

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Bundesverband e.V.



Freundeskreise
für Suchtkrankenhilfe

Jahresbericht 2019



aus: Erklär-Video „So funktioniert Sucht-Selbsthilfe“

„Freundschaft leben“

Mitgliedschaften des Bundesverbands der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe:

- **Diakonie Hessen – Diakonisches Werk in Hessen und Nassau und Kurhessen Waldeck e.V.**
- **Gesamtverband für Suchthilfe e.V. (GVS) – Fachverband der Diakonie Deutschland**
- **Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)**



aus:
Erklär-Video „So funktioniert Sucht-Selbsthilfe“

Jahresbericht 2019:

Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe Bundesverband e.V.

Untere Königsstr. 86, 34117 Kassel
Tel. 0561 / 780413, Fax 0561 / 711282
www.freundeskreise-sucht.de
mail@freundeskreise-sucht.de

Verantwortlich für den Inhalt: Andreas Bosch, Vorsitzender
Text: Ute Krasnitzky-Rohrbach, Suchtreferentin
Sina Limpert, Suchtreferentin
Gestaltung: Claudia Lorenz, Bürokauffrau
Herstellung: Erich Ernstberger, stellv. Vorsitzender



Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Leserinnen und Leser,

der Jahresrückblick auf das Jahr 2019 beinhaltet wieder viele wichtige Aktivitäten der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe. Exemplarisch möchte ich dafür gerne vier davon in diesem Vorwort benennen:



- Das Jahresthema „Freundschaft leben – das Leitbild der Freundeskreise nach außen tragen und nach innen leben“, hat beginnend mit dem Ad-Hoc-Seminar im Januar für Impulse und zahlreiche Aktivitäten gesorgt.
- Mit dem Projekt „Freunde geSucht“ wurde das Jahresthema vom Bundesverband unterstützt. Hier wurden u. a. mehrere Filme für den Gebrauch in den Landesverbänden und für die Gruppen vor Ort entwickelt.
- In 2019 wurde die bundesweite Gruppenbegleiter-Ausbildung im November beendet. Übergreifend über zwei Jahre war diese Ausbildung ein großer Erfolg nicht nur für die Teilnehmenden – auch der Bundesverband hat durch die Nähe zur „Basis“ viel gewonnen.
- Unser Chat besteht weiter und wächst und gedeiht. Ein besonderer Dank an die Betreiber für ihr Engagement: die Ersten haben durch euch den Weg in die Gruppen gefunden.

Leider ist es nicht möglich all unsere Aktivitäten im Jahr 2019 im Vorwort zu erwähnen, nachlesen können Sie diese hier im Jahresbericht.

Ich bedanke mich bei allen, die unsere Arbeit mitgetragen und gestaltet haben sowie bei allen, die uns ihre Unterstützung gewährt haben.

Besonders möchte ich erwähnen:

- die Delegierten aus den Landesverbänden und alle Mitarbeitenden im erweiterten Vorstand des Bundesverbands,
- die Gruppenbegleiter*innen in den örtlichen Freundeskreisen und die Menschen, die sich durch die Gruppenarbeit der Freundeskreise angesprochen fühlen,
- die Deutsche Rentenversicherung Bund (DRV-Bund),
- die GKV-Gemeinschaftsförderung-Selbsthilfe auf Bundesebene,
- die Krankenkassen, die uns Mittel über ihre kassenindividuelle Förderung zur Verfügung stellten und unsere Projekte förderten.

Ein besonderer Dank geht an den Gesamtverband für Suchthilfe e.V. und an die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V.

Ich würde mich sehr freuen, wenn Sie unseren Jahresbericht mit Interesse für unsere Arbeit in der Sucht-Selbsthilfe zur Kenntnis nehmen würden.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Andreas Bosch'.

Andreas Bosch, Vorsitzender

Hersbruck, 29. Januar 2020



Das gemeinsame Jahresthema: „Freundschaft leben“	
Das Leitbild der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe nach innen leben und nach außen tragen	6
Die Förderung des Bundesverbands	
Kassenübergreifende Gemeinschaftsförderung (Pauschalförderung)	8
Kassenindividuelle Förderung (Projektförderung)	8
Zuwendungen nach §31 Abs. 1, Nr. 3 SGB VI zur Verbesserung der Nachsorge durch die DRV Bund	9
Teil 1 – Inhaltliche Arbeit	
Projekte in 2019	
Mitwirkung beim 37. Deutschen Evangelischen Kirchentag in Dortmund: „Was für ein Vertrauen“	10
„Freundeskreise bekannter machen“	11
Kickoff-Veranstaltung im BALi-Kino	11
Landing-Page	13
Verteilmagazin	13
Handreichung für die Öffentlichkeitsarbeit	14
Aktionspostkarte, Aufkleber, Roll-Up	14
Ausbildung für die Gruppenbegleitung	16
Weitere Maßnahmen	
Freundeskreis-Chat	18
Chat-Treffen	18
Visitenkarten und Flyer	20
Freundeskreis-Journal	
Freundeskreis-Journal wird 20 Jahre alt	21
Ausgabe 1 / 2019: „Freundschaft – weil es ohne nicht funktioniert“	24
Ausgabe 2 / 2020: „Lebenskrisen überstehen“	25
Freundeskreis-Rohrpost	27



Mitwirkung bei den Nordhessischen Gesundheitstagen	28
Mitwirkung im Arbeitskreis „Kinder sucht- und psychisch kranker Eltern“ beim Gesundheitsamt der Region Kassel	28
Teilnahme am Deutschen Suchtkongress 2019	29
Arbeitskreise (AK)	
AK Medien	30
AK Neu in den Freundeskreisen	31
AK Öffentlichkeitsarbeit	32
AK Sucht und Familie	33
Termine	34
Teil 2 - Der Bundesverband als e.V.	
Organigramm des Verbands	36
Die Delegierten	37
Die Delegiertenversammlung in Neumarkt/Opf.	38
Der erweiterte Vorstand	40
Klausurtagung	41
Mitglieder, Freundeskreise und Gruppen 2019	43
Neue Personalsituation beim Bundesverband Sina Limpert: Neue Suchtreferentin seit 1. Juni 2019	44
Mitgliedschaften des Bundesverbands	
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)	46
Gesamtverband für Suchthilfe e.V. (GVS)	47
Zum Andenken an unsere Verstorbenen	48
Ein Lückentext	51



Das gemeinsame Jahresthema:

„Freundschaft leben“

Das Leitbild der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe nach innen leben und nach außen tragen

Dieses Jahresthema für 2019 nahmen 30 Freundeskreisler*innen aus verschiedenen Landesverbänden zum Anlass, um sich in der Evangelischen Tagesstätte in Hofgeismar bei Kassel zu treffen.

Nach der Vorstellungsrunde am Freitagabend, die schon freundschaftlich war und uns herzlich lachen ließ, ging es auch direkt an die erste Aufgabenstellung: ‚Was ist für mich ein guter Freund?‘

Die Darstellung der drei Stichpunkte durch jeden Einzelnen entwickelte sich rasch zu einer regen Diskussionsrunde. Schnell wurde uns klar, dass Vertrauen (dieses war einer der Hauptpunkte) individuell für den Einen die Grundvoraussetzung, für den Anderen aber eine Stufe der Entwicklung ist oder auch eine Erwartungshaltung eines wieder Anderen sein kann. Auch die Vergleiche „11 Freunde wollen wir sein, dann können wir was erreichen“ oder „Den Freund erkennt man erst, wenn er in der Not da ist“ zeigten uns, dass es viele unterschiedliche Blickwinkel zu betrachten gibt und wir somit den Einstieg für Samstag geschaffen hatten: „Freund“ als Definitionssache.

Wer bist du? ... Alleine zu sein, um sich selbst zu begegnen ... und Warum brauche ich Freunde, wenn ich selbst mein bester Freund bin? All dieses ließ uns auf das Thema der Großgruppenarbeit, welches Freundschaft lautete, blicken. Durch Fragen wie ... Was suche/ Was gebe und Was bekomme ich emotional bei einem Freund? wurde bei uns allen der persönliche Blickwinkel ganz schön gefordert. Hier war von Überschreiten der emotionalen Grenzen die Rede; Gefühlsverletzungen und Gefühlszuwendungen bekamen eine ganz andere Definition und viele Facetten. Schlagwörter wie Ehrlichkeit – Selbstliebe – Zuwendung – Zeit – Gespür – Geborgenheit – Gleichheit und das Wort „mich“ bildeten die Grundlage für die Kleingruppenarbeit: Was finde ich in meinem Freundeskreis? Auch hier spielte die Wertschätzung eines jeden Einzelnen eine große Bedeutung und ließ die Reflexion zu von „Wie lebe ich in meiner Gruppe? Und habe ich wahre Freunde gefunden?“ Hier waren wir uns alle einig, dass wir unsere Wahrnehmungen zulassen müssen, dass es ohne Feedback von der Gruppe nicht geht um Neid, Hass, Wut, Enttäuschung genauso wie Harmonie fühlen und empfinden zu können. Die letzte große Herausforderung für den Samstag bestand darin zu analysieren, ob die Freundschaft wirklich die Basis für die Sucht-Selbsthilfegruppe bildet. Der Grundstein wuchs aus angeregten Diskussionsrunden in unterschiedlich gemischten Kleingruppen. Was sich zu Anfang als vermeintlich blöde Fragen darstellte, entpuppte sich zu guter Letzt als Freundeskreis-Spirit.

Das Erarbeiten der letzten eineinhalb Tage nun in die Tat umzusetzen, diese anspruchsvolle Aufgabe wartete auf uns am Sonntagvormittag. Nachdem unsere



Sinne durch eine Freundschaftsgeschichte namens „Tischlerei Numero 7“ geweckt wurden, erwarteten uns schon sowohl das Leitbild der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe als auch verschiedene Definitionen und Texte in Bezug auf Freundschaft & soziale Beziehungen. Die eigentliche Frage aber, die uns einiges an diesem Morgen abverlangte, lautete: Wie schaffen wir es, die Freundeskreis-Freundschaft mehr in den Vordergrund zu stellen? Empfangskultur – weniger Kopf/mehr Bauch – Scheuklappenprinzip – innehalten – kein Lügengerüst – in der Öffentlichkeit Präsenz zeigen ... dieses waren nur einige Schlagwörter, die wir in neu sortierten Kleingruppen rauskristallisiert hatten. Aber wie können wir unsere Freundschaft nun weitertransportieren, geschweige denn nach außen tragen?

Ich denke, da spreche ich im Namen aller Teilnehmenden, wenn ich sage, uns allen war klar, dass das nur mit Erlebnissen geht, die wirklich spürbar sind.

Oft sagen wir nur „Freundeskreis“, was bei Menschen die noch keinerlei Berührungen mit Süchten gehabt haben, zu Kopfnicken aber nicht zum richtigen Verständnis führt. Besser ist doch „*Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe*“, denn das *erleben* wir alle und können dieses somit *vorleben* ... mit Freu(n)de.

Dieses Ad-Hoc-Seminar war eine ganz, ganz tolle Auseinandersetzung mit diesem Thema. Lasst es uns über die Landesverbände in die Gruppen und somit zu euch allen tragen, der Fantasie scheinen keine Grenzen gesetzt zu sein ... Ideen wie ein separates Seminar, Input auf den Delegiertenversammlungen und/oder auf den Klausurtagungen bildeten den Abschluss eines Seminars einer ganz anderen Art.

Susanne Schmidt-Wesemann
Landesverband NRW



Die Förderung des Bundesverbands

Kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung (Pauschalförderung)

Die kassenartenübergreifende Gemeinschaftsförderung ist eine gemeinsame Förderung durch die gesetzlichen Krankenkassen und ihrer Verbände. Im Rahmen einer Pauschalförderung werden die Selbsthilfestrukturen im Sinne einer Basisfinanzierung institutionell bezuschusst.



