

## **V. Fortbildung, Links und Informationen für die Suchtselbsthilfe**

- |    |                                                           |   |
|----|-----------------------------------------------------------|---|
| 1. | Ausbildung für die ehrenamtliche Arbeit in der Suchthilfe | 2 |
| 2. | Gruppenleiterausbildung                                   | 2 |
| 3. | Fortbildungsangebote der Verbände                         | 3 |
| 4. | Hilfreiche Internetportale                                | 4 |
| 5. | Literatur / Broschüren                                    | 6 |

## 1. Ausbildung für die ehrenamtliche Arbeit in der Suchthilfe (in der Regel 120 h Programm)

Ausbildung zum ehrenamtlichen Suchtkrankenhelfer (bzw. betrieblichen Suchtkrankenhelfer) umfasst ca. 120 - 160 Unterrichtseinheiten.

Inhaltliche Schwerpunkte sind u. a.:

- Wissensvermittlung zu Suchterkrankungen
- ehrenamtliche Helferpraxis
- Suchtkrankenhilfe im Gesundheitssystem
- Stellung der Selbsthilfe im System der Suchtkrankenhilfe
- Praxisbegleitung
- die Helfertätigkeit im beruflichen Kontext

In Sachsen werden die Ausbildungen vom Diakonischen Werk Sachsen (Referat Sucht) und dem Blauen Kreuz i. D. LV Sachsen angeboten. Bundesweit stehen weitere Ausbildungen zur Verfügung.

Weitere Informationen zu aktuellen Lehrgängen unter:

[www.diakademie.de](http://www.diakademie.de)

[www.blaues-kreuz.de](http://www.blaues-kreuz.de)

## 2. Gruppenleiterausbildung

Diese Fortbildung richtet sich an amtierende und zukünftige Gruppenleiter/innen und umfasst ca. 60 Unterrichtseinheiten. Inhaltliche Schwerpunkte bilden Gruppenprozesse, Gruppendynamik, Gesprächsführung und Moderationstechniken.

Diese Schulungen werden in Sachsen regelmäßig vom Diakonischen Werk Sachsen (Referat Sucht) und vom Blauen Kreuz i. D., Landesverband Sachsen, angeboten. Bundesweit stehen weitere Ausbildungen zur Verfügung.

Zusätzlich dienen Vertiefungsseminare für Gruppenleiter der kontinuierlichen Fortbildung und des Fachaustausches.

Weitere Informationen zu aktuellen Lehrgängen unter:

[www.diakademie.de](http://www.diakademie.de)

[www.blaues-kreuz.de](http://www.blaues-kreuz.de)

### 3. Fortbildungsangebote der Verbände

Suchtselbsthilfeverbände, Verbände der Freien Wohlfahrtspflege und andere Selbsthilfeunterstützende Institutionen bieten weitere Möglichkeiten für die Fortbildung und den Erfahrungsaustausch in der Regel als Ein-/Zwei-Tages-Seminare.

Inhalt und Zielgruppe richten sich nach dem aktuellen Bedarf. Beispielhaft werden folgende Seminare angeboten:

- geschlechtsspezifische Angebote für suchtkranke Frauen bzw. Männer (Frauseminare / Männerseminare)
- altersspezifische Angebote (z. B. Jugendseminare)
- fach- und themenspezifische Seminare (z. B: Methodenseminare, Seminare zur Arbeit mit Kindern, Seminare zur Suchtprävention, Umgang mit Schuld, Burn-out Prophylaxe)

Hier bewährt sich auch die Mitgliedschaft in einem Selbsthilfeverband, da sich die Selbsthilfegruppe sehr konkret und aktiv an den Seminarangeboten beteiligen kann. Eine finanzielle Unterstützung erhalten die Veranstalter zur der Durchführung der Seminare häufig durch Förderungen der GKV und / oder DRV Bund, so dass die Teilnahmegebühren geringer ausfallen.

