

# Controle over de drank

*Alcoholverslaafden kicken af onder geestelijke begeleiding*

**Met steun van de stichting Communicantes in Nijmegen heeft de grieks-katholieke priester Andrei Lohin een programma ontworpen om alcoholverslaving te voorkomen, om alcoholici van de drank af te helpen en hun familieleden bij te staan. Het is een noodzakelijke druppel op een witgloeiende plaat. Alcohol vormt op dit moment misschien de grootste kwaal in de Oekraïense maatschappij, waar kinderen op prille leeftijd leren drinken.**

Tot de leeftijd van achttien jaar is het verboden, maar kinderen kunnen vrijelijk alcohol kopen en consumeren. Bierreclame is overal aanwezig. En wie knippert er met zijn ogen als iemand om elf uur 's ochtends en midden op straat een halve liter aan de mond zet? Of wanneer een grijsaard bewusteloos aan handen en voeten wordt weggedragen? Bier was altijd meer iets voor meisjes en vrouwen, maar zij maakten de afgelopen jaren een inhaalslag.

De alcohol is verantwoordelijk voor talloze ontwrichte families, mislukte levens en heeft zelfs een negatieve invloed op de bevolkingsontwikkeling. Statistisch onderzoek leert dat door drank veertig procent mannen en twintig procent vrouwen voortijdig sterft. Bijna eenderde van de mannen boven de achttien gebruikt sterke drank met een uitschieter naar vijftig procent bij de 26 tot 34-jarigen (zie *Oekraïne Magazine, najaar 2009*). Het getuigt daarom van weinig gêne of fijnzinnigheid, dat een producent van gedestilleerd de bedrijfsnaam *Natsionalni Alkoholni Traditsiji* voert.

Tegen deze ziekte bestaan alleen brute, weinig effectieve middelen. Alcoholisten kunnen bijvoorbeeld onder medische begeleiding in een week tijd afkicken, waarbij de lichamelijke bijeffecten met medicijnen worden onderdrukt. Ook worden alcoholisten met behulp van hypnose 'gecodeerd': gaan ze weer drinken, dan voelen ze zich ziek. Maar of dit de juiste aanpak is? De terugval is groot en 'gecodeerden' worden vaak onverschillig of juist agressief.

## Lichaam en geest

Getrouwde priester Andrei Lohin uit Ternopil is in 2007 door de grieks-katholieke bisschoppensynode aangesteld om een alternatief anti-alcoholprogramma op te



FOTO FRANS HOPPENROUWERS

*Kinderen van de basisschool van het idyllische dorpje Kalne, provincie Ternopil, luisteren naar voorlichting over alcoholmisbruik*

zetten, en met succes, want in de zomer van 2012 opent een vierde regionaal centrum zijn deuren. Dan kunnen alcoholisten, hun familie en vrienden terecht in de Westoekraïense provinciehoofdsteden Ivano-Frankivsk, Lviv, Stri en Ternopil. 'Die centra zijn heel belangrijk', aldus de 36-jarige moraaltholoog. 'Sommige mensen zijn op dagelijkse hulp aangewezen en voor wie steun zoekt is het belangrijk om een adres te hebben met vaste openingstijden.' Maar Lohin's ambitie is nog niet gestild. Hij hoopt zijn activiteiten uit te breiden naar Oost-Oekraïne 'om de verslavingsgolf van gokken, drugs en alcohol te stoppen'.

'Alcohol is een enorm probleem', zegt Andrei Lohin. 'Iedereen kent wel iemand: een kind, een ouder, een broer of zus, een echtgenoot, collega of vriend. Officieel telt Oekraïne een miljoen alcoholisten, maar volgens schattingen zou twintig procent of acht miljoen van alle inwoners een verslavingsprobleem hebben. We zijn daarom blij met de zo noodzakelijke steun die we uit het buitenland ontvangen.'

