

SO

Suchtkrank: Sein Lebenslauf zeigt den Ausweg

Vom Handy über Cannabis bis zu Kokain: Neue Studien liefern alarmierende Zahlen – Bernd Allmer liefert Selbsterfahrung in Vorträgen.

Von Michael Saria

Größer könnte der Kontrast nicht sein zwischen Auftreten und Schilderungen. Ganz ruhig, manchmal schmunzelnd erzählt Bernd Allmer von menschlichen Abgründen. Von „unkontrollierten Darmentleerungen“ und dem verzweifelten Versuch, das Auto zu verkaufen – um Geld für Drogen zu haben. Allmer ist ein „Ex-Junkie“ – das volle Programm, von LSD bis Heroin. Nach Therapien und der Fügung, die richtigen Leute getroffen zu haben, ist der 40-Jährige clean, wie man sagt. Und noch etwas habe er sauber hingebracht, meint Martin Battig: Dass er „völlig authentisch“ vor Jugendlichen wie Erwachsenen spricht – und über Auswege aus dem Teufelskreis.

Battig arbeitet als Berater und Coach, Allmer ist Hofbesitzer, Schweißwerkmeister, Boxtrainer und eben Ex-Junkie. Sie leben in Graz-Umgebung und bieten Workshops sowie Vorträge an. Da kann es um Prävention genauso gehen wie um Wege „nach draußen“. Um Drogen genauso wie um das verflixte Handy – „egal welche Sucht, im Gehirn spielen sich vielfach idente Prozesse ab“.

Battig liefert dazu die wissenschaftlichen Grundlagen, die brisanter denn je sind: So rangiert Österreich laut aktuellem EU-Drogenbericht bei der Einschätzung der „Hochrisikofälle

beim Heroinkonsum“ hinter Finnland und Irland gar auf Platz drei. Und einer Studie des Gesundheitsfonds Steiermark zufolge sind rund ein Drittel der Schülerinnen und Schüler „in Bezug auf ihr Internetverhalten suchtgefährdet“ – aber auch neun Prozent der Erwachsenen. „Genau darum geht es uns auch in den Vorträgen: dass wir Erwachsenen genauso damit zu kämpfen haben. Ich merke es ja selbst auch immer wieder. Also gibt es bei uns keinen erhobenen Zeigefinger“, betont Battig.

Diesen scheint Bernd Allmer so wieso nie benutzt zu haben. Er gibt auch nicht den gestylten Ex-Drogensüchtigen, der lustvoll verruchte Geschichten aufzischt. Der 40-Jährige erzählt bloß, was war (siehe auch Interview). Und antwortet offen auf alle Fragen. Warum aus seiner Sicht etwa Cannabis keineswegs harmlos sei: „Weil es vielfach nichts mehr mit dem ‚Hasch‘ von früher zu tun hat, sondern dank Züchtungen wesentlich stärker und oft mit synthetischen Drogen verunreinigt ist.“ Und warum es ihn nicht störe, auf der Bühne immer wieder in den Wunden zu rühren. „Eigentlich ist es das Gegenteil, jeder Vortrag hilft mir, meine Geschichte zu verarbeiten. Und so kann ich anderen helfen. Ich komme dabei schon oft an Punkte, wo ich denk: Halt, da



235
Todesfälle in Zusammenhang mit Drogen bedeuteten im Jahr 2021 in Österreich einen dramatischen Anstieg (2020: 191 Fälle). Unklar ist laut Experten noch, ob es sich dabei um Folgen der Pandemie handelt.

Für Betroffene

Bei Anlaufstellen für Suchtkranke und Angehörige ist der Gesundheitsfonds Steiermark behilflich: unter Tel. (0316) 877-5571 oder gesundheitsfonds-steiermark.at.



Waltraud Posch von „Vivid“

Bei der Prävention geht es um Lebenskompetenz, damit man Krisen meistert.

Waltraud Posch, Fachstelle „Vivid“

muss ich nacharbeiten. Aber es zerlegt mich dabei nicht mehr.“

Bei den entscheidenden Schritten vorab setzt auch die Arbeit von Waltraud Posch und ihrer Kolleginnen wie Kollegen von „Vivid“ an, der Fachstelle für Suchtprävention. Es gehe also darum, vorzubeugen, die Sucht zu verhindern, bevor sie entstehen kann. Aber wie? Posch ist



FOTOS: PRIVAT, FURGLER, MOTORPHANIA/DOBESTOCK.COM

INTERVIEW

„Du bist a Rotzbua, aber no net verloren“

Bernd Allmer über seine Drogensucht, seine Vorträge und ein einschneidendes Erlebnis.