#### Überregionale Fachtagungen und Konferenzen

- *DHS-Sucht-Selbsthilfekonferenz*: Regelmäßig veranstaltet die DHS im April gemeinsam mit den Selbsthilfeverbänden eine bundesweite Selbsthilfekonferenz. Thematisiert werden u. a. aktuelle Entwicklungen in der Selbsthilfearbeit und neue bundesweite Projekte.  
Informationen mit Veranstaltungsarchiv unter: [www.dhs.de](http://www.dhs.de)
- *SLS-Konferenz der Suchtselbsthilfe in Sachsen*: Seit 2008 veranstaltet die Sächsische Landesstelle gegen die Suchtgefahren Anfang / Mitte November eine eintägige „Konferenz der Suchtselbsthilfe in Sachsen“. Die Arbeit erfolgt im Plenum auf Grundlage von Übersichtsvorträgen sowie innerhalb verschiedener Arbeitsgruppen. Die Veranstaltung dient vor allem auch dem sachsenweiten Erfahrungsaustausch der Suchtselbsthilfe mit ca. 100 -150 Teilnehmern und bietet Raum für die Vorstellung einzelner Projekte.  
Weitere Informationen mit Tagungsankündigung und Tagungsdokumentation unter: [www.suchthilfe-sachsen.de](http://www.suchthilfe-sachsen.de)
- *Sächsisches Treffen zur Suchtprävention der GAD-S*: Regelmäßig organisiert die Gesellschaft gegen Alkohol – und Drogengefahren in Sachsen (GAD-S) im Mai ein zweitägiges „Sächsisches Treffen zur Suchtprävention“ in Dresden. Die Veranstaltung mit über 400 Teilnehmern richtet sich an verschiedene Berufsgruppen und bezieht speziell auch Selbsthilfevertreter mit ein.  
Weitere Informationen mit Tagungsankündigung und Tagungsbericht unter: [www.gad-sachsen.de](http://www.gad-sachsen.de)

## 4. Hilfreiche Internetportale

### Zu relevanten Themen für die Suchtselbsthilfe:

Internetportal der DHS zum Thema Rückfall:

[www.alkoholrueckfall.de](http://www.alkoholrueckfall.de)

... richtet sich an abstinenten alkoholabhängigen Menschen und unterstützt sie, nicht rückfällig zu werden bzw. hilft im Rückfall, wieder alkoholfrei zu leben. Zusammengestellt sind u.a. Handlungsempfehlungen, Tipps für kritische Situationen, ein spezielles Rückfallquiz bzw. Links zu den Hilfeangeboten.



Die Seite eines Betroffenen aus Sachsen mit vielen Informationen rund um das Thema Alkohol - bietet viele Anregungen in der Auseinandersetzung mit der Thematik:

[www.alkoholfrei-leben.com](http://www.alkoholfrei-leben.com)



[www.schon-mal-an-selbsthilfe-gedacht.de](http://www.schon-mal-an-selbsthilfe-gedacht.de)

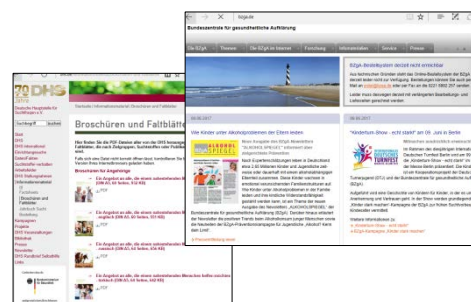
... die Seite zur Förderung der „jungen Selbsthilfe“ motiviert und unterstützt auch für den Bereich Sucht-Selbsthilfe. Enthält u.a. viele Tipps für die Gründung neuer Selbsthilfegruppen.



### Homepages relevanter Bundesorganisationen (begrenzte Auswahl):

- Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS) [www.dhs.de](http://www.dhs.de)
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

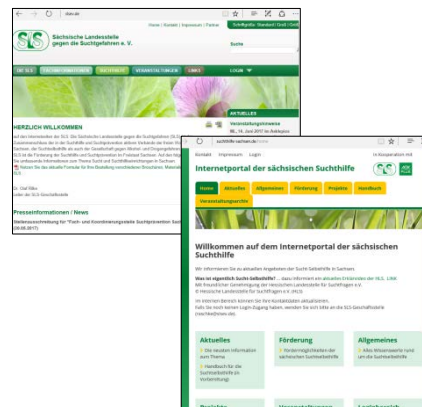
... beide Seiten bieten umfangreiches Informationsmaterial rund um das Thema Sucht, Suchtstoffe, Suchthilfe, welches kostenfrei bestellt werden kann.



