



# EINSICHT

Informationsblatt des Blauen Kreuzes in Österreich  
Christliche Suchtkrankenhilfe

## Danke sagen ist nicht schwer. Oder doch?

**D**en meisten von uns wurde schon in der frühen Kindheit beigebracht „Bitte“ und „Danke“ zu sagen, vielleicht sogar regelrecht eingetrichtert. Aber was, wenn wir es von unseren Kindern verlangen, es doch selbst nicht praktizieren?

Karl Valentin, ein deutscher Komiker, Autor und Filmproduzent, sagte einmal: „Wir müssen unsere Kinder nicht erziehen, sie machen uns doch alles nach.“ Kinder beobachten. Sie schauen uns zu und lernen wie wir mit Konflikten umgehen, ob wir die Wahrheit sagen, ob wir uns Zeit für andere Menschen nehmen oder ob wir eben „Bitte“ und „Danke“ sagen.

Wollen wir uns heute auf das „Danke“ fixieren. Dieses kleine Wort kann dem Gegenüber viel Wertschätzung geben. Ein Wort, das so viel verändern kann. Es geht um zwischenmenschliche Beziehung. Ich darf mich bei meinem Gegenüber bedanken.

Es gibt aber auch einen spirituellen Zugang zum Dankesagen. Im Kolosserbrief 4, 2 spricht der Apostel Paulus zur Gemeinde:

***Lasst euch durch nichts vom Gebet abbringen  
und vergesst dabei nicht, Gott zu danken.***

Gott möchte Beziehung mit uns Menschen. Ein wichtiger Aspekt dabei ist das Gespräch mit Ihm. Im Gebet können wir Gemeinschaft mit Gott haben und Danksagung spielt dabei eine große Rolle. Lasst uns Paulus' Aufforderung zu beten ernst nehmen und nicht vergessen, Gott zu danken.

*Horst Koger*

## WICHTIG!

### EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO)

Aufgrund der europaweiten Änderung der Datenschutz-Grundverordnung, welche mit Ende Mai 2018 in Kraft trat, ist das BKÖ dazu verpflichtet, eine eindeutige Erlaubnis zur Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten einzuholen.

#### Wozu braucht das BKÖ Ihre Daten?

Ihre Daten werden nicht von uns weitergegeben, sondern dienen dem Versand von BK-Schreiben wie der Vereinszeitschrift *Einsicht*, Einladungen zur Jahreshauptversammlung und anderen vereinsinternen Schreiben. Außerdem müssen wir vereinsrechtlich eine Liste der BK-Mitglieder führen.

#### Wie erteile ich dem BKÖ meine Erlaubnis?

In dieser Ausgabe der *Einsicht* finden Sie ein Formular (Seite 6). Wir bitten Sie, es in Ruhe durchzulesen und bei Zustimmung auszufüllen. Dann können Sie das Formular per Post oder per eMail an das BKÖ retournieren. Kontaktdaten dazu finden Sie ebenfalls auf Seite 6.

#### Was, wenn ich das Formular nicht zurück sende?

Wenn Sie kein Vereinsmitglied sind, ist es uns nicht erlaubt Ihre Daten weiterzuverwenden. Das bedeutet, dass wir Ihnen künftig weder die Vereinszeitschrift *Einsicht* noch andere BK-bezogene Informationen zukommen lassen können. Sollten wir binnen 3 Monaten keine entsprechende Rückmeldung von Ihnen erhalten, sind wir verpflichtet sämtliche gespeicherten, personenbezogenen Daten von Ihnen unwiderruflich zu löschen. **Wir bitten Sie daher ausdrücklich, die Einwilligungserklärung auf Seite 6 auszufüllen und an uns zurück zu senden!**

#### Erinnerung Mitgliedsbeitrag

Falls Sie den jährlichen Mitgliedsbeitrag noch nicht eingezahlt haben (Einzelperson EUR 40, Ehepaare EUR 60), bitten wir herzlichst darum. Die Kontodaten entnehmen Sie bitte der letzten Seite im blauen Kasten (links unten).

