische) Gruppen und Selbsthilfegruppen wurden auf Grund der hohen Nachfrage erweitert und durch neue Angebote ergänzt. Auch die Kunsttherapie ist begehrt, sie könnte noch öfter stattfinden, wenn die Finanzierung dafür gegeben wäre.

Wenn Sie diesen Jahresbericht in Ihren Händen halten, sind wir mitten in den Vorbereitungen für den Umzug. Danach wird ein neues Kapitel LAGAYA Geschichte beginnen.

Ich danke Ihnen allen, die Sie uns und unsere Arbeit kollegial, freundschaftlich, unterstützend, fördernd und herausfordernd begleitet haben. Ziehen Sie mit uns um – und begleiten Sie uns weiterhin in der Arbeit für Mädchen und Frauen mit Suchtproblemen.

Zufriedene Klientinnen und erfolgreiche Schritte in ein Leben ohne Sucht begleiten zu können sind der Gewinn.

Wir wünschen uns weiterhin viel davon!

Ulrike Ohnmeiß

Geschäftsführerin







## **Unsere Angebote**

#### FRAUEN-SUCHT-BERATUNGSSTELLE LAGAYA

#### Offene Sprechzeit

Jeden Dienstag um 17 Uhr bieten wir eine offene »Sprechzeit« für ein erstes unverbindliches Einzelgespräch mit einer Beraterin an. Hier geht es um eine kurze Abklärung der Problematik, um Informationen über unsere Angebote, um eine Terminvereinbarung zu weiteren Gesprächen oder ggf. um die Vermittlung in andere Einrichtungen.

#### **Einzelberatung**

Die Beratung und Begleitung von Frauen und Mädchen, die sich aus ihrer Suchtmittelabhängigkeit befreien wollen, findet überwiegend in Einzelgesprächen statt. Dabei geht es um Motivation zum Ausstieg aus der Sucht, die Vermittlung in eine geeignete Therapieform, Kriseninterventionen, Förderung von Teilhabe und die Bearbeitung aller mit der Sucht verbundenen Themen.

#### Psychosoziale Begleitung bei Substitution

Für drogenabhängige Frauen, die substituiert werden, leisten wir psychosoziale Begleitung. Dies ist Teil eines notwendigen Angebots für Frauen, die diese Behandlungsform für sich gewählt haben. Die psychosoziale Begleitung erfolgt in Zusammenarbeit mit dem / der substituierenden Arzt / Ärztin. Seit 2001 bieten wir psychosoziale Begleitung auch in der Praxis Dres. Ulmer / Frietsch / Müller an.

#### **Muttersprachliche Beratung**

Wir bieten Beratung für Migrantinnen unter Berücksichtigung des kulturellen Hintergrundes an. Die Beratung kann in Russisch, Bulgarisch, Englisch und Französisch erfolgen. Erstkontakt / Tel. Beratung: Mittwochs von 16-18 Uhr

#### **Ambulante Rehabilitation und Nachsorge**

Wir sind von der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg und den Krankenkassen als Träger für Maßnahmen im Rahmen der ambulanten Rehabilitation und Nachsorge anerkannt. So können wir Frauen ambulante Therapie anbieten und über die Kostenträger abrechnen.

#### ${\bf The rapeut is che\ Gruppen angebote}$

Für Frauen, die sich näher mit ihrer Sucht- und Lebensgeschichte auseinandersetzen wollen, bieten wir thematisch unterschiedliche Gruppen an, z.B.:

- Therapeutische Gruppe für alkohol-, medikamenten- und drogenabhängige Frauen (als ambulante Rehabilitationsmaßnahme anerkannt)
- Therapeutische Gruppe für Frauen mit Essstörungen
- Körpertherapeutische Gruppen
- Therapeutische Gruppe für Frauen mit Suchtproblemen und Trauma-Erfahrungen (»Sicherheit finden«)
- Gruppe für lesbische Frauen mit einer Suchtproblematik Unsere therapeutischen Gruppenangebote werden je nach Bedarf weiter ausdifferenziert.

#### Sucht-Akupunktur

Für alle Klientinnen, die unter Stress, Schlafstörungen, innerer Unruhe und anderen unangenehmen Begleiterscheinungen einer Sucht leiden und diese Beschwerden lindern möchten, bieten wir jeden Dienstag um 16 Uhr Ohr-Akupunktur nach dem NADA\*-Protokoll an.

\* NADA: National Acupuncture Detoxification Association

#### Kunsttherapie bei LAGAYA

Kunsttherapie wird durch eine Honorarmitarbeiterin in Form eines offenen Angebots oder eines Projektes angeboten. Dies erfolgt je nach Bedarf.

## Fachberatung, Fortbildungen, Öffentlichkeitsarbeit und Prävention

Unser Informationsangebot richtet sich sowohl an interessierte Mädchen und Frauen als auch an Fachleute in der Politik, der Verwaltung, in Schulen, in Betrieben und aus dem Sucht- und Drogenbereich. Wir bieten Informationsveranstaltungen, Vorträge, Fortbildungen, Workshops und Gespräche innerhalb und außerhalb der Beratungsstelle an, dokumentieren und veröffentlichen unsere Arbeit.

#### Selbsthilfegruppen

Es ist uns wichtig, Selbsthilfegruppen anzuleiten und zu begleiten. Selbsthilfegruppen treffen sich regelmäßig in unseren Räumen. Die Kontaktaufnahme erfolgt über die Beratungsstelle.

#### Kooperation im Rahmen des Programms »Arbeit statt Drogen« mit ZORA

#### OnlineSuchtBeratung für Mädchen und Frauen

Über www.fe-mail.de besteht die Möglichkeit einer Online-Beratung in Form von E-Mail-Beratung und einmal wöchentlich stattfindenden Gruppenchats. Einzelchats sind auf Anfrage möglich.

E-mail: beratung@lagaya.de Kontaktformular auf www.fe-mail.de

#### Kontakt Beratungsstelle:

Telefonisch Dienstag und Donnerstag 11-13 und 15-17 Uhr Mittwoch 11 bis 18 Uhr // Freitag 11 bis 13 Uhr Tel: 0711 / 640 54 90 // Fax: 0711 / 607 68 60 E-mail: beratungsstelle@lagaya.de // www.lagaya.de

#### MARA - BETREUTES WOHNEN FÜR DROGEN-ABHÄNGIGE UND SUBSTITUIERTE FRAUEN

#### MARA I und II - Betreute Wohngemeinschaften

In neun Wohneinheiten (Wohngemeinschaften unterschiedlicher Größe und Einzelwohnungen) können insgesamt 20 Frauen im Rahmen ambulanter Wohnbetreuung unterstützt werden. Wir kommen vor Ort in die Wohnungen und begleiten betroffene Frauen bei den ersten Schritten aus der Drogenabhängigkeit heraus. Ziele der Maßnahme sind die Stabilisierung und Verbesserung der gesundheitlichen, psychischen und sozialen Situation sowie die Entwicklung einer eigenständigen Zukunftsperspektive.

#### Angebote

- regelmäßige aufsuchende Kontakte, Einzel- und Gruppengespräche
- Beratung im Umgang mit der Suchterkrankung und bei rechtlichen, sozialen und gesundheitlichen Problemen
- Unterstützung im Kontakt mit Ämtern, Behörden, ÄrztInnen, Polizei und Justiz sowie bei Bedarf Begleitung dorthin
- Krisenintervention, Schuldenregulierung
- Vermittlung in Substitution, Beratung, Entgiftung, Arbeit u.a.
- Freizeitangebote
- Unterbringung in möblierten Einzelzimmern bzw.
   Einzelwohnungen

#### MARA - Weiterbetreuung und Begleitetes Wohnen

Bei Bedarf betreuen wir Frauen im Anschluss an die Betreuungsmaßnahme in MARA I und II im eigenen Wohnraum. Im Rahmen der Weiterbetreuung erhalten sie die gewohnten Hilfen und Unterstützung auf dem Weg zur Selbstständigkeit. Besteht weiterer Betreuungsbedarf in geringerem Umfang, kann die Betreuung in Begleitetes Wohnen übergehen.

#### **MARA** Individual

Unser neues Angebot für Frauen mit Drogenproblemen, die in eigenem Wohnraum leben und Unterstützung benötigen. Ziele sind der Erhalt der Wohnung und die Wiederherstellung von Stabilität.

#### Angebote:

- regelmäßige aufsuchende Kontakte
- Stabilisierung und Wiederaufbau von Ressourcen in Krisenzeiten
- Beratung und Unterstützung in der individuellen Problemlage, insbesondere Rückfallarbeit und -prophylaxe
- Vermittlung in ambulante Hilfen und Beratungsstellen

#### Kontakt MARA:

Tel: 07 11 / 640 54 90, 11 – 13 Uhr // Fax: 07 11 / 607 68 60 E-mail: mara@lagaya.de // www.lagaya.de

#### MÄDCHEN.SUCHT.AUSWEGE - FLEXIBLE SUCHT-BERATUNG UND PRÄVENTION FÜR MÄDCHEN

#### Beratung für Mädchen und Angehörige

Wir beraten Mädchen und junge Frauen zwischen 10 und 21 Jahren, die bereits erste Erfahrungen mit Alkohol und Drogen gemacht haben sowie deren Angehörige.

Dazu suchen wir die Mädchen in ihrem vertrauten Umfeld auf, vermitteln Wissen und Kompetenzen im Umgang mit Alkohol und Drogen, beraten und begleiten in der aktuellen Lebenssituation und vermitteln ggf. in andere Einrichtungen.

Ziele der Beratung sind u. a. die Verhinderung einer manifesten Suchtentwicklung, Krisenintervention und die (Re-) Integration in tragfähige soziale Netze.

Darüber hinaus bieten wir nach Absprache regelmäßige Sprechstunden an Stuttgarter Schulen und Jugendhilfeeinrichtungen an.



#### (Sucht-)Prävention

Wir führen themenspezifische Workshops, Projekte und Informationsveranstaltungen mit Mädchengruppen im Bereich der (Sucht-) Prävention durch.

Lesen Sie dazu unsere ausführliche Übersicht auf der Seite 32.

#### Kollegiale Fachberatung und Fortbildung

Für FachkollegInnen, LehrerInnen und MultiplikatorInnen bieten wir Fachberatungen, Fortbildungen und Inhouse-Seminare zu mädchen- und suchtspezifischen Themen an, z.B.:

- Mädchenbezogene Aspekte von Sucht und Risikoverhalten wie Rauschtrinken, Aggressionen, Selbstverletzungen, ...
- Vermittlung von Handlungswissen im Umgang mit betroffenen Mädchen
- Beratung über weiterführende Hilfen
- Kreative und spielerische Methoden der Suchtprävention

#### Kontakt Mädchen.Sucht.Auswege:

Tel: 0711 / 640 54 90 (über die Beratungsstelle)
Mobil: 0172 / 1313563

E-mail: maedchen.auswege@lagaya.de // www.lagaya.de

## Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA Statistik 2012

Im Jahr 2012 wurden insgesamt 373 (Vorjahr 386) KlientInnen durch die Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA im face-to-face Kontakt betreut\*. Diese Zahl beinhaltet 31 (Vorjahr 45) männliche und weibliche KlientInnen, die über die aufsuchende Arbeit im Ölgäle erreicht wurden.

Hinzu kamen 42 (Vorjahr 33) beratene Klientinnen im Rahmen der Online-Beratung über www.fe-mail.de. Es fanden 2.590 (Vorjahr 2.635) Einzelkontakte, 659 (Vorjahr 449) Gruppenkontakte und darüber hinaus über www.fe-mail.de 187 (Vorjahr 175) E-Mail-Beratungen statt.

Im Berichtsjahr wurde erstmalig im Verlauf des Jahres erhoben, wie hoch der Anteil der Klientinnen ist, die chronisch-mehrfach-beeinträchtigt sind. Dies waren an unserer Beratungsstelle 38% der Frauen mit eigener Problematik, die sich bei uns zur Beratung / Behandlung befanden und mehr als 3 Kontakte hatten.



von REGINE LEHNIG
Dipl. - Sozialarbeiterin

#### Angebote der PSB

Erstkontakt und Information
Klientinnen können immer dienstags
um 17 Uhr ohne Termin zu unserer
'Offenen Sprechzeit' kommen oder
aber Montag bis Freitag nach Terminvereinbarung. Für berufstätige
Frauen bieten wir gerne Abendtermine an. Ebenso finden auch die meisten Gruppenangebote am frühen

Erstkontakt, Information und Terfolgt über unsere Telefonzeiten. Aus-

minvereinbarung erfolgt über unsere Telefonzeiten. Ausführliche Angaben hierzu sind sowohl auf unserer Homepage www.lagaya.de als auch auf unserem Flyer zu finden. Die Telefonzeiten sind ergänzend auch durch eine Bandansage bekannt gegeben.

Abend statt.

#### Beratungsgespräche und Gruppen

Die Klientinnen der Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA wurden 2012 in der Regel in Einzelgesprächen betreut.

Ergänzend zu den Einzelgesprächen standen unseren Klientinnen folgende Gruppenangebote zur Verfügung:

- Ambulante Therapiegruppe
- Therapeutische Gruppe für Frauen mit Essstörungen
- Therapeutische Gruppe für Frauen mit einer Körperschemastörung
- Kunsttherapeutisches Gruppenangebot
- Gruppe zur Stressbewältigung
- Selbsthilfegruppe für Frauen mit einer Alkoholproblematik

- Selbsthilfegruppen für Frauen mit Essstörungen
- Selbsthilfegruppe für weibliche Angehörige
- Yoga und Entspannung

Auch im Jahr 2012 zeigte sich eine gewisse Konstanz innerhalb unserer Klientinnenstruktur, so dass es gegenüber dem Vorjahr wenig nennenswerte Veränderungen gab. Im Einzelnen lassen sich folgende Merkmale beschreiben:

#### Diagnosen

Nachfolgende Tabelle stellt die prozentuale Verteilung der Hauptdiagnosen bei Klientinnen mit eigener Symptomatik dar. Unverändert sind Klientinnen mit der HD Essstörungen mit 32% die am stärksten vertretene Gruppe (2011: 31,4%), gefolgt von 27,8% Frauen mit einer Alkoholabhängigkeit (2011: 24,6%). Klientinnen mit der HD Opioide sind zu 19,3% (2011: 18,2%) vertreten und Frauen mit »sonstiger Diagnose« (Sedativa, Kokain, Stimulanzien, pathologisches Spielen, Tabak) mit 1,5% (2011: 2,9%).

Bei 16,6% (2011: 21,7%) der Klientinnen wurde keine Hauptdiagnose vergeben, da es sich hierbei um Einmalkontakte und Angehörige handelt.

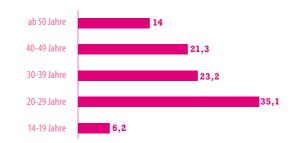


Die Anzahl der betreuten Angehörigen ist mit 7,8% (Vorjahr 11,7%) zurückgegangen.

#### \*Datenquelle, soweit nicht anders angegeben: Alle Betreuungen 2012 mit Einmalkontakten

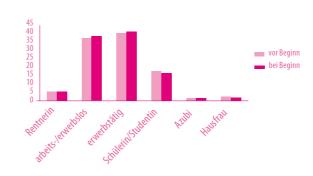
#### Altersstruktur

Innerhalb der Altersgruppierung der über 50jährigen gibt es 2012 mit 14% gegenüber 2011 (12,3%) eine leichte Zunahme und einen leichten Rückgang an unter 20jährigen (2011: 7,7% - 2012:6,2%) Klientinnen.



#### Erwerbstätigkeit

Prozentual gesehen ist die Anzahl an Klientinnen, die am Tag vor Betreuungsbeginn arbeits- bzw. erwerbslos waren mit 36,1% gegenüber dem Vorjahr mit 36,3% nahezu gleich geblieben. Die Erwerbssituation 6 Monate vor Betreuungsbeginn zeigt, dass zu diesem Zeitpunkt 34,8% (Vorjahr: 35,5%) arbeits- bzw. erwerbslos waren.



#### Staatsangehörigkeit

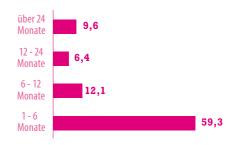
Im Berichtsjahr hat sich die Anzahl der Klientinnen die aus der EU kamen von 5,2% auf 6% erhöht. Nahezu gleich geblieben ist der Anteil an Frauen mit deutscher Staatsangehörigkeit (Vorjahr: 90,5%).



#### Betreuungsdauer

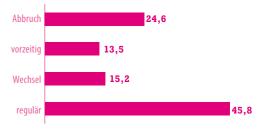
Die Anzahl an Klientinnen, die weniger als ein halbes Jahr betreut wurden, ist von 69,3% im Vorjahr auf 59,3% im Berichtsjahr zurückgegangen. Hingegen verzeichnen wir wieder eine Zunahme bei den längerfristigen Betreuungen: Der prozentuale Anteil der Klientinnen, die länger als 2 Jahre von uns betreut werden, stieg auf 9,6% (Vorjahr: 3,4%). Betrachtet man den Mittelwert der Betreuung in Tagen, so zeigt sich,

dass substituierte Klientinnen mit 458 Tagen am längsten betreut werden, gefolgt von Frauen mit Essstörungen (240 Tage) und Frauen mit der Hauptdiagnose Alkohol mit 222 Tagen.



#### Art der Beendigung

Mit 45,8% der Klientinnen erfolgten im Berichtsjahr mehr »reguläre Beendigungen« als im Vorjahr (36,9%). Deutlich zurückgegangen ist in 2012 die Anzahl der Vermittlungen in andere Einrichtungen, insbesondere in Fachkliniken. Wurden im Vorjahr 22,5% der Klientinnen mit einem »Wechsel in eine andere Einrichtung« beendet, so waren es im Berichtsjahr lediglich 15,2% der Klientinnen, die in eine teil/-stationäre Behandlungsform wechseln wollten.



Die Art der Beendigung ist dabei gemäß dem Deutschen Kerndatensatz, die Grundlage unseres Dokumentationssystems, für die Punkte »Regulär nach Beratung/ Behandlungsplan«, »Vorzeitig mit ärztlichem/therapeutischem Einverständnis« sowie »Vorzeitig ohne ärztliches/therapeutisches Einverständnis/Abbruch durch die Klientin« wie folgt definiert:

Regulär nach Beratung/Behandlungsplan: Als regulär abgeschlossen gilt die Betreuung, wenn diese einschließlich einer evtl. erforderlichen Verlängerung ausgeschöpft wurde [...] oder das Betreuungsziel erreicht werden konnte.

Vorzeitig <u>mit</u> ärztlichem/therapeutischem Einverständnis Die Betreuung wird auf Initiative bzw. auf Wunsch der Klientin aus dringenden persönlichen Gründen beendet, aber mit Einverständnis der Einrichtung.

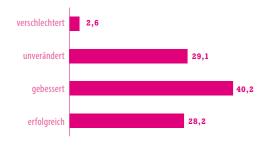
Die zu Betreuungsbeginn bestandenen Probleme sind nicht vollständig gelöst oder die Ziele des Behandlungsplanes wurden nicht vollständig erreicht.

Vorzeitig <u>ohne</u> ärztliches/therapeutisches Einverständnis /Abbruch durch Klientin: Die Betreuung wird auf Initiative der Kli-

entin beendet, ohne dass das Einverständnis der Einrichtung bzw. der Behandlerin vorliegt.

#### Problematik am Tag nach Betreuungsende

Bei 40,2% der Frauen mit einer Hauptdiagnose hat sich die Problematik gebessert (Vorjahr 55,6%). Erfolgreich beendet, das heißt die Klientinnen waren abstinent bzw. symptomfrei, wurden 28,2% (Vorjahr 25%).



Ebenfalls wird gemäß dem Deutschen Kerndatensatz - wie folgt definiert:

*Erfolgreich:* Die Hauptproblematik wurde durch die Beratung/Behandlung behoben bzw. es wurde in Bezug auf das Suchtverhalten Abstinenz erreicht.

Wir verstehen darunter auch, dass alle vereinbarten Ziele erreicht und sich die Lebensqualität der Klientin deutlich verbessert hat.

Gebessert: Die Problematik hat sich im Vergleich zum Betreuungsbeginn gebessert, der Konsum wurde reduziert. Unverändert: Das Ausmaß der Problematik ist im Vergleich zum Betreuungsbeginn gleich geblieben.

*Verschlechtert:* Die Situation in Bezug auf die Problembereiche hat sich im Vergleich zum Betreuungsbeginn verschlechtert.

Darüber hinaus wird die psychosoziale Situation bei Betreuungsende beurteilt. Hier werden z. B. Ziele wie der (Wieder-) Einstieg in das Berufsleben, Ausstieg aus der sozialen Isolation usw. als Erfolg bewertet.