Die GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene ist der Zusammenschluss von **AOK-Bundesverband** (Berlin), **BKK Dachverband e. V.** (Berlin), der **IKK e.V.** (Berlin), der **Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG)** (Kassel), der **KNAPPSCHAFT** (Bochum) und dem **Verband der Ersatzkassen e. V.** (Berlin).

Dem Bundesverband wurde für das Jahr 2019 ein Förderbetrag von **60.000 €** zur Verfügung gestellt.

Diese Mittel wurden eingesetzt für die Miet- und Betriebskosten der Geschäftsstellenräume, für die Kosten der Kommunikationsmedien (Telefon, Fax, Internet), für Porto, Wartung technischer Geräte, für Personalkosten in der Bürokommunikation, für Fahrt- und Reisekosten, Öffentlichkeitsarbeit und für die Fortbildung der hauptamtlich Mitarbeiterinnen.

Kassenindividuelle Förderung (Projektförderung)

Für die krankenkassenindividuelle Förderung werden jährlich maximal 50% der insgesamt nach § 20h SGB V aufzubringenden Fördermittel zur Verfügung gestellt. Gefördert werden zeitlich und inhaltlich begrenzte Maßnahmen und Aktivitäten, die zielorientiert ausgerichtet sind. Diese gehen über das normale Maß an täglicher Selbsthilfearbeit hinaus und sind klar abgetrennt von Routineaufgaben. Diese Maßnahmen und Aktivitäten sind die s. g. „Projekte“.



Der Bundesverband erhielt im Jahr 2019 Fördermittel von folgenden Krankenkassen (Auflistung nach ABC):



4.320,34€ für das gemeinsame Projekt mit dem Blauen Kreuz in Deutschland, dem Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche und dem Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe. Damit wurde die Mitwirkung auf dem Markt der Möglichkeiten beim Deutschen Evangelischen Kirchentag 2019 in Dortmund absichert. (s. Bericht, S. 10)

BARMER

25.400,00€ für das Projekt „Freundeskreise bekannter machen“. (s. Bericht, S. 11)



28.000,00€ für das Projekt „Ausbildung für die Gruppenbegleitung“. (s. Bericht, S. 16)

Zuwendungen nach § 31 Abs. 1, Nr. 3 SGB VI zur Verbesserung der Nachsorge Suchtkranker durch die DRV Bund



Deutsche
Rentenversicherung
Bund

Die Deutsche Rentenversicherung Bund stellte dem Bundesverband in 2019 eine Zuwendung in Höhe von 121.923,90€ zur Verfügung. Die wurde vertragsgerecht eingesetzt für Personalausgaben im Arbeitsbereich der Sucht-referent*innen sowie für die in diesem Bereich anfallenden Sachkosten.



Teil 1 – Inhaltliche Arbeit

Projekte in 2019

Mitwirkung beim 37. Deutschen Evangelischen Kirchentag in Dortmund „Was für ein Vertrauen“

Der Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe war bei dem evangelischen Kirchentag 2019 in Dortmund wieder mit von der Partie und wurde von Elisabeth und Inga Stege, Wolfgang Pätsch und Sina Limpert repräsentiert.

Der Deutsche Evangelische Kirchentag begann mit drei Eröffnungsgottesdiensten und bot in den folgenden Tagen ein Füllhorn von rund 2.000 Veranstaltungen mit kulturellen und geistlichen Angeboten, Vorträgen und Markt- und Informationsständen u.v.m.



v.l.n.r.:
I. Stege, S. Limpert, W. Pätsch u. E. Stege

Nach einer monatelangen Vorbereitung war es am 19. Juni für die Mitarbeitenden soweit, um 10:00 Uhr erfolgte der Startschuss. Gemeinsam mit den Mitarbeitenden vom Blauen Kreuz der Evangelischen Kirche (BKE), dem Blauen Kreuz in Deutschland (BKD) und dem Gesamtverband für Suchthilfe e.V. (GVS) wurde begonnen, den Messestand (im Markt der Möglichkeiten und dort im „Forum Diakonie“ platziert) in der Westfalenhalle aufzubauen. Das diesjährige Motto war - passend zur Dortmunder Mundart - „Komm ma' bei uns bei! gemeinsam. sucht. frei“.

Durch die gute Zusammenarbeit aller Mitarbeitenden verlief der Standaufbau reibungslos und die Informationsmaterialien waren schnell für die Besucher*innen zum Mitnehmen bereitgelegt.

Der Markt der Möglichkeiten öffnete am 20. Juni, um 10:30 Uhr, offiziell seine Tore. Die Mitarbeitenden waren voll guter Laune und gespannt darauf, was sie in den nächsten Messetagen erwarten würde. Der Gemeinschaftsstand zog viele Besucher*innen an. Es entwickelten sich gute Gespräche, in denen die Arbeit der Sucht-Selbsthilfe vorgestellt werden konnte.

Auch einige bekannte Gesichter aus den Freundeskreisen fanden den Weg an den Messestand.

Für einen besonderen Hingucker sorgten die orangenen Frisbees mit dem Freundeskreis-Logo, welche als Give-Aways verteilt wurden. Sie wurden zusammen mit unseren Infomaterialien gut angenommen. Außerdem gab es verbandsübergreifend wieder Stofftaschen, Kugelschreiber und Pflaster.



Darüber hinaus stieß das Chat-Angebot auf großes Interesse, insbesondere auch, weil hier das große ehrenamtliche Engagement der Freundeskreise deutlich wird. (s. auch Bericht, S. 18)

Am 23. Juni, um 18:30 Uhr, endete der Deutsche Evangelische Kirchentag offiziell für uns Mitarbeitende. Wir blickten auf anstrengende, aber sehr erfolgreiche und schöne Tage zurück.

Dieses Projekt wurde unterstützt durch die AOK - Die Gesundheitskasse.

„Freundeskreise bekannter machen“

Der Arbeitskreis (AK) Öffentlichkeitsarbeit hat seit 2017 die Vorarbeit für dieses Projekt geleistet und zudem für die Umsetzung der einzelnen Elemente professionelle Medienmacher engagiert. So entstanden mehrere Filme mit Protagonisten aus den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe.

Diese Filme können die Landesverbände und Freundeskreise kostenlos nutzen und damit ihre eigene Öffentlichkeitsarbeit unterstützen. Finanziert wurde das Ganze aus den Selbsthilfe-Fördermitteln der BARMER.

Kickoff-Veranstaltung im BALi-Kino

Die Kampagne „Freundeskreise bekannter machen“ startete offiziell am 10. Oktober mit einer **Pressekonferenz** im BALi-Kino im Kasseler Kulturbahnhof. Eingeladen wurden Journalist*innen der in der Region ansässigen Tageszeitungen, der Fachpresse im Suchtbereich bundesweit sowie der Hessische Rundfunk mit der folgenden Pressemitteilung:

„Freunde gesucht“ im Kampf gegen die Sucht Selbsthilfeverband Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe startet bundesweite Kampagne

1,6 Millionen Menschen in Deutschland sind abhängig von Alkohol und geschätzte 2,3 Millionen von Medikamenten. Mit der Kampagne „Freunde gesucht“ will der Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe (Kassel) darauf aufmerksam machen, dass laut verbandsinterner Statistik jeder fünfte Suchtkranke allein durch den regelmäßigen Besuch einer Selbsthilfegruppe dauerhaft abstinent bleibt. Freundschaften und Gespräche der Abhängigen und Angehörigen, die sich in den beinahe 650 Ortsgruppen des Verbands regelmäßig treffen, sind dabei wichtige Resilienz-Faktoren.

Ziel der Kampagne ist, den Selbsthilfe-Ansatz im Gesundheitswesen bekannter zu machen und mit zeitgemäßen Medien in die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe einzuladen. Unter dem Motto „Freunde gesucht“ wurde eine Reihe von Kurzfilmen entwickelt, die über das Videoportal YouTube zu sehen sind. Eine Verteilzeitschrift mit dem Titel „Freunde gesucht“ wird zum Start der Kampagne am 12. Oktober 2019 der Tageszeitung HNA in Kassel beigelegt, weitere Verteilaktionen in anderen Orten sollen folgen. Außerdem wurde die Landingpage www.freundegesucht.de online geschaltet, über die Interessierte Kontakt zu den örtlichen Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe herstellen können. „Wir wollen Menschen, die von einer Sucht betroffen sind, Mut machen, den ersten Schritt zu wagen in ein Leben ohne Sucht – mit Menschen an der Seite, die echte Freunde werden könnten“, so



Andreas Bosch, Vorsitzender des Bundesverbandes der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe.

Laut Bundesgesundheitsministerium ist Sucht kein Randproblem in unserer Gesellschaft, sondern betrifft viele Menschen in Deutschland. Neben der genannten Alkohol- und Medikamentensucht weisen demnach rund 600.000 Menschen einen problematischen Konsum von Cannabis und anderen illegalen Drogen auf, und gut 500.000 Menschen zeigen ein problematisches oder sogar pathologisches Glücksspielverhalten. Etwa 560.000 Menschen sind onlineabhängig.

Die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe sind für alle Suchtformen offen und wenden sich mit ihrem Angebot ebenso an Partner*innen und Kinder in suchtbelasteten Familie sowie an alle anderen interessierten Angehörigen.



Foto: Manfred Kessler

Der Vorsitzende Andreas Bosch, der Sprecher des AK Öffentlichkeitsarbeit Wolfgang Staubach sowie Elisabeth Stege, für die Öffentlichkeitsarbeit zuständige stellv. Vorsitzende, bei der Kickoff-Veranstaltung im BALi-Kino.

Unter bundesweiter Beteiligung fand anschließend die Kickoff-Veranstaltung statt. Der Veranstaltungsort war mit Bedacht gewählt worden, denn den Zuschauer*innen sollten die Filme in einer authentischen Kino-Atmosphäre präsentiert werden.

Anwesend waren Vertreter*innen aus den Landesverbänden, aus Freundeskreisen, vom Gesamtverband für Suchthilfe sowie dem Blauen Kreuz in der Evangelischen Kirche und sogar einige interessierte Gäste aus der breiten Öffentlichkeit. Insgesamt konnten wir uns über 42 Interessierte freuen, die Dank der Selbsthilfeförderung noch zu einem Erfahrungsaustausch mit kleinem Imbiss eingeladen werden konnten.

Bei den Filmen handelt es sich im Einzelnen um **5 Werbespots** in einer Länge von ca. 30 – 60 Sekunden. Mitglieder aus den Freundeskreisen thematisieren hier, was „Freundschaft“ für sie heißt und welche Bedeutung die Teilnahme an einem Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe für sie hat. Geeignet sind diese Filme für den



bundesweiten Einsatz in der Kinowerbung, auf YouTube und in anderen sozialen Media-Kanälen.

Gedreht wurde weiter ein sechsminütiger **Imagefilm** über Organisation, Arbeitsweise und Erfolge der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe. Dieser kann zum Beispiel auf den Internetseiten der Landesverbände und Freundeskreise zum Einsatz kommen.

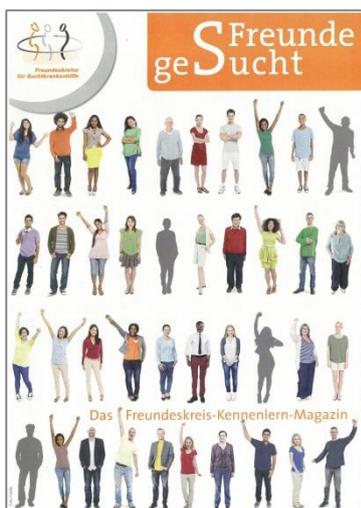
Das kurzweilige **Erklär-Video** im Cartonstil macht in einer Minute deutlich, wie die Selbsthilfe bei den Freundeskreisen funktioniert (s. Titelbild dieses Jahresberichts).

Alle Filme können auf der Homepage www.freundeskreise-sucht.de oder auf dem YouTube-Kanal der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe angesehen werden. Einige Landesverbände präsentieren die Filme auch bereits auf ihren Internet-Seiten.

