

Pressespiegel

Balingen, 7. September 2026



Beim Treffen der Vertreter der Suchtkrankenhilfe aus dem Schwarzwald und der Region Zollernalb (von links): Thomas Uehling (Freundeskreis Sucht Württemberg), Tina Morlok (AOK), Rainer Schlötter (Regionalvertreter Freundeskreis), Martin Weise (Fachbereichsleiter Sucht Diakonie), Hagen Gräter (Regionalvertreter Freundeskreis) und Referentin Evelyn Hilbeck (Heilpraktikerin für Psychotherapie) Foto: Gert Ungureanu

Gemeinsam stark – 70 Jahre gegen die Sucht

Seit 70 Jahren geben die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Betroffenen und ihren Angehörigen Halt. Mit einem großen Festakt feierten sie das Jubiläum. Von Gert Ungureanu

Was ohne sie fehlen würde, ist das Vertrauen, in der Krankheit nicht allein zu sein. Innerhalb der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe finden Betroffene und ihre Familienangehörigen Gleichgesinnte und begegnen einander auf Augenhöhe. Jetzt haben die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe aus Württemberg ihr 70-jähriges Bestehen gefeiert – mit einem landesweiten Festakt und mehreren Regionaltreffen. Im Konferenztrakt der Balingen Stadthalle sind Vertreter aus Schwarzwald und Schwäbischer Alb zusammengekommen.

70 Jahre sind eine lange Zeit

Ziel sei es, Betroffene und ihre Angehörigen zu begleiten, zu betreuen, ihnen zu helfen, neue Wege zu gehen, sagte Regionalvertreter Rainer Schlötter, der die Moderation übernommen hatte. Wichtig sei es bei dieser Gelegenheit, zurückzublicken und miteinander ins Gespräch zu kommen – „offen und mit Wertschätzung“.

Sie sei „gottfroh, dass es diese Kreise gibt“, erklärte Tina Morlok von der AOK. Auch aus Sicht der Kasse sei es „wichtig, zu wissen, was die Betroffenen brauchen“. 70 Jahre – das sei eine stolze Zahl. „Danke, dass es Sie gibt“, sagte sie zu den Gästen, die es sich bei Backwerk und Erfrischungsgetränken gut gehen ließen:

„Irgendwann fühlt man sich wie ein Beifahrer in einem ungebremsten Wagen.“

Evelyn Hilbeck
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Wie kam es überhaupt zu der Selbsthilfegruppe? Am Anfang stand ein Mann, sagte Martin Weise, Fachbereichsleiter und Suchtbeauftragter der Diakonie. Jener Mann sei frisch aus der Reha-Klinik entlassen worden – und habe immer mehr Gleichgesinnte und Betroffene um sich geschart: Niemand müsse mit seiner Krankheit und seinem Leiden allein bleiben.

Im Laufe der Jahre habe er erfahren, unter welch großem – auch finanziellem – Druck die Arbeit mit Suchtkranken stehe. Auch mit professioneller Unterstützung sei es heute noch „ein sehr langer Weg“, sagte Weise. Nicht zuletzt auch darum, weil es für die Menschen nach wie vor schwer sei, ihre Krankheit zuzugeben. Innerhalb der Beratungsarbeit der Diakonie begegne man einander „auf Augenhöhe“, helfe den Betroffenen, wieder Selbstverantwortung zu übernehmen.

Der Weg aus der Sucht sei die „Frucht unzähliger ehrenamtlicher Stunden, der Gemeinschaft“. So heiße es: „Einer trage das Andere Last!“ In der Psychologie spricht man von der „Universalität des Leidens“. Gerade in dieser Situation sei es wichtig, zu wissen, dass man nicht allein sei – dass man in der Krankheit nicht alleingelassen bleibe.

Die Heilpraktikerin für Psychotherapie Evelyn Hilbeck brachte die Jubiläumsveranstaltung auf den Punkt: „Wir feiern

hier, was ein Mensch für den anderen tun kann“, sagte sie. Und das in einer Gemeinschaft, „die ohne Hierarchien auskommt“. Es hört sich ganz einfach an: Ein Mensch, der leidet, reicht einem anderen Menschen, der leidet, die Hand, „um ihm zu helfen, wieder aufzustehen“.

Im ungebremsten Wagen

Die Sucht, weiß Hilbeck, schleicht sich leise ein und führt schließlich zu dem, was in der Psychologie als „erlernte Hilflosigkeit“ bezeichnet werde: „Man fügt sich seinem Schicksal.“ Da helfe es nicht, sich immer wieder zu sagen: „Morgen wird alles gut“, denn irgendwann fühle man sich nicht mehr wie der Fahrer des eigenen Autos, sondern „wie ein Beifahrer in einem ungebremsten Wagen“.

Man trinkt, weil man sich schämt, und man schämt sich, weil man trinkt, sagte die Referentin und verwies auf die Bedeutung der Selbsthilfegruppen, in denen es keinen „erhöhten Zeigefinger“, keine Vorwürfe, dagegen aber ein „passendes Vorbild“ für jeden gebe. Gerade auch in einer Zeit der Reizüberflutung, der neuen Medien und der zahlreichen Möglichkeiten, die es damals, vor 70 Jahren, noch nicht gegeben hat: „Die Selbsthilfegruppe ist ein absolut filterloser Raum, das Modell ist krisenfest und zeitlos“, sagte sie.