nicht aus, den Umgang mit sich selbst und seinen Problemen dauerhaft zu ändern.

„Während der stationären Reha lebte ich wie unter einer Käseglocke, der normale Alltagsdruck war weg“, sagt er. Kurzfristig war die Reha erfolgreich, doch Rainer wurde nach der Therapie angesichts des alltäglichen Drucks rückfällig. Enttäuscht von sich, verfiel er in eine Depression, seine Frau war frustriert, der Auftraggeber weg. Der Zusammenbruch hat Rainer wieder zur Caritas geführt: Vor vier Jahren begann er die ambulante Rehabilitation an der Regensburger Suchtambulanz. Die Bewilligung war für den privat Krankenversicherten nicht einfach, doch die Caritas half auch da unbürokratisch.

Neun Monate dauerte die Maßnahme: einmal wöchentlich abends eine Gruppensitzung, regelmäßig Einzelgespräche mit den Therapeuten, ab und zu Gespräche gemeinsam mit Rainers Frau, etwa alle zwei Monate Intensiv-Einheiten an Freitag und Samstag.

„Wenn in den Gesprächen mit unseren Klienten klar wird, dass eine hohe Motivation da ist, aktiv an der Genesung mitzuarbeiten, und die Betroffenen in einem stabilen sozialen und beruflichen Umfeld leben, empfehlen wir eine ambulante Reha“, sagt Teamleiter Christian Kreuzer. Immer zwei Kollegen der Fachambulanz leiten die Gruppentreffen mit maximal zwölf Teilnehmern. Die meisten sind wegen Problemen mit Alkoholkonsum hier. „Häufig dauert es, bis die Gruppenteilnehmer sich öffnen und ihre Gefühle zeigen. Wenn es gelingt, dass aus einem ‚Passt scho‘ eine ehrliche und offene Antwort wird, beginnt der Heilungsprozess“, erläutert der Diplom-Psychologe.

Rainer ergänzt: „Es ist viel Arbeit, sich in jeder Gruppensitzung neu zu öffnen. Man weiß nicht, wie die Reaktion der anderen ist. Man stellt sich und sein Verhalten immer wieder zur Diskussion in der Gruppe.“

Die Gruppe war sehr wichtig

Trotzdem war gerade die Gruppe für seine Heilung ganz wichtig. Sie habe ihm Halt gegeben, dort konnte sich Neues entwickeln. Die lange Dauer der Reha habe Rainer geholfen, seinen Alltag mit allen täglichen Herausforderungen neu zu erleben. Von Woche zu Woche gab es „Hausaufgaben“. Die Gespräche und Gefühle aus den Gruppensitzungen brauchten außerdem ihre Zeit, verarbeitet zu werden.

„Unsere Klienten haben in den Monaten der Reha die Chance, mitten im Alltag einen neuen Ansatz zum Umgang mit Problemen zu lernen“, sagt Christian Kreuzer. Seit 20 Jahren gibt es die Gruppe der ambulanten Reha. Laufend kommen neue Teilnehmer dazu, andere schließen die Maßnahme ab. Kreuzer und seine Kollegen betonen, dass die Teilnehmer eine äußerst hohe Motivation mitbringen. Die meisten von ihnen gehen nach der Reha zu Selbsthilfegruppen, beispielsweise zum Kreuzbund oder zu den Anonymen Alkoholikern.

Auch Rainer geht jetzt zu den Gruppentreffen des Kreuzbundes. Er besucht sogar Gruppenleiterkurse und möchte künftig aktiv in der Selbsthilfe anderen Menschen mit Abhängigkeitsproblemen weiterhelfen. Rainer wirkt ausgeglichen und zufrieden. Er hat gelernt, mit sich und den Anforderungen seines Alltags umzugehen. Und er lacht: „Wenn ich jetzt morgens um vier Uhr nach einer Hochzeitsfeier von der Polizei aufgehalten werde, können die mich gerne kontrollieren. Ich trinke keinen Tropfen Alkohol mehr.“ Dann schüttelt er den Kopf und meint: „Was für ein Geschenk!“

AUS DEM WIRTSCHAFTSLEBEN

Die Metro wird 50: Fingernudeln zum Fest

REGENSBURG. Der Großmarkt feiert in diesem Jahr seinen 50. Geburtstag. Das Showkochen vom Club der Köche Ratisbona war eines von vielen Events. Buttergemüse und Fingernudeln für die Metro-Kunden.

Wer am Samstag in der Metro-Filiale in der Bajuwarenstraße noch schnell den Wochenendeinkauf erledigen wollte und an der Fischtheke vorbeikam, der hatte Glück. Dort veranstaltete der Berufsverband der Köche ein Showkochen und lockte mit einem leckeren kleinen Schmankerl zum Probieren.

Es gab Schweinefilet mit Fingernudeln und Buttergemüse. Bei den Kunden kam diese Aktion gut an und inspirierte vielleicht auch den einen oder anderen fürs Abendessen zuhause.

Monika Stierstorfer, Alexander Schuster, Alexandra Gruber, Klaus Mammay und Thomas Schafbauer (von li.)

„Schmeckt hervorragend“, so das Urteil einer Dame. Zwischen dem Club der Köche und der Metro besteht seit Jahrzehnten ein enges Verhältnis. „Wir unterstützen uns gegenseitig“, erzählt der Vorsitzende des Berufsverbandes, Alexander Schuster. „Es gibt viele Berührungspunkte zwischen uns. Der eine verkauft Lebensmittel und der andere bereitet sie zu.“ Das Showkochen bietet eine wichtige Plattform für den Verein, um sich vorzustellen. „Und natürlich ist der Kontakt zum Kunde und die persönliche Beziehungsebene besonders wichtig“, erklärt Christian Meier vom Metro-Kundenmanagement.

Soziales Engagement liegt dem Club der Köche besonders am Herzen. Er unterstützt unter anderem das Johannes-Hospiz in Pentling, die Regensburger Tafel und den Verein Zweites Leben. Auch Nachwuchs-Förderung wird groß geschrieben. Es gibt eine eigene Jugendgruppe, die sich zum Ziel gesetzt, die beigetretenen Azubis und Jungköche zu fördern und ihnen neue Tricks beizubringen. Die bekannteste von ihnen ist derzeit die amtierende deutsche Jugendmeisterin Andrea Ziegler. Die Aktion war eine der ersten im Geburtstagsjahr von Metro Cash&Carry. Das eigentliche Gründungsdatum liegt im September, gefeiert wird allerdings 50 Wochen lang. Einer der Schwerpunkte liegt dabei auf der Regionalität der Produkte. Neben Jubiläumswochen mit vielen Preisen und Gewinnspielen ist auch eine Woche speziell für den Standort Regensburg geplant.

Der Club der Köche ist der Berufsverband in der Region mit derzeit rund 200 Mitgliedern. Die Gründung war im Jahr 1969. Das Club-Motto lautet: „Gemeinsam sind wir stark und können voneinander profitieren.“ Zu den Aufgaben der Vereinigung gehören die Vertretung der beruflichen Interessen, Traditionspflege und der gegenseitige Austausch. Foto/Text: Schroeder