# Das Ums-Vaterwort-Syndrom

**K**aum ein Geschehen im nahezu unbegrenzten Feld von Suchtkrankheiten birgt mehr Dramatik in sich, als der sogenannte „Rückfall“. Lange galt er als Angstgespenst, sowohl für Betroffene von Abhängigkeitserkrankungen, als auch für Angehörige und nicht zuletzt für BetreuerInnen und TherapeutInnen. Das Zurückfallen in frühere Gewohnheiten wurde nicht selten als Versagen angesehen, oft sogar mit schuldhaftem Verhalten gleichgesetzt. In früheren Zeiten waren sämtliche Therapiekonzepte bei stoffgebundenen Süchten auf die Aufrechterhaltung einer dauerhaften, lebenslangen Abstinenz ausgerichtet, was immensen Druck auf alle Beteiligten ausübte. Was die Rückfallhäufigkeit betrifft, zeigen groß angelegte Studien, durchgeführt in den USA und in Deutschland, dass selbst bei intensiver stationärer Behandlung, über einen Beobachtungszeitraum von vier Jahren, Rückfälle nicht Ausnahmen darstellen, sondern der Regelfall sind. Mitte der 90er-Jahre des vorigen Jahrhunderts wurden diese therapeutischen Ansätze sowohl im Kontext der stationären, als auch in der ambulanten Betreuung zunächst hinterfragt. In mehr oder weniger langen Prozessen, schlugen sich theoretisches Wissen über Rückfälle und deren Verläufe auch in der Praxis nieder.

Heute gelten Rückfälle als Chance und Möglichkeit, erneut an sich selbst zu arbeiten und als „zur Krankheit gehörend“. Als oberstes Therapieziel steht der Erwerb

von Kompetenzen zur Führung eines zufriedenen Lebens im Vordergrund, was letztendlich wieder lange Abstinenzzeiten ermöglichen soll. Mitunter begegnen wir auch der Bezeichnung „Ausrutscher“, welcher manchmal für kürzere Rückfallsituationen, die rasch abgebrochen werden können, Anwendung findet. Da dieser Ausdruck manche Betroffene dazu verleitet, sich des Ernstes der Lage nicht gänzlich bewusst zu sein, wird diese Verniedlichung des Wortes „Rückfall“ in Fachkreisen seit einiger Zeit wieder eher sparsam eingesetzt. Das Ausmaß der Ohnmacht und der Verzweiflung bei Suchtkranken und deren Angehörigen und die (keinesfalls gerechtfertigte) Ansicht der Betroffenen, VersagerInnen zu sein, dürften durch diese Wortwahl kaum gemindert werden. Ein Suchtkranker ist rückfällig, wenn er nach einer Zeit der Abstinenz wieder bewusst psychoaktive Substanzen zu sich nimmt. Nicht der erste Vollrausch, sondern das erste Glas, die erste Pille, der erste Joint usw. gilt als Rückfall.

Gründe für Rückfälle gestalten sich ebenso mannigfaltig, wie Suchtkarrieren selbst. Viele, nunmehr abstinent lebende Abhängige, berichten nach Rückfällen, dass diese erstaunlicherweise in eine Zeit fielen, in der es ihnen subjektiv besonders gut ging. Man kann einerseits beobachten, dass Betroffene in Zeiten höchsten Wohlbefindens, dazu neigen, konsequente Nachbetreuung nach und nach zu vernachlässigen, andererseits gewinnt man den Eindruck, dass sich Suchtkranke selbst ein Leben in Zufriedenheit nicht zugestehen, es sich gleichsam, aus welchen Gründen auch immer, nicht erlauben, glücklich zu sein. Diese Verhaltensweise erinnert an die Erzählung „Ums Vaterwort“ des steirischen Dichters und Schriftstellers Peter Rosegger (1843–1918) aus seinem 1902 erschienenen Werk *Als ich noch der Waldbauernbub war*. Um die Aufmerksamkeit seines Vaters, eines wortkargen Waldbauern, wenigstens vorübergehend auf sich zu lenken und dessen Zuwendung zu gewinnen, vollführte der kleine Peterl immer wieder einmal Lausbubenstreiche, die sodann vom Vater streng geahndet wurden. Der Vater musste sich seinem Sohn jedoch zumindest in dieser Form widmen. Gleichermäßen scheinen Abhängige in Zeiten, wo ihre Abstinenz von deren Umfeld bereits als selbstverständlich angesehen wird und diese den Betroffenen jene Aufmerksamkeit, die diese für ihren Selbstwert benötigen würden, versagen, durch Rückfälle Hilferufe auszusenden. Dieses Verhalten Suchtkranker könnte somit mit der Bezeichnung „Ums-Vaterwort-Syndrom“ versehen werden.