#### **Aufsuchende Arbeit**

- Auf Wunsch und bei Bedarf führen wir bei unseren Klientinnen Hausbesuche und Begleitungen zu Ärzten, Gerichtsterminen oder Hilfekonferenzen durch. Dies hat im Jahr 2012 zugenommen.
- Ein weiterer Schwerpunkt der aufsuchenden Arbeit ist neben der Beratung in der Praxis Dr. Ulmer das aufsuchende Angebot im Olga-Hospital, in das die alkoholintoxitiierten Jugendlichen am Wochenende eingeliefert werden. Dieses Angebot findet in Kooperation mit KollegInnen von Release und vom Klinikum Stuttgart/Bürgerhospital statt.
- Darüber hinaus bieten wir bereits im 3. Jahr 14-tägig Suchtberatung im Käthe-Luther-Haus an, seit 2012 auch bei der ASH.

#### Kurzstatistik zur Online-Beratung (www.fe-mail.de)

Die Auswertung der beranet-Statistik ergab, dass im Berichtsjahr mit 42 Klientinnen (Vorjahr 33) 187 E-Mail-Beratungen (Vorjahr 175) stattfanden.

Die Online-Beratung kann eine gute Form der erstmaligen Kontaktaufnahme vor der face-to-face-Beratung sein.

Die meist genannten *Themen* waren:

•	Sucht/Abhängigkeit	20% (Vorjahr 31%)
•	Essprobleme	52% (Vorjahr 32%)
•	eigenes Alkoholproblem	3% (Vorjahr 9%)
•	Fragen zu Substanzen,	
	Wirkungen und Gefahren	0,5% (Vorjahr 9%)
•	constige Themen	24 5%

Die hauptsächliche *Altersverteilung* zeigt sich folgendermaßen:

•	15 bis 20	47,6% (Vorjahr 16%
•	21 bis 25	21,0% (Vorjahr 30%
•	26 bis 30	7,5% (Vorjahr 9%)
•	31 bis 35	5,3% (Vorjahr 15%
•	36 bis 40	11,0% (Vorjahr 24%
•	46 bis 50	2,7% (Vorjahr: 0%

Darüber hinaus findet einmal im Monat ein moderierter Gruppenchat statt. Dieser Chat wird von einigen Userinnen regelmäßig besucht und genutzt, so dass er fast schon den Charakter einer angeleiteten Selbsthilfegruppe hat.

Zu unserer Arbeit gehört nicht nur die direkte Arbeit mit den Klientinnen, sondern auch Prävention, MultiplikatorInnenund Vernetzungsarbeit.

#### Prävention und MultiplikatorInnenschulung

- Für Studentinnen der FH Esslingen und Schülerinnen zweier Stuttgarter Schulen führten wir Präventionsveranstaltungen durch.
- Sowohl für die Frauen im Tagestreff *femmtastisch* als auch für die Bewohnerinnen der ASH boten wir eine Infoveranstaltung zum Thema Sucht an.
- Außerdem führten wir eine Fortbildung zum Thema Onlineberatung und zur Arbeit mit Migrantinnen durch.

#### Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit

- Einmal im Monat führen wir bei TANDEM eine Frauengruppe zum Thema Frauen und Sucht durch.
- Sehr gut besucht war unser Vortrag »Dasein für Andere bis zum Ausbrennen – Burnout bei Frauen«, so dass wir diesen Vortrag in 2013 erneut anbieten.
- Gefreut haben wir uns über das Interesse von Gemeinderätlnnen / Bundestagsabgeordneten, die sich in einem Austausch mit uns über unsere Arbeit einen Einblick verschaffen konnten.

#### Internationaler Frauentag / 8. März 2012

Wie jedes Jahr wirkten wir auch 2012 beim internationalen Frauentag am 8. März bei der Öffentlichkeitsaktion des Arbeitskreises autonomer Frauenprojekte aktiv mit. Das Motto lautete: »Mehr vom Leben?- Ja, ich will! Rechte und Möglichkeiten für ein unbeschwertes Leben«.











## **Unsere Gruppenangebote 2013**

In der Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA können Klientinnen mit Suchtproblemen und weibliche Angehörige von Suchtkranken an vielfältigen Gruppenangeboten teilnehmen.

Die bunte Palette reicht von professionell begleiteten, therapeutischen Gruppen bis hin zu (nicht) angeleiteten Selbsthilfegruppen. Unsere Klientinnen sollen die Möglichkeit haben, die Gruppe zu besuchen, die zu ihrer individuellen Lebenssituation auf dem Weg in ein abhängigkeitsfreies Leben genau passt. Der Zugang zu unseren Gruppen erfolgt über die Offene Sprechzeit (s. S. 4).

## **Angeleitete Gruppen**

#### AMBULANTE THERAPIEGRUPPE

Leitung: Karin Boeckh (Dipl.-Psychologin, Psychodrama – Suchttherapie / VdR)

Für Frauen mit ausreichender Motivation, mit dem Suchtmittelkonsum aufzuhören.

Die ambulante Therapiegruppe kann eine Alternative zur stationären Entwöhnungsbehandlung sein, bei der die Frauen in ihrem familiären, sozialen und beruflichen Umfeld bleiben können. Schwerpunkte der Therapie sind die Aufarbeitung der Suchtgeschichte, das Erlernen von Methoden zur Rückfallprävention, die Erreichung einer zufriedenen Abstinenz, die Verbesserung der Selbstwahrnehmung, die Wiedereingliederung in bzw. die Aufrechterhaltung der Berufstätigkeit und die Verbesserung der Teilhabe.

Jeder Gruppenabend beginnt mit einer Aufwärmübung, die dazu dient, das Erfahrungspotential jeder Einzelnen zu erweitern.

In einer festen Therapiegruppe können die Teilnehmerinnen mit Gleichgesinnten sich selbst und die Hintergründe ihrer Suchtmittelabhängigkeit verstehen lernen.

// montags von 17.45 bis 19.30 Uhr.

## THERAPEUTISCHE GRUPPE FÜR FRAUEN MIT ESSSTÖRUNGEN Leitung: Violeta Hristova-Mintcheva, (Dipl.-Psychologin, Psychodrama-Therapeutin)

Für Frauen mit Essstörungen: Anorexie, Bulimie, Binge-Eating sowie atypische Essstörungen.

Ziele: Aufarbeitung der mit der Essstörung zusammenhängenden Themen und Grundkonflikte, allgemeine Stabilisierung, Symptomreduktion bzw. Symptombehebung, Verbesserung der Lebensqualität. Die Gruppe bietet Raum für persönliche Themen und Wünsche. Die Arbeitsweise und die Rahmenbedingungen sind klar strukturiert und deutlich definiert und es wird mit einer großen Vielfalt an Therapiemethoden (verbal und nonverbal) gearbeitet. Eine Teilnehmerin schätzt an der Gruppe besonders, dass »hier

Gefühle gezeigt werden können«, eine andere, dass »alle dasselbe Problem haben, das bedeutet Verständnis«.

// donnerstags,14-tägig, von 18.45 bis 20.45 Uhr.

#### NACHSORGEGRUPPE

#### Leitung: Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle

Die Gruppe richtet sich an Frauen, die eine stationäre oder eine ganztags ambulante (Tagesklinik) Entwöhnungsbehandlung hinter sich haben. Zentrale Themen der Nachsorge sind die Sicherung des Reha-Erfolges, die Wiedereingliederung in das Arbeitsleben und die Verbesserung der Teilhabe. In der Nachsorgegruppe werden verschiedene thematische Module bearbeitet, Schwerpunkte der Module sind dabei u. a. die Rückfallprophylaxe, das Erlernen sozialer Kompetenzen, das Erlernen einer zufriedenen Freizeitgestaltung und die Förderung der Fähigkeiten zur Selbstfürsorge.

// Die Gruppe findet abends statt, Termine auf Anfrage



## SICHERHEIT FINDEN - EIN GRUPPENANGEBOT FÜR FRAUEN MIT SUCHTPROBLEMEN UND TRAUMA-ERFAHRUNGEN

Leitung: Karin Boeckh (Dipl.-Psychologin, Suchttherapeutin, Traumafortbildungen EMDR und TRIMB) und

Aileen Göbel (Dipl. Sozialpädagogin, Suchttherapeutin i. A.)

In einer kleinen Gruppe erhalten die Teilnehmerinnen Unterstützung mit traumatischen Belastungen umzugehen.

Das vorstrukturierte Therapieprogramm »Sicherheit finden« (Lisa M. Najavits) umfasst 12 Termine und zielt darauf ab, mehr (Selbst-) Sicherheit und Lebensfreude zu gewinnen. Themen der Gruppe sind u.a.: sich von belastenden Gefühlen lösen, die eigene Stärke zurückgewinnen, Grenzen setzen in Beziehungen und Selbstfürsorge. // dienstags, 14-tägig, von 10:30-12:00 Uhr

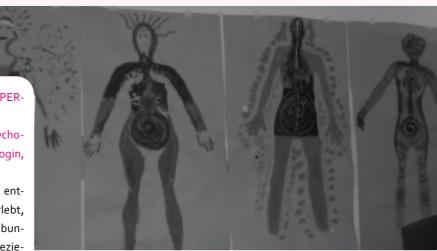


#### THERAPEUTISCHE GRUPPEN FÜR FRAUEN MIT EINER KÖRPER-SCHEMASTÖRUNG

Leitung: Violeta Hristova-Mintcheva, (Dipl.-Psychologin, Psychodrama-Therapeutin) und Anja Schubert (Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin i. A.)

Für alle Frauen, die eine Verbesserung ihres Körpergefühls entwickeln möchten: Nicht selten wird der Körper als »Feind« erlebt, dabei sind wir als Menschen an unsere körperliche Existenz gebunden. Ziel der Gruppe ist, die Körperwahrnehmung und die Beziehung zum eigenen Körper zu verbessern, wobei mit einem breiten Spektrum an unterschiedlichen Methoden gearbeitet wird, welche der Vielfältigkeit der Beziehungen zwischen Körper und Seele entsprechen, so dass am Ende der Körper wirklich zum »Freund« werden kann.

// mittwochs von 18.30 -20.30 Uhr.



Alle Gruppenangebote finden Sie auch stets aktualisiert auf unserer Homepage www.lagaya.de.

#### OFFENES GRUPPENANGEBOT FÜR ANGEHÖRIGE Leitung: Anja Schubert (Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Therapeutin i. A.)

Angehörige sind im Zusammenleben mit einem Familienmitglied und/oder PartnerIn mit einer Suchtmittelabhängigkeit (z. B. Alkohol, illegale Drogen) oder einer Essstörungen häufig einer sehr großen Belastung ausgesetzt. Die Sorge und der Wunsch, dem Menschen helfen zu wollen, führen bei den Angehörigen häufig zu Gefühlen von Hilflosigkeit, Überforderung, Verzweiflung und Ohnmacht. Aber auch Ärger, Wut und Enttäuschung sind spürbar.

Das Gruppenangebot wendet sich an alle (Groß-) Mütter, Töchter, Schwestern, Tanten, Partnerinnen, Freundinnen, Chefinnen... von Menschen, die eine Essstörung oder eine andere (Suchtmittel-) Abhängigkeit haben und bietet die Möglichkeit, andere Angehörige kennen zu lernen und sich mit diesen auszutauschen sowie Informationen zu Suchtmitteln und Essstörungen sowie über ambulante und stationäre Hilfsangebote zu erhalten.

// Termine auf Anfrage

#### GRUPPE FÜR LESBISCHE FRAUEN MIT EINER SUCHTPROBLE-MATIK

Leitung: Regine Lehnig (Dipl.-Sozialarbeiterin, Gestalttherapeutin, Soziotherapeutin Schwerpunkt Sucht / VdR)

Entstehung von Sucht kann verschiedene (genetische, biografische, persönliche, soziokulturelle) Gründe haben.

In der Gruppe werden wir uns mit verschiedenen Themen, die die lesbische Identität beeinflussen, beschäftigen und auseinandersetzen und auch klären, welche Funktion der Konsum von Suchtmitteln in diesem Zusammenhang einnimmt.

// mittwochs von 18:00 bis 19:30 Uhr, 3-5 Termine

## Ü50 - GRUPPENANGEBOT FÜR FRAUEN ÜBER 50 Leitung: Regine Lehnig (Dipl.-Sozialarbeiterin, Gestalttherapeutin, Soziotherapeutin Schwerpunkt Sucht / VdR)

Das Angebot richtet sich an interessierte Frauen über 50 (unabhängig davon, welche Suchtproblematik vorhanden ist oder war), die die Gruppe nutzen wollen um sich zu begegnen, gemeinsam Freizeit zu verbringen und / oder sich auszutauschen.

Mögliche Themen könnten dabei sein:

Wie geht es mir mit dem Älterwerden? Welche Pläne, Wünsche und Ziele habe ich? Wo gibt es in Stuttgart welche Angebote? // freitags von 15:30 bis 17:00 Uhr, 14 tägig,

(Zunächst 3 Nachmittage, danach ist geplant, dass die Gruppe in Selbsthilfe übergeht.)



#### KUNST AM MORGEN / KUNST AM ABEND

Kreativ sein – etwas erleben

#### Leitung: Dorothee Himpele (Diplom-Kunsttherapeutin)

Ein kunsttherapeutisches Angebot, um den alltäglichen Dingen Raum zu geben, diese mit anderen Augen zu sehen und als Ressource für Kreativität zu nutzen.

Der Tag wird mit einem kleinen Frühstück begonnen, um sich dann mit verschiedenen Verpackungsmaterialien, Zeitung, Küchenrolle etc. malend, klebend, zeichnend, nähend oder kratzend auf den Weg zum eigenen (inneren) Bild zu machen.

Malerische oder künstlerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, sondern viel mehr die Lust am kreativ-spielerischen.

// montags von 10:00 bis 12:00 Uhr bzw. 18:00 bis 20:00 Uhr, 7 Termine

#### STRESSBEWÄLTIGUNG MIT HILFE VON ENTSPANNUNGS-UND IMAGINATIONSTECHNIKEN

#### Leitung: Christa Wenzelburger (Dipl. Sozialarbeiterin, Gestalttherapeutin (HPG))

Für alle interessierten Frauen mit einer Suchtproblematik, die eigene Stresssituationen besser verstehen möchten. Stress ist für jede Frau etwas anderes, entsteht im Kopf und hat mit lebensgeschichtlichen Erfahrungen zu tun. Stress kann durch Einstellungen und Verhaltensweisen verstärkt bzw. reduziert werden. Durch achtsame Selbsterforschung in der Gruppe werden die eigenen Stressoren identifiziert, individuelle Belastungen erkannt und Möglichkeiten entwickelt, diese zu reduzieren. Stressoren (Kognitionen) werden erforscht und Veränderungen erarbeitet. Daneben haben die Gruppenabende einen praktischen Teil, in dem unterschiedliche Stressbewältigungstechniken wie Entspannungs- und Imaginationsübungen vorgestellt, geübt und vertieft werden.

Durch den Austausch in der Gruppe können persönliche Erfahrungen geteilt und neue Anregungen mitgenommen werden.

// Termine auf Anfrage



#### Leitung: Kim Steeb (Yoga-Lehrerin)

»Nimm Dir die Zeit um abzuschalten. Komme zu einer wohltuenden Yoga Stunde mit Kim Steeb. Lerne die Grundlagen des Yoga kennen und anwenden und komme mit einfachen Übungen und geführten Meditationen zu einem entspannten Körper und Geist.«

// dienstags von 19.00 bis 20.30 Uhr

## Selbsthilfegruppen und Suchtakupunktur

Alle Selbsthilfegruppen haben bei Bedarf die Möglichkeit, professionelle Unterstützung durch eine Mitarbeiterin von LAGAYA in Anspruch zu nehmen.

#### SELBSTHILFEGRUPPEN FÜR FRAUEN MIT ESS-STÖRUNGEN

Für Frauen, die sich gegenseitig darin unterstützen wollen, ihr süchtiges Essverhalten hinter sich zu lassen. Im Vordergrund stehen die Ursachen der Essstörung und nicht das jeweilige Essverhalten. Stimmen der Teilnehmerinnen: »Ich lerne und wachse mit den Erfahrungen jedes einzelnen Gruppenmitglieds.« »Unser geschützter Rahmen ermöglicht Ehrlichkeit und Offenheit.«

// wöchentliche Treffen, dienstags von 19:30 bis 21 Uhr bzw. donnerstags von 18:30 bis 20 Uhr

#### SELBSTHILFEGRUPPE ALKOHOL

Offene Selbsthilfegruppe für alle Frauen, die ohne Alkohol leben wollen. Zentrale Themen und Ziele der Gruppe sind: Abstinenz, Zufriedenheit, Austausch, Stärkung und Zusammenhalt

Das sagen die Teilnehmerinnen über ihre Gruppe: »Kleiner gemütlicher Kreis.« »Nur Frauen, darum sind wir hier, um unsere Themen ohne Scham zu besprechen.« »Frau geht mit einem guten Gefühl aus der Gruppe.«

NEU!

// wöchentliche Treffen, mittwochs von 18 bis 19.30 Uhr, 1x im Monat begleitet (Melanie Grau, Dipl. - Pädagogin)

#### SUCHT-AKUPUNKTUR

#### Durchgeführt von: Aileen Göbel, Dipl. Sozialpädagogin, Suchttherapeutin i. A.

Für alle Klientinnen, die unter Stress, Schlafstörungen, innerer Unruhe und anderen unangenehmen Begleiterscheinungen einer Sucht leiden und diese Beschwerden lindern möchten, bieten wir jeden Dienstag um 16 Uhr Ohr-Akupunktur nach dem NADA\*-Protokoll an. Frauen mit Suchtproblemen leiden häufig unter Schlafstörungen, innerer Anspannung, Suchtdruck, Schmerzen, starkem Schwitzen, Angstgefühlen, depressiven Verstimmungen, Stress und Selbstzweifeln.

Die Ohr-Akupunktur nach dem NADA-Protokoll kann die Linderung dieser Beschwerden -ohne die Einnahme eines Suchtmittels oder eines Medikaments - unterstützen, da Akupunktur die Selbstheilungskräfte anregt.

Bei der Ohr-Akupunktur nach dem NADA-Protokoll werden je Ohr fünf nickelfreie Nadeln an speziellen Punkten eingebracht. Die Nadeln verbleiben etwa 30 Minuten im Ohr. Nebenwirkungen und Kontraindikationen sind selten.

// Termin: Jeden Dienstag um 16 Uhr ohne Voranmeldung.

Bitte setzen Sie sich vor Ihrer ersten geplanten Teilnahme an der Suchtakupunktur mit unserer zuständigen Mitarbeiterin Frau Aileen Göbel telefonisch (0711-640 54 90) oder per mail (goebel@lagaya.de) in Verbindung.

\* NADA: National Acupuncture Detoxification Association



## Chronisch mehrfach beeinträchtigte abhängigkeitskranke Frauen

»Chronisch mehrfach beeinträchtigte Abhängigkeitskranke oder allgemeiner Personen in Mehrfachproblemlagen sind Menschen, die mindestens eine Sucht aufweisen und weitere körperliche und/oder seelische Erkrankungen sowie soziale Probleme haben.« (zitiert aus der Stuttgarter Definition zu »Chronisch mehrfach beeinträchtigte Abhängigkeitskranke«, Gemeinderatsdrucksache 243/2011)



von AILEEN GÖBEL Dipl.-Sozialpädagogin

Zur Verdeutlichung eine Klientinnenskizze aus der Praxis:

Maria Solve mag gerne rote Dinge. Rote Blumen, rote Brillen, rote Schlüsselanhänger. Sie färbt sich ihre inzwischen ergrauten Haare rot. Vor 30 Jahren hat sie einmal eine Ausbildung zur Frisörin begonnen. Gearbeitet hat sie anschließend in diesem oder einem anderen Beruf nicht. Ihr seien die Drogen dazwischengekommen. Sie kennt die Tricks beim Haarefärben, damit nur die Haare (also nicht die Ohren, die Stirn, das Badezimmer) einen gleich-

mäßigen Rotton annehmen. Selbstfärben ist aber auch eine Frage des Geldes bei Frau Solve. Sie lebt von einer auf ALG-II-Niveau aufgestockten Erwerbsunfähigkeitsrente. Manchmal färbt und schneidet sie auch Freundinnen und Freunden die Haare. Ihre Freundschaften halten oft nicht lange. Frau Solve hat schon viele Enttäuschungen erlebt. Während sie in ihrer Wohnung schlief, wurde Maria Solve von der Person, die sie zuletzt »meine beste Freundin» nannte, bestohlen (Geld und eine Sonnenbrille). Dabei wünscht sich Fr. Solve, dass nachts jemand da ist, wenn sie aus Alpträumen, in denen sie wieder und wieder ihre Vergewaltigung durchlebt, aufschreckt. Sie steht dann auf, setzt sich auf ihr (rotes) Sofa, schaltet den Fernseher ein, zündet sich eine Zigarette (oder einen Joint) an und schenkt sich ein Glas ein. Oft findet Maria Solve erst in den frühen Morgenstunden mit einem Cocktail aus Medikamenten, Alkohol und Drogen im Blut, wieder für eine kurze Zeit in den Schlaf.