Landingpage www.freundegesucht.de

Diese temporäre Internetseite zur Kampagne ermöglicht Interessierten die Kontaktaufnahme zum Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe und bündelt alle Maßnahmen. Von hier aus wird verlinkt auf weitere Freundeskreis-Angebote des Bundesverbands im Internet, wie z.B. Homepage, Chat, Adressen im Internet.

Das **Verteilmagazin „Freunde gesucht“** wurde in einer Auflage von 100.000 Exemplaren gedruckt. Es hat 16 Seiten und enthält vertiefende Informationen zu den Themen „Sucht“ und „Freundschaft“, die leicht lesbar und unterhaltsam präsentiert werden.



Am 12. Oktober wurde das Verteilmagazin der Wochenendausgabe der Kasseler Tageszeitung HNA in einer Auflage von 55.000 Exemplaren beigelegt. Damit wurde nicht nur die Stadt Kassel, sondern beinahe die gesamte Region Nordhessen erreicht.

Diese Aktion ist als Pilotprojekt anzusehen und soll nun auch andernorts durchgeführt werden. Dafür – und auch für weitere Aktionen - stehen den Landesverbänden, Freundeskreisen und Interessierten die übrigen 45.000 Exemplare zur Verfügung.



Handreichung für die Öffentlichkeitsarbeit der Kampagne „Freunde gesucht“ - Antworten auf häufig gestellte Fragen



Den Mitarbeitenden im AK Öffentlichkeitsarbeit war es wichtig, den Landesverbänden und Freundeskreisen auch praktisches Know-how zur Verfügung zu stellen. Damit soll die Durchführung eigener Maßnahmen erleichtert und unterstützt werden.

Auf 16 Seiten sind Antworten zu finden auf häufig gestellte Fragen, z.B. „Wie kann unsere Gruppe die Werbemittel einsetzen?“, „Welche Kosten kommen auf die Gruppen zu?“ oder „Wie macht man Kinowerbung?“

Aktionspostkarte, Aufkleber, Roll-Up

Auch Aktionspostkarten und Aufkleber mit dem Kampagnenmotiv „Freunde gesucht“ wurden herausgebracht. Diese können beispielsweise in der Ausgangspost eines Freundeskreises, Landesverbands oder des Bundesverbands eingesetzt werden.

Aber auch andere Einsatzmöglichkeiten sind denkbar. So lassen sich die Aufkleber auch auf Blocks, Portemonnaies oder Handys befestigen und tragen die Botschaft des Projekts „Freundeskreise bekannter machen“ auf niederschwellige Art und Weise weiter.



Aufkleber
105 x 35 mm



Vorderseite



Aktionspostkarte
DIN A 6

Rückseite



Schließlich wurden für die Kickoff-Veranstaltung zwei **Roll-Ups** erstellt, deren Gestaltung angelehnt ist an die professionelle Gestaltungslinie des Projekts.

Der Bundesverband stellt den Landesverbänden dieses Layout auf Wunsch für die Produktion eigener Roll-Ups zur Verfügung.



Roll-up zum vielfältigen Einsatz in der Öffentlichkeitsarbeit



Ausbildung für die Gruppenbegleitung

Die Seminarreihe – unterstützt durch die Selbsthilfeförderung der DAK (s. Seite 9) – wurde im St. Bonifatiuskloster in Hünfeld mit dem **zweiten** Seminar vom 22. bis 24. Februar zum Thema „Ich und die Selbsthilfegruppe“ fortgesetzt. Als externe Referentin leitete Erziehungswissenschaftlerin Angelika Kaufmann das Seminar und wurde von Andreas Bosch (Vorsitzender) und Elisabeth Stege (stellv. Vorsitzende) unterstützt. Von 24 angemeldeten Teilnehmenden waren 23 an diesem Seminarwochenende anwesend.

Es wurden Themen wie: Gruppenregeln, Akzeptanz des Andersseins, gesellschaftliche Prägung und Selbstwahrnehmung, die eigene Rolle innerhalb der Gruppe, Gruppenphasen, Nähe und Distanz sowie Grenzen kennen und setzen können, ohne dabei zu mauern, bearbeitet.

In Gruppenarbeiten wurden wichtige Charaktereigenschaften des Gruppenbegleitenden erarbeitet. Genannt wurden unter anderem: Toleranz, Empathie, Ehrlichkeit, Flexibilität und Kompromissbereitschaft. Ebenso eine wertschätzende und motivierende Haltung anderen gegenüber, die Fähigkeiten, Aufgaben delegieren zu können und loszulassen sowie das Wissen darüber, nicht für alles verantwortlich zu sein und Fehler machen zu dürfen.

Das **dritte** Seminar fand vom 10. bis 12. Mai zum Thema „Kommunikation“ statt. Auch dieses wurde von Angelika Kaufmann durchgeführt und diesmal von Elisabeth Stege begleitet. Es nahmen 21 Personen teil. Inhaltlich wurde sich unter anderem mit verschiedenen Arten des Lernens und der Persönlichkeit des Gruppenbegleitenden auseinandergesetzt. Nach einer Selbstreflexion über das eigene Kommunikationsverhalten wurden das 4-Ohren-Prinzip, das Eisberg-Modell, das Modell der themenzentrierten Interaktion sowie die Kommunikation mit Ich-Botschaften vorgestellt. Mit Hilfe eines Arbeitsblattes wurde über den „gelingender Erstkontakt“ gesprochen. Mit Inhalten der klientenzentrierten Gesprächsführung wurde das Thema weitergeführt und im Rahmen eines Rollenspiels ausprobiert. Anhand von Arbeitsblättern wurde in Kleingruppen das MOVE-Konzept zu motivierender Kurzintervention erarbeitet und im Plenum vorgestellt. Darüber hinaus wurde über die Methode des aktiven Zuhörens sowie über emotionale Intelligenz und Feedbackregeln gesprochen.

Im **vierten** Seminar beschäftigten sich die Teilnehmenden mit dem Thema „Konflikte“. Es fand vom 20. bis 22. September statt und wurde von Angelika Kaufmann durchgeführt. Unterstützend nahmen Andreas Bosch und Elisabeth Stege sowie Suchtreferentin Sina Limpert teil. Das Seminar wurde von 19 Teilnehmenden besucht. Zunächst wurden im Plenum unterschiedliche Arten von Konflikten vorgestellt und über die eigene Wahrnehmung in Bezug auf Konflikte gesprochen. Dies wurde mit Hilfe eines Arbeitsblattes vertieft, bei dem die eigenen Emotionen innerhalb eines Konfliktes reflektiert wurden. Besonders verdeutlicht wurde dies mit Hilfe des Eisberg-Modells, welches die Teilnehmenden beim letzten Seminar kennengelernt hatten. Im Rahmen von Kleingruppenarbeiten wurden persönliche Konflikte mit Hilfe unterschiedlicher Arbeitsblätter beleuchtet und wiederkehrend im Plenum besprochen und reflektiert. Das Seminarwochenende wurde mit einer gemeinsamen Meditation und einer anschließenden Feedbackrunde beendet.

Das **fünfte** Seminar fand vom 22. bis 24. November zum Thema „SUCHT und findet im Freundeskreis“ statt. 19 Personen nahmen teil, es wurde inhaltlich von Angelika



Kaufmann vorbereitet und von Andreas Bosch und Elisabeth Stege durchgeführt und von Suchtreferentin Sina Limpert begleitet.

Den Seminareinstieg bildet eine Reflexion im Plenum, in wieweit die bisher kennengelernten Inhalte innerhalb der Gruppenstunden angewendet und umgesetzt werden konnten und welche als besonders nützlich erachtet werden.

Die Großgruppe setzte sich mit dem Leitbild der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe im Spiegel der Gesellschaft auseinander, unter anderem mit den Fragen: „Wird das Leitbild in den Gruppen und nach außen gelebt?“, „Wie werden Abhängigkeitserkrankungen in der Gesellschaft wahrgenommen und was bedeutet das für die Darstellung des Verbands in der Öffentlichkeit?“. Im Anschluss wurde die Behandlungskette für Abhängigkeitserkrankungen vorgestellt und verdeutlicht, dass die Selbsthilfegruppe an jeder Stelle andocken kann. Einige Teilnehmende stellten mit Rollenspielen eine Klinikvorstellung dar. Dies wurde dann im Plenum besprochen. Weiterer Seminarinhalt war das Thema „Rückfall“. Hierzu wurden Arbeitsblätter in Kleingruppen bearbeitet und die Ergebnisse im Plenum präsentiert. Verschiedene Suchtformen wurden in einem „Sucht-Spiel“ thematisiert.

Die Seminarreihe „Ausbildung für die Gruppenbegleitung in den Freundeskreisen für Suchtkrankenhilfe“ wurde am 24. November abgeschlossen. 18 Personen erhielten eine Teilnahmebestätigung, da sie bei allen Seminarwochenenden dabei waren. Darüber hinaus erhielten alle Teilnehmende einen Ordner, mit allen Seminarunterlagen. Beim Seminarabschluss waren auch Erich Ernstberger und Béatrice Schober vom geschäftsführenden Vorstand des Bundesverband sowie Uwe Rothämel anwesend.

Bei allen Seminarblöcken wurden unterschiedliche Methoden verwendet, um einerseits Wissen zu vermitteln und zum Anderen die persönliche Weiterentwicklung und Selbstreflexion der Teilnehmenden anzuregen. Neben kurzen Vorträgen der Referierenden und Arbeitsaufträgen, die in Kleingruppen oder in Einzelarbeit durchgeführt werden sollten, gab es immer wieder die Möglichkeit zu einem Erfahrungsaustausch im Plenum. Darüber hinaus wurden Rollenspiele und themenbezogene Spiele durchgeführt. Mit Hilfe von Geschichten konnten Impulse und Anregungen gegeben werden, welche unter anderem als Diskussionsgrundlage dienten.



Weitere Maßnahmen

Freundeskreis-Chat

Seit nun schon über drei Jahren gibt es den Chatroom der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe. Es ist ein Angebot, entstanden in Selbsthilfe aus der Selbsthilfe, für Menschen mit Erfahrungen zum Thema „Sucht“. Täglich von 19 – 21 Uhr finden diese in unserem Chatroom ein Gesprächsangebot.

Das Besondere am Chatroom ist, dass der Arbeitskreis (AK) Medien unter der Begleitung von Erich Ernstberger und Béatrice Schober – beide gehören zum geschäftsführenden Vorstand – sowie von Heiko Küssen vom Landesverband Baden eigenständig und ohne weitere fachliche Unterstützung diesen Chatroom „geschaffen“ hat. Unzählige Stunden steckten und stecken die ehrenamtlichen Mitarbeitenden dieses AK in die technische Umsetzung und stehen aktiv in der Betreuung des Chatrooms zur Verfügung.

Es wird großer Wert daraufgelegt, dass es als ein niederschwelliges Angebot erreichbar ist. Deshalb ist für die Nutzung keine aufwendige Anmeldung nötig. Der Chat kann anonym mit einem Pseudonym besucht werden, niemand muss seine Identität preisgeben. Um diese Möglichkeit anzubieten, den Datenschutz der Nutzer*innen zu gewährleisten und den Chatroom täglich zu betreuen, ist ein enormer Aufwand „hinten den Kulissen“ nötig und wäre ohne das ehrenamtliche Engagement der Mitarbeiter*innen und Unterstützer*innen nicht möglich.

Was aber haben nun Antje, Béatrice, Bernhard, Bodo, Brigitte, Carsten, Dirk E., Dirk F., Erich, Frank, Gisela, Heiko, Inge, Jonny, Karola, Lotte, Martina, Mirko, Olli, Sabine, Sandra, Tsekyi und Wolfgang davon, wenn sie Woche für Woche an „ihrem“ Tag den Abend am Computer verbringen?