Gerhard Ernst Wildbichler

Aus: Wildbichler, Gerhard Ernst (2016):

*Denn alle Lust will Ewigkeit-Volksdroge Alkohol – Vom Ausstieg aus der Abhängigkeit zu einem zufriedenen Leben in Abstinenz.*

Graz: Masterarbeit, Karl-Franzens-Universität Graz.





# WANDER- UND BADEWOCHE

29. Juni–6. Juli 2018  
Weißbriach



## Wir laden zur Wander- und Badewoche im schönen Weißbriach in Kärnten ein!

Die vielen Möglichkeiten zum Wandern und Baden oder zur künstlerischen Betätigung machen es einfach, sich einmal richtig zu erholen. Dabei können Sie als Einzelperson sowie mit der ganzen Familie kommen. Wie Sie sich die Zeit einteilen, ist ganz Ihnen überlassen.

**29. Juni–6. Juli 2018**

**Gästepension Egger**, Regitt 4, 9622 Weißbriach

### Kosten

#### Wochenpauschale/Person

Einbettzimmer, D/WC, Halbpension: EUR 245

Doppelzimmer, D/WC, Halbpension: EUR 220

Fewo 1+1, B/WC, Halbpension: EUR 239

#### Tagespreis/Person

Einbettzimmer, D/WC, Halbpension: EUR 36

Doppelzimmer, D/WC, Halbpension: EUR 33

Fewo 1+1, B/WC, Halbpension: EUR 34



## Anmeldung Wander- und Badewoche 2018

**Anmeldeschluss: 20. Juni 2018**

29. Juni–6. Juli 2018 | Gästepension Egger, Regitt 4, 9622 Weißbriach

Vor- und  
Nachname

Adresse

Telefon

eMail

Geburtsdatum

Ich möchte Schriftverkehr zur Wander- und Badewoche 2018 (Anmeldebestätigung, Details zur Anreise, ...) erhalten per:  Post  eMail

**Zimmer/Kosten je Person\*:** (Preise Wochenpauschale 29. Juni–6. Juli)

Einbettzimmer, D/WC, Halbpension (EUR 245)

Doppelzimmer, D/WC, Halbpension (EUR 220)

Fewo 1+1, B/WC, Halbpension (EUR 239)

Ich werde nicht die gesamte Woche von 29. Juni–6. Juli dabei sein, sondern an folgenden Tagen an-/abreisen:  . Juni bis  . Juli 2018  
(Kosten für diesen Zeitraum fallen dementsprechend weniger an.)

Ich stimme zu, dass meine Daten vom Blauen Kreuz Österreich verarbeitet werden. Sie dienen dem Versand wichtiger Informationen, welche die Wander- und Badewoche 2018 betreffen und werden zur Zimmerbuchung an den Quartiergeber weitergeleitet.

Unterschrift

Datum

Bitte **senden Sie das ausgefüllte Anmeldeformular an: Blaues Kreuz Österreich, Tischlerstraße 27, 4050 Traun** oder per eMail an [ulrike.rossrucker@blaueskreuz.at](mailto:ulrike.rossrucker@blaueskreuz.at)

\* Informationen wie Sie für die Wander- und Badewoche zahlen können, erhalten Sie mit der schriftlichen Anmeldebestätigung nachdem die Anmeldung bei uns eingegangen ist.

## BK-Suchtberater-Seminar

Bereits zweimal fanden die Teilnehmer des diesjährigen BK-Suchtberater-Seminars in Vöcklabruck zusammen um über Sucht, Co-Abhängigkeit und effektive Hilfestellung zu lernen. Ende Februar fand das erste und Mitte April das zweite von vier Teilseminaren statt.

Dieser Jahrgang ist besonders durch die Heiterkeit und Vielfalt der Teilnehmer gesegnet; von Vorarlberg bis nach Wien; von Menschen, die selbst von Sucht frei geworden sind bis hin zu Co-Abhängigen und Interessierten, die sich weiterbilden möchten. Mit zehn Teilnehmern ist die Gruppe gut besetzt und garantiert spannende Erfahrungsberichte sowie angeregte Diskussionen.