Die Arbeit mit chronisch mehrfach beeinträchtigten Abhängigkeitskranken (CmbA) wie Maria Solve ist 2012 an der Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA weiter in den Vordergrund gerückt. Zur Identifikation von KlientInnen, die die CmbA-Kriterien erfüllen, wurde vom Stuttgarter Suchthilfeverbund ein eigener Screeningbogen entwickelt. Die Auswertung der Screeningbögen für 2012 ergab, dass ungefähr jede dritte Klientin, die zu uns kommt, der Personengruppe der CmbA zuzurechnen ist.

Die Personengruppe der chronisch mehrfach beeinträchtigten Abhängigkeitskranken ist durch umfangreiche physische, psychische und soziale Folgeprobleme in verschiedenen Bereichen gekennzeichnet. Neben einer langen Suchtgeschichte, körperlichen und psychischen Erkrankungen und Belastungen im sozialen und rechtlichen Bereich sind CmbA in besonders hohen Maßen sozial isoliert. Sie haben oft wenig »Übung« im Umgang mit anderen Menschen und erfahren in der Regel keine soziale Unterstützung durch Familie, Verwandtschaft und Freundeskreis. Zusätzlich fehlt es ihnen oft an Kraft, Mut, Wissen und Erfahrung, um ihre Situation alleine zu ändern.

Chronisch mehrfach beeinträchtigte abhängigkeitskranke Frauen unterscheiden sich von chronisch mehrfach beeinträchtigten abhängigkeitskranken Männern oft nicht nur in der Art der Sucht sowie dem Suchtverhalten, sondern auch im Suchtverlauf und in den Ursachen, die mit den Lebensumständen und Erfahrungshintergründen von Frauen in Zusammenhang stehen. Denn die Lebensgeschichten von Frauen mit einer Abhängigkeitserkrankung sind häufig durch Traumatisierungen in der Kindheit (z.B. sexuelle Gewalt, körperliche oder emotionale Misshandlung, häusliche Gewalt) geprägt. Hinzu kommt, dass insbesondere Frauen mit Suchterkrankungen auch im weiteren Leben einer erhöhten Gefahr ausgesetzt sind, weitere traumatische Erfahrungen zu machen. So führt suchtmittelabhängige Frauen beispielsweise der Versuch, ihre (drohende) Wohnungslosigkeit durch das Eingehen so genannter Zwangspartnerschaften zu bekämpfen, in immer neue Gewalt- und Misshandlungsbeziehungen. Der Suchtmittelkonsum wird oftmals quasi als »Selbstmedikation« eingesetzt, um sich von den aus der Traumatisierung resultierenden Symptomen zu entlasten und damit »das Leben erträglich« zu machen. Aus der Angst heraus, von Erinnerungen überflutet zu werden, vermeiden traumatisierte Frauen häufig Orte, Menschen oder Situationen, die Erinnerungen an das Trauma wachrufen könnten, sodass die Frauen letztendlich sämtlichen Kontakt vermeiden und vereinsamen.

Die Frauen-Sucht-Beratungsstelle Lagaya eröffnet chronisch mehrfach beeinträchtigten abhängigkeitskranken Frauen (»CmbAlerinnen«) durch die Ausdifferenzierung unserer Angebote vielfältige Unterstützungsformen. Einige davon sind: In den Gruppen »Kunst am Morgen» und »Kunst am Abend« können sich die Klientinnen in vertrauter Runde als Erschafferinnen eigener Kunstwerke aus zuvor unscheinbaren Alltagsgegenständen erleben und dabei neue und alte Kompetenzen und Ressourcen (wieder-) entdecken. Denn gestalten bedeutet aktiv zu handeln. Die Klientinnen erleben, wie sie aktiv an der Entwicklung ihres Objekts als auch an ihrer eigenen Entwicklung beteiligt sind. Die Frauen verleihen in den Kreativgruppen ihrem inneren Befinden über das »Medium Kunst« Ausdruck. Dieser Prozess entlastet und zeigt neue Perspektiven auf. Unsere Kreativgruppen eröffnen zudem einen Rahmen für spielerisches Ausprobieren, Wahrnehmen und für Begegnungen.

Die chronisch mehrfach beeinträchtigten abhängigkeitskranken Frauen, die auch aufgrund ihrer chronifizierten Essstörung die cmbA- Kriterien erfüllen, finden bei uns ebenfalls Hilfe in Form von Einzelgesprächen und verschiedenen Gruppenangeboten. Die »Therapiegruppe Essstörungen«, die »Körperschemastörungsgruppe» und zum Teil auch die Selbsthilfegruppen bieten den CmbAlerinnen die Möglichkeit, sich intensiv mit ihrer Situation auseinander zu setzen. Viele von diesen Frauen haben die Hoffnung, jemals die Essstörung zu überwinden, schon aufgegeben. Die Gruppe wird zu einem wichtigen Stabilisierungsfaktor, sie bietet die Möglichkeit zum persönlichen Wachstum. Dabei gelingt es immer wieder, dass manche der Frauen die Erfahrung machen, dass Veränderung möglich ist und den Mut (wieder)finden, sich aus der Essstörung schrittweise zu befreien. Die Akzeptanz und die Solidarität in der Gruppe sind die Grundlagen für die Entwicklung von mehr persönlicher Autonomie und letztendlich auch für Selbstakzeptanz und Zufriedenheit.

Die überdurchschnittlich von traumatischen Erfahrungen belasteten chronisch mehrfach beeinträchtigten abhängigkeitskranken Frauen sollen 2013 in dem gleichnamigen therapeutischen Gruppenangebot mehr »Sicherheit finden« (nähere Infos siehe S. 10). Die Gruppe »Sicherheit finden« kann 2013 dank der projektbezogenen Spende der Spendenaktion »Hilfe für den Nachbarn» der Stuttgarter Zeitung ermöglicht werden.

Dank der Erhöhung der Personalkapazität durch den Gemeinderat der Stadt Stuttgart konnten wir unsere aufsuchende Arbeit aufstocken, bei Bedarf eine höhere Terminfrequenz ermöglichen und außerdem mehr Hausbesuche anbieten. Bei einer Beschränkung der Hilfsangebote auf eine reine Kommstruktur wird ein Teil der genannten Personengruppe nicht oder nur unzureichend erreicht. Wir möchten unseren Klientinnen spezifische Hilfen zur Verfügung stellen, um Leben zu sichern und um Chancen für eine Besserung in unterschiedlichen Lebensbereichen und mehr Teilhabe zu ermöglichen. Dies geschieht durch krisenentlastende Gespräche und In-

terventionen, Unterstützung bei Behördenangelegenheiten und finanziellen Problemen, durch gemeinsame Arztbesuche, Hilfestellung bei der Planung einer sinnvollen Freizeitgestaltung und Tagesstruktur sowie durch die Entwicklung einer suchtmittelfreien Lebensperspektive - soweit dies möglich ist - , bzw. zumindest eines weniger schädigenden Suchtverhaltens.

Für die Zukunft sehen wir hier noch weitere Ausbaumöglichkeiten für konkrete Angebote.

Als Glücksfall für die Unterstützung chronisch mehrfach beeinträchtigter abhängigkeitskranker Frauen erweist sich in unserer Arbeit immer wieder die arbeitsfeldübergreifende Kooperation mit anderen Institutionen, insbesondere mit der Wohnungsnotfallhilfe.

Die Auseinandersetzung mit dem Thema CmbA wirft auch Fragen nach dem »großen Ganzen», nach einer sozialpolitischen Grundhaltung auf. Wie möchten wir als Gesellschaft, wie möchten wir in unserer Kommune zusammenleben? Nehmen wir die Verelendung und Ausgrenzung von Menschen mit einem sehr niedrigen sozioökonomischen Status billigend in Kauf? Oder haben wir den Anspruch, dass keine chronisch mehrfach beeinträchtigte abhängigkeitskranke Frau aus Mangel zu Grunde gehen soll? Jede sollte ein Recht auf ein Dach über dem Kopf, Behandlungs- und Kontaktangebote sowie auf eine neue Chance erhalten. Auch nach einer desolaten Lebensführung verdient jede dieser Frauen als Gegenüber Respekt. Ohne sie von der Verantwortung für ihr eigenes Leben freizusprechen, sollte der Anspruch bestehen, alle bedürftigen Menschen zu erreichen und ihnen adäquate Angebote zur Verfügung zu stellen. Von großer Bedeutung ist auch das Recht jeder der betroffenen Frauen auf Schutz vor Übergriffen. Dies erscheint insbesondere deswegen wichtig, weil diese Personengruppe in den letzten Jahren immer wieder Übergriffen ausgesetzt gewesen ist.

Die Angebote von LAGAYA sollen diesen Schutz vor und die Unterbrechung von Gewalt bieten und sich an den individuellen Lebenslagen, den Ressourcen und den Bedürfnissen der Frauen orientieren. Vorrangiges Ziel der Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA ist es, für CmbAlerinnen spezifische Angebote (z.B. für CmbAlerinnen mit Essstörungen oder Traumaerfahrungen) zu erhalten sowie unsere Angebote insgesamt für diese spezielle Zielgruppe zu erweitern. Wir sind offen für die vielfältigen Erscheinungsformen von Sucht bei Frauen. Wir arbeiten frauenspezifisch und möchten insbesondere CmbAlerinnen mit Traumatisierungen, welche häufig die Ursache für die massive Suchtproblematik sind, adäquate Unterstützungsmöglichkeiten anbieten. Maßgebliches Ziel unserer Arbeit ist dabei die Sicherung und Verbesserung der Lebensqualität, die die Einzelne wieder zu mehr Selbstbestimmung und Teilhabe befähigt.

## » Ich erfreue mich jeden Tag ein bißchen mehr an meinem Leben « Interview mit einer CmbA-Klientin

Um die Lebenshintergründe bzw. die Arbeit mit chronisch mehrfach beeinträchtigten abhängigkeitskranken Frauen (CmbA) ein wenig differenzierter darstellen zu können, haben wir mit einer Klientin, die sich seit Ende 2010 bei uns in Beratung befindet, ein Interview geführt. Mittlerweile hat sie sich jedoch insoweit entwickelt, dass sie heute nicht mehr alle CmbA-Kriterien erfüllen würde.

#### 1. Magst Du Dich selbst vorstellen?

Mein Name ist Hawwa\* (auf Deutsch »Eva«), bin Mitte 30 und komme aus dem südlichen Mittelmeerraum. Ich bin in Deutschland geboren und aufgewachsen, habe verschiedene deutsche Städte kennen und lieben gelernt, jedoch war und ist Stuttgart mein zu Hause. Mein Abitur habe ich mit Biegen und Brechen bestanden und danach ein Studium begonnen, das ich leider nicht zu Ende führen konnte – wegen meiner psychischen Probleme, die bei mir schon in der frühen Pubertät angefangen haben. Meine Eltern kamen vor über 40 Jahren als so genannte Gastarbeiter nach Deutschland. Sie brachten ihre Sitten und Gebräuche mit hierher und hielten lange Zeit an diesen Sitten fest. Ich wuchs in zwei Welten, zwischen zwei Stühlen sitzend, auf. In der Schule war ich in der westlichen Welt, das sollte auch so sein. Denn meine Eltern waren immer bedacht darauf, dass ich mich westliche kleide und mich in der westlichen Welt zurechtfinde. Aber zu Hause und in meiner Freizeit musste ich nach traditionellen, südeuropäischen Werten leben. Das hieß im Endeffekt ein Leben im »Goldenen Käfig«. Ich war und bin nicht verschleiert, auch die Frauen in meiner Familie nicht, aber bildlich gesprochen lebte ich mit einer seelischen Zwangsverschleierung.

Bis ich mich mit Anfang 20 aus meinem Elternhaus befreien konnte. Ich setzte meinen Vater vor die Wahl: »Entweder

## »Da Hass nur weiteren Hass schürt, habe ich mich für den Weg des Friedens entschieden.«

gehe ich (zum Studieren) mit Deinem Segen, oder ich gehe ohne Deinen Segen. Aber eines ist klar – ich werde gehen!«. Tja, damals begann ein neuer Lebensabschnitt für mich, der lange anhielt, voller Krankheiten und Qualen war, aber auch sehr viel Schönes enthielt und mich bis jetzt prägte, in positiver und negativer Hinsicht.

## 2. Kannst Du etwas zu der Vorgeschichte erzählen?

Mit den Lebensjahren habe ich gelernt und erfahren, dass meine Vorgeschichte - leider - nicht außergewöhnlich und einzigartig ist. Ich wurde als Kind jahrelang von einem nahen Verwandten sexuell missbraucht. Meiner Familie konnte ich es erst mit Mitte 20 sagen. Das Familienoberhaupt entschied, diesen Mann aus meiner Familie zu verbannen. Aber eine polizeiliche Anzeige kam nicht in Betracht. Meine Familie wollte ihr Gesicht wahren und in ihren Augen mich schützen vor einem langwierigen Gerichtsverfahren. Im ersten Moment war ich nur erleichtert und dankbar, dass man mir überhaupt glaubte. Danach habe ich mich jahrelang gefragt, ob ich nicht doch eine Anzeige machen sollte. Aber schon seit einigen Jahren habe ich in dieser Hinsicht meinen Frieden gefunden und werde, auch wenn bald die Verjährungsfrist abläuft, keine Anzeige machen. Dieser Mann, das weiß ich über Umwege, ist schon gestraft genug in seinem Leben. Da Hass nur weiteren Hass schürt, habe ich mich für den Weg des Friedens entschieden.

## 3. Weißt Du welche Diagnosen Du schon mal gestellt bekommen hast, welche Medikamente?

Bei diesen Fragen muss ich doch glatt grinsen. Die Liste mit den Diagnosen und Medikamenten, die ich nicht bekommen habe ist kürzer, als die Liste mit den Diagnosen und Medikamenten, die ich schon bekommen habe! Bis auf eine Zwangsstörung, habe ich alle gängigen psychiatrischen Diagnosen bekommen. Die Bandbreite geht von allen Arten der Neurosen (Persönlichkeitsstörungen, Depressionen, Phobien, Essstörungen, Angststörungen, Posttraumatische Belastungsstörungen) bis hin zu verschiedenen Psychosen. Und Medikamente? Puh. Auch hier eine große Bandbreite – von leichten bis zu den stärksten, verschreibungspflichtigen Antidepressiva, alle Arten von leichten bis starken Neuroleptika, Antiepileptika, Stimmungsstabilisatoren, Beruhigungsmittel, Schlafmittel, ach, ich kann gar nicht mehr überblicken, was ich nicht schon alles eingenommen habe.

#### 4. Etwas über Deine Suchtgeschichte?

Meine Suchtgeschichte fing schon in meiner frühen Kindheit an. Als Kompensation des Missbrauchs, den ich erlebt hatte. Und zwar fing da meine Esssucht an, die ich bis jetzt habe. Über die Jahre kamen noch Nikotinsucht, Cannabissucht, Alkoholmissbrauch und ganz stark meine Medikamentensucht dazu. Alles hintereinander, übereinander, gleichzeitig und ausgeprägt. Teilweise habe ich wochenlang keinen einzigen Tag ohne irgendeine Droge verbracht. Wenn ich die Essstörung außen vor lasse, habe ich über ein Jahrzehnt, mit kurzen bis längeren Unterbrechungen, meinen Süchten gefrönt. Und jetzt?! Jetzt habe ich keinen Medikamentenrückfall gehabt seit mehr als einem Jahr, trinke seit 2 Jahren nichts mehr, mit Cannabiskonsum hatte ich schon selber vor einigen Jahren aufgehört und arbeite an meiner Essstörung, so dass ich langsam, aber sicher, abnehme.

#### 5. Deine vielen Therapien?

Genau wie bei meinen Diagnosen- und Medikamentenlisten, habe ich schon fast keinen Überblick mehr, in wie viel Kliniken ich war und wie oft. Es müssen knapp 15 Aufenthalte in psychiatrischen Kliniken in den letzten 10 Jahren gewesen sein. Zwei mal habe ich eine Reha über die Deutsche Rentenversicherung gemacht, jeweils etwa 3 Monate lang. Ambulant habe ich einiges angefangen, von Gruppentherapie, zu Selbsthilfegruppen bis hin zur Einzeltherapie. Doch ich habe immer wieder abbrechen müssen, teilweise, weil ich oft umgezogen bin, die Städte gewechselt habe. Oder weil ich schlicht und ergreifend kein Vertrauensverhältnis aufbauen konnte zu den jeweiligen Therapeuten und Therapeutinnen.

#### 6. Wie bist Du zu LAGAYA gekommen?

Das war vor über 3 Jahren. Nach meiner letzten Reha kam ich hier zur Beratung bezüglich meiner Esssucht. Ich hatte ein paar Stunden Beratung bekommen – und dann bin ich geflüchtet. Nicht, weil es mir hier nicht gefiel, oder ich kein Vertrauen in meine Beraterin gehabt hätte. Nein, ich dachte, ich würde die Aufmerksamkeit, tiefes Verständnis und Annahme meiner Persönlichkeit nicht verdienen. Es war einfach zu schön, um wahr zu sein, dass es solch einen Ort mit solchen Mitarbeiterinnen geben könnte, die solch ein Grundverständ-

nis in der Arbeit mit Frauen mit meinem Hintergrund haben. Vor zwei Jahren hatte ich dann einen stationären Medikamentenentzug gemacht. Dabei war die Vorgabe, sich einen Suchtberater zu suchen – ansonsten hätte ich den stationären Entzug nicht machen dürfen. Da fiel mir doch glatt meine Beraterin »von damals« erneut ein und ich meldete mich wieder bei ihr. Sie erinnerte sich noch gut an mich und wir fingen mit der Beratung/Arbeit an. Seither komme ich regelmäßig zu meiner Beraterin hierher.

Und dann bin ich geflüchtet. Nicht, weil es mir hier nicht gefiel, oder ich kein Vertrauen in meine Beraterin gehabt hätte. Nein, ich dachte, ich würde die Aufmerksamkeit, tiefes Verständnis und Annahme meiner Persönlichkeit nicht verdienen.

#### 7. Könntest Du Deine Situation, als Du zu uns gekommen bist, kurz beschreiben und Deine Situation jetzt – so etwas wie ein Vorher/Nachher Vergleich?

Vorher: tief in meinen verschiedenen Süchten gefangen, kaum Freunde und Freude habend im Leben, ohne Arbeitsplatz, ohne Partner, des Lebens überdrüssig, verzweifelt und kaum Hoffnung habend, dass sich mein Leben in eine positive Richtung sich entwickeln könnte.

Jetzt: Bis auf die Essstörung bin ich seit über einem Jahr clean, ohne Rückfälle, habe gute Freundschaften aufbauen können, erfreue mich jeden Tag ein bisschen mehr an meinem Leben, habe eine Teilzeitarbeitsstelle, bin glücklich verliebt und verlobt, freue mich auf meine Zukunft und habe Hoffnungen und erreichbare Ziele in meinem Leben!

>>> weiter auf der nächsten Seite

## 8. Zugegeben, schwierige Frage: was waren für Dich die wichtigen Momente in unserem Prozess, was hat Dir geholfen? Klar, dazu muss ich auch fragen, was war nicht so gut?

Hm, eine schwierige Frage. Es ist ein Prozess, mit Höhen und Tiefen, schönen und schwierigen Situationen und ganzen Beratungsstunden. Die wichtigsten Momente waren die, als ich mich endlich meiner Beraterin (überhaupt jemandem) öffnen konnte mit meinen tiefsten, geheimsten, ungeliebtesten, verhassten, beängstigendsten Anteilen in mir. Ich saß in solchen Stunden völlig »nackt« vor ihr, völlig offen, in den seelischen Spiegel blickend – und sie hat mir weder weh getan, noch mich verletzt oder gar etwas Schlimmeres, was immer meine Befürchtung war. Ja , sie hat mich »gesehen«, hat mich bildlich gesagt in die Arme genommen, mich getröstet und mir gezeigt, dass ich auch mit meinen dunklen Anteilen in mir ein wertvoller Mensch bin.