Chat-Treffen

Beim Austausch- und Informationstreffen vom 13. bis 14. Juli im Erfurter Augustinerkloster war Gelegenheit, die Chat-Betreuer*innen – oder wie es im Computer-Jargon heißt: die Operatoren – nach ihrer Motivation und ihren Zielen für diese verantwortliche Arbeit zu befragen.

Die Ergebnisse machen deutlich, dass hier Menschen am Werk sind, denen es ein inneres Bedürfnis ist, für die Freundeskreise tätig zu sein und die mit Herzblut und Engagement dabei sind.

Wichtig: Es geht hier nicht um Online-Beratung, sondern um die Umsetzung des „Freundeskreis-Spirts“, d. h. um die Vermittlung des Freundeskreis-Selbstverständnisses im Netz, immer orientiert an unserem Leitbild. Hilfesuchende Menschen



werden mit ihren Fragen wertschätzend angenommen. Sie treffen auf sensible Gesprächspartner*innen – und wenn es ganz gut läuft, sieht man sich auch in einer der 650 Freundeskreisgruppen in der realen Welt wieder.

Was gibt mir die Mitarbeit im Chat? Hierzu erhielten wir die folgenden Antworten:

- Auch ich kann den Chat für meine eigenen Probleme nutzen und das täglich. Der Chat ist ein Zusatzangebot zu meiner Gruppe, die ich einmal in der Woche besuche.
- Die Kontakte mit den anderen Operatoren sind mir wichtig: Es sind enge Freundschaften entstanden, und es ist ein tolles Gefühl, fast überall in der Bundesrepublik jemanden zu kennen sowie über meinen „eigenen Kirchturm“ blicken zu können.
- Durch den Austausch erhalte ich neue Anregungen für meine Lebensgestaltung und weil mich die Technik interessiert, lerne ich auch noch was dazu.
- Ich vergesse somit nicht, wie es mir `mal gegangen ist. Das macht mich demütig meiner eigenen Suchtgeschichte gegenüber. Ich bleibe aufmerksam, und das ist Rückfallprophylaxe. Nach längerer Abstinenz finde ich es sinnvoll, mich immer wieder daran zu erinnern, wie es einmal war.
- Die Geschichten der User bereichern meine Lebenserfahrungen.

Und was soll erreicht werden?

- Die Einladung zu einem niedrighschwelligem Hilfeangebot.
- Informationen über die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe: Es gibt einen Weg aus der Sucht.
- Die Rolle der Angehörigen im suchtblasteten Suchtsystem begreifbar machen.
- Ängste nehmen, Hilfe anzunehmen.
- Unterstützung von Menschen, die anonym bleiben wollen (und auch dürfen).
- Die Haltung: Offene Arme und Annahme mit Liebe: Hier bist du gut aufgehoben. Ich verstehe dich. Du bist in Ordnung, so wie du bist.
- Vertrauen und Geborgenheit fühlbar machen.

Wer neugierig geworden ist und sich eine Mitarbeit als Operator vorstellen kann, kann sich an Sina Limpert wenden: s.limpert@freundeskreise-sucht.de oder 0561 / 780413.



Visitenkarte und Flyer

Um den Chatroom weiter bekannt zu machen und auch in Beratungsstellen, Kliniken, Schulen und bei sonstigen Institutionen darauf aufmerksam machen zu können, gibt es eine neue Visitenkarte und einen Flyer.



Beides ist zu haben in der Geschäftsstelle des Bundesverbands, Tel. 0561 / 780413 oder mail@freundeskreise-sucht.de



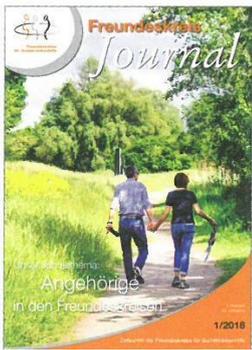
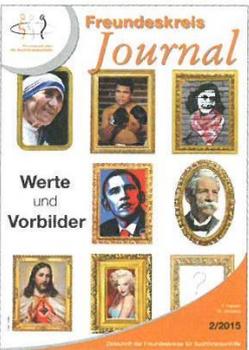
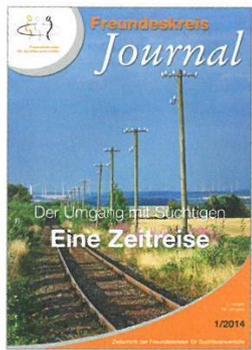
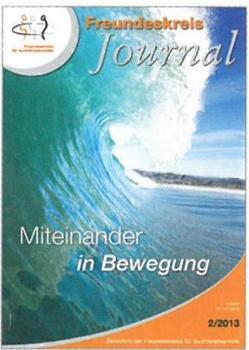
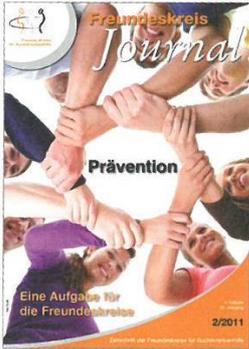
Freundeskreis Journal

Freundeskreis Journal wurde 20 Jahre alt



Freundeskreis
Journale
1999 bis
2019





Im Berichtszeitraum existierte das Freundeskreis*Journal* zwanzig Jahre. Die erste Ausgabe erschien im Dezember 1999 zum Thema „Angehörige in den Freundeskreisen: ‚Ich komme zu kurz‘“.

Doch schon viele Jahre vorher war es dem Bundesverband wichtig, seine Mitglieder zu informieren und den Menschen in den Landesverbänden und Freundeskreisen eine Möglichkeit zu bieten, über Aktivitäten in ihrem Bereich zu berichten und den Austausch miteinander anzustoßen. Dies geschah durch die BAG-Nachrichten (angelehnt an den damaligen Namen „Bundesarbeitsgemeinschaft – BAG“), die an Landesverbände und Freundeskreise seit 1986 verteilt wurden. Die Aufmachung war einfach: schwarze Schrift auf orangem, später weißem Papier. Die Titelseite war immer orange gestaltet. An Farbdruck war wegen der Kosten noch nicht zu denken. Das Layout erstellte ein Mitarbeiter der Kasseler Tageszeitung ehrenamtlich. Linien und Kästen wurden noch manuell in die Druckvorlage geklebt.

Die Möglichkeiten der Drucktechnik entwickelten sich dann rasant weiter. Der beim Bundesverband angesiedelte Arbeitskreis (AK) „Öffentlichkeitsarbeit“ wurde seit 1993 und bis dato fachlich unterstützt durch den Journalist Lothar Simmank.

Die Delegiertenversammlung 1999 in Goslar brachte für den Verband viele maßgebliche Neuerungen: ein bundeseinheitliches neues Logo, das Leitbild, die Umbenennung in „Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe – Bundesverband e.V.“ und die Forderung nach einem Konzept für eine moderne Öffentlichkeitsarbeit.

Dazu sollte auch die Herausgabe eines neuen Mitteilungsorgans in zeitgemäßem „Outfit“ gehören: Das Freundeskreis*Journal* wurde konzipiert.

In der Einleitung zur ersten Ausgabe schrieb *Rolf Schmidt*, der damalige Vorsitzende und heutige Ehrenvorsitzende des Bundesverbands: *„Viele Personen haben sich Gedanken gemacht, wie Attraktivität über Layout und Inhalt erreicht werden kann. Ebenso wurde darüber nachgedacht, wie wir unsere Zielgruppen besser erreichen können. Unser Journal soll eine Service-Leistung in erster Linie für unsere Mitglieder sein, aber auch alle mit der Suchtkrankenhilfe befassten Institutionen und Personen ansprechen.“*

Das gilt heute immer noch! Mittlerweile hat das Freundeskreis-Journal eine Auflagenhöhe von 7.800 – 8.000 Exemplaren. Der Umfang beträgt in der Regel 32 Seiten. Das Layout wird über die medio GmbH professionell und in Farbe erstellt.

40 Ausgaben zu den unterschiedlichsten Schwerpunktthemen von A wie „Achtsamkeit“ bis Z wie „Zeitreise – Der Umgang mit Süchtigen“ wurden herausgebracht. Es gibt die stets wiederkehrenden Rubriken „Aus dem Bundesverband“, „Aus den Landesverbänden“, „Aus den Freundeskreisen“ und „Material für die Gruppenarbeit / Bücher“. Bei den Schwerpunktthemen bringen sich



Menschen aus den Freundeskreisen mit ihren persönlichen Erfahrungen ein. Mitarbeitende aus der beruflichen Suchthilfe, freie Journalisten und Autoren, die im jeweiligen Thema versiert sind, geben fachliche Inputs und Anregungen zur Vertiefung der Inhalte.

Geplant und inhaltlich konzipiert wird jede Ausgabe von den Mitarbeitenden des AK „Öffentlichkeitsarbeit“, die auch die Reaktion bilden. Zwei Mitarbeitende sind sogar schon seit BAG-Nachrichten-Zeiten dabei; die anderen sind über die Jahre nach und nach hinzugekommen. Ein verlässliches und arbeitsfähiges Team ist entstanden.

Die Redaktion bedankt sich an dieser Stelle ganz herzlich für all‘ die vielen Beiträge aus den Freundeskreisen und Landesverbänden in der Vergangenheit und wünscht sich für die Zukunft weiterhin diese gute wie angenehme Zusammenarbeit mit allen, die sich am Freundeskreis *Journal* beteiligen werden!

Ausgabe 1 / 2019: „Freundschaft, weil es ohne nicht funktioniert“



Die erste Ausgabe des Jahres befasste sich mit dem Jahresthema und stand unter dem Titel „Freundschaft, weil es ohne nicht funktioniert“. Neben den Berichten von Freundeskreislern zu ihrem Verständnis von „Freundschaft und Suchthilfe“ schrieb der Diplom-Theologe Klaus Hofmeister, der auch Redakteur für „Kirche und Religion“ beim Hessischen Rundfunk in Frankfurt/Main ist, einen fachkundigen Text über „Freundschaft als großes Glück“. Dr. med. Hans-Manfred Kelting und Dipl. Soz.-Päd Hartmut Amos – beide Fachklinik Schielberg - gaben ihre Einschätzung zur Bedeutung von „Freundschaft und Suchtkrankenhilfe“ ab.

Catherine Knorr vom Landesverband Württemberg führte als Mitarbeiterin des AK ÖA in der Rubrik „Auf ein Wort“ in das Thema ein:

„Freundschaft“ – ein sehr schönes Wort, das oft leichtfertig seine Anwendung findet. Ich denke dabei an diese Schlachten bei vielen Netzwerken, wobei manche ihren persönlichen Wert daran messen, wie viele Leute sich Freundinnen und Freunde nennen, die sich teilweise kaum kennen. Ich gebe dem Begriff „Freundschaft“ einen viel tieferen Wert, vor allem auch in Bezug auf die „Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe“. Im Namen unseres Vereins steht das Wort „Freund“. Das war

für mich der Grund, warum ich mich nach meiner sechsmonatigen Therapie auf dem Höchsten entschied, zuerst die Freundeskreise als Selbsthilfegruppe zu besuchen. Ich hoffte, dort Freunde zu



finden, die mich dabei unterstützen, mich in meinem neuen trockenen Leben zurecht zu finden. Ich wurde nicht enttäuscht und bin nach 25 Jahren immer noch dabei.

Freundschaft ist ein wichtiger Bestandteil unserer Arbeit. Wer die Gruppenmitglieder als Freunde betrachtet und behandelt, handelt wesentlich verbindlicher. Ein Freund zu sein ist eine große Aufgabe, aber auch ein ständiges Geben und Nehmen, ein Ausdruck von Vertrauen und Heimat. Freundschaften schließen ist ein heilsamer Prozess. Das Herz öffnet sich, und es findet sich Platz für jemanden Neues. Natürlich sind Freundschaften nicht immer von der ursprünglich gewünschten Dauer. Freunde kommen und gehen in unserem Leben, sind Lebensbegleiter und -bereicherer auf Zeit. Das ist auch gut so. Wir ändern uns auch ständig und es ist für nicht verwunderlich, dass auch Freundschaften sich ändern. Der beste Freund / die beste Freundin ist etwas besonders im Leben. Wenn ich auch 3 Wochen keinen Kontakt zu meiner besten Freundin habe, ist es kein Problem, beim nächsten Anruf die Unterhaltung da wieder anzufangen, wo sie vor 3 Wochen aufgehört hatte. Hört sich vielleicht verwunderlich an, aber es ist so. Wir sind irgendwie mit dem Herzen verbunden und spüren immer, wann es Zeit für die nächste Unterhaltung ist.

