

### **„Nur für einen Tag der Nüchternheit“**

Das Projekt ist eine Initiative, die aus unseren Erfahrungen im Bereich der sozialen Straßenarbeit entstanden ist. Wir sahen eine ungelöste Problematik bei Schuhputzern mit Alkoholsucht und entschieden, dass wir diese angehen mussten. Im Jahr 2010 begannen erstmals Freiwillige von **VAMOS JUNTOS** individuelle Begleitung und Zusammenarbeit mit Entzugszentren. Durch die Straßenarbeit und die individuelle Auseinandersetzung haben wir auch die Strukturen erarbeitet, die es uns ermöglichen, auch in Gruppenform zu arbeiten. Dort konzentrieren wir uns darauf, gemeinsam die Vor- und Nachteile einer Behandlung zu erläutern, einen Plan für das Verändern des Konsumverhaltens zu entwerfen und Selbstbewusstsein und Motivation zu fördern, die für das Durchführen erforderlich sind.

Es wurde ein Werkzeug für die individuelle Unterstützung entworfen, ein "Tagebuch für den kontrollierten Konsum". Dieses Tagebuch benutzen wir, um den Nutzern eine Analyse ihres tatsächlichen Konsums zu ermöglichen und als Motivationshilfe, den Konsum bewusst anzupassen. Diese Form der Therapie konzentriert sich darauf, Gefühle und Situationen, die zum Konsum führen, zu identifizieren und sich mit der Thematik der Stressbewältigung zu befassen, um Rückfälle zu verhindern. Das Ziel ist, die Gedanken anzupassen, die zum exzessiven Konsum führen und die notwendigen Kompetenzen zu entwickeln, um mit täglichen Situationen, die einen Konsum hervorrufen können, umzugehen.

Auf diese Weise werden in der Gruppentherapie unterstützende Einheiten in Bezug auf die persönliche Weiterentwicklung durchgeführt. Hierbei geht es um verschiedene Themen, wie unter anderem um das Selbstwertgefühl, wobei auf verschiedene Arbeitsmaterialien und Analysewerkzeuge zurückgegriffen wird. Außerdem pflegen wir einen engen Kontakt mit Ärzten, Psychologen und der Selbsthilfegruppe Anonyme Alkoholiker. Letztendlich unterstützt **VAMOS JUNTOS** darin, den Kontakt zu Rehabilitationszentren herzustellen, sollte ein Teilnehmer beschließen, diese Rehabilitierung zu beginnen.

### **Allgemeines Ziel**

Einen Raum für das Zusammentreffen von Personen mit Alkoholproblem schaffen, damit sie den Konsumumfang kontrollieren können und die Selbsthilfe fördern, um das Ziel zu erreichen, für mindestens einen Tag nüchtern zu sein.

### **Spezifische Ziele**

- Stärkung der Selbstkontrolle in Bezug auf den Alkoholkonsum der Jugendlichen und Erwachsenen durch das Durchführen umfangreicher Aktivitäten.
- Anregung des Austausches von Erfahrungen innerhalb der Gruppe, wobei eine Sozialarbeiterin von **VAMOS JUNTOS** die Teilnehmer leitet.
- Stärkung der guten Kommunikation innerhalb der Gruppe anhand verschiedener Gruppendynamiken.
- Anwendung des Kontrollbuches des täglichen Alkoholkonsums und die anschließende Auswertung mit dem Teilnehmern der Gruppe.
- Verdeutlichung von negativen Verhaltensweisen, die durch den Alkoholkonsum entstehen können.

Bei diesem Projekt ist uns besonders wichtig, dass eine offene und vertraute Atmosphäre entsteht. Deswegen verzichten wir während unserer Aktivitäten auf die Aufnahme von Fotos.