Um die Lehreinheiten abwechslungsreich zu gestalten, werden unter anderem auch Gastredner eingeladen. So durften die Teilnehmer bereits von Maria Deischinger (Landespolizeidirektion OÖ, Landeskriminalamt), Pfarrer Joachim Hasenfuß und Markus Niesenbacher (Diplomierter Krankenpfleger) hören sowie eine kunsttherapeutische Gruppenberatung mit Marianne Fischer erleben.

Das dritte Teilseminar des BK-Suchtberater-Seminars findet im September statt und endet mit dem vierten Teil sowie den Abschlussgesprächen im Oktober 2018.

*Ulrike Rossrucker*



*Ulrike Rossrucker*



*Ulrike Rossrucker*



*pexels.com*

Die Termine für das BK-Suchtberater-Seminar 2019 stehen bereits fest:

### Termine

Modul 1: 14.-17. Februar 2019  
Modul 2: 9.-12. Mai 2019  
Modul 3: 19.-22. September 2019  
Modul 4: 24.-27. Oktober 2019

### Ort

Seminarhaus St. Klara, Vöcklabruck

### Kosten pro Modul

Tagesgast inkl. Verpflegung: EUR 195,-  
1 Person, Einzelzimmer mit WC/D,  
inkl. Verpflegung: EUR 295,-  
1 Person, Einzelzimmer, WC/D am Gang,  
inkl. Verpflegung: EUR 268,-  
2 Personen, Doppelzimmer mit WC/D,  
inkl. Verpflegung: EUR 520,-

Infos unter [blaueskreuz.at](http://blaueskreuz.at) oder  
[ulrike.rossrucker@blaueskreuz.at](mailto:ulrike.rossrucker@blaueskreuz.at)



## Besinnungstage „Trockendock“

Von 18. bis 22. April 2018 war es endlich so weit: das erste *Trockendock* fand in Weißbriach statt. Wir waren etwa 20 Teilnehmer aus Wien, der Steiermark, Oberösterreich, Kärnten und Vorarlberg. Neben den kompetenten Workshops, intensiven Gesprächen und den tiefgehenden Vorträgen von Frau Friederun Kelz-Fölsche, hatten wir auch viel Spaß.

Da alles im Leben seine Zeit hat, war auch ein neues Konzept als Nachfolge für die Besinnungstage in Weißbriach an der Zeit. Diese wurden viele Jahre von Herbert Meier erfolgreich organisiert. Danke, Herbert, für deinen Einsatz!

Das *Trockendock* hat nichts mit „Trocken sein“ zu tun. Es soll ein Durchatmen für die Seele sein, wie bei einem Schiff, das immer wieder zur Wartung ins Dock muss; Ein Angebot für Gruppenleiter und Engagierte, die das ganze Jahr vollen Einsatz bringen. Aber auch Freunde und Interessierte des BKÖ sind herzlich willkommen. Beim *Trockendock* kann man die Seele durchatmen lassen, andere kennen lernen, austauschen, ermutigt und aufgebaut werden.

Träger sind neben dem BKÖ die Landesverbände Wien, Steiermark und Kärnten.

Marjan Kac



Marjan Kac



Herzliche Einladung zum

### BK-FREUNDSTREFFEN!

Samstag, 25. August 2018

ab 10 Uhr (offenes Ende)

Adelsmayrhof

Ob Gruppenleiter,  
Teilnehmer, Freunde oder  
einfach Interessierte des BK,  
**jeder ist willkommen!**

DIG – Adelsmayrhof

Schachadorf 36, 4551 Ried im Traunkreis

KOSTEN-  
LOS!

EINBLICK IN  
DIE ARBEIT DES  
ADELSMAYRHOF'S  
& ANSCHLIESSENDE  
GRILLEREI

# EINWILLIGUNGSERKLÄRUNG

## EU-Datenschutz-Grundverordnung 2018

Gültigkeit mit 25. Mai 2018

Ich erteile hiermit meine Zustimmung, dass der Verein "Blaues Kreuz in Österreich" (ZVR-Zahl 299717180) nachstehend angeführte persönliche Daten meine Person betreffend speichern und verwalten, mich in schriftlicher, elektronischer (eMail) und fernmündlicher Form kontaktieren darf, sowie mir in gleicher Weise Publikationen (Vereinszeitungen, Rundbriefe, etc.) zukommen lassen darf. Diese Zustimmung kann von mir jederzeit und ohne Angabe von Gründen schriftlich widerrufen werden.