Dieses Phänomen erlebe ich auch teilweise auch bei meiner Arbeit in der Selbsthilfegruppe. Es existiert definitiv eine andere Verbundenheit wie bei Bekannten. Dies ermöglicht uns auch ein besseres Verständnis untereinander, ein besseres Miteinander. Freunde verletzt man nicht. Wir können anderer Meinung sein, und dies auch deutlich zum Ausdruck bringen, aber immer mit Würde. Freundschaften zu schließen ist immer eine gute Wahl. Freunde sucht man sich aus, die Familie erbt man. Gerade für uns, die wir von Sucht betroffen sind und die wir eventuell nicht ganz Frieden mit der Vergangenheit schließen konnten, ist es sehr heilsam, das Herz wieder öffnen zu können und neue Menschen hinein zu lassen.

Diese Ausgabe hatte 32 Seiten.

Ausgabe 2 / 2019: „Lebenskrisen überstehen“



Die zweite Ausgabe im Berichtszeitraum widmete sich dem Thema „Lebenskrisen“. Auch hier erzählten zunächst Menschen aus den Freundeskreisen, wie sie in Krisen geraten sind und diese – zum Teil auch mit der Unterstützung des jeweiligen Freundeskreises für Suchtkrankenhilfe – bewältigt haben, was ihnen hilfreich war und was sie auch gehindert hat. Den Mini-Essay „Unverhofft kommt oft“ steuerte die Übersetzerin und Dozentin für Kreatives Schreiben Teresa Jurek bei. Ausführlich ging Prof. Dr. Wilma Funke von der MEDIAN Klinik Wied auf „Anforderungen und Überforderungen“ ein und machte deutlich, dass von Sucht betroffene Menschen lernen müssen, mit den Herausforderungen von Konsum, Sucht und Abstinenz zu leben. Die Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie Diana Kloppenburg vom KRH Psychiatrie in Wunstorf widmete sich dem Thema Depression und Abhängigkeit. Hildegard Arnold vom Landesverband Württemberg machte außerdem den Angehörigen von Suchtkranken Mut zu einem selbstbestimmten Leben.



Manfred Kessler vom Landesverband Saarland leitete als Mitarbeiter des AK Öffentlichkeitsarbeit in das Thema ein:

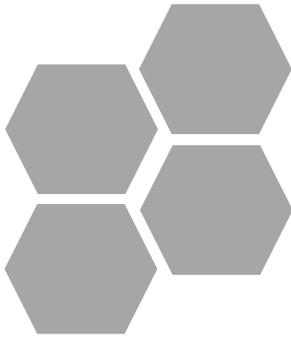
„Wer bin ich? Wie gehe ich mit einer persönlichen Lebenskrise um, die mich in der Abstinenz genauso treffen kann wie in der Zeit davor?“ – das ist diesmal unser Thema. Viele von Ihnen/von euch haben sich sicher schon einmal mit diesen Fragen beschäftigt. Es ist nicht einfach, sich selbst darüber klar zu werden, wer man ist. Einfacher ist die Beantwortung der Frage: „Wer möchte ich sein?“ In mehreren Workshops hat sich der Bundesverband genau mit diesem Thema vor einigen Jahren auf Veranlassung des Arbeitskreises „Sucht und Familie“ befasst. Ich selbst hatte das Vergnügen, in Neumarkt an einem dieser außergewöhnlichen Seminare teilnehmen zu dürfen. Das, was wir dort erarbeitet haben, beschäftigt mich heute immer noch, und wir diskutieren in der Familie über die Frage: Warum verhalte ich mich genauso, wenn ich in eine Krise gerate? Was hat das mit mir zu tun? Warum kracht es genau an dieser Stelle?

Ich bin sehr dankbar dafür, dass sich hier wieder zahlreiche Mitglieder aus unseren Freundeskreis-Selbsthilfegruppen so ehrlich zu ihren Lebenskrisen, ihrem Weg aus der Sucht geäußert haben. Damit helfen sie anderen, nicht in den Abgrund zu stürzen und geben Anregungen, Wege aus Krisensituationen in ein zufriedenes Leben zu finden.

Lassen sich Lebenskrisen voraussehen? Kann man sich darauf vorbereiten? In unseren Freundeskreisen werden Probleme meist sehr offen angesprochen. Der Gedanke: „Du darfst hinfallen, aber du darfst nicht liegenbleiben“ ist uns in den Gruppen allgegenwärtig. Natürlich darf man sich auch eine fach-therapeutische Meinung einholen. Das kann sehr hilfreich sein. Unlängst hörte ich den Satz von einem Freundeskreisler: „Ein Doktor und ein Maurer haben mehr Ahnung zusammen, als ein Doktor allein!“ Beide sind erforderlich, um eine gute Lösung zu finden. In unseren Freundeskreisen wird gelebte Krisenbewältigung praktiziert und die Gruppenteilnehmerinnen und -teilnehmer bringen immer wieder aufs Neue dazu Ideen an den Tag. So wirkt Selbsthilfe. Ich sehe ein hohes Gut darin.“

Diese Ausgabe umfasste 40 Seiten.





Freundeskreis

Rohrpost

Bei der „Rohrpost“ handelt es sich um den Newsletter der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe, welcher vom Bundesverband veröffentlicht wird. Er wird hauptsächlich innerhalb der Freundeskreise verbreitet, steht allerdings auch auf der Homepage des Bundesverbands für alle Interessierten zur Verfügung.

Im zweiten Halbjahr 2019 sind bereits zwei Rohrpost-Ausgaben (September & Dezember) unter dem neuen Layout erschienen. Der Umfang des Newsletters lag zwischen sechs und sieben Seiten und wird auch zukünftig in einem drei Monats-Zyklus veröffentlicht.

Inhaltlich beschäftigte sich die Rohrpost mit den Neuigkeiten aus dem Bundesverband. So wird über Öffentlichkeitsarbeit, Veranstaltungen, Seminare, Arbeitskreise, Projekte und das Informationsmaterial berichtet. Darüber hinaus haben Landesverbände und Gruppen Berichte zu ihren besonderen Projekten bereitgestellt. Des Weiteren wurde über politische und wissenschaftliche Neuigkeiten zum Thema „Abhängigkeit“ informiert, stets mit Hinweisen, wo Interessierte weitere Informationen zu den Themen finden können.

In der Dezember-Ausgabe ist die neue Rubrik „*Schon gewusst...?*“ in den Newsletter aufgenommen worden. In dieser Rubrik wird ein Thema aufgegriffen und kann als Anregung für Gruppenstunden dienen. In der Dezember-Ausgabe wurde über Cannabis informiert.



Mitwirkung bei den Nordhessischen Gesundheitstagen

Die Themen „Ernährung und Bewegung“ als Grundpfeiler eines gesunden Lebens standen im Mittelpunkt der Gesundheitstage vom 29. bis 30. März im Kongress-Palais Stadthalle Kassel. Viele Expertenvorträge und Mitmachaktionen demonstrierten, wie der Einstieg in ein gesundheitsbewusstes Leben aussehen kann.

In einer Ausstellung informierten Expert*innen aus Kliniken die Besucher*innen und Gesundheitsinteressierten.

Die bei der KISS, der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen in Kassel, angesiedelten Selbsthilfegruppen waren wieder im Arkadensaal anzutreffen, so auch der Freundeskreis Kassel mit dem Bundesverband an dem mittlerweile schon traditionellen gemeinsamen Stand.

Was zu diesem Zeitpunkt noch niemand ahnte, war, dass die Nordhessischen Gesundheitstage letztmalig durchgeführt wurden. Ab 2020 soll sich das Format vollkommen ändern in eine Sport- und Gesundheitsmesse, wobei die kommerziellen Angebote für gesundheitsbewusste Menschen stärker im Mittelpunkt stehen werden. Der geschäftsführende Vorstand beschloss, dass sich daran der Bundesverband nicht mehr beteiligen wird, wohl aber bei Bedarf den Freundeskreis Kassel weiterhin mit Info-Materialien unterstützt.

Mitwirkung im Arbeitskreis „Kinder sucht- und psychisch kranker Eltern“ beim Gesundheitsamt Region Kassel

Der Arbeitskreis fand am 30. April sowie am 24. September im Kreishaus des Landkreises Kassel statt.

Der Kreis der Mitarbeitenden setzt sich aus verschiedenen sozialen Institutionen aus dem Raum Nordhessen zusammen. Zu den mitarbeitenden Institutionen gehören unter anderem das Gesundheitsamt Nordhessen, der Emstaler Verein, der Kinderschutzbund, das sozialpädiatrische Zentrum, Vitos Bad Emstal und Vitos Bad Wilhelmshöhe, die Drogenhilfe Nordhessen, das Diakonische Werk, das Kasseler Familienberatungszentrum, das Jugendamt der Stadt Kassel, der Fachbereich Jugend im Landkreis Kassel, das Ludwig-Noll-Krankenhaus sowie der Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe in Kassel und der Bundesverband.

In diesem Arbeitskreis geht es in erster Linie um den Austausch und die Vernetzung untereinander. Die Mitarbeitenden berichten, welche Neuigkeiten es personell und inhaltlich in ihren Institutionen gibt, ggf. welche Schwierigkeiten aktuell bestehen, und geben einen mittelfristigen Ausblick auf ihre Arbeit.



Darüber hinaus haben in der letzten Arbeitskreissitzung zwei ehrenamtliche Mitarbeitende der Studenteninitiative „Hoffnung³ e.V.“ ihr Jugendprojekt vorgestellt, welches in Kooperation mit „Irrsinnig Menschlich e.V.“ stattfindet. Das Projekt mit dem Schwerpunkt „Wissensvermittlung über psychische Erkrankungen“ wird hauptsächlich in Schulen (ab der 8. Klasse) durchgeführt. In den eintägigen Workshops wird mit den Schüler*innen offen über Depression, Ängste, Abhängigkeit und Psychosen etc. gesprochen. Durchgeführt werden die Workshops von Studierenden, welche den fachlichen Part übernehmen, sowie einer betroffenen Person als Lebensweltexperte.

Des Weiteren werden von den einzelnen Mitarbeitenden Informationsvorträge bei Vitos Kassel und dem Ludwig-Noll-Krankenhaus gehalten. Für dieses Jahr hat diese Veranstaltungen Petra Weiß aus dem Freundeskreis Kassel für die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe übernommen.

Teilnahme am Deutschen Suchtkongress 2019

Vom 16. bis 18. September fand an der Johannes-Gutenberg-Universität in Mainz am Rhein der 12. Deutsche Suchtkongress statt. Der Suchtkongress ist eine zentrale Plattform für einen wissenschaftlichen Austausch innerhalb der Suchtforschung und der Praxis. Während der drei Tage fanden sieben Plenarvorträge und 50 Symposien mit über 200 wissenschaftlichen Beiträgen statt. Darüber hinaus gab es die Möglichkeit sich im Rahmen einer Poster-Session über verschiedene Themen zu belesen.

Die Themenschwerpunkte des Suchtkongresses lagen bei den modernen Konsumformen, den neuen Medien im Zusammenhang mit Abhängigkeit, Sucht und Psychosomatik, der Suchtbehandlung von der Kindheit bis ins hohe Alter und Sucht im Hinblick auf eine sich verändernde Gesellschaft.

