

befreit

leben lernen

Sucht-Selbsthilfe geht neue Wege

Ein Projekt des Blaues Kreuz in Deutschland e.V.



©Rainer Sturm/pixelio.de

befreit

leben lernen

Warum neue Wege?

Zum Hintergrund

Rückmeldungen aus den Gruppen:

- mangelnder Nachwuchs
- junge Leute fehlen
- zu viele Aufgaben, die zu wenige (ältere) Aktive stemmen sollen
- Generationenwechsel/demografischer Wandel
1964: 1,4 Millionen Geburten zw. 1954 – 1969 jeweils mind. 1,1 Millionen
1987: 870.000
1991: 830.000
2012: 670.000 (Quelle: Statistisches Bundesamt)

aber auch

- Das Setting „Stuhlkreis“
- jüngere Suchtkranke zeigen ein anderes Konsumverhalten
- Der Begriff Selbsthilfe wirkt uncool



befreit

leben lernen

Selbsthilfe

nach Wikipedia

Selbsthilfegruppen dienen im Wesentlichen

- dem Informations- und Erfahrungsaustausch von Betroffenen und Angehörigen,
- der praktischen Lebenshilfe
- und der emotionalen Unterstützung und Motivation

<https://de.wikipedia.org/wiki/Selbsthilfegruppe> 2018-10-05



befreit

leben lernen

Ausblick

Wie kann/soll Selbsthilfe in der Zukunft aussehen?

vielfältiger

- unterschiedliche Bedürfnisse der Betroffenen und Angehörigen berücksichtigen
 - Innerhalb der Gruppe, suchstoffübergreifend denken
 - differenziertere Gruppenangebote
 - Vorsicht vor zu starker Spezialisierung



befreit

leben lernen

Ausblick

Wie kann/soll Selbsthilfe in der Zukunft aussehen?

niedrigschwelliger

• Sucht ist sekundäres Thema? Primäres Thema wäre:

- Sport
- Glaube
- Essen
- Handarbeiten/Reparieren/Hobby
- Soziales Engagement/praktische Hilfen
- Naturschutz
- Kultur, Kunst, Theater, Literatur, Film, ...



befreit

leben lernen

Ausblick

Wie kann/soll Selbsthilfe in der Zukunft aussehen?

vernetzter

- Kooperationen/Netzwerk
 - mit Kirchen und Gemeinden
 - Sportvereinen
 - Repaircafé, Kulturcafé, ...
 - Naturschutzbund



befreit

leben lernen

Ausblick

Wie kann/soll Selbsthilfe in der Zukunft aussehen?

- Kommunikation
- Social Media



befreit

leben lernen

Beispiel

Blaues Kreuz in Deutschland e.V., Ortsverein Wattenscheid

Sportcafé „Ziemlich gute Freunde“, Bochum

- Was Läuft?
- Wen erreichen wir?
- Herausforderungen
- Chancen

befreit

leben lernen

BK

#VOLLFREI



**Ich muss jetzt los.
Meine Zukunft wartet.**