Vor- und Nachname

Geburtsdatum

Adresse

Telefonnummer

eMailadresse

Datum

Unterschrift

Sie sind gemäß § 15 DSGVO jederzeit berechtigt um umfangreiche Auskunfterteilung zu den zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu ersuchen. Gemäß § 17 DSGVO können Sie jederzeit eine Löschung und Sperrung einzelner personenbezogener Daten verlangen.

Sie können darüber hinaus jederzeit ohne Angabe von Gründen von Ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen und die erteilte Einwilligungserklärung mit Wirkung für die Zukunft abändern oder gänzlich widerrufen. Sie können den Widerruf entweder postalisch oder per eMail an das BKÖ übermitteln. Es entstehen Ihnen dabei keine anderen Kosten als die Portogebühr bzw. Übermittlungskosten nach den bestehenden Basistarifen.

Bitte retournieren Sie dieses Formular ausgefüllt an  
**Blaues Kreuz Österreich, Tischlerstraße 27, 4050 Traun**  
oder elektronisch an [info@blaueskreuz.at](mailto:info@blaueskreuz.at). Danke!

# Einnahmen-Überschuss-Rechnung

## 1. Jänner–31. Dezember 2017

Auswertung für: gesamter Mandant, Blaues Kreuz

Hier finden Sie einen Auszug aus dem Finanzbericht 2017, wie er bei der Jahreshauptversammlung am 10. März 2018 in Marchtrenk vorgestellt wurde.

Kontobereich	EUR	Anteil in %
<b>1. ERTRÄGE</b>		
4900 Spenden, allgemein	19 572,06	75,8
4902 Spenden, Kirchengemeinden	1 416,50	5,5
4904 Finanzierung U. Rossrucker	380,00	1,5
4931 Suchtberater Ertrag	1 640,00	6,4
4932 FortbildungsSeminar	174,00	0,7
4941 Mitgliedsbeiträge	2 560,00	9,9
4948 Bücherverkauf	65,00	0,3
<b>Gesamtertrag</b>	<b>25 807,56</b>	<b>100,0</b>
<b>2. AUFWENDUNGEN</b>		
5000 Honorare	-1 320,00	7,1
6010 Redaktion Einsicht	-600,00	3,2
6360 Fahrtspesenersatz	-300,00	1,6
7110 Instandhaltung EDV	-723,17	3,9
7380 Telefon	-261,39	1,4
7390 Porto allgemein	-670,85	3,6
7391 Porto Einsicht	-1 836,92	9,9
7500 Öffentlichkeitsarbeit	-230,64	1,2
7550 Freundestreffen	-174,32	0,9
7600 Büromaterial	-123,06	0,7
7605 Kosten Kopierer	-263,72	1,4
7625 Einsicht Kosten	-1 947,00	10,5
7700 Beratungskosten	-174,00	0,9
7723 Schulungen, Gruppenleiter	-2 700,00	14,6
7730 Suchtberater Aufwand	-4 654,17	25,1
7741 MB - IBK	-443,48	2,4
7742 MB - Evang. Allianz	-120,00	0,6
7743 MB - Diakonie	-300,00	1,6
7800 Sonstiger Aufwand	-1 300,00	7,0
7950 Bankspesen	-366,21	2,0
<b>Gesamtaufwand</b>	<b>-18 508,93</b>	<b>100,0</b>
<b>Überschuss</b>	<b>7 298,63</b>	

# Mitteilungen



Mit **Helga Fritz** ist eine langjährige und sehr aktive Mitarbeiterin und Mitgestalterin im BKÖ verstorben. Helga war

viele Jahre im Vorstand tätig und unter anderem mitverantwortlich bei der Gestaltung und Durchführung der 101-Jahresfeier des BKÖ in Waiern. Ihr unermüdlicher Einsatz zum Thema Sucht hat viele Segensspuren hinterlassen, vor allem in Kärnten. Eine Stärke von Helga war ihre Eigenschaft angestrebte Ziele zu erreichen. So wollen wir Helga in Erinnerung behalten – verantwortungsvoll, unermüdlich, zielstrebig und bereit, sich für hilfesuchende Menschen einzusetzen.