Ich habe mich in den drei Tagen der Veranstaltung besonders für die Symposien interessiert, in denen es um neue Suchtformen und Verhaltenssuchte ging. Deshalb habe ich hauptsächlich die Vorträge zum Thema Glückspiel, online-gambling (online Glückspiel), online-gaming (das Spielen von Computerspielen über das Internet), Sexsucht und Essstörungen besucht. Ich bin so auf viele neue Studien aufmerksam geworden, die ich als wissenschaftliches Hintergrundwissen in meine Arbeit einbringen kann.



Sina Limpert



Arbeitskreise (AK)

Die AK greifen inhaltliche und praktische Problemstellungen des ihnen zugewiesenen Arbeitsgebietes auf. Sie erarbeiten – auf der Basis des Leitbilds der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe beruhende – Lösungsvorschläge.

In 2019 waren 5 Arbeitskreise aktiv. Dies sind:

AK Medien

Die Teilnehmenden des Arbeitskreises haben sich 2019 dreimal zu jeweils einer zweitägigen Sitzung zusammengefunden.

Die erste Sitzung fand vom 05. bis 06. April in der Geschäftsstelle des Bundesverbands in Kassel statt. Unter anderem wurde das Projekt „Einheitliche Präsentation“ ausgewertet. Es wurde entschieden, dass das Projekt weitergeführt werden soll, in dem nach Bedarf, allen Freundeskreis-Gruppen eine Standard-Homepage zur Verfügung gestellt wird. Deren Inhalte können mit Hilfe des Arbeitskreises eingepflegt werden. Damit soll gewährleistet werden, dass jede Gruppe online präsent sein kann. Auch die Landesverbände können bei der Erstellung und Betreuung ihrer Homepage Unterstützung durch den Arbeitskreis bekommen. Weitere Schulungsangebote können nach Bedarf organisiert werden.

Die zweite Sitzung der Mitarbeitenden des AK fand vom 03. bis 04. Mai statt. Es wurden praktische Übungen zum Einrichten einer Homepage durchgeführt, sowie die Dateiablage des internen Homepagebereichs des Bundesverbands erweitert. Außerdem wurde gemeinsam der Bericht für die Delegiertenversammlung erstellt.

Vom 30. bis 31. August wurde die dritte Sitzung in der evangelischen Tagungsstätte in Hofgeismar durchgeführt. Es wurden verschiedene Vereinsverwaltungsprogramme sowie NextCloud als Dokumentenablage vorgestellt. Außerdem fand eine Nachbesprechung des Chattroffens statt. (s. Bericht, S. 18-20) Des Weiteren hat der Sucht-Chat nun ein responsives Design. Dies bedeutet, dass sich das Format der Seite an ein Smartphone oder Tablet anpasst und damit die Nutzung erleichtert.

Die **Mitarbeitende im AK Medien** sind:

Gisela Berger, LV Bayern
Erich Ernstberger, stellv. Vorsitzender
Paul Peter Jakobi, LV Hamburg
Jonny Jakobowski, LV Bremen
Heiko Küffen, LV Baden
Frank Schabert, LV Rheinland-Pfalz
Béatrice Schober, stellv. Vorsitzende



AK Neu in den Freundeskreisen

In 2019 hat sich im Bundesverband ein neuer Arbeitskreis gebildet. Der Bedarf hierfür wurde im Rahmen des Ad-hoc Seminars 2018, mit dem Thema „Freundschaft leben“ deutlich und konnte in diesem Jahr umgesetzt werden. Die Mitarbeitenden des Arbeitskreises beschäftigen sich mit den Schwerpunktthemen: neue Mitglieder und Angehörige in den Gruppen sowie verschiedenen Suchtformen. Der Arbeitskreis möchte mit der Arbeit Hemmschwellen und Ängste der „neuen“ und „alten“ Mitglieder verringern und sie für neue Herausforderungen stärken. Derzeit arbeiten neun Personen im Arbeitskreis mit.

Die erste Sitzung fand vom 16. bis 17. August in der evangelischen Tagungsstätte in Hofgeismar statt. In dieser Sitzung ging es vorrangig darum, Gedanken und Impulse jedes Mitarbeitenden zu den Schwerpunktthemen zu sammeln und sich darüber auszutauschen. In diesem Gruppenprozess stellte sich heraus, dass ein weiteres wichtiges Thema Gruppenteilnehmende mit Doppeldiagnosen und/oder Mehrfachabhängigkeiten ist. Darüber hinaus wurde im Rahmen eines Brainstormings besprochen, welche methodischen Möglichkeiten es für die Umsetzung der Ergebnisse des Arbeitskreises gibt. Am Ende des Wochenendes stand eine große Ideensammlung, welche in der zweiten Sitzung weiterentwickelt und strukturiert werden sollte.

Darüber hinaus wurde Bettina Beran-Mlodzian als Arbeitskreissprecherin gewählt.

Die evangelische Tagungsstätte in Hofgeismar war auch bei dem zweiten Zusammentreffen vom 22. bis 23. November der Sitzungsort. An diesem Wochenende wurde entschieden, dass zunächst das Thema „Willkommenskultur in den Gruppen“ bearbeitet werden soll. Damit soll das Ziel erreicht werden, dass neue Gruppenbesuchende sich von Beginn an in der Gruppe wohl und angenommen fühlen. Um dieses Ziel zu erreichen ist es notwendig in Erfahrung zu bringen, wie aktuell mit neuen Besuchenden in den Gruppen umgegangen wird. Deswegen wurde von den Mitarbeitenden des Arbeitskreises ein Fragebogen für die Gruppen entwickelt. Die Ergebnisse daraus sollen als Grundlage für z.B. eine Multiplikatoren - Schulung zum Thema „Willkommenskultur“ dienen.

Die **Mitarbeitende im AK Neu in den Freundeskreisen** sind:

Bettina Beran-Mlodzian, LV Nordrhein-Westfalen (*Sprecherin des AK*)

Erich Ernstberger, stellv. Vorsitzender des Bundesverbands

Antje Kaufmann, LV Thüringen

Sina Limpert, Suchtreferentin

Frank Schabert, LV Rheinland-Pfalz

Béatrice Schober, stellv. Vorsitzende des Bundesverbands

Mirko Schober, LV Sachsen

Heike Schön, LV Hessen

Bodo Schmidt, LV Thüringen



AK Öffentlichkeitsarbeit

Der AK tagte vom 11. bis 13. Januar, vom 5. bis 7. April und vom 27. bis 29. September, jeweils in Espenau-Schäferberg.

Er war vorrangig befasst mit der konzeptionellen Arbeit im Projekt „Freundeskreise bekannter machen“ (siehe: Bericht S. 11-15) und der Planung der beiden Ausgaben des Freundeskreis-Journals in 2019 (siehe: Bericht S. 21-26)

Zusätzlich wurde noch der Text für die Broschüre „Wer? Wie? Was? – Informationen über die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe“ und das Faltblatt „Selbsthilfe – wie geht das? – So arbeiten die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe“ textlich aktualisiert und in einer Neuauflage (Juli 2019) herausgegeben.



Die **Mitarbeitenden im AK Öffentlichkeitsarbeit** sind:

Ingrid Jepsen, LV Bayern
Gertrud Kessler, LV Saarland
Manfred Kessler, LV Saarland
Catherine Knorr, LV Württemberg
Ute Krasnitzky-Rohrbach, Suchtreferentin
Bodo Schmidt, LV Thüringen
Lothar Simmank, Journalist
Wolfgang Staubach, LV Hamburg (*Sprecher des Arbeitskreises*)
Elisabeth Stege, stellv. Vorsitzende des Bundesverbands



AK Sucht und Familie

Der Arbeitskreis Sucht und Familie hat sich 2019 zu zwei eintägigen Sitzungen in der Geschäftsstelle des Bundesverbands in Kassel zusammengefunden.

In der ersten Arbeitskreissitzung am 16. März wurde von den Mitarbeitenden damit begonnen, ob und in welcher Form die Broschüre „Co-Abhängigkeit erkennen“ inhaltlich zu überarbeiten wäre. Die Broschüre wird weiterhin beim Bundesverband relativ häufig angefragt, obwohl sie bereits seit Jahren vergriffen und das damalige Projekt „Co-Abhängigkeit im Blickpunkt ärztlich-therapeutischen Handels“ auch bereits in vor ca. 15 Jahren schon beendet war.

Deshalb entschied der geschäftsführende Vorstand des Bundesverbands dann, dass es einer Informationsschrift über Angehörige und Co-Abhängige bedarf, die jedoch als neue und umfassende Broschüre konzipiert werden soll, um auch die neueren Ergebnisse der Forschung einfließen zu lassen.

Aus diesem Grund beschäftigten sich die Mitarbeitenden des Arbeitskreises in der zweiten Sitzung am 3. August mit der Themensammlung von möglichen Inhalten für neues Informationsmaterial. Dabei ging es insbesondere darum: Welche Zielgruppe soll angesprochen werden? Welche inhaltlichen Schwerpunkte sollen gesetzt werden? Welche konkreten Inhalte sind besonders wichtig?

Es zeigte sich schnell, dass mit der neuen Informationsschrift so viele Personen wie möglich aus dem sozialen Umfelds der abhängigen Person angesprochen werden sollen. Neben der Familie auch Freunde, Fachkräfte und weitere Menschen, die der abhängigen Person nahestehen.

Die **Mitarbeitende des AK Sucht und Familie** sind:

Hildegard Arnold, LV Württemberg
Gabi Augustin, LV Saarland
Erich Ernstberger, stellv. Vorsitzender des Bundesverbands
Angelika Grunert, LV Nordrhein-Westfalen
Hannelore Haas, LV Rheinland-Pfalz
Sina Limpert, Suchtreferentin
Uta Münchgesang, LV Baden
Wolfgang Staubach, LV Hamburg



Termine 2019

04.01.	Sitzung des geschäftsführenden Vorstands (GV) in Kassel
11. – 13.01.	Arbeitskreis (AK) Öffentlichkeitsarbeit in Espenau
18.01.	Round Table der Betroffenen- und Angehörigenvertreter/innen der Bundespsychotherapeutenkammer in Berlin
25. – 27.01.	Ad-Hoc-Seminar in Hofgeismar
06. – 07.02.	Fortbildungstreffen der Suchtreferent*innen in Hannover
07. – 09.02.	Sitzung des GV in Kassel
09.02.	Sitzung des GV mit den angestellten Mitarbeitenden in Kassel
22. – 24.02.	Ausbildung für die Gruppenbegleitung in Hünfeld, 2. Seminar
01. – 03.03.	Sitzung des erweiterten Vorstands (EV) in Espenau
16.03.	AK Sucht und Familie in Kassel
22. – 24.03.	Sitzung des GV in Kassel
23.03.	Sitzung des GV mit den angestellten Mitarbeitenden in Kassel
29. – 30.03.	Mitwirkung bei den Nordhessischen Gesundheitstagen in Kassel
03. – 04.05.	Klausurtagung der 5 Verbände in Frankfurt / Main
04. – 05.04.	Sitzung des GVS Beirats „Selbsthilfe“ in Hannover
05. – 07.04.	AK Öffentlichkeitsarbeit in Espenau
05. – 07.04.	AK Medien in Kassel
10. – 12.05.	Ausbildung für die Gruppenbegleitung in Hünfeld, 3. Seminar
10. – 12.05.	Delegiertenversammlung des Bundesverbands
25.05.	40-jähriges Bestehen des Landesverbands (LV) Hessen in Niedermoos
02. – 05.06.	Sitzung des GV in Kassel
03.06.	Sitzung des GV mit den angestellten Mitarbeitenden in Kassel
14.06. – 16.06.	10-jähriges Bestehen des LV Thüringen in Sonneberg
15.06.	Sitzung des GV in Sonneberg
18. – 23.06.	Deutscher Evangelischer Kirchentag (DEKT) in Dortmund
05. – 07.07.	Motorradtour des Bundesverbands in Hofgeismar
12. – 13.07.	Chat-Treffen in Erfurt
26. – 28.07.	Seminar für den Freundeskreis Nürnberg vor Ort
03.08.	AK Sucht und Familie in Kassel
16. – 17.08.	AK Neu in den Freundeskreisen in Hofgeismar
30. – 31.08.	AK Medien in Hofgeismar
06.09.	Sitzung des GV mit den angestellten Mitarbeitenden in Kassel
07.09.	40-jähriges Jubiläum des LV Nordrhein-Westfalen in Ibbenbüren



