



## **Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers**



**Download**



**Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers

*Jürgen Heckel*

**Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers** Jürgen Heckel

Alkoholismus kommt in nahezu jeder Familie vor. Trotzdem wird er in der Gesellschaft als Krankheit nicht anerkannt. Heckels Buch versucht aus der Sicht eines Betroffenen aufzuklären. Er berichtet aufgrund eigener Erfahrung über den Weg in die Abhängigkeit, den Ausstieg und die Rückkehr in ein Leben ohne Alkohol. Sich das Leben wieder zu nehmen ist für ihn die Alternative zur Sucht. Der Autor macht nicht andere Personen oder bestimmte Verhältnisse verantwortlich, er verzichtet auf jegliche Schuldzuweisung "Wenn Alkohol Probleme macht, dann ist Alkohol das Problem. Ich habe nicht getrunken, weil ich Probleme hatte, sondern ich hatte Probleme, weil ich trank." Er gibt keine Patentrezepte, vielmehr setzt er auf Eigenverantwortung und Selbsthilfe. In vielfältiger Form - durch Satiren, Erlebnisberichte und Briefe - versucht der Autor, sich dem komplexen Thema Alkoholismus zu nähern. Sein Ziel ist es, Betroffenen und Angehörigen individuelle Wege aus der Sucht eröffnen.

 [Download Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht ...pdf](#)

 [Online lesen Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht ...pdf](#)

## **Downloaden und kostenlos lesen Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers Jürgen Heckel**

---

256 Seiten

Pressestimmen

reien Behaglichkeit". Ohne Stoff seien für ihn Emotionen und Hoffnungen nicht verfügbar gewesen. 30 Jahre lang war das so. Seit 17 Jahren ist er trocken. Kein Grund zur Euphorie - Heilung exklusive. Aber zur aufrichtigen, manchmal durchaus auch satirischen Gebrauchsanweisung für andere. In die mündet dieses Werk, das mit seinen vielseitigen konkreten Ratschlägen zum Nachschlagewerk für Aussteiger und Angehörige werden könnte." (Andrea Schlaier, Süddeutsche Zeitung) Über den Autor und weitere Mitwirkende

Jürgen Heckel ist Diplom-Bibliothekar und viele Jahre Leiter der Stadtbücherei Garching. Er ist als Kommunikationstrainer und Experte für Selbsthilfegruppen tätig. Heckel ist Alkoholiker, geht offen mit seinem Alkoholismus um und ist seit 17 Jahren trocken. Er lebt in Garching bei München und Karaburun/Türkei. Für seine Arbeiten erhielt er die Preusker Medaille der Deutschen Literaturkonferenz und den Tassilo Kulturpreis der Süddeutschen Zeitung.

Download and Read Online Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers Jürgen Heckel #9PDJZTVA0Y4

Lesen Sie Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers von Jürgen Heckel für online ebook  
Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers von Jürgen Heckel  
Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen  
Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers von Jürgen Heckel Bücher online zu lesen.  
Online  
Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers von Jürgen Heckel ebook PDF herunterladen  
Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers von Jürgen Heckel Doc  
Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers von Jürgen Heckel Mobipocket  
Sich das Leben nehmen: Alkoholismus aus der Sicht eines Alkoholikers von Jürgen Heckel EPub