

Zeitschrift: Die Kette : Schweizerisches Magazin für Drogenfragen
Herausgeber: Die Kette, Dachverband der privaten therapeutischen Einrichtungen in der Drogenhilfe der Region Basel
Band: 13 (1986)
Heft: 1

Artikel: Selbsthilfegruppen in therapeutischen Gemeinschaften
Autor: Zerkiebel, Christa
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-799784>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 02.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Selbsthilfegruppen in therapeutischen Gemeinschaften

Was unterscheidet wohl die Heroinsüchtigen von anderen Süchtigen im Verhalten, als dass nicht auch unter ihnen solche Selbsthilfegruppen entstehen könnten?

Unser Versuch in der Waldruh

- * Wir wissen, dass Heroinabhängige meist politoxikoman sind. Wenn Alkohol nicht schon vor dem Heroin als Droge gebraucht, dann wird er sicher auf Entzug im Übermass getrunken. So dreht sich bei uns die Diskussion häufig um Alkoholkonsum, Alkoholismus. Während der WG-Zeit dulden wir keinen Alkoholkonsum.
- * Wir haben vom Suchtverständnis her viel vom AA-Gedankengut übernommen. So war es naheliegend, Mitglieder von AA-Gruppen zu Gesprächen in die Waldruh einzuladen.
- * Ein Besuch von AA-Leuten hatte zur Folge, dass zwei Bewohnerinnen eine AA-Gruppe besuchten.
- * Obwohl ein wichtiges Prinzip der Selbsthilfegruppen ist, dass jede/r sich aus eigenem Antrieb entschliesst dort mitzumachen, haben wir Bewohnern schon die Auflage gemacht, über acht- bis zehnmal an einer AA-Gruppe teilzunehmen (passierte u.a. nach Alkiabstürzen). — Einsichtig war uns, dass Heroinabhängige andere konkrete Suchterfahrungen und Suchtprobleme haben als Alkoholiker.
- * Jedenfalls kam der Tag, wo wir fanden, dass wir in der Waldruh selber eine Sucht-Selbsthilfegruppe möchten. Wir erklärten diese Gruppe als obligatorisch. Seit über einem Jahr halten die BewohnerInnen am Freitag von 17.15 - ca. 19.00 Uhr ihre Suchtgruppe ab, unter sich, ohne Teamer.

Für diese Gruppe gilt:

- Klarheit: alle hier sind Heroinabhängige und Süchtige.
- Jede/r weiss, dass das Gift stärker ist als sie /er und dass sie/er es allein nicht schafft.
- Jede/r redet von sich.
- Probleme wie "Reissen", "Ausgänge" und Konfrontationen mit Gift können thematisiert werden.
- Erfahrungen werden erzählt.
- Keine/r gibt dem anderen Rat-schläge oder therapiert diesen.

Die Gruppe funktioniert nicht immer ideal. Z.T. werden Beziehungsprobleme diskutiert (zu erklären aus dem Kennen und Zusammenleben der Gruppe) oder geblö-delt (zu erklären aus dem Inseldasein und

dem so möglichen Vergessen der Fixer-Existenz). Weitere Unterschiede zwischen AA-Mitgliedern und unseren Bewohnern: In der AA der Eindruck, dass die Gruppenmitglieder das Leben wiedergefunden haben. Sie haben nicht vergessen, in welcher Scheisse sie während ihrer Sucht steckten. Unsere Bewohner vergessen die Fixerzeit lieber (oder verherrlichen sie) und nehmen sich damit an Stärke und Hoffnung, das Leben wieder zu finden. Heroinabhängige werten den "Schritt-des-Aufhörens" kaum genügend. Sie schaffen kaum einen Bezug zu etwas "Tieferem in ihrem Selbst", zu "Gott" oder etwas "Göttlichem", dank dessen Hilfe sie es erst geschafft haben. Demgegenüber spüre ich bei AA-Mitgliedern sehr viel Dankbarkeit (wohl gerade danke ihrer Beziehung zu einer "höheren Macht") dem Neuen, dem Leben gegenüber. Von unseren Bewohnern höre ich eher Forderungen, die sie an das Leben stellen und vom Leben erwarten (was mich an Anmassung denken lässt). Aber allen Ungereimtheiten, Unterschieden, Unausgefeiltheiten zum Trotz: Unsere BewohnerInnen nutzen die Suchtgruppe und wollen sie. Für das Team ist die Erfahrung entscheidend, dass diese Gruppe — getragen bloss durch die Anstösse der Anonymen Alkoholiker — eine wichtige Ergänzung im Therapie-programm darstellt.

Christa Zerkiebel



Regionale Kontaktstellen

- Aargau:** Team Selbsthilfe Aarau
Postfach 298, 5200 Brugg
Tel: 056/ 41 95 82
(vormittags Mo-Fr)
- Basel:** Hinterhuus — Gruppen im Umgang mit Krankheit und Gesundheit
Feldbergstr. 55, 4057 Basel
Tel/ 061/ 32 84 88
Im Hinterhuus besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an verschiedenen begleitenden Gruppen (Gesprächs-, Mal-, Kochgruppe, Treffpunkt). Daneben gibt das Hinterhuus auch Auskunft über andere Gruppen und Vereinigungen mit Selbsthilfecharakter in der Region Basel.
- Bern:** Team Selbsthilfe Bern
Thunstr. 40, 3006 Bern
Tel: 031/44 78 59, Mi: 16-18h)
- Schwyz:** Beratungsstelle für psychische Probleme
Hauptstr. 85, 8840 Einsiedeln
(Tel: 055/ 53 22 33)
- St. Gallen:** Team Selbsthilfe St. Gallen
(c/o Pro Juventute)
Frongartenstr. 16,
9000 St. Gallen, (Tel: 071/
22 75 54 oder 22 27 16)
- Thurgau:** Team Selbsthilfe Thurgau
Rheinstr. 6, 8500 Frauenfeld
Tel:
054/ 21 31 40 (Fr. Stämpfli)
054/ 22 11 05 (Hr. Nadalet,
vormittags)
- Zug:** Marie-Alice-Blum
Sozialmedizinischer Dienst
des Kantons Zug
Aegeristr. 56, 6300 Zug
(Tel: 042/ 25 35 16)
- Zürich:** Team Selbsthilfe Zürich
Postfach 107, 8032 Zürich
Tel: 01/55 86 78 (Mo: 18-20,
Mi: 8-12h)
01/252 30 36 (Fr: 10-16h)
- Zürcher Oberland:** Vreni Heri
Sozialpsychiatrischer Dienst
8730 Uznach
Tel: 055/ 72 29 05

Falls es in Ihrer Region noch keine Kontaktstelle gibt, wenden Sie sich an das Team Selbsthilfe Zürich.

Aus der Beobachter-Broschüre