11. – 12.09.	Austausch-Treffen der Suchtrefere*n in Hannover
14.09.	AK Sucht und Familie in Kassel
20. – 22.09.	Ausbildung für die Gruppenbegleitung in Hünfeld, 4. Seminar
25.09.	Mitgliederversammlung der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) in Berlin
27. – 29.09.	AK Öffentlichkeitsarbeit in Espenau
06.10.	Sitzung des GVS-Beirats „Selbsthilfe“ in Hannover
09.10.	Sitzung des EV in Espenau
10.10.	Kickoff-Veranstaltung im Projekt „Freundeskreise bekannter machen“ in Kassel
11. – 12.10.	Klausurtagung des EV in Espenau
12.10.	Verteilmagazin als Beilage in der HNA, Tageszeitung in Kassel und Nordhessen
13.10.	Sitzung des EV in Espenau
18. – 20.10.	Sitzung des GV in Kassel
19.10.	Sitzung des GV mit den angestellten Mitarbeitenden in Kassel
14.11.	14. Berliner Suchtgespräch des Gesamtverbands für Suchthilfe in Berlin
15.11.	Mitgliederversammlung des Gesamtverbands für Suchthilfe in Berlin
16.11.	Sitzung des GV mit den angestellten Mitarbeitenden in Kassel
22. – 24.11.	Ausbildung für die Gruppenbegleitung in Hünfeld, 5. Seminar
22. – 23.11.	AK Neu in den Freundeskreisen in Hofgeismar
24. – 25.11.	Jahrestagung der Drogenbeauftragten Daniela Ludwig in Berlin
11.12.	Treffen der Geschäftsführer*innen und Vorsitzenden der 5 Verbände in Hamm
12. – 15.12.	Sitzung des GV in Kassel
14.12.	Sitzung des GV mit den angestellten Mitarbeitenden in Kassel



Teil 2 – Der Bundesverband als e.V.

Organigramm des Verbands

Die Struktur des Verbands der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe verdeutlicht das u. a. Organigramm.

Die Arbeit des Verbands wird bestimmt durch die Bedürfnisse und Wünsche der örtlichen Selbsthilfegruppen der Freundeskreise. Diese sind in Landesverbänden organisiert.

Die Landesverbände sind vertreten in der Delegiertenversammlung des Bundesverbands sowie im erweiterten Vorstand, zu dem auch der geschäftsführende Vorstand gehört.

Der Bundesverband unterhält eine Geschäftsstelle. Z. Zt. sind 3 Mitarbeiterinnen beim Bundesverband angestellt.

Der Bundesverband ist Mitglied in der Diakonie Hessen – Diakonisches Werk in Hessen und Nassau und Kurhessen Waldeck e.V., im Gesamtverband für Suchthilfe (GVS) – Fachverband der Diakonie Deutschland und in der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS).



Die Delegierten

Laut Satzung des Bundesverbands, § 6 (3) richtet sich die Anzahl der Delegierten eines jeden Landesverbands nach der Zahl der jeweils Beitrag zahlenden Mitglieder. Auf jeweils 200 Mitglieder entfällt ein/e Delegierte*r. Ab je 50 % mehr Mitglieder wird ein weiterer Delegierte*r benannt. Jeder Landesverband hat mindestens eine Stimme (Minderheitsrecht).

Die Delegierten in 2019

LV Baden

Engels, Ludwig
Wilkens, Torsten

LV Bayern

Geitner, Toni
Lorenz, Helmut
Rothämel, Uwe

LV Berlin-Brandenburg

Schuldt, Christian

LV Bremen

Giesen, Sandra

LV Hamburg

Jakobi, Paul-Peter

LV Hessen

Görlach, Werner
Weimer, Monika

LV Mecklenburg-Vorpommern

Fuhrmann, Jörg

LV Niedersachsen

Jentsch, Detlef
Jentsch, Gerlinde
Märtz, Ingrid
Stange, Uwe

LV Nordrhein-Westfalen

Beran-Mlodzian, Bettina
Böckenbrink, Christel
Pätsch, Wolfgang



Peper, Stefan
Wesemann, Karl-Heinz

LV Rheinland-Pfalz

Birkenstock, Horst

LV Saarland

Schickschneit, Jörg
Kessler, Manfred

LV Sachsen

Müller, Ralph

LV Sachsen-Anhalt

kein*e Delegierter anwesend bei der diesjährigen Delegiertenversammlung

LV Schleswig-Holstein

Burmester, Hartmut
Friedrich, Detlev
Längricht, Marina

LV Thüringen

Baak, Andreas

LV Württemberg

Bader, Ursula
Cichon, Karl-Heinz
Herzog, Rolf
Mock, Christiane
Schaupp, Edmund
Seidel, Rainer
Stier, Paul
Svrga, Damir
Weinbuch, Andrea

Die Delegierten-Versammlung in Neumarkt/Opf.

Die Delegierten-Versammlung fand vom 10. bis 12. Mai im Kloster St. Josef in Neumarkt/Opf. statt. Anwesend waren die o. e. Delegierten aus den Landesverbänden sowie die Mitglieder des erweiterten Vorstands. Als Ehrengäste konnte Vorsitzender Andreas Bosch den ehemaligen stellvertretenden Vorsitzenden Josef (Beppo) Meier mit seiner Ehefrau Elisabeth (Liesl) begrüßen, die beide in Neumarkt/Opf. zu Hause sind.



Die für die Vereinsführung notwendigen Regularien wurden abgehandelt. Der Vorstand wurde mit 2 Enthaltungen entlastet.

Von besonderem Interesse war schließlich die Diskussion über das Jahresthema 2020, das lauten soll: „Wir zeigen uns – Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe“.

Ergebnisse der Kleingruppenarbeit:

Gruppe 1: Wer ist WIR? Unsere Identität

Wir sind Suchtkranke und Angehörige, die in Freundeskreisgruppen für Suchtkrankenhilfe organisiert sind. Unsere Identität ist Verständnis / Akzeptanz ohne Forderung, angenommen sein, wie ich bin in einer lebensbejahenden Gemeinschaft. Unsere Identität beruht auf dem Leitbild. Nach außen wird sie durch unser Logo präsentiert. Diese Haltung vertreten wir gemeinsam, aber wir haben nicht zwangsläufig dieselbe Meinung. Der Verband ist eine Organisation in der Sucht-Selbsthilfe.

Gruppe 2: Wozu wollen wir uns zeigen? Wer hat welchen Nutzen davon?

Wir wollen unser Hilfsangebot weitertragen, um in der Öffentlichkeit für Hilfesuchende und Kostenträger bekannter zu werden. Wir wollen unsere Erfolge zeigen und Hoffnung machen. Unsere Motivation ist Dankbarkeit und Nächstenliebe. Die Veränderungen in der Gesellschaft wollen wir wahrnehmen und darauf reagieren. Wir wollen ein gelingendes Miteinander nach außen tragen und auch neue Mitglieder gewinnen.

Gruppe 3: Wo zeigen wir uns? Wer soll uns kennen(lernen) und wozu?

Öffentlichkeit fängt bei meinem Nachbarn an! Wir zeigen uns überall, wo unser Erlebtes gefragt ist: Presse / Kliniken / Beratungsstellen / Schulen / Altenheime / Messen / Stadtfeste / Internet Kirche / Ärzte / Betriebe / regionale Politik / Kranken- und Rentenkassen

Gruppe 4: Was sollen „die Anderen“ erfahren?

Dass es uns gibt und was wir tun. Wir wollen eine neue Lebensqualität vermitteln. Unsere Themen und Ziele sollen nach außen getragen werden. Suchtkrankheit ist ein gesellschaftliches Problem. Es kann jeden treffen.

Gruppe 5: ... in gelingendem wertschätzenden Miteinander – oder in Ab- und Ausgrenzung

Der Freundeskreis schließt seine Türen niemals ganz. Für hilfesuchende Menschen lehnen wir sie nur an. Es ist deren Entscheidung, ob sie die Tür öffnen und unsere Hilfe annehmen. Wir sind eine starke Gemeinschaft und arbeiten auf Augenhöhe mit anderen Organisationen. Wir zeigen uns, wie wir sind.



Der erweiterte Vorstand

Nach § 9 (1 + 2) der Satzung des Bundesverbands besteht der erweiterte Vorstand aus den Mitgliedern des jeweiligen geschäftsführenden Vorstandes sowie je einer*m Vertreter*in der Landesverbände. Das sollten die Vorsitzenden sein. Die wesentliche Aufgabe des erweiterten Vorstands ist die Verbindung zwischen Mitgliedsverbänden und Vorstand während des laufenden Jahres.

Seine Mitglieder

Vorsitzender:

Bosch, Andreas

Stellvertretende Vorsitzende

Ernstberger, Erich

Schober, Béatrice

Stege, Elisabeth

Vertreter*innen aus den Landesverbänden (LV) in 2019

LV Baden

Engels, Ludwig

Stahl, Lutz

LV Bayern

Lorenz, Helmut

LV Berlin-Brandenburg

Hasche, Frank

LV Bremen

Jakubowski, Jonny

LV Hamburg

Staubach, Wolfgang

LV Hessen

Vietze, Ralf

LV Mecklenburg-Vorpommern

Jedwilayties, Wencke

LV Niedersachsen

Märtz, Wilhelm

LV Nordrhein-Westfalen

Beran-Mlodzian, Bettina

Wesemann, Karl-Heinz



LV Rheinland-Pfalz

Kröhler, Michael

LV Saarland

Augustin, Gabi

LV Sachsen

Schober, Mirko

LV Sachsen-Anhalt

Weinert, Martina

LV Schleswig-Holstein

Burmester, Hartmut

Gestmann, Wolfgang

Olsen, Peter

LV Thüringen

Schmidt, Bodo

Weidt, Michael

LV Württemberg

Arnold, Hildegard

Ehrenvorsitzender:

Schmidt, Rolf

Die Sitzungen des erweiterten Vorstands fanden vom 01. bis 03. März und vom 09. bis 13. Oktober in Espenau-Schäferberg statt.

Klausurtagung des erweiterten Vorstands

Im Rahmen der zweiten erweiterten Vorstandssitzung in diesem Jahr fand vom 11. bis 12. Oktober eine Klausurtagung statt. Diese wurde von Martina Toppe, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Gestalttherapeutin aus Achim, angeleitet und durchgeführt.

Insbesondere ging es um die Zusammenarbeit der Landesverbände und dem Bundesverband und um die Fragen: Was läuft gut? An welcher Stelle gibt Optimierungspotential? Was ist wichtig für eine gelingende Zusammenarbeit?

Es zeigte sich, dass alle Teilnehmenden den nun besseren Umgangston und die gelasseneren Atmosphäre während der Tagung und auch bei der sonstigen Zusammenarbeit bemerkten.



Im Rahmen einer Kleingruppenarbeit wurden für eine gelingende Zusammenarbeit unter anderem folgende Ergebnisse festgehalten:

- Hilfsbereitschaft
- ein Gefühl der Verbundenheit
- ein wertschätzender Umgang miteinander
- die Möglichkeit, Probleme offen anzusprechen
- Akzeptanz und Empathie untereinander
- Humor
- Vertrauen und Ehrlichkeit
- kein Konkurrenzkampf untereinander

Darüber hinaus wurde deutlich, dass jeder Verband stolz auf seine bereits geleistete Arbeit sein kann. Dies ist allerdings keine Option, sich auf dem Erreichten auszuruhen. Es ist wichtig, dass jede*r Einzelne*r motiviert ist, denn nur so können andere Menschen für die Mitarbeit auf Bundes- und Landesebene begeistert werden. Außerdem ist es wichtig, dass die Verbände vorhandene Strukturen für die Arbeit nutzen und gleichzeitig offen für neue Ideen und Wege sind. Neben der Motivation jedes Mitarbeitenden sollte eine Bereitschaft zur Selbstreflexion vorhanden sein. Bei der Zusammenarbeit der Verbände sollte eine Atmosphäre herrschen, in der es möglich ist, auch Rückfälle in alte Verhaltensmuster zu erkennen und offen anzusprechen.

