

Spurensuche

Prävention

Als ich 14 war und die ersten paar Mal bekifft gewesen war, war für mich von Anfang an klar, dass es noch ein breiteres Spektrum an Substanzen zu »erforschen« gibt. Mir wurde eingetrichtert, dass Cannabis und andere Substanzen zum sofortigen Absturz führen und ich sogleich bei der Endstation Heroin und Bahnhofsklo landen würde. Dies war für mein damaliges Ich natürlich komplett realitätsfremd. Anscheinend musste ich erst am Bahnhofsklo landen, um mir die Endstation endgültig einzugestehen.

Bleibt die Frage, was meinem 14-jährigen Ich geholfen hätte, um ihm diese Erfahrungen zu ersparen. Ich glaube, das Gespräch mit ehemaligen Usern wäre hilfreich gewesen. Auch die direkten Auswirkungen werden durch diese greifbarer. Sowie anständiger Präventionsunterricht in der Schule. Durch das strikte Verteufeln von Substanzen wird mehr Interesse geweckt und Unwissenheit erzeugt als durch einen ehrlichen offenen Umgang damit. Grenzen meiner Eltern haben mich nicht aufgehalten, jedoch wäre es vielleicht besser gewesen, hätten sie einen offenen Umgang damit gepflegt bzw. mit mir über die Konsequenzen des Rausches gesprochen und nicht das Klischeebild eines Süchtigen propagiert.

Felix

Seit mehr als 10 Jahren konsumiere ich legale, aber auch illegale Substanzen, mit 14 Jahren probierte ich das erste Mal eine Zigarette, kurz danach auch mein erstes Bier. So schnell ich mich versah, rauchte ich täglich eine ganze Packung Zigaretten und trank jedes Wochenende Alkohol. Am Anfang war an eine Sucht kein Gedanke verschwendet, weil Rauschen und Trinken im »Fortgehalter« in Österreich keine Ausnahmen sind und Alkohol in der Gesellschaft etabliert ist, so dachte ich, dass dies sowieso völlig normal wäre. Mit 16 Jahren hatte ich das erste Mal einen Joint probiert, dessen Wirkung mir jedoch gar nicht gefiel. So blieb ich vorerst beim

Alkohol. Doch mit 17 änderte sich das schlagartig. Ich fing an, zu Kiffen, da ich dazu gehören wollte und mich richtig »frei« fühlte. Aus Konsum am Wochenende wurde schnell täglicher Konsum und meine persönliche Abwärtsspirale nahm ihren Lauf. Nach meinem 18. Geburtstag griff ich das erste Mal zu chemischen Drogen, die ich gute zwei Jahre auch nur wochenends konsumierte. Mit 20 Jahren begann ich auch schnelle Substanzen unter der Woche zu konsumieren. So kündigte ich kurz vor meinem 21. Geburtstag meinen Job und widmete mein Leben dem täglichen Konsum von harten Drogen und Cannabis. Mit 23 Jahren entdeckte ich Heroin für mich und es wurde schnell zu meinem täglichen Begleiter, da ich mit dieser Substanz alle Sorgen »vergessen« konnte. Jetzt mit 25 Jahren habe ich das Vertrauen meiner Familie zerbrochen und bin nur knapp der Obdachlosigkeit entkommen. Ich begriff, dass ich süchtig bin und etwas ändern muss und so habe ich mich entschieden, eine Therapie im Grünen Kreis zu machen.

Was hätte ich anders machen können?
Da ich ein sehr sensibler, emotionsgesteuerter Mensch bin, hätte ich früher anfangen sollen, meine Probleme und Sorgen mit meinen Eltern oder einer außenstehenden Person zu berechnen. Ich hätte auch darauf achten sollen, nicht immer das zu machen, was andere auch machen, um »dazuzugehören« und auch die Freundesgruppe zu wechseln. Auch hätte ich auf meine Eltern hören und nicht alles so »schönreden« sollen.
Im Endeffekt sind das alles nur Spekulationen und ein »hätte« ändert nichts mehr an der Vergangenheit. Anderen kann ich nur ans Herz legen, sich Hilfe zu holen und auf ihr Problem aufmerksam zu machen, wenn sie bemerken, dass etwas nicht mit ihnen stimmt. Sei es auf körperlicher, emotionaler oder sozialer Ebene. Ob das bei den eigenen Eltern passiert und/oder bei einer außenstehenden Person (Psychologe), spielt dabei keine Rolle. Hilfe schadet keinem und lieber einmal zu viel über seine Probleme reden als einmal zu wenig.

Lorenz