

Umstellung: Es sei ihm zum Glück leichtgefallen, er habe keine Entzugserscheinungen gehabt, er habe die Umstellung eigentlich durchweg positiv erlebt. Seitdem spreche er mit seiner Familie und seinen Freunden viel mehr über seine Gefühle und seine Probleme, das habe er vorher nicht gemacht, weil er das auch nie gelernt habe. Mit seinen Arbeitskollegen treffe er sich jetzt auch privat, was er vorher auch nicht gemacht habe. Es gehe ihm wesentlich besser als vorher.

Auf Nachfrage, warum er seither keine Drogen mehr konsumiere (Motive): Knackpunkt sei die Polizeikontrolle gewesen. Er habe sich dann gefragt, warum er das überhaupt mache, dass das doch nicht sein könne, dass er schon wieder sich und andere Leute gefährdet habe, er habe da auch noch 2 Leute mit im Auto gehabt, die hätten auch beide einen Führerschein gehabt und er habe sich da gefragt, warum er überhaupt gefahren sei. Er habe das bei der Kontrolle dann auch wahrgenommen, dass er noch unter Einfluss stehe, das hätte er vorher nicht gedacht. Zum anderen, er sei seit März 2020 auch Vater, er habe sich vorher gar nicht so wirklich auf die Kleine einlassen können. Dadurch, dass er abstinent sei, habe er gelernt auch seine Vergangenheit ein bisschen aufzuarbeiten und mittlerweile sei die Kleine sein ein und alles, er wolle da Verantwortung übernehmen und auch ein gutes Vorbild sein und das gehe nicht, wenn man Drogen konsumiere.

Was dagegensprechen würde, ab und zu zu konsumieren: Man falle ja doch irgendwo denke er immer in den alten Trott dann wieder rein. Einmalig, täglich oder nur gelegentlich Drogen zu nehmen führe alles aufs selbe hinaus, dass man irgendwann davon abhängig werde und auch körperliche und psychische Schäden davontrage. Er sei froh, dass er angehalten worden sei und es bei ihm noch nicht so weit gewesen sei.

Was sich seitdem er drogenfrei lebe, verändert habe: Er sei viel stressfreier seit seiner Abstinenz, er habe mit seiner Frau und seiner Mutter, seiner Familie viel darüber gesprochen, auch die Gründe gesucht, warum das so sei. Er denke, dass das aus seiner Kindheit komme. Seitdem er das aufgearbeitet habe, könne er sich wieder auf seine Tochter einlassen, sei vor allem im Job viel entspannter, stürze sich nicht mehr so in die Arbeit, versuche sich nicht mehr durch die Arbeit von seinen Problemen abzulenken. Seitdem habe er auch mit seinen Arbeitskollegen außerhalb der Arbeit mehr Kontakt, er komme mehr raus, mache mehr Sport, es gehe ihm auch gesundheitlich besser.

Ob er damals (als er noch Drogen konsumiert habe) auch andere Freunde (keine Drogenkonsumenten) gehabt habe: Ja.

Welchen Freundeskreis er heute pflege: Ohne Drogenkonsumenten, das seien eigentlich noch dieselben Freunde, wie vorher, die er zu der Zeit auch irgendwo links liegen gelassen habe, damit es keiner mitkriege, dass er was konsumiere. Von denen mache das keiner und die hätten das auch auf keinen Fall gutgeheißen.

Ob er weiterhin Kontakte zu Drogenkonsumenten habe oder zu Leuten, mit denen er früher Drogen genommen habe: Nein. Er habe direkt nach dem Tag der Auffälligkeit den Kontakt abgebrochen.

Was er heute in seiner Freizeit mache: Er gehe ab und zu mal Fußball spielen, er habe ein neues Hobby, er habe einen alten Rasentraktor, den restauriere er jetzt, das sei seine Beschäftigung abends. Er versuche abends zu reflektieren, was ihn an dem Tag belastet habe, was gut gewesen sei, was schlecht. Er gehe mit den Hunden spazieren, ansonsten spiele er viel mit seiner Tochter und besuche mit seiner Familie auch sein Patenkind.

Ob er eine Maßnahme wahrgenommen habe bzw. bei welcher Maßnahme er gewesen sei: Nein, er habe sich mit seiner Familie und mit Freunden vorbereitet und habe sich im Internetforum mit anderen Abstinenzlern ausgetauscht. Das sei teilweise schon ein bisschen erschreckend gewesen, was man da so mitbekomme.

Ob er persönliche Gründe und Ursachen für seinen Drogenkonsum aufgearbeitet habe: Er habe noch eine Zwillingsschwester, sein Vater sei verstorben, als er 11 Jahre alt gewesen sei, der sei