Im April 2018 verstarb **Werner Hirner**, ein langjähriges, treues Mitglied des Blauen Kreuzes. „Weißt du wie lange ich trocken bin?“, begann oft eine Begegnung mit Werner. Es waren insgesamt 37 Jahre. Später schloss er mit der Aussage: „Ich werde nie vergessen, was ihr für mich getan habt!“ Leider konnte Werner dieses Jahr nicht bei den neu gestalteten Besinnungstagen *Trockendock* dabei sein. Darauf hatte er sich schon sehr gefreut. Werner, wir werden dich vermissen!



## DANKE,...

... für die Besinnungstage *Trockendock*. Es war eine wunderbare Veranstaltung, die den Teilnehmenden sehr gut getan hat.

... für die Möglichkeit, dass vom Land OÖ eine Supervision für GruppenleiterInnen angeboten wird.

... für die Möglichkeit, dass wir als BKÖ-Mitarbeiter in der Justiz arbeiten dürfen.

... für das neue Leiterteam des BK-Suchtberater-Seminars, Dipl. LSB. Anna Niesenbacher und Ing. Anton Katzier!

## BITTE,...

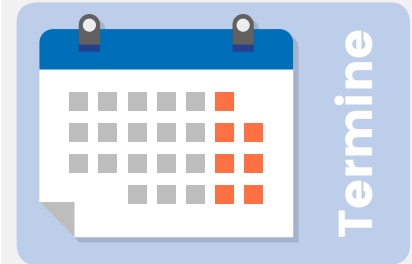
... für genügend Anmeldungen zur Wander- und Badewoche in Weißbriach (29. Juni–6. Juli).

... für das BK-Dach-Treffen in Wien im Juli. An diesem Treffen nehmen Delegierte aus Deutschland, Schweiz, Frankreich, Rumänien, Polen und Österreich teil.

... für neue Mitglieder im BK sowie die Möglichkeiten neue Finanzquellen zu finden, damit die Arbeit wachsen kann.

... für Menschen, die schon jahrelang gegen ihre Suchterkrankung kämpfen.

... für Gebet, damit das BKÖ von Gott getragen und gesegnet wird.



## Suchtberater-Seminar 2018

St. Klara Seminarhaus, Vöcklabruck  
Modul 3: 13.–16. September  
Modul 4: 25.–28. Oktober

## Bade- und Wanderwoche

29. Juni–6. Juli, Weißbriach

## Freundestreffen

Sa, 25. August, Adelsmayrhof  
ab 10 Uhr (offenes Ende)



Seit 14. Mai 2018 hat die BK-Selbsthilfegruppe Linz eine neue Leitung. Mit Simone Kindsthaler übernahm eine sozial engagierte, junge Frau die Leitung von Karin Schmid. Simone absolviert gerade eine adäquate Ausbildung und wird eine Bereicherung für die Linzer Gruppe sein.

An dieser Stelle möchte ich Karin Schmid für ihr jahrelanges Engagement im BKÖ herzlich danken! Der BK-Vorstand wünscht Karin Schmid auf ihrem Lebensweg alles Gute und viel Kraft für ihre weiteren Aktivitäten im Sozialbereich!

Horst Koger



Tischlerstraße 27  
4050 Traun  
+43 699 14 65 1901  
info@blaueskrenz.at  
blaueskrenz.at

nächster Redaktionsschluss:  
23. Juli 2018  
Leserbriefe, Berichte und Gebetsanliegen bitte an:  
ulrike.rossrucker@blaueskrenz.at

Impressum  
Herausgeber und Absender:  
Blaues Kreuz Österreich

Druck: Birner Druck  
Blattlinie: Wissenswertes für Alkoholabhängige, deren Angehörige und Interessenten. Finanziert durch Spenden.  
Bilder: pixabay.com, pexels.com, BKÖ

Spenden an das BKÖ sind steuerlich absetzbar.

Bankverbindung: Blaues Kreuz Österreich  
IBAN: AT35 1500 0004 1137 9100 | BIC: OBKLAT2L  
ZVR-Zahl: 299717180 | SO-2484



Wir sind auch auf Facebook: Blaues Kreuz Österreich