

# **Motivationsgruppe – Orientierungshilfe für Menschen mit einem Suchtproblem**

Die Motivationsgruppe ist ein **Angebot für Menschen mit problematischem Suchtmittelkonsum** (Alkohol und Medikamente).

Wenn Sie ...

- ein Suchtproblem haben
- etwas verändern wollen
- nicht wissen wo Sie damit anfangen sollen
- Wege aus der Sucht suchen
- Ihren Standort in Bezug auf das Suchtmittel bestimmen wollen

...kann die Gruppe für Sie eine erste Anlaufstelle sein!

## **Worum geht's?**

Natürlich geht es in erster Linie um Sie. Die Gruppe ist ein Ort, an dem Sie über Ihre Suchtprobleme sprechen können.

Sie können Ihre Motivation für eine mögliche Veränderung - aus der Sucht hinaus - klären. Neben Informationen über Ursachen, Folgen und Verlauf einer Suchterkrankung können Sie sich über Behandlungsmöglichkeiten informieren. Informationen über Hintergründe können Ihnen helfen, sich „freier“ gegen die Sucht zu entscheiden.

Oft müssen wir erst die Zusammenhänge begreifen oder uns die Folgen klar machen, bis wir etwas aktiv und verantwortlich abwählen können. Weg also von der Fremdmotivation – und hin zur Eigenmotivation.

## **Und was bringt mir das?**

Vielleicht reichen Ihnen die Informationen über Suchtverlauf, Behandlungsmöglichkeiten und die gesundheitlichen Beeinträchtigungen einer Suchterkrankung aus, um den nötigen Motivationsschub zu bekommen, etwas in Ihrem Leben zu verändern.

Sie erhalten auf alle Fälle viele Beispiele für ein zufriedenes Leben ohne Suchtmittel und bekommen Informationen über Selbsthilfegruppen und weitere Beratungsangebote in Ihrer näheren Umgebung.

## **Voraussetzungen für die Teilnahme:**

- Sie sollten den **Mut und/oder den Wunsch zur Veränderung** mitbringen
- **Bereitschaft zur Ehrlichkeit** sollte vorhanden sein
- Ebenso wie ein generelles **Bemühen um Abstinenz** (am Gruppenabend selbst sollten Sie keine Suchtmittel konsumiert haben)
- Interesse? Dann vereinbaren Sie ein **Erstgespräch** in der Suchtberatungsstelle des Diakonischen Werkes Dillenburg/Herborn (Tel. 02771 – 26550) oder in einer Selbsthilfegruppe (Adressen finden Sie im Anhang) oder kommen Sie direkt in die Motivationsgruppe

## **Wann und Wo?**

Die Motivationsgruppe findet

**jeden Montag von 17.30 Uhr – 19.00 Uhr**

im

**Diakonischen Werk Dillenburg/Herborn, Maibachstraße 2a**

in Dillenburg statt.

**Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.**

**Die Motivationsgruppe wird von ehrenamtlichen Suchtkrankenhelfern geleitet und von den MitarbeiterInnen der Beratungsstelle begleitet.**