Herr Allmer, wann gerieten Sie auf die schiefe Bahn?

BERND ALLMER: So mit 13 Jahren bin ich immer wieder ab'haut vom Hof daheim. Dann hat es mit Zigaretten begonnen und mit Alkohol, dann Cannabis, Ecstasy, LSD.

Und irgendwann Heroin und Kokain, samt „Beschaffungskriminalität“. Sie schildern in Vorträgen auch ein ganz bestimmtes Erlebnis in der U-Haft.

Genau. Ich hab es damals in meiner Zelle mit den anderen nicht mehr ausgehalten, das war reiner Psychoterror. Eines Tages hab ich abwechselnd immer wieder den Notrufknopf gedrückt und gegen die Zellentür gehämmert. Ewig. Dann geht die Tür auf, ich fall auf die Knie: Bitte holts mich raus! Die erste Antwort: „Was is, Allmer? Haltest nix aus?“

Aber dabei blieb es nicht.

Zum Glück nicht. In Absprache mit dem Anwalt bin ich tatsächlich verlegt worden. Nur, um es dann vermeintlich noch schlimmer zu erwischen: Der „Markus vom Gürtel aus Wien“ kam in meine Zelle. Und er hat gesagt, ich soll ihm alles von mir erzählen, er muss wissen, wer ich bin. Wenn ich es nicht tue, „räum ich dich

weg, herinnen oder draußen“, hat er gesagt. Ja, dann hab ich ihm halt alles erzählt, war eh schon egal. Und irgendwann meinte er: „Du bist a Rotzbua, aber no net verloren. Schreib dein Lebensgeständnis.“ Das hab ich dann gemacht, auch für die Gerichtsverhandlung. Von da an ging es bergauf. Und was soll ich sagen ... allein die Privilegien, die er hatte ... ich kann es nicht beweisen, aber ich glaub, dieser angebliche Markus wurde bewusst auf mich angesetzt. Um mich auf den rechten Weg zu bringen.

Gehen Sie heute diesen Weg?

Ja. Ich hab eine schöne Aufgabe gefunden: dass ich anderen helfen, sie motivieren kann. Und zeigen, dass es Höhen und Tiefen im Leben gibt, dass man aber selbst und mithilfe der richtigen Leute auch aus den Tiefen rausfinden kann.

Wie ist heute das Verhältnis zu Ihren Eltern? Waren sie schon bei Ihren Vorträgen dabei?

Ja, waren sie. Und Dad hat schon a bissl gebraucht, um damit klarzukommen (lacht). Aber ich bin schon vorher, nach der Therapie, mit beiden spazieren gegangen. Da haben wir über alles gesprochen. Und uns umarmt.



Bernd Allmer (links) und Martin Battig bieten etwas andere Vorträge

”

Jeder Vortrag hilft mir, meine Geschichte zu verarbeiten. So kann ich anderen helfen.

Bernd Allmer war viele Jahre lang schwer drogenkrank.

”

Wir präsentieren Inhalte ehrlich und emotional, ohne erhobenen Zeigefinger.

Martin Battig ist Berater und arbeitet mit Bernd Allmer.

“

seit 25 Jahren in diesem Bereich tätig. Und in jüngster Zeit habe sich vieles verändert, konstatiert sie: bei den Suchtmitteln selbst, weiß Posch und verweist auf angesagte Nikotinbeutel, genauso wie auf den Kokainkonsum, „der bei uns leider wieder steigt“, aber auch bei den Gründen, warum jemand zugreift: Hier spielt der steigende Wohlstand genauso eine Rol-

le wie die Dauerbelastung der jüngsten Krisen. Aber, so betont Posch, eines sei stets gleich geblieben: „Bei der Vorbeugung schon von Kindesalter an geht es neben einem passenden Umfeld immer um die Lebenskompetenz des Einzelnen. Um Selbstfürsorge und um Beziehungsfähigkeit. Und darum, Probleme und Stress im Alltag meistern zu können.“

ANZEIGE

GRENZENLOSE REISEVERGNÜGEN

9142 WUNDERSCHÖN + HALBPOSTER 78
TEL. 03761-503-70 + FAX 0376-20
WWW.OBBREISEN.COM

Reisebüro **ORBIS**

Sonntag, 5. August 2023

FESTSPIELE REICHENAU A.D. RAX € 160,-

Erleben Sie das Theaterstück „Die Kapuzinergruft“ von Joseph Roth im wunderschönen Kurort inmitten der Berglandschaft der Rax!

Busfahrt ab Graz, Werkeinführung, Theaterkarte der Kategorie III, Reiseltg.