

## **Workshop 2: Die eigenen Worte finden – Schreiben als Selbsthilfe**

**Hartmut Görgen (Dipl. Sozialarbeiter, Soziologe MA) & Sebastian Conrad (Betroffener)**

Dass Menschen über ihre Erkrankung schreiben, ist weder neu noch ungewöhnlich. Viele bekannte Persönlichkeiten wie Justin Bieber, Harald Juhnke, Elton John oder Schriftsteller wie Tennessee Williams haben offen über ihre Erfahrungen mit Drogen- und Alkoholabhängigkeit berichtet oder sie, wie der Schriftsteller Fjodor Dostojewski seine Glücksspielabhängigkeit, in einem Roman verarbeitet.

Doch welche Beweggründe stecken dahinter, die eigene Geschichte öffentlich zu machen? Für prominente Künstler mag es eine Erklärung gegenüber Familie und Publikum sein – ein Versuch, Verständnis und Loyalität zu bewahren. Für andere Betroffene scheint das Schreiben jedoch eine vielschichtige Bedeutung zu haben: Es wird zu einem wichtigen Schritt im Prozess der Genesung. Dabei spielen auch Aspekte wie Tabubruch, Entstigmatisierung und Selbstermächtigung (Empowerment) eine große Rolle.

Im Workshop wollen wir genau solchen Aspekten nachgehen. Gemeinsam mit den Workshopteilnehmenden und Sebastian Conrad – dem Co-Referenten dieses Workshops – untersuchen wir die Kraft des Schreibens. Sebastian Conrad bringt dabei seine eigene Erfahrung ein. Er ist selbst betroffen und gerade dabei, seine Lebens- und Suchtgeschichte aufzuschreiben und zu veröffentlichen.

### **Referenten:**

Hartmut Görgen

Suchtreferent Fachverband Glücksspielsucht e.V.

<https://gluecksspielsucht-selbsthilfe.de/>

Sebastian Conrad

Mitglied beim Bundesverband Glücksspielfrei e.V.

<https://www.butenunbinnen.de/videos/vertical-video-3130.html>