»Hier hatte ich nie das Gefühl, ein krankes Psychiatriemonster zu sein, das ich oft bei anderen Therapeuten im Kontakt hatte.«

## 9. Ich behaupte mal, dass LAGAYA anders ist – wie ist Dein Eindruck dazu – wenn ja, wie anders?

Lagaya hat ein grundlegendes Verständnis für die Problematiken von Frauen in jeglichem Alter und jeglicher Lebenssituation. Hier geht man nicht mit Kittel und Namensschildern ins Gespräch hinein, hier werden keine Diagnosen den Frauen vor den Kopf geknallt, hier werden die Frauen nach dem Gespräch nicht alleine gelassen. Hier hatte ich nie das Gefühl, ein »krankes Psychiatriemonster« zu sein, das ich oft bei anderen Therapeuten im Kontakt hatte. Hier werde ich nicht als kranke Patientin abgestempelt. Nein, hier bei Lagaya bin ich eine ganz normale Frau, die Mitten im Leben steht und »einfach nur« Unterstützung und Beratung braucht. Hier wurde und werde ich immer unterstützt, mein eigenes Leben zu leben, es selbst in die Hand zu nehmen, die Verantwortung nicht an das Schicksal abzugeben, sondern aktiv an mir zu arbeiten. Und dabei immer eine Frau zur Seite zu haben, die mich kennt, versteht, Verständnis hat, die mir immer auf die Beine hilft, aber zum Laufen mich alleine lässt, ohne dabei zu vergessen, hinter mir zu stehen.

# 10. Ich persönlich finde die Geschichte mit den Viechern, die ich nicht benennen durfte, ganz nett – die war ja nicht in unserem unmittelbaren Arbeitsauftrag vorgesehen, hat sich aber so ergeben – magst Du dazu was sagen?

Wieder muss ich grinsen. Jaja, die Viecher mit den acht Beinchen. Eine weitere psychiatrische Diagnose von mir – Arachnophobie. Ich habe seit meiner Kindheit diese ausgeprägte Phobie, die mich auch seit meiner Kindheit in regelmäßigen Abständen mit Alpträumen plagt. Erst mit meiner Beraterin habe ich herausgearbeitet, dass ich damit die kindlichen Ängste vom erlebten Missbrauch verarbeitet habe und noch verarbeite. Die Phobie ist wesentlich besser geworden! Dass ich jemals eine Spinne in der Hand halten werde, glaube ich nicht. Es ist auch nicht mein Ziel. Es ist schon für mich ein großer Schritt, darüber offen sprechen zu können und das Wort »Spinne« überhaupt schreiben und aussprechen zu können.

#### 11. Wünsche für die Zukunft?

Meine Zukunft –Lagaya, meine Beraterin und ich haben mir eine Zukunft geschenkt und erarbeitet! Alles, was ich möchte, ist dieses Geschenk zu erhalten, zu hegen und zu pflegen. Ich möchte jeden Tag im Hier und Jetzt leben, ich möchte jeden Tag weiterhin wissen, dass ich eine Zukunft habe. Ich möchte weiter zur Arbeit gehen, möchte meinen Partner heiraten, möchte weiterhin clean bleiben und meine Essstörung weiter in den Griff bekommen. Ich möchte nie wieder gegen mich selber Krieg führen, oder Krieg führen gegen den Rest der Welt – sondern weiterhin den Weg des Friedens mit mir selber und der Welt gehen!

Vielen Dank für Deine Offenheit, Hawwa!

Für uns zeigt dieser Behandlungsverlauf, dass Beeinträchtigungen, die durch eine chronisch mehrfach beeinträchtigende Abhängigkeitserkrankung entstehen, durchaus erfolgreich gelindert und teilweise behoben werden können.



Das Interview führte
VIOLETA HRISTOVA-MINTCHEVA
Leitung Beratungsstelle

## Klientinnenbefragung

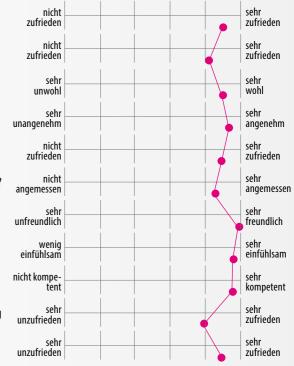
2012 führten wir - wie die anderen Suchtberatungsstellen des Stuttgarter Suchthilfeverbundes auch - an unserer Beratungsstelle eine Klientinnenbefragung durch. Die Befragung erfolgte dabei in allen Beratungsstellen im gleichen Zeitraum (01.Oktober 2012 – 16. November 2012).

Die zur Beratung kommenden Klientinnen wurden während des Wartens auf ihren Gesprächstermin durch unsere Verwaltungsfachkraft gebeten, den anonymisierten Fragebogen auszufüllen und ihn dann in einen dafür bereitgestellten Briefkasten (außerhalb der Beratungsstelle) zu werfen.

Nachfolgend erhalten Sie einen Einblick in die Ergebnisse der Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA sowie einige persönliche Statements unserer Klientinnen:



- 2) Wie zufrieden sind Sie mit unserer Erreichbarkeit (telefonisch und persönlich)
- 3) Wie fühlen Sie sich in den Räumlichkeiten?
- 4) Wie erleben Sie die Atmosphäre?
- 5) Entsprechen unsere Angebote Ihren Vorstellungen?
- 6) Wie erleben Sie die Anzahl und Dauer der Gespräche?
- 7) Wie freundliche erleben Sie Ihre Beraterin?
- 8) Wie einfühlsam erleben Sie Ihre Beraterin?
- 9) Wie kompetent erleben Sie Ihre Beraterin?
- 10) Sind Sie Ihren persönlichen Zielen durch die Beratung und Unterstützung n\u00e4her gekommen?
- 11) Wie zufrieden sind Sie insgesamt?



Es ist sehr gut, dass es so ein frauenspezifisches und individuelles Angebot gibt die Hemmschwelle sich Beratung zu suchen, sinkt dadurch enorm.

Mehr körpertherapeutische Angebote.

Immer (!!) sehr freundliches Personal. Termine werden rechtzeitig abgesagt, so dass die Zeit ohne Probleme verplant werden kann. Lustige Mischung (Alter, Herkunft Hintergrund...) von Gruppen - macht die Sache spannend. Ruhige, harmonische Atmosphäre - sehr angenehm! War bisher zu 100% zufrieden.

Alles sehr positiv und hilfreich! Auch für meine 3 Kinder bekam ich durch Lagaya Hilfe und Kontakt zu "pro kids". Ohne Lagaya wäre mir das nie vermittelt worden. Außerdem bei meinen diversen Rückfällen immer wieder gut zur Stabilisierung. Danke.

Besonders Selbsthilfegruppen helfen sehr. Die Termine sollten wöchentlich ermöglicht werden, um eine schnellere Verbesserung und intensivere Auseinandersetzung mit sich selbst zu ermöglichen. Ich danke für die erhaltene Hilfe! Sie verbessert Leben.

Ich hatte insgesamt noch nicht so viele Gespräche, als dass ich sagen könnte. Aber ich bin bisher zufrieden und habe das Gefühl, dass mir hier geholfen werden kann. Ich werde ernst genommen.

Die Zeiten, an denen die Therapie stattfindet sind manchmal schwierig! 20 FRAUEN-SUCHT-BERATUNGSSTELLE FRAUEN-SUCHT-BERATUNGSSTELLE 21

## » Dasein für andere bis zum Ausbrennen -**Burnout bei Frauen «**

Am Donnerstag, 22. November 2012 hielt Frau Rosemarie Kirschmann einen Vortrag zum Thema »Dasein für Andere bis zum Ausbrennen – Burnout bei Frauen« in den Räumlichkeiten der Frauen-Sucht-Beratungsstelle Lagaya. Frau Kirschmann ist Psychotherapeutin in eigener Praxis und Mitbegründerin des Frauenbildungszentrums Arkuna in Stuttgart.



von KARIN BOECKH Dipl.-Psychologin

Bei der Einführung in das Thema Burnout und der Veranschaulichung des gesellschaftlichen Umgangs mit dem Thema hat Frau Kirschmann bereits deutlich gemacht, warum es aus heutiger Sicht für Frauen schwieriger ist, sich dagegen zu schützen:

»Früher war es oft Idealismus, der von uns unbegrenzte Leistungsfähigkeit forderte und dazu verführte, persönliche Grenzen zu ignorieren. Heute ist es eher eine Haltung unbegrenzter Positivität, die wir uns oft

auch selbst verordnen, ein umfassendes »Yes we can«, mit dem der Weg in den Burnout gepflastert ist.«

Die Selbstmotivierungsstrategien in helfenden Berufen haben auch andere Berufsgruppen erreicht. Glaubenssätze wie: »wenn ich viel gebe und viel leiste, steigt die Anerkennung«, »geht nicht, gibt es nicht«, »Probleme sind Chancen«, etc. führen dazu, dass die Menschen das Ausgebranntsein auf die eigene Unzulänglichkeit schieben. Das Werbemanagement in der Gesundheitsindustrie reagiert darauf mit Seminarangeboten, die Heilungsversprechen beinhalten. Damit wird die gesellschaftliche Problematik individualisiert, bzw. psychologisiert.

Anhand eines Märchens und dessen Deutung wurde den Zuhörerinnen das Thema weiblicher und männlicher Modus

(unabhängig von dem realen Geschlecht) sowie Heilung und Entlastung veranschaulicht. Männlicher Modus bedeutet beispielsweise zielorientiertes Handeln, Planen, Analytisches Denken, Einatmen. Wohingegen der weibliche Modus ein freies Fließen der Energie ermöglicht, ein Sich-nach-innen-wenden, Ausatmen und das Spüren was gerade ist, bzw. sein kann. Vergleichbar sind die Modi mit den Yin und Yang Prinzipien der chinesischen Philosophie, die zusammen die Grundkraft des

Die Burnout Vorsorge beruht auf einem ausgewogenen Wechsel der männlichen und weiblichen Modi.

Frau Kirschmann beschrieb ein Vier Schritte Programm der Vorsorge aus frauenspezifischer Sicht und gab konkrete Schritte zur Vorbeugung und Heilung:

SCHRITT O: Zur Ruhe kommen, nichts tun, schlafen, treiben lassen, alleine sein und sich auf den Zustand, egal wie er ist einlassen. SCHRITT 1: Informationen über sich sammeln (ohne Internet): Wie deute ich meine Träume? Was sagt mir meine innere Stimme? Was sagen meine Freundinnen, die ähnliche Erfahrungen (gemacht) haben? Was sagt mir meine innere Heilerin? SCHRITT 2: Sich unseren inneren Bildern widmen, der innere Zustand soll sich zeigen im Singen, Lachen, Tanzen, Musizieren, etc. etwas finden, was einer gut tut und das tun. SCHRITT 3: Seelenkraft kommt aus der Stille, aus dem Körper. Unser Innerstes nähren mit lustvoller, genussvoller und gesunder







Nahrung und geistiger Nahrung.

Die Ressourcen, die unsere Seele stärken, sind in der Natur: Wasser, Erde, Feuer und Luft. Eine gute Burnout Prävention ist, sich in der Natur aufhalten.

Im Grunde wissen wir genau, wie es sich anfühlt, wenn wir im Einklang mit uns sind, wenn wir frei von Forderungen sind, wenn wir durchatmen, uns weiten, uns spüren und in uns selbst zurücksinken, auf die Quelle des Lebens.

Nach dem Vortrag entspann sich eine rege Diskussion mit vielen Fragen. Die problematische Dynamik aus gesellschaftlicher, betrieblicher und individueller Sicht wurde dabei deutlich.

Auch wenn sich vielleicht einige Zuhörerinnen nicht vorstellen konnten einen Wildkräutersmoothie für sich zuzubereiten, so konnten doch bestimmt alle hilfreiche Impulse zur Vorbeugung, kritische Gedanken und Anregungen für einen sensibleren Umgang mit dem Thema mit nach Hause neh-

Vielen Dank Frau Kirschmann für diesen gelungenen und inspirierenden Abend!

## Pressespiegel

GESELLSCHAFT

## Wenn Kids im Olgäle aufwachen

Die Zahlen sind beängstigend hoch: 196 Jugendliche wurden letztes Jahr mit einer Alkoholvergiftung ins Olgahospital eingeliefert. Tendenz steigend. Dabei haben die jun-gen Trinker oft mehr als 2 Promille im Blut und sind nicht mehr ansprechbar - komatös.

r Tag danach, Sonntage Uhr im Olgahospital. "Saufen bis der Arzt kommt – das gehört mit zu den Sprüchen, die viele Jugendliche heutzutage so draufhaben", sagt Oberarzt Dr. Axel-Enninger kurz nach der Visite. In der Nacht von Samstag auf Sonntag wurden sechs Jugendliche ins Stuttgarter Olgile eingeliefert – 13, 14, 15, 16 und 17 Jahre alt. Alle mit mehr als 1,4 Promille Alkohol 2.3 Promille. Das ist nur die Soitze des Eisberges". sagt Paula Marinovic, Sozialarbeiterin bei Release, unzählige der Jugendlichen, die derzeit auf den Straßen trinken, sind weitaus besoffener - sie kollabieren aber nicht oder fallen sonst irgendwie unangenehm auf."

Marinovic und andere Sozialarbeiter, beispielsweise vom Klinikum oder der Suchtberatungsstelle Lagaya, besuchen am Samstag- und Sonntagmorgen regelmäßig die in die Aufnahmestation Oase eingelieferten Jungen oder Mildchen - und sprechen mit deren Eltern, wenn sie ihren Nachwuchs von der Station nach erfolgreicher medizinischer Versorgung und Ausnüchterung abholen dürfen.

Manche Eltern kommen enst gar nicht oder sagen. man solle die Kids mit dem Taxi nach Hause schicken", ärgert sich Oberarzt Enninger, "andere erscheinen erst gegen 11 Uhr, statt schon zur frühmorgendlichen Visite." Der Mediziner hat selbst drei Teenager zu Hause; er versteht dieses nachbissipe Verhalten von Erziehungsberschtigten nicht: "Eltern und Kinder müssen im Dialog bleiben man übernimmt als Mutter oder Vater doch Verant-



wortung. Außerdem sollte man klare Erziehungs-

Axel Enninger weiß, dass das exzessive Trinkverhalten vieler Jugendlicher mittlerweile durch alle soziale Schichten geht. "Dabei können schon in jungen Jahren die Weichen für ein späteres süchtiges Verhalten gestellt werden, was man als junger Mensch natürlich nicht realisieren kann." Deshalb ist die wochenendliche Arbeit von Paula Marinovic auch so wichtig. Sie sücht das Gespräch mit den Jugendlichen, versucht aber auch gleichzeitig. zwischen den Eltern und den betrunkenen Delin-

"Für die meisten Jugendlichen ist es ein Schock, im Krankenhaus aufzuwachen, viele reflektieren über ihr Verhalten, denn sie hatten einen solchen Ab-Wirkung des Modegetränks Wodka unterschätzt". weiß Marinovic. Im vergangenen Jahr wurden über 181 Jugendliche von den Sanitätern ins Olgäle ge- Laut einer Aufstellung des Olgäle gibt es vermutlich fahren. Die einzelieferten Trinker sind zwischen etwa 160 000 abhängige lugendliche. Im verganzwölf und 17 Jahre alt, der Alkoholpegel schwankt genen Jahr sei den Krankenschwestern im Olgäle zwischen einem und 3,5 Promille. Ihr subjektiver vor allem eines aufgefallen: Die angetrunkenen Ju-Eindruck: "In den vergangenen sechs Wochen hat gendlichen hätten mehr Gewaltpotenzial gezeigt, sich die Situation verschärft, mehr Schnapsleichen hätten mehr randaliert. "Ringkümpfe" veranstalte

haben - aber eigentlich wird das ganze Jahr vorgeglüht. Derzeit steht das Volksfest bevor, und vorher wird am Cannstatter Bahnhof gekippt, was runtergeht: Trotz fast schon flächendeckender Polizeikontrollen inden die Mädchen und Jungen Plätzchen für ihre Schnäpschen. Und brechen dann nach oder schon wähend des Bierzeltbesuches zusam-

nerlichen Temperaturen gelegen

Wer über 18 Jahre alt ist, zu viel Bier oder Wodks intus hat und von der Polizei oder den Sanitätern aufgefunden wird, muss die Nacht oftmals in der Ausnüchterungszelle verbeingen. "Ich sage immer zu den Mädchen und Jungen, sie sollen froh sein, dass sie noch zu uns ins Olgäle konnten - hier wachen sie in einem warmen Bett auf und nicht auf einer Matratze, inmitten ihres eigenen Erbrochenen\*, sagt Oberarzt Enninger.

Alkohol ist bei Kindem und Jugendlichen das häufigste Suchtmittel. Wodka steht an oberster Stelle. Dieser wird dann oft mit süßen Getränken, wie Eistee, Red Bull oder Fanta gemischt. Selten kämen Bier oder Wein infrage. Nach der Drogenaffinitätsstudie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) aus dem Jahr 2010 haben drei Viertel der 12- bis 17-Jährigen schon einmal Alkosturz keineswegs geplant, sondern lediglich die hol getrunken. Die Konsumgewohnheiten der Jugendlichen haben sich in den letzten Jahren stark verändert. Dies ist auch in Stuttgart spürber.

mussten in die Kinderklinik." Das mag an den som- man allerdings keine, so der Arzt. Käme es zu zumeist nicht: Saufen auf der Straße.

Handgreiflichkeiten - wie im vergangenen Jahr de Fall - dann werde die Polizei eingeschaltet. In den Kliniken des Landes wurden vor vier Jahren insgesamt 4014 Kinder und Jugendliche im Alter von 11 bis 19 Jahren behandelt, weil sie übermäßig Alko-Landesamt Stuttgart 342 oder neun Prozent mehr als 2007. Damit hat sich die negative Entwicklung der vorangegangenen Jahre fortgesetzt. Besonders gefährdet seien demnach 16-Jährige. Man beobachte allerdings zunehmend, dass immer mehr Jugendlich unter 14 und 15 Jahren zur Flasche

Über die Gründe wurde schon oft spekuliert Jugendliche verbinden Alkoholtrinken zunächst mit Spaß haben. Dabei werden sie lockerer und enthemmter - das Leben ist lustiger", so Stree kerin Marinovic. Sie registrieren indes nicht die Warn- und Stoppsignale des Körpers: "Wodka-Mixgetränke hauen rein und um." Gräbt man aller dings etwas tiefer, kommen oftmals soziale und psychische Probleme zum Vorschein, weiß Marinovic. "Zunächst einmal fehlen in vielen Elternhäusern die Väter - entweder weil sie zu viel arbeiten und kaum Zeit für den Nachwuchs haben oder weil die Kinder und Jugendlichen eben aus klassischen Scheidungsfamilien kommen." Generell erlebt die Sozialarbeiterin, dass Jugendlichen kaum noch Grenzen gesetzt werden. "Leistungsdruck in der Schule und Angst vor der Zukunft tun ein Obriges." Außerdem suggeriere die Werbung nach wie vor Lifestyle. Zuhause wird von den Erwachsenen oft vorgelebt, was die Kids dann auf der Straße ausleben. Saufen bis der Krankenwagen kommt. Auch Abgrenzungsgeschichten spielen dabei eine Rolle-Wo Mütter und Töchter die gleichen Klamotten tragen, Söhne und Väter zu den gleichen Konzerten geben, da bleibt nicht mehr viel Raum zum Rebellieren für den Nachwuchs. Eines tun die Eltern

einund20 / September 2012

22 MARA MARA 2

## MARA Betreutes Wohnen - Statistik 2012



von STEPHANIE BIESINGER Leitung MARA

## Betreute Wohngemeinschaften MARA I und II

Im Jahr 2012 haben wir in unseren Wohngemeinschaften insgesamt 30 Frauen betreut. 6 dieser Frauen sind im Laufe des Jahres intern umgezogen - in der Regel von MARA I in das höherschwelligere MARA II-Angebot. In unserem Statistikprogramm wurden somit 36 Fälle (d.h. Personenauftritte) erfasst, auf die sich die nachfolgenden Daten beziehen.

17 Frauen haben bereits im Vorjahr bzw. in den Vorjahren im Rahmen des Betreuten Wohnens Unterstützung erfahren. 19 Frauen wurden 2012 neu aufgenommen. 17 Frauen

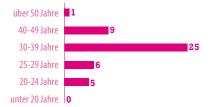
haben das Wohn- und Betreuungsverhältnis in MARA beendet. Die verbleibenden 19 Frauen werden auch im Jahr 2013 durch ihre Bezugsbetreuerinnen weiter betreut.

#### Mara Individual und Begleitetes Wohnen

Insgesamt 10 Frauen haben wir im Jahr 2012 im Rahmen dieser Angebote betreut. Eine Frau hat in 2012 die Maßnahme beendet, 5 weitere Klientinnen sind neu hinzugekommen. 9 Frauen werden auch in 2013 weiter unterstützt.

#### Altersstruktur (bei Betreuungsbeginn)

Die betreuten Klientinnen (alle Angebote) waren zwischen 21 und 49 Jahren alt. Etwa die Hälfte der Frauen waren bei Einzug zwischen 30 und 39 Jahren alt.