## Homepages in Sachsen:

Seiten der Sächsischen Landesstelle gegen die Suchtgefahren e. V.:

- [www.slsev.de](http://www.slsev.de) – Informationsseite der SLS mit Berichten und aktuellen Informationen, Veranstaltungshinweise, Broschürenbestellung
- [www.suchthilfe-sachsen.de](http://www.suchthilfe-sachsen.de) – mit Informationen für die Suchtselbsthilfe und Einrichtungsdatenbank der sächsischen Suchthilfe



Internetportale der Suchtselbsthilfeverbände in Sachsen

- Blaues Kreuz in Deutschland LV Sachsen [www.sachsen.blaues-kreuz.de](http://www.sachsen.blaues-kreuz.de)
- Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe LV Sachsen [www.freundeskreise-landesverband-sachsen.de](http://www.freundeskreise-landesverband-sachsen.de)
- Kreuzbund [www.kreuzbund-dv-dresden-meissen.de/](http://www.kreuzbund-dv-dresden-meissen.de/)



Internetportal der Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfekontaktstellen in Sachsen

[www.selbsthilfe-in-sachsen.de](http://www.selbsthilfe-in-sachsen.de)



## 5. Literatur / Broschüren

Aufgeführt wird nur eine kleine Auswahl hilfreicher Bücher und Broschüren für die Arbeit von Selbsthilfegruppen. Diese Materialien können in der Bibliothek der SLS-Geschäftsstelle kostenfrei ausgeliehen werden:

Eine gute Adresse für den Erwerb aktueller Literatur für die Suchtselbsthilfe ist der Blaukreuz-Verlag (Lüdenscheid) – Informationen unter: [www.blaukreuz-verlag.de](http://www.blaukreuz-verlag.de).

- Arenz-Greiving (1999) Selbsthilfegruppen für Suchtkranke und Angehörige. Lambertus. Freiburg
- AWMF (2015) Screening, Diagnose und Behandlung alkoholbezogener Störungen
- Blaues Kreuz (2009) Arbeitsheft für Gruppenstunden. Blaukreuz-Verlag, Lüdenscheid
- Bundesverbände Suchtselbsthilfe (2010) Sucht-Selbsthilfe – ein Ort für Gesundheitsförderung
- DAG SHG (2004) Gruppen in Gesprächen – Gespräche in Gruppen. Ein Leitfaden für Selbsthilfegruppen
- DHS (2015) Jahrbuch Sucht 2015. Neuland Verlag, Geesthach
- Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe (2006) Brücken bauen – Junge Suchtkranke in der Selbsthilfe
- Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe (2009) Manual für die Gruppenbegleitung in der Sucht-Selbsthilfe
- Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe (2011) Sucht und Familie – Gemeinsam Lösungen finden
- GKV-Spitzenverband (2013) Leitfaden zur Selbsthilfeförderung
- Haberkorn (2010) Mutmachbuch für ein Leben ohne Alkohol. Schneider Verlag Hohengehren
- Haberkorn (2011) Mutmachbuch für Angehörige von Alkoholabhängigen. Schneider Verlag Hohengehren
- Handbuch für die Suchtkrankenhilfe (2000), Blaukreuz Verlag
- Janßen, Körtel –Hrsg- (2002) Der Rückfall- Eine Handreichung für Suchtbetroffene und Helfer. Lambertus-Verlag, Breisgau
- Klein (2011) Gruppen leiten ohne Angst: Themenzentrierte Interaktion (TZI) zum Leiten von Gruppen und Teams. Verlag Auer GmbH
- Knoll (2014) Sucht. Was ist das? Blaukreuz. Lüdenscheid
- Kösters (1992) Vom Ich zum Wir Selbsthilfegruppen. Thieme, Stuttgart
- Kreuzbund (2010) Handreichung zur Gruppenleitung
- Matzat (2004) Wegweiser Selbsthilfegruppen. Psychosozial-verlag. Gießen
- Schmidt (2013) Arbeitsheft für Gruppenstunden. Blaukreuz-Verlag. Lüdenscheid
- Schneider (2013) Die Suchtfibel, Schneider-Verlag
- Tascheninfo (2002) Angehörige von Suchtkranken. Nicol Verlag, Kassel