



Ausgezeichnet für ihr Engagement (v.l.): Iris Wagner (Lets Tauschnetz), Sven Illert (Hepatitis Selbsthilfe e.V.), Christine und Christoph Hirte (Aktiv gegen Mediensucht e.V.) sowie Uwe Wildberger (Junge Aphasiker München). FOTO: OLIVER BODMER

Die sich selbst helfen

Auszeichnung „München dankt“ für Gründer mehrerer Selbsthilfegruppen

Es war ein Moment „wie ein Schlag ins Gesicht“. Christoph Hirte, 58, steht vor seinem Sohn und begreift zum ersten Mal, was mit dem jungen Mann los ist, warum er sich abschottet und sein Handy solange klingeln lässt, bis irgendwann die Stimme der Mailbox ertönt. Immer dann sitzt der 22-Jährige vor seinem Computer, gefangen in komplexen Abläufen eines Online-Rollenspiels.

Christoph Hirtes Sohn war süchtig. „Wir hatten das Gefühl, in der Erziehung versagt zu haben“, sagt Christoph Hirte heute, sieben Jahre später. „Natürlich haben wir, meine Frau und ich, uns anfangs die Schuld gegeben“, erzählt der Münchner weiter. Vor allem aber waren die Eltern ratlos. „Wir dachten immer, uns passiert sowas nicht.“

Erste Anlaufstelle für das Ehepaar Hirte war das Selbsthilfzentrum (SHZ) München. 900 Selbsthilfegruppen umfasst die Kartei, gegründet 1985, finanziert durch die Stadt München – für Hilfesuchende aus verschiedenen Bereichen: Alko-

holiker, Drogensüchtige, Betrugsopfer, Hepatitis-Kranke. Für Treffen stehen den Gruppen im Selbsthilfzentrum Räume zur Verfügung, außerdem funktioniert das SHZ wie eine Zentrale: Hilfesuchende können sich an die Mitarbeiter wenden und erfahren dort, welche Gruppen sich mit ihren Problemen beschäftigen. Nur für Rollenspiel-Süchtige und ihre Angehörige gab es vor sieben Jahren noch keine Gruppe.

„Wir wären froh gewesen, wenn wir uns mit anderen Betroffenen hätten austauschen können“, sagt Christoph Hirte. Er und seine Frau Christine fassten daraufhin einen Entschluss: Sie wollen Mediensüchtigen und deren Angehörigen eine Plattform bieten. „Aktiv gegen Mediensucht“ heißt ihr Verein, der in die Kartei des Selbsthilfzentrums aufgenommen wurde. 2013 stellte die Bundesregierung diese Arbeit im Sucht- und Drogenbericht vor und würdigte sie. Jetzt ist das Ehepaar für seine gemeinnützige Arbeit auch ausgezeichnet worden – mit

„München dankt“, einer Anerkennung der Landeshauptstadt für bürgerliches Engagement.

„Eine schöne Motivation“, findet Christoph Hirte. Und eine Anerkennung für die Zeit, die er und seine Frau Mediensüchtigen oder deren Angehörigen widmen. Trotzdem ist es nicht nur der Preis an sich, über den sich die Eltern freuen. „Wir hoffen, dass unsere Arbeit bei der Stadt generell mehr Beachtung findet“, bekennt er. Neben ihm und seiner Frau haben drei weitere Selbsthilfgruppen-Gründer „München dankt“ entgegengenommen: Sven Illert (Hepatitis Selbsthilfe e.V.), Uwe Wildberger (Junge Aphasiker München SHG für Menschen mit Sprachstörungen) und Iris Wagner (Lets Tauschnetz, eine Tauschplattform, die mit Dienstleistungen statt mit Geld funktioniert).

Sie alle arbeiten mit dem Selbsthilfzentrum zusammen. Die Hirtes zum Beispiel treffen sich mit anderen betroffenen Angehörigen einmal im Monat und haben dazu einen Raum im SHZ re-

serviert. Für alle, die anonym bleiben wollen, sind ihre Internetplattformen rollenspielsucht.de und aktiv-gegen-mediensucht.de wichtige Adressen. Über 1000 Zugriffe verzeichnen sie täglich auf beiden Seiten. Solche Gemeinschaften werden immer wichtiger.

„Etwa 20 Neugründungen registrieren wir pro Jahr“, sagt Klaus Grothe-Bortlik, Geschäftsführer des SHZ. „Mittlerweile schließen sich sogar Frauen zusammen, die von Partnerportalen enttäuscht sind.“ Am besten helfen schließlich die, die mitreden können – oder jeder sich selbst. So war es auch bei Hirtes Sohn. Nach fast acht Jahren hat er ins reale Leben zurückgefunden, aus eigener Kraft. „Wir sind stolz auf ihn“, sagt sein Vater Christoph Hirte. **FRANZISKA BÄR**

Das Selbsthilfzentrum

ist im Internet unter www.shz-muenchen.de zu erreichen, telefonisch unter 089 /53 29 56 0. Für persönliche Gespräche stehen Mitarbeiter in der Westendstraße 68 zur Verfügung.