#### Schul- und Berufsausbildung

Der überwiegende Teil unserer Klientinnen verfügt über einen Schulabschuss. 67 % besitzen den Hauptschulabschluss, 15 % die Mittlere Reife bzw. fachgebundene Hochschulreife. Allerdings haben auch 15 % der Frauen keinen Schulabschluss erreichen können.

Mehr als drei Viertel der Klientinnen - 78% - haben keine abgeschlossene Berufsausbildung. 22% konnten einen praxisbezogenen Berufsabschluss erreichen.

#### Wohnsituation vor Hilfebeginn

Diese Angaben beziehen sich nur auf unsere Klientinnen in den Wohngemeinschaften, da die Betreuungen in den Angeboten MARA Individual und Begleitetes Wohnen eigenen Wohnraum voraussetzen.



Mit stationären Einrichtungen sind insbesondere Entgiftungseinrichtungen und Fachkliniken (Abbruch der stationären Therapie bspw. bei Rückfälligkeit) gemeint. Die bereits erwähnten internen Umzüge finden sich in den Ambulant betreuten Wohnformen wieder.

#### **Anzahl der Kontakte**

Zur Klärung ihrer aktuellen Probleme nahmen die Klientinnen 1159 Kontakte zu ihren Betreuerinnen in Anspruch. Im Detail waren dies:

- 666 Einzelgespräche und 309 Gruppenkontakte vor Ort in den Wohngemeinschaften
- 93 Kontakte in unseren Büroräumen in der LAGAYA-Geschäftsstelle
- 91 Kontakte in anderen Institutionen wie Kooperationsgespräche, Besuche im Krankenhaus und in der JVA, Begleitungen zu ÄrztInnen, Ämtern, Gerichten etc.

#### Beendigung der Maßnahme

17 Frauen haben in 2012 die Betreuungsmaßnahme in den MARA Wohngemeinschaften beendet. Die Art der Beendigung war:



Die Maßnahme planmäßig beendet haben 6 Klientinnen: 3 davon konnten eigenen Wohnraum beziehen. Eine Frau begann eine stationäre Langzeittherapie. In 7 Fällen wurde das Betreuungsverhältnis durch Abbruch seitens MARA bzw. der

Klientin beendet. In diesen Fällen wurden die Frauen innerhalb des Stuttgarter Hilfesystems in Wohnangebote bzw. Notunterkünfte vermittelt. Die 6 Vermittlungen innerhalb des Hilfesystems fallen auf interne Umzüge (MARA I nach MARA II) bzw. auf Klientinnen, die zwar eigenen Wohnraum gefunden haben, aber noch (intensive) Weiterbetreuung durch ihre Bezugsbetreuerin benötigen.

#### Betreuungsdauer der Beenderinnen

8 Frauen wurden bis zu 6 Monate in MARA betreut (mit 2 Frauen musste das Betreuungsverhältnis seitens MARA in den ersten vier Wochen beendet werden). 3 Klientinnen wurden bis zu 12 Monate in MARA betreut, 2 Frauen bis zu 24 Monate. 4 Frauen hatten eine Verweildauer von über zwei Jahren im betreuten Wohnen.

#### WAS UNS NOCH BESCHÄFTIGT HAT IM JAHR 2012...

#### Abschied und Neubeginn im MARA Team

Tanja Schmid und Andrea Carter haben das Team zum Jahresende 2012 verlassen. Die Nachfolge von Tanja Schmid als Einrichtungsleitung und in der Wohnbetreuung trat Stephanie Biesinger an. Für Andrea Carter fand sich mit Viktoria Kudec ein vertrautes Gesicht. Sie hat während ihres 3jährigen Studiums an der Dualen Hochschule Baden-Württemberg bereits bei MARA ihre praktische Ausbildung absolviert.

Auch Nicole Stutzki ist zum 29.02.13 ausgeschieden. Für sie wird nun Bettina Schöpke ins MARA-Team kommen. Wir danken den langjährigen Kolleginnen sehr für ihre engagierte Arbeit und werden sie vermissen.

#### Besuch von Fachkolleginnen aus Slowenien

Vom 21.-22.06.2012 erhielten wir im Rahmen einer Exkursion Besuch von zwei Fachkolleginnen aus Ljubljana/Slowenien, zu denen bereits seit längerer Zeit ein E-Mail-Kontakt bestand und die sich sehr für unsere Einrichtung MARA und einen fachlichen Austausch interessierten. Im Juni hatten wir nun die Gelegenheit, uns persönlich kennen zu lernen. Die beiden slowenischen Sozialpädagoginnen arbeiten in Ljubljana in einem Frauenhaus, welches bis zu 8 drogenabhängigen und substituierten Frauen Zuflucht und sozialpädagogische Betreuung bietet (»Frauenhaus für Benutzerinnen von verbotenen Drogen, die Opfer von Gewalt sind«). Das Frauenhaus ist ein Projekt der Organisation »Stigma – Society for reducing harm due to drugs«, welche im Bereich der akzeptierenden Drogenarbeit tätig ist. Neben MARA besichtigten unsere Besucherinnen noch weitere Einrichtungen der Stuttgarter Wohnungsnotfallhilfe und des Suchthilfesystems. Insgesamt war es ein sehr

spannender und bereichernder Austausch, bei welchem uns die beiden Sloweninnen unter anderem mit ihren fließenden Deutschkenntnissen beeindruckten.

## Gedenktag für verstorbene Drogenabhängige / 21.07.2012

Im Jahr 2012 stand der Stuttgarter Gedenktag für verstorbene Drogenabhängige unter dem Motto »Leben akzeptieren - Sterben verhindern. Substitution reicht nicht!«. Mit diesem Motto wollte das Aktionsbündnis (s.u.) auf die vorhandenen Problematiken in Zusammenhang mit der Substitutionsversorgung aufmerksam machen. Thematisiert wurden unter anderem folgende Kritikpunkte: Zu wenig Substitutionsplätze, übervolle Substitutionspraxen, keine freie Arztwahl möglich, Schwierigkeiten qualifizierte Nachwuchskräfte zu gewinnen, aufgrund der starken Reglementierungen in der Betäubungsmittelverordnung, Erschwerung der Aufnahme einer Beschäftigung für Substituierte durch Vorschrift der täglichen Sichtkontrolle, notwendiger Ausbau und bessere Vernetzung der Unterstützungssysteme (Wohnmöglichkeiten, Betreuungsangebote, Arbeitsmöglichkeiten, Tagesstrukturierende Angebote).

Im Vorfeld fand am 17.07.2012 zu dieser Thematik eine Podiumsdiskussion im Haus der Katholischen Kirche statt, zu welcher VertreterInnen der Landespolitik, der Stadt Stuttgart, der SubstitutionsärztInnen, der Drogenhilfe sowie der Betroffenen eingeladen wurden. Die Veranstaltung wurde gut besucht und endete mit eindringlichen Appellen, die Integration und gesellschaftliche Teilhabe drogenabhängiger Menschen zum Thema der Kommunalpolitik zu machen.

Am Gedenktag selbst gab es wie bereits im vorherigen Jahr ein gemischtes Programm aus musikalischen und rednerischen Beiträgen auf dem Stuttgarter Marktplatz. Die Schirmherrschaft übernahm dieses Jahr Frau Katrin Altpeter, Ministerin für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren. Begleitet wurde das Programm durch pantomimische Einlagen der Wilden Bühne. Zum Abschluss ließ man in Gedenken an die verstorbenen Drogenabhängigen nach einem Gottesdienst in der Leonhardskirche schwarze Luftballons in den Himmel steigen. (s. auch Presseartikel auf S. 24)

Das Aktionsbündnis »Gedenktag für verstorbene Drogenabhängige Stuttgart« besteht aus folgenden Organisationen: AIDS-Hilfe Stuttgart e.V., Caritasverband für Stuttgart e.V., Die Brücke – Seelsorge für AIDS- und drogenkranke Menschen, LAGAYA – Verein zur Hilfe suchtmittelabhängiger Frauen e.V., release Stuttgart e.V., JES – Junkies, Ehemalige, Substituierte Stuttgart e.V. und LEDRO – Leben mit Drogenkranken.

MARA MARA

## Erfahrungen mit der Substitutionsbehandlung

Die Substitutionsbehandlung wird zur Behandlung der Opioidabhängigkeit (insbesondere von Heroin) eingesetzt, die als eine der schwerwiegendsten chronischen Erkrankungen gilt. Unter Substitution versteht man die Einnahme eines Drogenersatzstoffes, welcher von einem zugelassenen Substitutionsarzt verschrieben wird.



von NICOLE STUTZKI Dipl. Pädagogin

Die am häufigsten eingesetzten Substitutionsmittel sind Methadon und Subutex® (Wirkstoff Buprenorphin). Beides sind Opioide, die eine stark schmerzlindernde Wirkung haben, ohne jedoch einen »Kick« auszulösen. Zwar rufen auch sie eine Abhängigkeit hervor, können jedoch unter ärztlicher Kontrolle gut dauerhaft eingenommen werden. Mögliche Nebenwirkungen wie Müdigkeit, Schlafstörungen, Übelkeit, starkes Schwitzen, sexuelle Stö-

rungen verschwinden i.d.R. nach längerer Einnahmezeit. Bei der Substitution geht es an erster Stelle darum, das Überleben der Betroffenen zu sichern. Die Lebenssituation von akut drogenabhängigen Menschen ist geprägt von hohen gesundheitlichen Risiken, einer hohen Sterblichkeitsrate, Arbeitslosigkeit, Wohnungslosigkeit, sozialer Isolation und Beschaffungskriminalität. Mithilfe der Substitution sollen negative Folgeerscheinungen der Drogenabhängigkeit reduziert und eine gesundheitliche und soziale Stabilität der Betroffenen erreicht werden. Die Substitutionsbehandlung trägt z.B. zur Verbesserung der gesundheitlichen Situation der Drogenabhängigen bei, da das Substitut keine Verunreinigungen enthält und oral unter ärztlicher Kontrolle eingenommen wird. Dadurch werden die gesundheitlichen Gefahren durch verunreinigte Drogen (z.B. Milzbrand) und das Risiko der Infektion mit HIV und Hepatitis C durch gemeinsame Spritzennutzung reduziert. Der Alltag von Drogenabhängigen ist überwiegend davon bestimmt, die Drogen und das nötige Geld dafür zu beschaffen. Ein Abrutschen in Prostitution und Beschaffungskriminalität ist vorprogrammiert. Die Substitutionsbehandlung entlastet hier die Betroffenen zeitlich und finanziell und ermöglicht dadurch eine gesellschaftliche und berufliche Reintegration sowie eine Verringerung kriminellen Verhaltens.

In Stuttgart gibt es 898 Substitutionsplätze (Stand 12/2012), die sich auf mehrere Praxen niedergelassener ÄrztInnen und zwei Schwerpunktpraxen verteilen. Zu nennen sind hier zum Beispiel: die Schwerpunktpraxis für Suchtmedizin von Dr. Zsolnai, die Substitutionsambulanz der Caritas unter Leitung von Dr. Parys oder die Gemeinschaftspraxis von Dr. Ulmer/Dr. Frietsch/ Dr. Müller. Jedoch reichen die vorhandenen Plätze nicht aus: die Substitutionspraxen sind übervoll und es kann zu längeren Wartezeiten bis zur Aufnahme in ein Substitutionsprogramm kommen. Aufgrund der strengen Reglementierungen in der Betäubungsmittelverordnung fehlen auch die dringend benötigten

Unsere Betreute Wohneinrichtung MARA ist speziell für drogenabhängige und substituierte Frauen konzipiert. Die große Mehrheit der Bewohnerinnen nimmt an einem Substitutionsprogramm teil. Viele blicken auf eine langjährige »Drogenkarriere « zurück und können sich ein komplett »cleanes « Leben nicht mehr vorstellen. Eine dauerhafte stabile Substitution ohne Beikonsum ist für sie dagegen durchaus eine realistische Perspektive, die ihnen ein relativ »normales« Leben sowie gesundheitliche und psychische Stabilität ermöglicht.

Begleitend zur Substitution ist eine psychosoziale Betreuung

## Pressespiegel Gedenktag für verstorbene Drogenabhängige am 21. Juli 2012

#### "SUBSTITUTION REICHT NICHT!"

eit 2004 organisiert in Stuttgart das Aktionsbündnis "Gedenktag für verstorbene Drogenabhängige Stuttgart" Veranstaltungen und Aktionen zum Gedenktag am 21.07. Für die diesjährige Veranstaltung, die unter dem Motto: "Leben akzeptieren -Sterben verhindern. Substitution reicht nicht!" stand. übernahm Frau Katrin Altpeter. Ministerin für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren die Schirmherrschaft.

Bereits am Dienstag, den 17. Juli 2012, fand im Haus der Katholischen Kirche eine PODIUMSDISKUSSION mit Vertretern der Landespolitik, der Stadt Stuttgart, der Substitutionsärzte, der Drogenhilfe und der Betroffenen statt.

Auf dem Podium diskutierten u.a. Isabel Fezer (Bürgermeisterin für Sozi- ter AIDS-Seelsorgenden gefeiert.

ales, Jugend und Gesundheit der Lan deshauptstadt Stuttgart), die Sucht-und Drogenpolitischen Sprecher der Gemeinratsfraktionen Verena Wollmann-Wohlleben (Ärztin und Vorsitzende der Suchtmedizinischen Arbeitsgemeinschaft in Stuttgart) und Markus Auer (JES Stuttgart e.V.). über die aktuelle Situation der Substitutionsbehandlung. Vertre ter des Aktionsbündnis machten darauf aufmerksam, dass sich zunehmend weniger Arzte am Substitutionsprogramm beteiligen, da die geltenden Regelungen des Betäubungsmittelgesetzes die Handlungsfreiheit der Ärzte stark einschränken.

Am 21. Juli selbst starteten vor dem Musik und-Kultur-Statements. Zum Abschluss des Gedenktages wurde in der Stuttgarter Leonhardskirche ein Gedenkgottesdienst für verstorbene DroebraucherInnen mit den Stuttgar



Drogenkurier / August 2012

vorgeschrieben, welche von DrogenberaterInnen entweder in der Substitutionspraxis vor Ort oder in Beratungsstellen angeboten wird (wie z.B. in der Frauen-Sucht-Beratungsstelle von Lagaya e.V.). Da viele Drogenabhängige zusätzlich komorbide Störungen aufweisen (z.B. Depression, Borderline-Persönlichkeitsstörung, Angststörungen, Psychosen) wird in einigen Substitutionspraxen zudem eine psychiatrische Sprechstunde angeboten. Die Betroffenen kommen i.d.R. täglich zum »Abschlucken« (orale Einnahme des Substituts) und zur sogenannten Sichtkontrolle in die Praxis.

Ein Problem stellt der Beikonsum mit anderen Substanzen dar, welcher in Wechselwirkung mit dem Substitut lebensgefährlich sein kann. Wir beobachten bei unseren Klientinnen vor allem einen Beikonsum von Alkohol, Benzodiazepinen (Schlaf- und Beruhigungsmittel) oder Lyrica®, welcher die Wirkungen des Substituts verstärken soll. Auch werden Methadon und Subutex® zusätzlich illegal auf dem Schwarzmarkt erworben, um sie intravenös zu konsumieren und so den gewünschten »Kick« zu bekommen. Zwar finden in den Substitutionspraxen regelmäßig Urin- und Alkoholkontrollen statt, dennoch ist es schwierig, den Beikonsum ganz einzudämmen. Nachteilig ist in diesem Zusammenhang für manche Frauen die räumliche Konzentration der Drogenabhängigen in den Schwerpunktpraxen, die es ihnen erschwert, einen Ausstieg aus der Drogenszene zu finden. Auch reicht die Substitution allein natürlich nicht aus. Von zentraler Bedeutung ist es, die Betroffenen wieder in die Gesellschaft und ins Arbeitsleben zu integrieren und sie dabei zu unterstützen, eine neue Lebensperspektive für sich zu entwickeln.

An diesem Punkt setzt unser Betreutes Wohnangebot MARA an. Wir unterhalten eine gute Kooperation zu den Substitutionsärzten und DrogenberaterInnen unserer Klientinnen. Die Bewohnerinnen werden individuell und bedarfsorientiert dabei unterstützt, ihre Ziele zu erreichen und ein weitgehend selbständiges, stabiles Leben zu führen. 🎒

### **Pressespiegel**

## Die schwierige Suche nach neuen Räumen

s-sad Die Klientel der Suchtberatungsstelle Lagaya ist oft. unerwünscht. Ein Umzug scheiterte bisher. Von Heike Armbruster

starke Emotionen bei Immobilieneigentümern ausgelöst, dass ein Umzug für Laguya dadurch bisher unmöglich war. Lagava ist eine städtisch anerkannte Beraungsstelle für suchtkranke Frauen in der Nähe des Marienplatzes, Getragen vom amigen Verein dient sie als Anlaufstelle für Mädchen und Frauen mit Essstörungen, Alkohol- und Drogenproblemen. Nicht dass es nicht auch potenzielle Vermieter gegeben hätte, die dem Verein Räuietet hätten, sagt Ulrike Ohnmeiß, die Geschäftsführerin von Lagaya, diese Immobilien seien allerdings entweder nicht barrierefrei oder zu teuer gewesen.

Vor zwei Jahren sollte die Beratungsstelle beispielsweise an der Kriegsbergstraße unterkommen. Die Stadt hatte nach langem Ringen beschlossen, dort ein ehemaliges Handels- und Geschäftshaus an mehrere Suchtberatungsstellen zu vermieten. Für alle interessierten Träger reichte der Platz allerdings nicht, deshalb sucht LaGaya seither eigenständig weiter. Doch die räumliche Enge an der Hohenstaufenstraße, wo die Beratungsstelle untergebracht ist, wird zu einer immer größeren

Die knapp 300 Quadratmeter, die Lagaya nutzt, sind auf jeweils zwei Ebenen in zwei nebeneinander liegenden Häusern verteilt. Neben der Beratungsstelle ist dort auch das Büro von Mara, der Wohnungsnotfallhilfe von Lagaya, untergebracht. Der Raumbedarf wächst beständig, auch weil inhaltliche Angebote machen möchte, insbesondere vormittags.

"Wir improvisieren, aber der Druck neue Räume zu suchen, nimmt zu", sagt Ulrike Ohnmeiß. Es habe sich in der Vergan- Beratungsstellen Geht es um genheit gezeigt, dass der Austausch unter- die Sucht nach legalen und ieinander für Frauen mit Suchtproblemen legalen Drogen, Essatörungen zunehmend an Bedeutung gewinne, erklärt sowie Kaufsucht, unterstützen die Geschäftsführerin von Lagaya. Dumit die Mitarbeiterinnen von La-solche Gesprüchsgruppen sich überhaupt gaya sowohl betroffene Frauin einem geschützten Rahmen treffen kön- en, als auch Angehörige und nen, begännen beispielsweise die Mitarbeiterinnen von Lagaya ihre Arbeit später, ken Für Mädchen gibt es mit schildert Ohnmeiß. Doch so könne der zu- "Mädchen Sucht Auswege" sätzliche Roumbedarf nicht dauerhaft ge-löst werden, zumal die Räume nahe des 1986 ist Lagaya eine städtisch Mazienplatzes nicht behindertengerecht anerkannte Beratungsstelle.

is Wort Suchtberatungsstelle hat sind. Der Verein sucht deshalb nach einem in der Vergangenheit vielfach so passenden Gebäude, wo sich alle Prauen, die die Hilfe von Lagaya brauchen, willkommen fühlen können. Das ist für Ohnmeiß schon deshalb wichtig, weil der Großteil der Frauen freiwillig den Weg der Bera-

tung wählt. Mehr als die Hälfte der Klientinnen will Essstörungen oder Alkoholprobleme über-winden. "Gerade wenn es um Essstörungen laufstellen", erläutert Ohnmeiß. Doch auch bei Alkoholproblemen sei es wichtig, dass die Beroter mit bestimmten femininen

Frauen, die zum Alkoholismus neigten seien oftmals einsam und verheimlichten ihre Sucht so gut wie irgend möglich – egal ob vor dem Arbeitgeber oder auch vor der eigenen Familie. Oft fehle die Unterstützung des Partners, wenn es darum geht, Probleme zu überwinden, sagt Ohnmeiß. Während zwei Drittel der Münner mit Alkoholproblemen auf ihre Partnerin bauen könnten, sei das umgekehrt nur bei einen Drittel der alkoholkranken Frauen der Fall "Zudem sind Frauen generell zwar motiviert, an ihren Problemen zu arbeiten zweifeln aber stärker daran, dass ihnen das tatsächlich gelingen wird", berichtet Ohn-meiß. Für die Geschäftsführerin und ihre nen ist es deshalb immer Klientinnen zu stärken.