In een puur lichamelijke benadering of alleen maar psychologische technieken gelooft priester Lohin niet. 'Alcoholmisbruik is een bijzondere ziekte. Het is een probleem van het lichaam dat genezing nodig heeft, maar het grote gevaar zit hierin dat de alcohol bezit neemt van de psyche en van de geest van de mens. Daar hebben al-

coholisten iets anders nodig. We noemen dat spirituele therapie.'

'We gebruiken het 12-stappenmodel van de Anonieme Alcoholisten, waarbij verslaafden erkennen dat ze niet zonder hulp verder kunnen en hun vertrouwen stellen in een hogere macht. Dit kan de christelijke God zijn maar dat hoeft niet persé. Het gaat vooral om het inzicht dat je als verslaafde je leven niet meer in de hand hebt en hulp nodig hebt.'

Echt goed georganiseerde hulp op langere termijn is nu nog maar beperkt voor handen, stelt Lohin. 'Afkicken en nuchter blijven blijkt een enorme opgave, vooral in de dorpen, ver weg van hulpverleners en de morele steun van lotgenoten. Maar ook al leven ze, net als hun dierbaren altijd met angst voor een terugval, zonder uitzondering kijken alcoholisten tevreden terug op hun "bekering" in het anti-alcoholprogramma.'

## Jong geleerd

En hoe vroeg alcohol al een onderdeel van het leven vormt wordt duidelijk uit de ervaringen van Lohin's preventiewerker Roman Protsjko, die sinds enkele jaren stad en land afreist om te waarschuwen voor de gevaren van alcohol. En hij kan het weten als oud-verslaafde. 'Mijn bestaan stond bijna twintig jaar in het teken van de fles maar sinds 2000 ben ik nuchter', zo vat hij zijn levensverhaal samen.

Protsjko (52) vertelt in goed Engels over de basisschool van het idyllische dorpje Kalne (provincie Ternopil), waar hij de leerlingen heeft verteld over de gevaren van alcohol. 'De kinderen kennen veel soorten alcohol en desgevraagd volgen de antwoorden elkaar snel op. Horilka, wodka, mixdrankjes. Daar heb ik vervolgens nog enkele, minder voor de hand liggende voorbeelden als champagne en bier aan toegevoegd.'

'Ook wilde ik weten wie er al eens gedronken heeft. De meeste handen gingen de lucht in. Goed driekwart van de dertig basisschoolkinderen in Kalne heeft al eens alcohol geproefd: een glas bier, een scheutje champagne met Nieuwjaar of een bodempje wijn op een feest- of verjaardag, enzovoort. De jongste die zijn hand opstak was een manneke van zes. Slechts een kwart van de leerlingen kan zich een verjaardag zonder drank voorstellen.'

Die uitkomst is weinig verrassend, stelt Protsjko als hij zijn bezoek aan Kalne samenvat. 'Je ziet het bijna voor je ogen gebeuren. Het begint met een bodempje, en elk jaar raken de glaasjes voller. In het begin heb je de drank onder controle, maar uiteindelijk controleert de drank jou.'

**Frans Hoppenbrouwers**

Voor het twaalfstappenprogramma, zie <http://nl.wikipedia.org/wiki/Twaalfstappenprogramma>  
 Communicantes: <http://communicantes.nl>

## Gulden boek

In een groeiend aantal parochiekerken kunnen grieks-katholieke gelovigen hun naam inschrijven in een Gulden Boek van Onthouding, waarbij ze beloven voor een bepaalde periode niet te drinken.

Zo wil de grieks-katholieke kerk haar gelovigen helpen een goed voorbeeld te stellen. Daaraan is ernstig gebrek, want ondanks alle overduidelijke en penibele gevolgen blijft de sociale dwang tot drinken erg groot. Mensen die gestopt zijn met drinken, worden geplaagd en uitgedaagd: 'Ben je een heilig boontje geworden?' 'Ben je ziek?' 'Ben je nu de maat van alle dingen?'