

Pressespiegel

Tagblatt Steinlachtal 6.3.2026

Ein erfolgreicher Weg aus der Sucht

Suchthilfe Schonungslos und offen berichtete im katholischen Gemeindehaus Mössingen der ehemalige Polizist Meinrad Göhner über Alkoholismus und seinen Weg aus der Sucht.

Bild: Meinrad Göhner, FK Rottenburg

Bericht von Andreas Kurt Straub



Wer säuft, begeht schleichenden Selbstmord. „Ich will leben“, sagt Meinrad Göhner. Deshalb hat der ehemalige Tübinger Polizist sein Leben radikal umgekrempelt. Denn er rutschte seit seiner Jugend immer tiefer in die Alkoholsucht, war schwer abhängig. Bis er im Alter von 40 Jahren selbst „Stopp“ sagte. Göhner begab sich in eine Entwöhnungstherapie und ist seither trocken. In 26 Jahren kein einziger Rückfall – damit ist der heute 66-Jährige ein großes Vorbild für viele Suchtkranke. „Ich will kein Held sein“, sagt er selbst.

Seit er vor anderthalb Jahren in den Ruhestand ging, leitet er eine diakonische Selbsthilfegruppe in Rottenburg, hilft anderen. „Wir haben großen Zulauf“, sagt Göhner. Zu den 25 regelmäßigen Teilnehmern der wöchentlichen Treffen zählen auch Angehörige. „Die Dunkelziffer ist natürlich hoch“, sagt Göhner. Geschätzte 7,9 Millionen Menschen trinken in Deutschland riskant und gesundheitsschädigend, etwa 1,6 Millionen sind alkoholabhängig. Ähnlich viele sind von Medikamenten abhängig. Die Zahlen bei Cannabis, Kokain und Amphetaminen sind geringer, hinzu kommen Menschen mit Verhaltenssuchten wie Essstörungen, Glücks- und Computerspielsucht. „Alkohol ist in der Gesellschaft ein großes Problem und ein weithin akzeptiertes Suchtmittel“, so Göhner am Mittwochabend im katholischen Gemeindehaus Mössingen. Eingeladen hatten die katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Tübingen und die Stadt Mössingen im Rahmen ihrer Fortbildungsreihe für Ehrenamtliche. Es ist schön, die eigene Wirksamkeit zu spüren.

Belastung für Umfeld

Doch wenn es zu viel wird, leiden nicht nur Familie und Freunde, sondern auch Arbeit und Gesundheit. Göhner erzählte zehn Interessierten, wie er in die Alkoholabhängigkeit kam und wie er es herauschaffte. „Er hatte schon immer einen wahnsinnigen Willen, das galt schon im Sport“, sagt ein langjähriger Bekannter im Publikum, der mit ihm in jungen Jahren zusammen Fußball spielte und auch einige Abstürze nach den Trainings und Spielen miterlebte. Obwohl er mit Ende zwanzig heftig trank, habe es Göhner immer auf den Sportplatz geschafft.

„Der Glaube an Gott gibt mir heute viel Kraft“, sagt Göhner. Er sei zwar in seinem Heimatort Frommenhausen katholisch aufgewachsen, habe sich aber in der Jugend von der Kirche abgewandt. Erst über die Entwöhnung in der christlich geprägten Fachklinik Ringgenhof in

Wilhelmsdorf fand er zum Glauben zurück. „Beim Joggen im Wald habe ich Jesus gesehen“, erzählt Göhner. „Er hat mich zu sich zurückgeholt.“

Seine Geschichte von Abhängigkeit, Schuld- und Minderwertigkeitsgefühlen begann lange vor dem Polizeidienst, irgendwo zwischen seinem 13. und 14. Geburtstag: Die Eltern bewirtschafteten in Frommenhausen einen Hof, er half früh mit. Göhner war eines von vier Kindern. Die Arbeit war hart. Auf dem Tisch stand stets ein Mostkrug. Ein Schluck daraus erleichterte die Mühen, stellte er als Jugendlicher fest. Rückblickend sieht er darin den Anfang seiner Sucht. „Mein Vater hatte große Erwartungen an mich, die ich nicht erfüllen konnte“, sagt Göhner. Er schaffte das Gymnasium nicht und blieb zweimal auf der Realschule sitzen. In einem Internat in Ravensburg schaffte er die Mittlere Reife. Zur Polizei ging er anschließend, damit er „versorgt“ war. Außerdem wolle er es seinem Vater zeigen. Seinen Kollegen fühlte er sich überlegen. „Mein Hochmut war im Rückblick eher ein Schutz, denn ich habe mich minderwertig gefühlt“, sagt Göhner heute. Mit Anfang zwanzig nahm das Trinken Fahrt auf. Aus dem Feierabendbier wurden mehrere, aus einzelnen Abenden regelmäßige Exzesse. Anerkennung erhielt Göhner vor allem im Sport. Er spielte in Ofterdingen Fußball zu Verbands- und Oberligazeiten. Doch der Ausgleich hielt nicht dauerhaft. Der Alkohol blieb – als Trostspender.

„Bis 24 hatte ich eine Bilderbuchkarriere“, sagt er. Selbst nach durchzechten Nächten, trat er seinen Dienst an, um die Kollegen nicht im Stich zu lassen. Mit wachsender Abhängigkeit nahmen allerdings auch die Probleme zu. „Mit Ende zwanzig habe ich viele Spannungen weggetrunken“, sagt Göhner. Er legte nicht nur bei Weihnachtsfeiern volltrunken denkwürdige Auftritte hin, sondern machte im Dienst zunehmen kleine und größere Fehler. Beispielsweise verschlief er einen Richtertransport für einen wichtigen Prozess. Göhner wurde von Rottenburg nach Tübingen versetzt. Nach einer Alkoholfahrt in Stuttgart musste er eineinhalb Jahre den Führerschein abgeben und war 15 Monate vom Dienst freigestellt. Doch Göhner klagte sich zurück. „Danach waren die Erwartungen an mich natürlich umso größer“, sagt Göhner. Erfüllen konnte er sie längst nicht immer, doch er biss sich durch.

Kontrollen mit Restalkohol

In Mössingen erzählte er zum Beispiel von Fahrzeugkontrollen, die er selbst nach einer durchzechten Nacht noch mit gehörigem Restalkohol vornahm. Zeitweise musste er vor jedem Dienstantritt selbst pusten und durfte nur noch Fahrräder kontrollieren. Doch er ließ sich nicht kleinkriegen. „Erst nach meiner Therapie habe ich Zufriedenheit im Beruf gefunden“, sagt Göhner rückblickend. Früher habe er Erfolge nicht genießen können, alles als „Pillepalle“ abgetan. Er begriff, was es bedeutet, Freund und Helfer zu sein und Vertrauen aufzubauen. „Menschliche Beziehungen sind unglaublich wichtig“, sagt Göhner. Lange habe er vieles nur mit sich selbst ausgemacht, niemanden an sich herangelassen. Das habe er heute erkannt und gebe es weiter. „Es ist schön, die eigene Wirksamkeit zu spüren“, sagt Göhner. Das geht nur ohne Sucht.