Bei Frauen, die nach Herotn und andeillegalen Substanzen süchtig sind, bie- allem bei Substitutionsprogrammen wichtet Lagavanicht nur Gespräche in der Bera-tig und für diese eigneten sich die Klientintungsstelle an, sondern arbeitet auch in- nen von Lagaya vielfach, weil sie von sich tensiv mit Arzten zusammen. Das sei vor aus an ihrer Sucht arbeiten wollen

sowohl per E-Mail um Unterder Verein sein Arbeitsgebiet stützung bitten, wie auch sich erweitert. Zusätzlich zur amin Gruppen- oder Einzel-Chats. bulanten Beratung wurde Ma von den Mitarbeitern von Lagaya beraten lassen. ra gegründet. Diese Form des betreuten Wohners soll dro-Kontakt Telefonisch sind die

> Beratungsstellen über 6.40 54 90 zu erreichen Unter www.lagaya.de stehen die E-Mail-Adressen der ein zelnen Einrichtungen sowie weitere Informationen, hea

arbeiterinnen der Beratungsstellen gelun line-Beratung ist Teil der normalen Bera sagt Ohnmeiß. Sie erklärt das damit, dass ee rinigen Menschen leichter fällt, Probleme in der Anonymität des Internets anzustre chen. "Einige Frauen sind über die Brücke Online-Bergtung erst in unsere Bergtungs stelle nahe des Marienplatzes gekommen erzählt sie. Die Erfahrungen mit Onlinseien deshalb sehr positiv. Ein Ersatz für die Beratungsstelle in der Realität ist das Internet für Ohnmeiß jedoch nicht, vielmehr ein flankierendes Angebot, Deshall geht die schwierige Suche nach neuen Räu-

Seitdem der Verein über die ARD-Fern-

schlotterie Geld bekommen hat, um eine

Internetseite aufzubauen, ist es den Mit-



auch wichtig, das Selbstbewusstsein ihrer. Aus Augst vor einem gesellschaftlichen Stigma verheimlichen alhabolkrunke Frauen ihre Sucht viel störker als Männer.

Betreutes Wohnen 1992 hat genabhängigen Frauen wie auch Frauen im Substitutionsprogramm die Möglichkeit geben, ihr Leben neu zu ordnen.

können Mädchen und Frauen

Stuttgarter Zeitung / 13.12. 2012

MARA 27

## Suchtabhängig, psychisch krank & wohnungslos - Ein Mensch zweiter Klasse?

Unsere MARA-Klientinnen sind in erster Linie drogenabhängig bzw. substituiert und von Wohnungslosigkeit betroffen, wenn sie uns aufsuchen. Doch nach nur kurzer Zeit stellt sich für uns heraus, dass diese Frauen oftmals mit zusätzlichen Krankheiten zu kämpfen haben. Psychiatrische Erkrankungen, aber auch Infektionserkrankungen wie beispielsweise HIV oder Hepatitis C, sind leider keine Seltenheit.



#### von VIKTORIA KUDEC Sozialarbeiterin (BA)

Der Ansatz einer Depression oder Angststörung bis hin zur festgestellten Diagnose ist bei vielen unserer Frauen gegeben. Depressionen (auch affektive Störungen genannt) gehören heutzutage zu den häufigsten Formen psychiatrischer Erkrankungen und treten oft im Zusammenhang mit einer Suchtabhängigkeit auf. Depressive Erkrankungen oder aber Anzeichen einer Depression (wie z.B. Niedergeschlagenheit, Traurigkeit, Verlust von Freude und Antrieb, Schlafstörungen)

sind unter den MARA-Klientinnen weit verbreitet, jedoch sind sie nicht bei allen durch einen Arzt diagnostiziert worden. Das bedeutet auch, dass nicht alle Frauen aufgrund dessen in ärztlicher Behandlung sind. Bei vielen steht die Drogenabhängigkeit im Vordergrund, sodass weitere psychische Störungen zweitrangig behandelt werden. Ob sich die affektiven Störungen vor der Sucht entwickelt haben oder eine Begleiterkrankung darstellen, kann im Nachhinein nur schwer nachvollzogen werden.

Neben den Depressionen spielen auch Angststörungen eine erhebliche Rolle bei den MARA-Klientinnen. Ein nicht unwesentlicher Teil der Frauen ist davon betroffen. Angststörungen zeigen sich darin, dass die Klientinnen bestimmte Situationen oder Gespräche bewusst meiden und verhindern. Der Gang zur Behörde oder anderen Institutionen ist für viele gar nicht oder nur in Begleitung möglich. Es herrschen überwiegend Ängste, als »Junkie« verurteilt und zurückgewiesen, nicht ausreichend beachtet oder diskriminiert zu werden. Und auch Versagensängste, den Erwartungen der anderen nicht gerecht zu werden, wirken sich auf die Betroffenen belastend aus. Darüber hinaus zeigen viele Frauen, dass sie eine große Angst hinsichtlich ihrer eigenen Gesundheit und ihrer weiteren Zukunft haben. Sowohl die Angst, als auch die Depression können zusätzlich zur Sucht den Lebensalltag der MARA-Klientinnen stark beeinträchtigen und sie in ihrem Tun und Handeln einschränken.

Im Rahmen einer Bachelorthesis wurde mit einer MARA-Klientin, welche substituiert und an HIV und Depressionen erkrankt ist, ein Interview geführt. Mit folgendem Auszug beschreibt sie ihre psychische Verfassung unter ihren chronischen Mehrfacherkrankungen:

## Die ganzen Nachteile die du mir jetzt erzählt hast, wie wirkt sich das auf die Psyche aus?

Oh, das ist bei mir gerade jetzt noch schwierig zu sagen. Schlecht natürlich, ganz schlecht. Aber ich setze mich kaum damit auseinander, das ist halt das. Weil ich immer denke: »Nein, es geht weiter.« Ich versuche mich positiv zu beeinflussen und es geht auch meistens, oder ich drücke es einfach bloß weg, das weiß ich nicht. Das ist schwer zu sagen. Aber psychisch ist es schon eine große Belastung.

#### Also dass du es verdrängst gerade?

Ja. Aber ich denke halt, ich muss damit leben, deswegen brauche ich nicht die ganze Zeit darüber nachdenken irgendwie. Es ist einfach da jetzt, und ich muss halt gucken, dass ich die Sachen die ich machen kann, mache, und dann ist es auch psychisch auszuhalten. Also, ich habe mich relativ gut damit arrangiert im Kopf, dass ich es gut hinkriege.

#### Okay.

Depressionen hatte ich früher schon, von dem her... Da weiß ich jetzt nicht, kommen sie daher oder daher.

#### Wie früher? Vor der HIV-Erkrankung?

Ja.

#### Okay. Und wie wirkt sich das dann auf den Alltag aus? Bist du da beispielsweise gehemmt in manchen Dingen?

Manchmal ja, manchmal ist es extrem. Kommt dann immer darauf an: Bin ich jetzt gerade stabil, bin ich gerade stark? Habe ich schon abgeschluckt? Bin ich schon fit und so, oder bin ich jetzt gerade richtig down? Dann kann es auch sein, dass ich Angstzustände krieg deswegen. Also das kann auch passieren. Aber das ist eher die Seltenheit, Gott sei dank.

#### Und das äußert sich dann wie?

Ich kann so gut wie auf niemanden zugehen oder ich kann eigentlich gar nicht auf jemanden zugehen dann. Ähm, und ich habe dann halt auch, ich fühle mich wie eingesperrt dann irgendwie.

#### Isoliert so, von der Außenwelt?

Ja, ja. Weil ich habe dann schon alleine Angst mit jemandem zu reden, weil irgendwann kommt dann das Thema vielleicht doch wieder und, ja, da will ich dann eigentlich bloß ins Bett und unter die Decke.

#### Okay, alleine sein?

Ja. Ist glaube ich aber, das kommt immer wieder vor, also... Aber ist Gott sei dank die Seltenheit bei mir. [...]

Zu den Erkrankungen, die die Frauen sehr belasten, kommen häufig noch Stigmatisierung und Diskriminierung hinzu. Dies bedeutet, zusätzlich zu den eigenen Erkrankungen, einer enormen Belastung ausgesetzt zu sein. Suchtabhängige stellen häufig Außenseiter der Gesellschaft dar, die eigene Erkrankung wird ihnen als Selbstverschulden zugesprochen. Bestehende Vorurteile können dazu führen, dass Klientinnen weniger Chancen auf dem Arbeitsmarkt haben, keine intakten sozialen Beziehungen außerhalb der Szene führen, nicht selbstsicher sind und sich in die soziale Isolation begeben. Eine erhöhte Sensibilität für dieses Klientel würde sich jedoch positiv auf die psychische Verfassung der einzelnen Frauen auswirken. Im Interview beschreibt die MARA-Klientin dies u.a. folgendermaßen:

#### Welchen Vorurteilen bist denn du schon begegnet?

Also ähm, jetzt rein die Substitution, okay, das sieht ja keiner. Aber du kannst halt nicht so, wie jeder wo frei wäre, weil du ja täglich da hin musst oder, ja, darfst es auch eigentlich nicht mit dir herumtragen. Also wenn du jetzt Take-Home hast, solltest du es eigentlich Daheim lassen, im Kühlschrank –

#### Die Medikamente?

Ja. Ähm, da ist es schwierig. Du kannst nicht einfach mal ausmachen, so und so, weil du musst immer planen...das ist... und dann merken die das dann, das du da stockst irgendwie und dann kommt schon die Frage: »Warum geht das nicht?« Und dann muss man das erklären und dann ziehen sich manche dann auch, was heißt zurück, ne, du siehst das dann. Der Blick verändert sich und du bist ein Mensch zweiter Klasse, definitiv.

#### Was heißt die? Wen meinst du mit die?

Das ist egal wo, das ist egal in welchem Bereich. Also bei cleanen Leuten jetzt halt. Egal ob es jetzt Ämter sind oder so. Du bist als, jetzt als Erkrankte habe ich noch keine schlechten Erfahrungen gemacht, aber als Druffi habe ich schlechte Erfahrungen gemacht.

#### Okay.

Du bist einfach, du bist Mensch zweiter Klasse, das ist so. Du wirst einfach ganz niedrig eingestuft. Und du hast das so zu machen, weil du hast ja schließlich den ganzen Tag Zeit. Obwohl

du ja eigentlich auch einplanen musst, du musst da und da hin. Wenn das jetzt blöde Uhrzeiten sind, wenn du jetzt zum Beispiel... ich habe das Glück, ich bin in einer Apotheke. Ich kann von bis abschlucken und habe einen großen Spielraum wann ich hingehen kann. [...] Ich kann es mir also einteilen. Dann gibt es aber andere, die sind bei Ärzten, wo sie bloß eine halbe Stunde Zeit haben für mittags und aber in der Zeit, wenn sie da nicht da sind, dann kriegen sie nachher nichts mehr, obwohl der Arzt offen hätte. Aber es ist so, du bist derjenige, du musst da da sein und bist du nicht da, dann hast du Pech gehabt. Hast du jetzt aber einen Termin auf dem Amt oder so, das ist halt auch wieder und das, ja geht nicht, funktioniert dann halt nicht. Und deswegen kommt das dann öfters mal, du musst deinen Termin verschieben oder so, und das sehen die dann nicht ein, weil du musst ja Zeit haben. Du bist der Junkie, du musst Zeit haben. Du bist doch im Programm. Also was willst du, du kannst dich doch bewegen die ganze Zeit.

#### Also wird man so abgestempelt?

Ja du kannst, ja, weil du nicht immer so kannst wie die denken, weil du ja eh bloß rumlost, so auf die Art. Und das kriegst du zu spüren. Das ist einfach, ja, ich kann jetzt nicht sagen wie du es zu spüren kriegst, aber du kriegst das zu spüren. Da verändern sich die Blicke und ja, das ist ganz blöd.

## Wie, dass man weniger Wert ist? Das wird ausgestrahlt?

Ja genau. Und wenn dann allerdings die Krankheit ins Spiel kommt, dann kann sein, dass sie mal wieder einen mitleidigen Blick dazu bringen oder so.

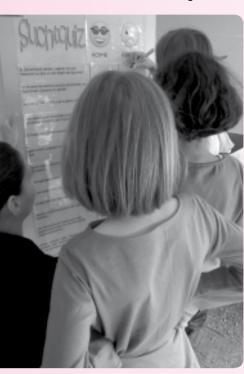
#### Die HIV-Erkrankung meinst du jetzt?

Ja. Oder, oder sie denken: »Ha, selber schuld. Druffi. Drogen. Bist selber schuld. Hast doch gewusst was du machst.«, so auf die Art. Aber gewünscht hat sich das bestimmt keiner von uns. [...]

Die Klientinnen von MARA sind wie gesagt nicht »nur« suchtkrank. Depressionen, Angststörungen, Wohnungslosigkeit,
Hepatitis C oder HIV können die Frauen zusätzlich belasten.
Und dies ist nur ein Bruchteil dessen, womit sie neben ihrer
Sucht leben müssen. Des Weiteren werden sie oftmals von der
Gesellschaft ausgegrenzt und stigmatisiert, was eine erneute
Belastung darstellen kann. Das MARA-Team versucht in der
Wohnbetreuung die körperliche und psychische Verfassung der
Frauen zu verbessern, indem wir ihnen unterstützend, beratend
und begleitend zur Seite stehen. Überdies setzen wir uns für die
Klientinnen ein, um Stigmatisierung und Ausgrenzung abzubauen sowie vorzubeugen. Denn niemand möchte sich wie ein
Mensch zweiter Klasse fühlen.



Das »Auswege«-Jahr 2012 stand nach dem Weggang der bisher langjährigen Mitarbeiterin Maren Schusser und einer gleichzeitigen, im Doppelhaushalt 2012/2013 beschlossenen Personalaufstockung, ganz im Zeichen der teaminternen Veränderung, Erweiterung und den daraus resultierenden An- und Herausforderungen.



Denn da das Team von Mädchen.Sucht. Auswege sich bisher aus lediglich zwei Mitarbeiterinnen (in Teilzeit) zusammenbedeutete setzte, das Ausscheiden der Kollegin auch einen Bruch der zumeist persönlichen Kontakte zu den Mädchen und zu den Kooperationspartnerlnnen

Für die neuen Kolleginnen Martina Ferro und Denise Thumm hieß es daher zu Beginn des Jahres, sich

zunächst einen Überblick über die Stuttgarter Trägerlandschaft zu verschaffen und sich in Gremien bzw. bei bestehenden KooperationspartnerInnen bekannt zu machen.

Aber auch die Kontaktaufnahme zu den Mädchen, die seither von Mädchen. Sucht. Auswege betreut wurden sowie die nahtlose Übernahme von bestehenden Angeboten wie z. B. die Schulsprechstunde an der Schlossrealschule für Mädchen sowie andere turnusmäßige Präventionsworkshops an Schulen und anderen Jugendhilfeeinrichtungen standen in der Anfangszeit im Vordergrund.

Im Laufe des Jahres kristallisierten sich dann neben den regelmäßigen Anfragen nach Präventionsworkshops bevorzugt zu den Themen »Essstörungen« und »Schönheitsideal« sowie »Alkohol« zwei Themen heraus, die zunehmend und damit deutlich häufiger als in den vergangenen Jahren angefragt wurden: »Shisha rauchen« und »Umgang mit den neuen Medien« (s. hierzu auch Artikel »Mädchen im Web 2.0« auf S. 32). Die hohe Nachfrage nach Präventionsveranstaltungen zum Thema »Shisha rauchen« war dabei aber weniger dem Problembewusstsein der Mädchen geschuldet, sondern vielmehr dem der Personen im nahen Umfeld (z. B. LehrerInnen und MitarbeiterInnen in Jugendhilfeeinrichtungen). Denn in den durchgeführten Workshops zeigte sich, dass vor allem muslimische Mädchen aus ihrem kulturellen Hintergrund heraus und trotz des Wissens über gesundheitsschädigende Inhaltsstoffe schon häufig Erfahrungen mit dem Rauchen von Shishas hatten. Die gesundheitlichen Risiken werden dabei überwiegend deshalb in Kauf genommen, weil mit dem Rauchen einer Shisha ein hoher Geselligkeits- und Entspannungsfaktor verbunden wird, der die Bedeutung der gemeinsam verbrachten Zeit mit Gleichgesinnten als wertvoller einstuft. Zudem spielt gerade in der Pubertät das gemeinsame Ausprobieren von etwas »Neuem« mit anderen eine große Rolle. Dadurch fühlen sich die Mädchen älter und reifer und erleben sich eher «erwachsener«.

Aber auch bei dem Thema »Neue Medien«, zeigte sich, dass sich das Problemempfinden der Mädchen von dem der Erwachsenen (z. B. LehrerInnen oder Eltern) unterschied: Die Mädchen selbst nahmen überwiegend aufgrund ihrer persönlichen Erfahrungen mit Cyber-Mobbing Kontakt zu uns auf, während hingegen die Erwachsenen eher Bedenken wegen der Zeitspanne, die die Mädchen am PC verbringen, hatten. Dahinter stand im Regelfall die Sorge, das »Leben« in der virtuellen Welt könnte zu einem Verlust oder zumindest zu einer Verringerung der sozialen Kompetenzen in der realen Welt führen.

Dank unseres breiten Angebots, welches neben den Einzelberatungen und Präventionsveranstaltungen mit den Mädchen auch Fachberatungen und Fortbildungen für MultiplikatorInnen vorsieht, konnten wir diesen teils unterschiedlichen Fragen und Bedürfnissen gut gerecht werden.

Im Jahr 2012 konnten wir über unsere Präventionsveranstaltungen und Kooperationen 123 MultiplikatorInnen sowie 667 Mädchen erreichen (66 davon gemeinsam mit den Kolleginnen der Frauen-Sucht-Beratungsstelle).

Unser flexibles Beratungsangebot wurde insgesamt 88x von Mädchen im Alter von 10-20 Jahren sowie deren Angehörigen bzw. LehrerInnen genutzt.

Genau wie im letzten Jahr waren die überwiegenden Gründe für die Kontaktaufnahme der jeweilige Suchtmittelkonsum der Mädchen sowie Probleme im Elternhaus. Eine deutliche Zunahme der Anfragen erfolgte, wie oben bereits beschrieben, aus eigenen Mobbingerfahrungen heraus. Einen kleinen Einblick in unsere methodische Arbeit sowie einen Auszug aus unserem Workshopangebot finden Sie auf den folgenden Seiten.

Für das kommende Jahr haben wir uns vor allem einen eigenen mädchenspezifischen Ausbau der bereits bestehenden Online-Beratung der Frauen-Sucht-Beratungsstelle (www.fe-mail.de) vorgenommen, um den Mädchen bei Mädchen. Sucht. Auswege einen noch niedrigschwelligeren, und

vor allem einem ihrer Lebenswelt entsprechenden Zugangsweg zu unserem Beratungsangebot zu ermöglichen. Wir danken deshalb der Eduard-Pfeiffer-Stiftung sehr, dass sie uns durch ihre erneute Förderung den Aufbau dieses Angebots ermöglicht. Wir freuen uns darauf!



von ANJA SCHUBERT
Leitung Mädchen.Sucht.Auswege



30 MÄDCHEN.SUCHT.AUSWEGE MÄDCHEN.SUCHT.AUSWEGE 31

### Mädchen im Web 2.0



von ANJA SCHUBERT Dipl.-Sozialpädagogin

Digitale Medien gehören mittlerweile ganz selbstverständlich zur Lebenswelt von Mädchen dazu und stellen einen großen Anteil ihrer Freizeitgestaltung dar:

SMS und e-Mails schreiben, Chatten, der Austausch in sozialen Netzwerken sowie Computerspiele sind mittlerweile fester Bestandteil des Alltagsgeschehen.

Dies spiegelt sich auch in der täglichen Nutzungsdauer des Internets wieder: Diese ist mit durchschnittlich 127 Minuten inzwischen deutlich höher als die der täglichen Fernsehnutzung mit 113 Minuten (vgl. JIM-Studie 2011).

Computer-, Konsolen- bzw. Onlinespiele sind dabei weiterhin die Domäne der Jungs, die durchschnittliche tägliche Nutzungsdauer an Wochentagen beträgt bei den Jungs 81 Minuten, bei den Mädchen lediglich 35 Minuten. (vgl. JIM-Studie 2011).

Mädchen nutzen hingegen ihre Onlinezeit überwiegend zur Kommunikation mit anderen, vor allem in sozialen Netzwerken wie z. B. SchülerVZ oder facebook.

Neben der Kommunikation mit anderen bieten die sozialen Netzwerke den Mädchen eine Plattform der Selbstdarstellung (z. B. über Fotos und Videos), die Möglichkeit sich auszuprobieren und mit der eigenen Identität zu spielen sowie zum Erhalt von sozialer Anerkennung z. B. über eine große Anzahl virtueller »Freunde«.

Insgesamt bewegen sich Mädchen nicht nur häufiger in sozialen Netzwerken als Jungen, sie sind dabei auch vielseitiger: Mädchen nutzen durchschnittlich 1,8 Plattformen, Jungs hingegen nur 1,4 (vgl. Möller, 2011).

Die Nutzung der »neuen Medien« eröffnet den Mädchen aber nicht nur neue Lern-, Spiel- und Kommunikationsräume, sondern diese birgt auch Tücken und Risiken:

In sozialen Netzwerken besteht die Gefahr, dass virtuelle Freundschaften wichtiger werden als reale und die Angst, irgendetwas zu verpassen, wenn man »offline« ist, kann neben der Vernachlässigung (realer) sozialer Kontakte zur Vernachlässigung schulischer und häuslicher Pflichten führen.

Die zunächst überwiegend positiv erlebte Möglichkeit, Fotos, Inhalte und Videos schnell und unkompliziert zu verbreiten, kann sich ins Gegenteil umkehren, nämlich dann, wenn es sich um Unwahrheiten, Beleidigungen und/oder peinliche bzw. kompromittierende Fotos handelt, die von Anderen bewusst ins Netz gestellt werden (»Cyber-Mobbing«, »Cyber-Bullying«). Da Mädchen viel Zeit auf Kommunikationsplattformen verbringen, sind sie für diese Form der non-verbalen Gewaltausübung besonders anfällig – als Opfer und aber auch als »Täterin.«

Neue Medien vermitteln ein unrealistisches - im Regelfall ein extrem schlankes – Körperbild. Mädchen orientieren sich sehr stark an den ihnen vorgegebenen Idealen, daher können diese Darstellungen zu einem ausgeprägten Körperkult und zu einem gestörten Essverhalten bis hin zu Essstörungen führen.

Eine ähnlich wirklichkeitsverzerrende Wirkung haben die oftmals unrealistischen sowie drastischen Darstellungen von Sexualität: zum einen werden dadurch vor allem Mädchen und Frauen zu einem mehr als fragwürdigen Bild als Sexualobjekt degradiert, zum anderen fördern diese die Zahl der Fehleinschätzungen potenzieller Gefährdungssituationen, in denen Mädchen nach wie vor weitaus häufiger Opfer sind als Jungen.

Um Mädchen zu einem verantwortungsvollen und (risiko-) bewussten Umgang mit den neuen Medien zu befähigen, müssen daher neben den sowohl für Mädchen als auch für Jungen empfohlenen Verhaltensregeln (z. B. genaue Absprachen über zeitlichen Umfang) besonders der Umgang mit eigenen personenbezogenen Daten und möglichem Cybermobbing sowie die Auseinandersetzung mit (unrealistischen) Idealen/Vorbildern in den Blick genom-

Zudem gilt für die Mädchen gleichermaßen wie für die Jungen, dass die beste Prävention immer die Stärkung der Identität und der Eigenständigkeit ist. Denn beides ermöglicht z. B. das selbstbestimmte Abschalten der virtuellen Welt zugunsten der Realen.

Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest: JIM-Studie 2011 Christoph Möller (Hrsq.): Internet- und Computersucht, 2011 BZqA: Broschüre Online sein mit Maß und Spaß, 2011 30

#### Artikel erschienen in:

»Medien vernünftig nutzen« – Ratgeber für Eltern und Betroffene in der Region Stuttgart. Herausgeber: Der Paritätische Baden-Württemberg, 2012

### Pressespiegel

## *in & um* Weilimdorf

#### Aktuelles

### Freitag, 27, April 2012 3

Fortsetzung von Seite 1 Die Idee, einen Informationstag speziell für Kinder und Jugendliche an-zubieten, habe er eigentlich schon gehabt als er das Amt des ersten Vorsitzenden beim Förderverein des Kinder- und Jugendhauses Hausen übernommen hat, erzählt Michael Burghart. Ein erster Anlauf, den Informationstag umzusetzen, wurde dann im vergangenen Jahr gestartet. "Der Termin war damals etwas ungünstig gewählt", erinnert sich Volker Rösch, Leiter des Kinder- und Jugendhauses in Hausen. Viele der /ereine und Organisationen, die letztes Jahr angefragt wurden, hätten aber sofort ihre Bereitschaft signalisiert an einem anderen Termin mitzu-

Beim nun zweiten Anlauf haben sich inspesamt acht Vereine und Institutionstages sei es. Kindern und Jueln, die sie direkt betreffen. "Jugend liche wissen dank Internet eigentlich über alles Bescheid", so Rösch, stelle sich schnell heraus, dass vieles

doch nicht so ganz klar ist. Tatsächlich könne vieles im Gespräch besser geklärt werden. Mit dem Infotag wolle man Jugendlichen die Möglichkeit bieten sich in einer für sie gewohnten Umgebung auch mal über heikle Themen zu informieren und Fragen zu stel

Release U21 etwa bietet Drogenberatung für Kinder und Ju-gendliche, aber auch für deren Eltern an. Angebote zum Thema Prävention gehören genauso dazu wie ganz persönliche Ge-spräche, Rat und Hille. Ein ähnliches Angebot speziell für Mädchen bietet Lagaya - Mädchen Sucht Auswege. Lagaya hatte im Jugendhaus unter anderem ein Quiz dabei bei dem die lugendlichen unter Beweis stellen konnten, wie viel sie tatsächlich über das Thema "Sucht" wissen.

Ebenfalls vor Ort war der Mädchen Gesundheitsladen, eine Beratungsstelle für Mädichen und junge Frauen. Der Mädichenge-sundheitsladen unterstützt bei Fragen und Problemen, die in der Pubertät auftreten, und gibt Tipps zu den unterschiedlichsten Themen von Liebe, Sexualität und Verhütung über Essstörungen bis hin zu Problemen mit den Eltern, dem Freund oder auch Mobbing und Gewalt. Auch Eltern erhalten im Mädchengesund-

Außerdem vor Ort war die AidsHilfe Stuttgart, die im Rahmen des formationstages jeweils einen Workshop für Jungen und für Mädchen angeboten hat sowie das Gesundheitsamt bei dem man einen Hör- und einen Sehtest machen konnte. Bei WWS Krankentransporte und soziale Dienste hatten die Besucher wiederum die Möglichkeit, erste Einblicke in das Thema Erste Hilfe zu bekommen. Wie lege ich einen Verband an oder wie kann ich sen helfen, waren Fragen, die im Rahmen einer Einführung in die Erste Hilfe geklärt wurden

Am Stand der Polizei stand das Thema Zivilcourage im Vorderein großes Projekt zu dem Thema durchgeführt worden, erzählt die Jugendsachbearbeiterin der Polizei Birgit Prestin. Wie wichtig es ist, anderen zu hellen, werde aber auch schon bei Infoeranstaltungen in der Grundschule angesprochen. Dank Handy sei es inzwischen auch wesentlich einfacher geworden schnell Hilfe zu holen, so Prestin. Wichtig sei bei aller Zivilcou-

In & Um Weilimdorf / 27. April 2012



Die Teilnehmer des Infotages präsentierten ihre Hilfsangebote in verschiedenen Räumer des Kinder- und Jugendhauses Hausen

rage, sich selbst nicht in Gefahr zu bringen und mit dem Notruf 110 Hilfe zu holen. "Der Polizei ist es lieber, wenn einmal zuviel angerufen wird", so Prestin

Und schließlich war auch noch tipsntrips vor Ort im Jugendhaus. die Jugendinformation der Stadt Stuttgart. Sie ist so etwas wie der Helfer in allen Lebenslagen. Bei tipsntrips erhalten die Ju-gendlichen Informationen zu Themen wie Auslandsaufenthalten. aber auch zu Cybermobbing oder in Sachen Berufsberatung Eine kostenlose Rechtsberatung für Jugendliche wird ebenfalls alle zwei Wochen angeboten. "Wir vermitteln auch den Kontakt zu speziellen Beratungsstellen", erklärt Isabel Sieloff von tipsntrips. Kurz: Der Informationstag hat deutlich gemacht: Es gibt Hille für alle Fragen und Probleme - man muss sie nur in Anspruch nehmen

Text/Fotos: Tommasi

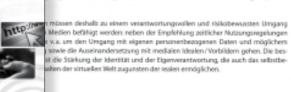
#### 2.3 | Mädchen im Web 2.0

Digitalen Medien gehören mittlerweile ganz selbstverständlich zur Lebensweit von Mädchen dazu.

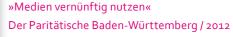
Mädchen nutzen ihre Onlinezeit überwiegend zur Kommunikation mit anderen, vor allem in so zielen Netzwerken. Diese sozielen Netzwerke bieten Mitchen eine Plattform der Selbstdarstellung lz. B. über Fotos und Videox), die Möglichkeit sich auszuprobieren und mit der eigenen identität 2) spielen sowie zum Erhalt von sozialer Anerkennung z.B. über eine große Anzahl virtueller Freunde", Mildchen sind häufiger in sozialen Netnwerken als Jungen und nutzen dahei mehr veschiedene Plattformen (vgl. Möller, 2011).

Die "neuen Medien" bedeuten aber auch für Mädchen Risiken

- virtuelle Freundschaften können wichtiger werden als reale und die Angst, irgendetwas zu verpassen, wonn man "offline" ist, kann neben der Vernachlös auch zur Vernachlässigung schulischer und häuslicher Pflichten führen.
- Die Möglichkeit, Fotos, Inhalte und Videos schneil und unkompliziert auszutauschen, kann sich dann ins Gegenteil umkehren, wenn es sich um Unwahrheiten, Beleitägungen und / oder peinliche bzw. kompromittierende Fotos handelt, die von Anderen bewusst ins Netz gestellt. rden ("Cyber-Mobbing", "Cyber-Bullying"). Da Mädchen viel Zeit auf Kommunikationsplatt formen verbringen, sind sie für diese Form der non-verbelen Geweltausübung besonders an fällig – als Opfer und aber auch als "Täterin."
- Neue Medien vermitteln häufig ein unrealistisches Körperbild. Mädichen orientieren sich sehr stark an solchen "Idealen", die so zu einem ausgeprägten Körperkult und zu einem gestörten Essverhalten bis hin zu Essstörungen führen können.
- Die off unrealibitischen und drantischen Darstellungen von Sexualität degradieren Frauen und zum Sexualobjekt, verzenen soziale Wirklichkeiten und tragen zu einer Fehleir möglicher Gefährdungssituationen bei: Mädichen sind weitaus häufiger Opfer als



Tel. (711-640549)





## Workshops zur Suchtprävention

Wir führen themenspezifische Workshops, Projekte und Informationsveranstaltungen im Bereich der (Sucht-) Prävention durch. Dauer, Inhalte und methodische Ausgestaltung orientieren sich an der jeweiligen Zielgruppe und dem Setting.

Die Informationsveranstaltungen bilden dabei einen Einstieg in den Themenkomplex »Mädchen und Sucht«, die Workshops vertiefen ein Thema wie z. B. Alkohol, Rauchen oder Essstörungen. Nachfolgend ein kleiner Auszug aus unserem Workshop-Angebot:

#### **RISIKO: SUCHT?!**

In diesem Workshop werden mädchenspezifische Aspekte, Hintergründe und Ursachen von Sucht bzw. süchtigem Verhalten aufgezeigt, sowie das eigene Konsum- und Risikoverhalten reflektiert und Resilienzfaktoren erarbeitet.

#### ANA, MIA UND CO (ESSSTÖRUNGEN)

Wenn die Gedanken nur noch ums Essen kreisen... In diesem Workshop informieren wir die Mädchen über die verschiedenen Essstörungen sowie über deren Ursachen und Auswirkungen. Zudem setzen wir uns mit den Themen »Weiblicher Körper«, dem gängigen Schönheitsideal und dessen Auswirkungen auf Mädchen und Frauen auseinander.

#### SUBSTANZSPEZIFISCHE WORKSHOPS (Alkohol, Nikotin oder illegale Drogen...)

Wir informieren und diskutieren über Wirkungsweisen der einzelnen Substanzen, mögliche Risiken und recht-

Die Workshops bieten Raum für die Reflexion des eigenen Konsumverhaltens und dessen individuellen und gruppenbezogenen Funktionen. Zentrales Element ist die Stärkung der Risikokompetenz der Teilnehmerin-



#### WA(H)RE SCHÖNHEIT

»Germany's next Topmodel«, »Das perfekte Model« und »Sommermädchen« – Schön-Sein ist vor allem in den Medien ein großes Thema. Heute sind Mädchen und (junge) Frauen etwa 10 Mal am Tag bewusst oder unbewusst mit den Schönheitsidealen unserer Zeit konfrontiert.

In diesem Workshop wollen wir vor allem die Verstrickung von Schön-Sein und Selbstwert und dessen Folgen für Mädchen und (junge) Frauen sichtbar machen. Neben dem aktuellen Schönheitsideal betrachten wir dabei u. a. auch die Schönheitsideale im Wandel der Zeit.

#### WEIL ICH EIN MÄDCHEN BIN!

Pubertät: Zeit der vielfältigen Anforderungen und Fragen. Wer und wie will ich sein? Wo gehöre ich dazu? Bin ich schön und begehrenswert? Welchen Beruf will, soll und kann ich er-

Mädchen stehen vor der Aufgabe eigene und kollektive Antworten zu finden und ihre Identität zu entwickeln.

Gemeinsam mit den Mädchen greifen wir für sie bedeutsame Aspekte der weiblichen Identitätsbildung auf und finden mögliche Nahtstellen zu Suchtverhalten und Konsum. Was verändert sich am Selbstbild der Mädchen mit einer Wodkaflasche oder einer Zigarette in der Hand? Wie beeinflussen Medien die eigenen Maßstäbe oder das eigene Selbstwertgefühl?

#### MEINE ZEIT IM NETZ!

Internetsucht, Onlinesucht oder auch Computerspielsucht sind die aktuellen Schlagworte, wenn es um eine (zu) intensive Nutzung des Computers geht.

Dieser Workshop soll die Mädchen anregen, sich über die eigenen Nutzungsgewohnheiten Gedanken zu machen. Zudem informieren wir neben den durchaus positiven Aspekten des Internets über mögliche Risiken und Umgehensweisen mit z. B. Cyber-Mobbing und geben Hinweise zu einem »sicheren« Aufenthalt in sozialen Netzwerken.

#### WORKSHOP ZUM THEMA »SHISHA«

Ist das Rauchen einer Shisha weniger schädlich als das Rauchen von Zigaretten? Welche Funktion hat das Wasser beim Rauchen einer Shisha?

Diesen und noch weiteren Fragen gehen wir bei diesem Workshop gemeinsam mit den Mädchen auf den Grund.

Neben der Vermittlung wichtiger Informationen u. a. zu Risiken, steht die Reflexion der eigenen Erfahrungen und Standpunkte im Vordergrund.

Kontakt und Informationen bei:

MARTINA FERRO // Tel. Nr. 640 54 90 // Email: maedchen.auswege@lagaya.de // www.lagaya.de



Auf diese oder ähnliche Weise erreichen uns immer wieder Anfragen, in das Thema »Essstörungen« mit einer - manchmal mehr, manchmal weniger großen - Gruppe Mädchen oder junger Frauen einzusteigen. Die Teilnehmerinnengruppen sind jedes Mal unterschiedlich und bunt gemischt, deshalb ist diese Vielfalt immer wieder eine Herausforderung für uns, die Workshops bedarfsgerecht zu gestalten.

Als wir wieder einmal einen Workshop zum Thema »Essstörungen« vorbereiteten, wollten wir diesmal ganz bewusst einen anderen Zugang erarbeiten. Wann werden Essstörungen für Mädchen relevant? Und was zeichnet diese Phase aus? Eine der zentralen Antworten für uns war: in der Pubertät, mit ihrem typischen Gefühlschaos.

Für Mädchen stellt die Zeit der Pubertät und des Erwachsenwerdens eine Unmenge an Herausforderungen dar. Allem voran die Flut an Gefühlen, die sich für sie bis dahin weder so heftig und schwankend, noch so «anders« angefühlt haben, wie sie es jetzt tun. Was früher bei Ärger, Angst oder Schmerz geholfen hat, ist heute plötzlich nicht mehr passend, schon gar nicht mehr »so einfach«. Stress in oder durch die Schule, Streit mit der allerbesten Freundin, Liebeskummer oder die Unsicherheit wegen des sich verändernden Körpers sind nur ein paar von vielen Gründen, die den Mädchen gleich wie mehrere »Steine im Magen liegen« oder »das Herz weiter als nur in die Hose rutschen« lassen.

Was oft bleibt, ist die Frage nach dem wohin bzw. was tun mit den Gefühlen?

In dieser Phase kann Essen zu einer Ersatzbefriedigung auf ein Bedürfnis nach Trost, Nähe, Schutz, ... werden, wenn dieses nicht anders gestillt werden kann. Oder aber, »unangenehme« Gefühle wie Wut, Scham und Unsicherheit werden einfach »weggegessen«, weil die Mädchen nicht wissen, wie sie mit diesen umgehen sollen.

Auch die Veränderung des Körpers verunsichert die Mädchen. Das äußere Erscheinungsbild erhält jetzt ein besonderes Augenmerk und gesellschaftliche Schönheitsvorstellungen, wie sie die



Medien verbreiten, bieten nur eine unrealistische Orientierung. Diese und andere Aspekte, häufig natürlich in Kombination, können für Mädchen ein Türöffner zu einer Essstörung sein.

Bei unserem Workshop »Gefühlshunger« haben wir uns deshalb bewusst dafür entschieden, Gefühle als Ausgangspunkt der Auseinandersetzung zu nehmen. Dabei wollen wir den Mädchen die Möglichkeit eines Austauschs über ihre Gefühle und ihre derzeitigen Lösungsstrategien geben, um danach neue, unter Umständen sinnvollere Umgangsweisen zu erarbeiten.

Eine der Methoden aus diesem Workshop, wir haben sie »Catwalk« genannt, stellen wir hier kurz vor. Sie ist inspiriert durch das Manual »heartbeat - Herzklopfen - Beziehungen ohne Gewalt« (Herausgeber: Der Paritätische, 2010).

## Methodenvorstellung:

### Catwalk

#### Für wen:

Alter: Mädchen ab 13 Jahren

Gruppengröße: 6 bis 20 Teilnehmerinnen

Dauer: 45 - 60 min

Raum: die Methode braucht ausreichend Raum, da sich die Teilnehmerinnen in kleinen Schritten vorwärts bewegen!

#### Ziele:

Die Methode ermöglicht es der Gruppe, spielerisch in den Austausch über eigene Erfahrungen mit kniffligen Situationen und den eigenen Gefühlen zu kommen. Jede einzelne bestimmt dabei selbst, was sie im Anschluss den anderen mitteilen möchte und was nicht. Zusätzlich regt die Methode stark eine innere Reflexion an, die häufig auch nachwirkt.

#### Material:

- eine »Geschichte«, passend zum Thema des Workshops
- Fußabdrücke (aus Papier ausgeschnitten, bestenfalls laminiert)

#### Durchführung:

Jede Teilnehmerin erhält für sich persönlich einen vorgefertigten Fußabdruck. Alle Teilnehmerinnen stellen sich in einer Linie auf, möglichst so, dass sie im Raum mehrere Schritte vorwärts gehen können (am besten an der kurzen Seite des Raumes). Nun wird eine »Geschichte« (s. gegenüberliegende Seite) - Absatz für Absatz - vorgelesen. Nach jedem Absatz entscheidet jede Teilnehmerin für sich, ob sie ähnliches kennt oder ähnlich reagieren würde, sozusagen inhaltlich »mitgeht«. Wenn ja, macht sie einen Schritt nach vorne. Der nächste Abschnitt wird nun vorgelesen und sie entscheidet sich erneut usw.

Kann sie irgendwann nicht mehr »mitgehen«, bleibt sie stehen, legt ihren Fußabdruck ab und setzt sich an die Seite.

Die »Geschichte« wird so lange vorgelesen, bis alle Mädchen »ausgestiegen« sind oder die »Geschichte« zu Ende ist (es kann sein, dass dann immer noch Teilnehmerinnen stehen, diese legen ihre Fußabdrücke dann ebenfalls ab).

Entstanden ist ein Gesamtbild der Fußabdrücke, die an unterschiedlichen Zeitpunkten der »Geschichte« abgelegt wurden.

Nach der »Geschichte« sind folgende Fragen möglich, um den Austausch anzuregen:

An welchem Punkt sind die meisten ausgestiegen? Wie viele sind bis zum Schluss mitgegangen?

Bei welchem Schritt bist Du nicht mehr mitgegangen? Warum? Welche Gedanken gingen Dir dabei durch den Kopf?

Du bist weiter gegangen. Was hat Dich dazu bewogen, weiter zu gehen?

Hast Du schon ähnliche Situationen erlebt? Wie war das? Kennst Du andere »Hilfsmittel«, die Du in ähnlichen Situationen ausprobierst?

Kennst Du »Essen« als Ersatz für Gefühle, so wie es in der Geschichte beschrieben wird?

Wenn deine Freundin Dir anvertrauen würde, dass sie Probleme über »Essen« versucht auszugleichen, was würdest Du ihr raten?

#### Hinweise:

Bei dieser Übung wird gerade die innere Reflexion der Teilnehmerinnen stark angeregt. Deshalb empfiehlt es sich, die Methode in einer vertrauensvollen Atmosphäre anzubieten und klare Absprachen zu treffen, dass Gesagtes nicht »den Raum verlässt«. Es kann auch formuliert werden, dass jede einzelne selbst entscheidet, was sie in der Gruppe sagen möchte und was sie lieber für sich behält. Wenn die Gruppe schon in das Thema eingetaucht ist und sich kennen gelernt hat, ist ein guter Zeitpunkt diese Methode anzuwenden.

Das schöne an dieser Methode ist, dass sie flexibel gestaltet werden kann, was die Geschichte und damit die Thematik betrifft. Manche Jugendliche steigt schon ziemlich früh aus. Für diesen Fall können auch zwei Fußabdrücke verteilt werden, wenn sie ausreichend vorhanden sind. So kann die Teilnehmerin ein zweites Mal in den Prozess einsteigen.

## Die »Geschichte« zum Catwalk »Gefühlshunger«

Du bist mit Freundinnen auf einer Fete und lernst einen netten Jungen aus deiner Nachbarsklasse kennen, der Dir auf Anhieb gefällt. Ihr versteht euch gut, könnt euch total gut unterhalten und miteinander lachen. Als Du wieder zuhause bist, denkst Du an den tollen Abend zurück und merkst, wie sich ein warmes, angenehmes Gefühl in deinem Bauch breit macht.

Ein paar Tage später spricht er Dich in der großen Pause an. Du freust dich total, ihn wieder zu sehen. Du merkst, wie Du innerlich ganz hibbelig wirst und deine Augen Funken sprühen. Offensichtlich geht es ihm genauso und Du hast das Gefühl, es hat zwischen euch gefunkt. Du hoffst, ihn bald wieder zu treffen und verabschiedest Dich mit Schmetterlingen im Bauch.

Gleich danach musst Du das unbedingt deiner allerbesten Freundin erzählen! Wie aufregend alles ist! Vor lauter Aufregung bekommst Du beim Mittagessen keinen Bissen hinunter...

Jeden Morgen freust Du Dich auf die Schule, denn da triffst Du ihn immer in der großen Pause. Ihr seid beide total ineinander verliebt und schwebt auf Wolke sieben. Ein tolles Gefühl! Alles gelingt Dir leicht und nichts schmeißt Dich aus der Bahn. Selbst zuhause mit deinen Eltern/deiner Mutter klappt es besser!

Ihr beide versteht euch super und du bist voller Energie. Alles in deinem Leben läuft wie am Schnürchen! Deine Freundinnen scherzen manchmal über Dich, weil Du so verliebt und überschwänglich bist. Aber das macht Dir in deinem Glück überhaupt nichts aus.

Nach ein paar Wochen, erzählt Dir eine Freundin, sie hätte deinen Freund mit einem anderen Mädchen unterwegs in einer Disco getroffen. Das muss noch nichts bedeuten, denkst Du Dir. Und trotzdem: ein kleines mulmiges Gefühl, ein wenig Angst breitet sich in deinem Inneren aus.

Ein wenig nachdenklich gehst Du nachhause. Als deine Mutter beim Essen mit Dir spricht, hörst Du nur mit halbem Ohr zu.

Du sprichst deinen Freund darauf an, der Dir erklärt, dass das nur eine Freundin gewesen sei. Er wechselt daraufhin das Thema und Du willst ihm gerne glauben. Aber ein kleiner Zweifel bleibt und Du fühlst Dich plötzlich gar nicht mehr so übermütig, wie vorher.

In der Woche darauf verabredet ihr euch, um ins Kino zu gehen. Du wartest vor dem Kino auf ihn, aber er kommt nicht. Sein Handy ist ausgeschaltet. Du machst Dir Sorgen und könntest gleichzeitig vor Wut platzen. Nach einer Stunde gehst Du nach Hause und schmeißt Dich gereizt auf das Sofa. Als dein kleiner Bruder mit Dir spielen will, schubst Du ihn schlecht gelaunt zurück. Der hat Dir gerade noch gefehlt!

Am nächsten Tag steht dein Freund zerknirscht vor deiner Tür, um sich bei Dir zu entschuldigen. Es tue ihm leid, er habe eure Verabredung einfach vergessen. Anfangs bist Du ihm noch böse, aber dann verzeihst Du ihm. Dass er eure Verabredung vergessen hat, kränkt Dich trotzdem.

In der folgenden Zeit streitet ihr immer häufiger aufgrund von Kleinigkeiten und am Schluss wisst ihr gar nicht mehr, worum es in eurem Streit eigentlich ging. Du hast das Gefühl, dass er Dich gar nicht wirklich versteht. Abends verkrümelst Du Dich dann gerne vor den Fernseher, um eure Probleme zu vergessen und tröstest Dich mit Schokolade und Chips.

Mehr und mehr scheint er Dir aus dem Weg zu gehen. Wenn Du ihn darauf ansprichst, verneint er das und erklärt, er habe auch noch Freunde mit denen er etwas unternehmen will. Du würdest ihn einengen. Das versetzt Dir einen Schlag in die Magengrube. Als Du am folgenden Wochenende mit deinen Freundinnen in eine Disco gehst, trinkst Du mehr, als Du vorgehabt hast. Du hoffst, dass Du Deine Sorgen und Ängste mit ihm für diesen Abend vergessen kannst.

Am nächsten Tag wachst Du mit einem Brummschädel auf. So geht das nicht weiter, denkst Du Dir und nimmst Dir vor mit ihm zu reden. So leicht möchtest Du eure Liebe nicht aufgeben. Aber schon nach kurzer Zeit streitet ihr wieder. Am liebsten würdest Du gleich wieder mit deinen Freundinnen zum feiern losziehen!

Ihr beide befindet euch in einem ständigen Hin und Her zwischen Streit und Versöhnung. Mal ist es wundervoll zusammen und manchmal die Hölle. Dieses Auf und Ab macht Dich ganz wahnsinnig. Als es mal wieder zu einem heftigen Streit kommt beschimpfst Du ihn via facebook. Ihr beide habt Riesenkrach wegen deiner facebook-Aktion. Du entschuldigst Dich bei ihm und ihr versöhnt euch. Für die kommende Zeit beschließt ihr, euch einfach nicht mehr so häufig zu sehen. Dabei fehlt er Dir doch sehr. Abends sitzt Du deshalb lustlos vor dem Fernseher, um Dich abzulenken. Gegen deine Sehnsucht futterst Du wieder Chips und Schokolade. Wenn Du so weiter machst, wirst Du noch ganz dick! schießt es Dir durch den Kopf. Kurz überlegst Du Dir, einfach alles wieder auszuspucken.

Als Du das nächste Mal mit deinen Freundinnen ausgehst, triffst Du deinen Freund, wie er mit einem anderen Mädchen eng umschlungen tanzt. Als Du ihn darauf ansprichst, erklärt er Dir, dass sie nur eine Freundin sei. Du fühlst Dich hintergangen, total mies und absolut wertlos. Als deine Freundin Dich anspricht, schreist Du sie voller Wut an und rennst aus der Disco.

Du hast deine ganze Lebenslust verloren und hängst zuhause nur noch herum. Manchmal weißt Du nicht wohin mit deinem Schmerz und deiner Wut. Du hast das Gefühl, niemand versteht Dich mehr. Als Du dann im Bad eine Rasierklinge findest, ritzt du Dir in deine Unterarme, um den inneren Druck loszuwerden.

Dein Freund hat mit Dir Schluss gemacht. Er habe sich in eine andere verliebt – das Mädchen, mit dem Du ihn in der Disco getroffen hast. Du fällst aus allen Wolken. Was hat das alles noch für einen Sinn? Am liebsten würdest Du mit allem Schluss machen, einfach nicht mehr weiterleben.

## **Pressespiegel**

## Yoga im LAGAYA - Interview mit Kim Steeb

Kim Steeb leitet bei Lagaya ehrenamtlich eine Gruppe zu Yoga, Körperbewusstsein und Entspannung. Auf die Frage wie sie zu Yoga kam, berichtete sie uns in einem Gespräch über ihren Weg und wie ihr Yoga dabei geholfen hat.

#### Was war der Anlass / Grund, dass Sie sich bei LAGAYA engagiert haben?

»Durch meine eigene Angststörung habe ich selbst erlebt wie Yoga mir geholfen hat aus meinem persönlichen Tief heraus zu finden und als Yoga Lehrerin habe ich es schon an vielen anderen Schülerinnen und Schülern ebenso erlebt. Yoga ist ein Wegbegleiter für jede Lebensphase.

Das möchte ich besonders mit Menschen teilen die, wie ich damals, Hilfe suchen. Ihnen das zu schenken was mir einst geschenkt wurde

Lagaya ist mir im Internet aufgefallen als ich nach Stuttgart zog. Mir gefällt, dass sie mit Frauen arbeiten, die ein Suchtproblem haben. Es hat wie meine Krankheit damals, mit der Psyche zu tun, damit konnte ich mich identifizieren. Lagaya war gleich sehr offen und freundlich und fand die Idee schön.«

#### Was ist Ihre Motivation, dies unentgeltlich zu tun?

»Es macht mir Freude, wenn ich helfen kann. Es gibt mir ein gutes Gefühl zu geben und das ist mein Lohn.«

## Welchen Nutzen haben suchtkranke Frauen von Yoga?

»Einmal lernen sie sehr viel über das eigene Körperbewusstsein und es öffnet die Türen zu vielen anderen Bereichen, wie zum Beispiel auch die der Spiritualität. In meinen Stunden können nach einiger Zeit Körper, Geist und die Seele erreicht werden. Dazu wende ich verschiedene Formen an. Yoga, Tanzen, Singen, Massage oder geführte Meditationen aber auch Theorie, Philosophie und Quantenheilung. So kann jede für sich

selbst herausfinden, wie sie ihr energetisches System am Besten erreichen kann. Dazu lernt sie auch, wie sie am Besten entspannt. Selbstverantwortung zu übernehmen, lernen sich in Körper und Geist wohl zu fühlen um gesund zu werden. In der westlichen Welt wird heute noch die Kraft der Selbstheilung unterschätzt.«

Im Gespräch betonte Frau Steeb auch, dass Yoga immer und überall praktiziert werden kann. »Ich brauche keinen Verein oder ein Studio, muss mich an keine Öffnungszeiten halten. Wenn es mir schlecht geht, kann ich sofort und konkret etwas tun. Selbst unter Menschen kann ich mich z.B. mit Atemübungen, die nicht weiter auffallen, wieder in Ruhe versetzen. Es ist also eine sehr unmittelbare Technik.«

»Mein Anliegen ist es, den Frauen beizubringen, wie jede für sich ihren Entspannungspunkt finden kann.«

## Was wünschen Sie sich für die Zukunft, wie könnte oder sollte es weitergehen?

»Ich freue mich auf eine weitere schöne Zusammenarbeit mit Lagaya. Ich lerne viele tolle Frauen kennen und bin dankbar dafür. Ich freue mich, wenn ich einen Teil dazu beitragen kann, dass es ihnen besser geht.«



Kim Steeb befasst sich seit vielen Jahren mit Yoga und anderen alternativen Heilmethoden. 2005 hat sie sich zur Ashtanga Yogalehrerin ausbilden lassen. Heute gibt sie Einzelstunden und manchmal unterrichtet sie im größeren Kreis. Bevor sie mit ihrer Familie nach Stuttgart gezogen ist, hatte sie auf Mallorca eine Yogaschule.

Das Gespräch führten Ulrike Ohnmeiß und Sibylle Wais.

# Auch Mädchen können zuschlagen

Krombacher spendet an Lagaya - Aktuelles Projekt: "Rausch ab!"

Alkohol, Medikamente, Drogen – Frauen mit Suchtproblemen bekommen beim Verein Lagaya Hilfe. Das geschieht zum Beispiel durch ambulante Therapiemöglichkeiten oder Vermittlung von Selbsthilfegruppen. Auch für junge Mädchen werden Präventionsmaßnahmen durchgeführt. Zum Beispiel bei "Rausch ab!", ein Projekt zur Prävention alkoholbedingter Jugendgewalt.

NDREA ROTHFUSS

■ S-SUD

Dass Suchtthemen oft auch mit schweren Schicksalen verbunden sind, ist für Ulri-



Ulrike Ohnmeiß, Geschäftsführerin von Lagaya, Ingo Pfäffle, der Lagaya als Spendenempfänger vorschlug, sowie Christian Endresz von der Brauerei Krombacher bei der Übergabe des Schecks. Das Geld soll unter anderem in die Präventionsarbeit fließen.

Lehrer an Schulen das Projekt empfehlen, denn wir denken, das die Mädchen bei dem Projekt fürs Leben lernen können."

Das Training für Jungs hat am 3. Mai begonnen, das kostenlose Training für Mädchen wird von der Sozialberatung Stuttgart in Kooperation mit Lagaya durchgeführt. Es soll am 27. September starten und wird dann aus zwölf Einheiten zu je drei Stunden bestehen. Dabei soll es darum gehen. dass die Mådchen sich und ihre Grenzen besser kennenlernen, den Zusammenhang zwischen Alkohol und Gewalt verstehen und lernen, Druck abgulassen und Stress aus dem Weg zu gehen. In das Coolnesstraining sind auch suchtspezifische Elemente integriert. Anja Schubert ist bei Lagaya die Ansprechpartnerin für das "Rausch ab!" Projekt, Sie weiß, dass immer mehr Straftaten unter Alkoholeinfluss stattfinden. "In dem Projekt können zehn Mädchen im Alter von 14 bis

geht es um eine intensive Auseinandersetzung mit dem eigenen Konsum und dem eigenen Verhalten. Das Training wird in den Räumen der Sozialberatung in der Charlottenstraße stattfinden." Vermittelt werden die Mädchen über die Jugendgerichtshilfe, Vertrauenslehrer oder auch durch Schulleiter.

Als Kooperationspartner ist die Polizei dabei, sie werden den Mädchen erklären, wie die strafrechtliehen Konsequenzen bei Alkohol und Gewalt sind. Die Trainings für die Jungen und Mädchen sind Teil der ersten Projektphase, 2013 sind dann weitere Trainingsangebote geplant.

#### "RAUSCH AB!"

Anja Schubert von Lagaya betreut das Projekt. Sie ist erreichbar unter Telefon 6 40 54 90 oder per E-Mail an maedchen.auswege@lagaya.de.



Der Verein Lagaya möchte Frauen und Mädchen Wege

aus der Sucht aufzeigen, die zu einem Zugewinn an Stärke und Freiheit führen. Der Name wurde von den Gründungsfrauen des Vereins "erfunden" und ist abge-

leitet von der griechischen Erdgöttin "Gäa" oder "Gaia"

ke Ohnmeiß, Geschäftsführerin von Lagaya, keine Überraschung. "Bei den meisten Suchtentwicklungen spielen Brüche im Lebenslauf eine große Rolle."

grobe Rolle."
Gerade deshalb liegen ihr
Präventionsmaßnahmen für
Jugendliche sowie junge Erwachsene am Herzen. Hätte
der Verein mehr Geld zur

die Prävention gehen. Kein Wunschdenken sondern Realität ist das Projekt "Rausch ab!" zur Prävention alkoholbedingter Jugendgewalt. "Das ist ein ganz neues Projekt mit einem Anti-Gewalt-Training in diesem Jahr. Denn auch Mädchen schlagen zu. Wir hoffen, dass

Verfügung, würde dieses in

Stuttgarter Wochenblatt



Projektflyer »Rausch ab!«

## Mitarbeiterinnen

#### **Ehrenamtlicher Vorstand**



Dr. Bettina Grözinger Rechtsanwältin



Laura Halding-Hoppenheit Gastronomin



Ruth Schirmeister Dipl.-Designerin





Ulrike Ohnmeiß Geschäftsführerin

#### Frauen-Sucht-Beratungsstelle LAGAYA



Violeta Hristova-Mintcheva Regine Lehnig Dipl.-Sozialarbeiterin Dipl.-Psychologin Leitung Beratungsstelle Muttersprachliche Beratung



Anja Schubert Dipl.-Sozialpädagogin



Karin Boeckh Dipl.-Psychologin



Aileen Göbel Dipl.-Sozialpädagogin

#### Mädchen.Sucht.Auswege -Flexible Suchtberatung und Prävention für Mädchen



Anja Schubert Dipl.-Sozialpädagogin Leitung Mädchen.Sucht.Auswege



Martina Ferro Dipl.-Sozialpädagogin



Aileen Göbel Dipl.-Sozialpädagogin

#### MARA - Betreutes Wohnen für drogenabhängige und substituierte Frauen



Stephanie Biesinger Dipl.-Sozialpädagogin Leitung MARA



Viktoria Kudec Sozialarbeiterin (BA)



Bettina Schöpke Dipl.-Sozialpädagogin



Alena Schumacher Auszubildende DHBW



Nathalie Manna Auszubildende DHBW

#### Verwaltung



Brigitte Wagner Leitung Verwaltung



Ingrid Jörg Verwaltungsangestellte Buchhalterin



Brigitte Schmöller



Sibylle Wais Verwaltungsangestellte

#### Weitere Mitarbeiterinnen

#### Beratungsstelle:

Melanie Grau Dipl.- Pädagogin Dorothee Himpele Dipl.- Kunsttherapeutin Janina Volz Dipl. - Sozialpädagogin Christa Wenzelburger Dipl.-Sozialarbeiterin Maxime Müller Fremdpraktikantin DHBW Mona Schmidt Praktikantin Tina-Birke Talaj Praktikantin

Blagica Jerkovic Reinigungsfachfrau

#### MARA:

Tanja Schmid Dipl.- Sozialpädagogin Andrea Carter Dipl. - Sozialpädagogin Nicole Stutzki Dipl.-Pädagogin

#### Mädchen.Sucht.Auswege

Denise Thumm Sozialarbeiterin (BA)



## DANKE!

Wir möchten uns sehr herzlich bei allen bedanken, die uns auch im Jahr 2012 durch Zuschüsse, Stiftungszuwendungen, Kostenübernahmen, Geld- und Sachspenden, Bußgeldzuweisungen sowie durch Mitgliedsbeiträge dabei unterstützt haben, suchtmittelabhängigen Mädchen und Frauen zu helfen:

- Landeshauptstadt Stuttgart, Gesundheitsamt, Jugendamt und Sozialamt
- Landeshauptstadt Stuttgart, Sozialamt/Abt. Freiwillige Leistungen (Stiftungsgabe für Verhütungsmittel)
- Land Baden-Württemberg
- Land Baden-Württemberg, Innenministerium, Landesstiftung (Förderprogramm »Prävention alkoholbedingter Jugendgewalt – PAJ«)
- Der Paritätische Wohlfahrtsverband
- Deutsche Rentenversicherung Bund
- Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg
- Sozialämter
- Jobcenter
- Biohof Braun
- BW-Bank
- Eduard-Pfeiffer-Stiftung
- Evangelisches Diakonissenhaus Stuttgart
- Angelika Genthe, Webentwicklung | Multimedia | Grafikdesign
- Gentner-Verlag
- Hilfe für den Nachbarn e. V.
- Daniela Jüssen, EDV-Beratung und Softwareentwicklung
- Kim Steeb, Yoga-Lehrerin
- Harenberg-Heye-Weingarten-Verlag
- Brauerei Krombacher
- netpix ltd., Corinna Kammerer
- Österfeldschule, SMV
- Robert Bosch GmbH
- Second-Hand-Bazar, B. Skorday
- Ernst Strecker GmbH & Co. KG, Floristenbedarf
- UWS Druckerei

sowie den Richterinnen und Richtern des Landgerichts Stuttgart und des Amtsgerichts Stuttgart.

Besonders danken wir Frau Dr. Dipper, die anlässlich ihres Geburtstages zu Spenden für Lagaya aufgerufen hat. Wir haben uns sehr darüber gefreut und danken allen, die diesem Aufruf nachgekommen sind.

Des Weiteren danken wir sehr herzlich allen Mitgliedsfrauen unseres Trägervereins, ganz besonders unseren Vorstandsfrauen, sowie den zahlreichen Einzelpersonen, die für uns gesammelt und gespendet haben.



#### LAGAYA

Verein zur Hilfe suchtmittelabhängiger Frauen e.V.

Hohenstaufenstraße 17 b 70178 Stuttgart Tel: 0711 / 640 54 90

Fax: 0711/607 68 60 kontakt@lagaya.de www.lagaya.de

ab 15. Juli 2013

Katharinenstraße 22 70182 Stuttgart