Weiter traf sich der geschäftsführende Vorstand fünfmal zu einer zweitägigen Sitzung in Kassel.



Mitglieder, Freundeskreise und Gruppen in 2019

Landesverband	<i>Freundeskreise</i>	<i>Gruppen</i>	<i>Gruppen- besucher</i>	<i>Mitglieder (Beitrag zahlend)</i>
Baden	13	38	1.278	402
Bayern	23	54	1.173	601
Berlin- Brandenburg	3	4	38	20
Bremen	1	11	281	122
Hamburg	15	15	314	136
Hessen	15	30	849	463
Mecklenburg- Vorpommern	9	6	136	34
Niedersachsen	70	81	1.541	779
Nordrhein- Westfalen	45	91	1.782	939
Rheinland-Pfalz	5	5	63	55
Saarland	8	31	650	326
Sachsen	17	25	284	182
Sachsen-Anhalt	8	4	66	60
Schleswig- Holstein	36	45	959	565
Thüringen	7	7	98	50
Württemberg	97	191	2.950	1.574
Gesamt	372	638	12.462	6.308



Neue Personalsituation beim Bundesverbands

Sina Limpert: Neue Suchtreferentin seit 1. Juni 2019



Liebe Sina, herzlich Willkommen beim Bundesverband der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe. Ich freue mich sehr, dich als neue Kollegin und Suchtreferentin begrüßen zu dürfen. Mit dem Freundeskreis-Journal möchten wir dich gerne in den Landesverbänden und Freundeskreisen kurz vorstellen.

Sina, erst einmal ein paar persönliche Informationen zu dir. Wie alt bist du? Wo kommst du her, und was hast du bisher beruflich gemacht?

Sina Limpert: Hallo, zunächst möchte ich mich herzlich für die lieben Worte bedanken. Ich bin 26 Jahre alt und lebe im schönen Kassel. Bis 2018 habe ich an der Hochschule Coburg Soziale Arbeit studiert und nach meinem Abschluss in einer geschlossenen Wohngruppe für abhängigkeitskranken Klienten und Klientinnen gearbeitet. Seit Juni diesen Jahres arbeite ich im Bundesverband der Freundeskreise.

Was hat dich bewogen, dich beim Bundesverband zu bewerben? Was hat dich an der Suchtreferentinnen-Stelle interessiert?

Sina Limpert: Ich war auf der Suche nach einer beruflichen Veränderung, wollte allerdings weiterhin gerne mit und für abhängigkeitskranken Menschen arbeiten. Da ich die Arbeit der Freundeskreise bereits kannte, habe ich nicht gezögert und meine Bewerbung abgeschickt. Dabei interessiert mich besonders die Zusammenarbeit mit den Menschen, darüber hinaus auch die organisatorischen Aspekte des Arbeitsalltags auf Bundesverbandsebene. Mit meinen Studienschwerpunkten: Arbeit mit abhängigkeits- und psychisch kranken Menschen sowie systemischer Sozialarbeit habe ich mich auf die Zusammenarbeit mit diesen Zielgruppen und den dazugehörigen sozialen Systemen spezialisiert und möchte mein Wissen bei der Arbeit im Bundesverband nützlich einbringen.

Wie hast du die ersten Wochen empfunden? Gab es schon besondere Arbeitsgebiete, in denen du beteiligt warst? Und wie hat dir diese Arbeit gefallen?

Sina Limpert: Die ersten Wochen waren bereits sehr interessant für mich. Ich konnte Mitte Juni am Deutschen Evangelischen Kirchtag in Dortmund mitwirken, was für mich ein super Arbeitseinstieg war. Dies bot mir die Möglichkeit den Spirit der Freundeskreise zu erleben, und ich konnte bereits erste Kontakte zu anderen Sucht-Selbsthilfeverbänden knüpfen. Auch dieses Interview gehört zu einer meiner ersten Aufgaben.

Im August hatte ich dann die Möglichkeit, an zwei Gruppentreffen im Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe in Kassel teilzunehmen und so den Freundeskreis Spirit mitzuerleben. Es war sehr interessant für mich, das Konzept der Selbsthilfe in einer



Gruppenstunde kennenlernen zu können. Die einladende und ausgelassene Atmosphäre, die Offenheit der Teilnehmenden untereinander und der Umgang miteinander haben mich positiv überrascht. Ich konnte einen Einblick gewinnen, wie Selbsthilfe funktioniert und in welcher Form die Besucher*innen von den Gesprächen profitieren können. Es hat mich in meiner Meinung bestärkt, dass Selbsthilfe einen großen Teil zu einem zufriedenen Leben beitragen kann.

Was wirst du als nächstes angehen?

Sina Limpert: Unter anderem werde ich verschiedene Arbeitskreise organisatorisch und fachlich begleiten sowie die Facebook- Seite des Bundesverbands betreuen und die Rohrpost schreiben.

Wenn dich jemand aus den Freundeskreisen erreichen möchte, zu welchen Zeiten bis du in der Geschäftsstelle zu erreichen und wie ist deine Mail-Adresse?

Sina Limpert: Ich bin montags, dienstags und freitags von 8:00 bis 15:30 Uhr, sowie mittwochs und donnerstags von 9:00 bis 17:00 Uhr unter 0561 780413 telefonisch in der Geschäftsstelle des Bundesverbands erreichbar oder per E-Mail unter s.limpert@freundeskreise-sucht.de.

Bitte vervollständige noch den Satz: Wenn es die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe nicht gäbe ... weil ...

Sina Limpert: ... wäre es höchste Zeit für eine Gründung, weil die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe vielen Menschen die Möglichkeit geben, den Weg in ein zufriedeneres Leben zu finden.

Vielen Dank für das Gespräch!

Die Fragen stellte Ute Krasnitzky-Rohrbach.



Mitgliedschaften des Bundesverbands Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)



Der Bundesverband ist Mitglied in der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS), die als Zusammenschluss von Suchthilfeverbänden eine bedeutende Dachorganisation für die Suchthilfe in Deutschland darstellt.

Für die in den Sucht-Selbsthilfeverbänden hauptamtlich angestellten Suchtreferent*innen organisiert die DHS jährlich zwei über die Deutsche Rentenversicherung geförderte Treffen, wobei ein Treffen als Fortbildung zu betrachten ist und das zweite dem Austausch über Arbeitsschwerpunkte der Suchtreferent*innen dient.

Ute Krasnitzky-Rohrbach und Torsten Scholz nahm an dem Treffen vom 06. bis 07. Februar in Hannover teil. Hier wurde mittels der Methode Zukunftswerkstatt am Thema „Raus aus gewohnten Gleisen – neue Ideen für die Selbsthilfe“ unter der Moderation von Dipl. Päd. Ulrike Kreyssig vom Supervisionszentrum Berlin (www.ulrike-kreyssig.de) gearbeitet. Zunächst wurden in Kleingruppen in der Beschwerde- und Kritikphase erarbeitet, was nicht klappt, was Ärger erzeugt und was verhindert, gut zu arbeiten. Daran schloss sich die Utopie- und Fantasiephase an, wo es darum ging, unnötigen Ballast abzuwerfen und die vielen genannten Sorgen, Nöte und Schwierigkeiten zu Hause zu lassen. Einmal ergab sich die Chance, sich eine Wunschwelt zu erschaffen, in der alles möglich ist. Schließlich kam man in der Realisations- und Praxisphase zurück auf den Boden der Tatsachen. Unter Berücksichtigung der realen Bedingungen wurden Lösungsmöglichkeiten ausgetüftelt, erste Ideen zu skizzieren. Eine konkrete Idee war dann beispielsweise die Durchführung eines Beteiligungsworkshop „Life long learning“ für Haupt- und ehrenamtliche Mitarbeitende in einem Verband, der Partizipation aller ermöglicht.

Am zweiten Treffen vom 11. bis 12. September in Hannover nahmen Sina Limpert und Ute Krasnitzky-Rohrbach teil. Hierbei stellten einzelne Referent*innen Projekte vor, mit denen sie zur Zeit befasst sind, z.B. Aufbau einer Öffentlichkeitsarbeit bei der DRK-Suchtberatung in Mecklenburg-Vorpommern, die Entwicklung der Homepage beim Fachverband Glücksspielsucht oder „Klopfen zur Überwindung unangenehmer Gefühle und Gedanken“ beim Kreuzbund.

Wir danken Regina Müller, Suchtreferentin bei der DHS, für die gute Vorbereitung der Treffen sowie für ihre sorgsame Protokollführung. Weitere Informationen: www.dhs.de / Arbeitsfelder / Selbsthilfe



Gesamtverband für Suchthilfe e.V. (GVS)



Der Bundesverband ist außerdem Mitglied im Gesamtverband für Suchthilfe e.V. (GVS), dem Fachverband für Suchthilfe in der Diakonie.

Der Bundesverband ist dort vertreten im Beirat „Selbsthilfe“. Weiter sind dort vertreten: Blaues Kreuz in Deutschland, Blaues Kreuz in der Evangelischen Kirche, die AG Suchtkrankenhilfe & Prävention der Ev.-methodistischen Kirche und GVS.

An der Sitzung vom 04. bis 05. April nahm Torsten Scholz und an der am 06. Oktober nahm Sina Limpert teil. Beide Sitzungen fanden in Hannover statt.

Dabei ging es um Neues aus dem GVS (u.a. auch Website-Relaunch www.sucht.org) sowie den GVS Ausschüssen, die Weiterführung des Projekts Selbsthilfe Online sowie die Überarbeitung des Curriculums „Freiwillige Mitarbeit in der Suchthilfe – nach GVS Standards.

In einer Untergruppe wurde die gemeinsame Präsentation auf dem Deutschen Evangelischen Kirchentag in Dortmund konzipiert und umgesetzt. (s. Bericht S.10)

Wir danken Nicola Alcaide, Suchtreferentin beim GVS, für die gute Vorbereitung der Treffen sowie für ihre sorgsame Protokollführung. Weitere Informationen: www.sucht.org + www.selbsthilfe-sicher-im-netz.de



Zum Andenken an unsere Verstorbenen



Foto: Ute Krasnitzky-Rohrbach

*Ich gehe langsam aus der Welt heraus
in eine Landschaft jenseits aller Ferne,
und was ich war und bin
und was ich bleibe,
geht mit mir ohne Ungeduld und Eile
in ein bisher noch nicht betretenes Land.*

Hans Sahl

Den Bundesverband erreichte im Jahr 2019 die traurige Nachricht über den Tod von:

Gisela Niemann, gestorben im März 2019

Vorsitzende des Bundesverbands (damals noch Bundesarbeitsgemeinschaft der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe) von 1978 bis 1982

Peter Weimer, gestorben im März 2019

Delegierter des Landesverbands Hessen

Brigitte Herzog, gestorben im April 2019

Ehefrau des Württemberger Delegierten Rolf Herzog

Michael Haug, gestorben im Juli 2019

Delegierter des Landesverbands Württemberg und Vertreter des LV im erweiterten Vorstand des Bundesverbands

Gerd Melcher, gestorben im Juli 2019

Delegierter des Landesverbands Baden

Hans-Erhard Christiansen, gestorben im September 2019

Delegierter des Landesverbands Schleswig-Holstein

*Wir denken dankbar an die Freundschaft und an das Engagement unserer Wegbegleiter*innen, die sich um die Freundeskreisarbeit verdient gemacht haben. Sie alle haben dazu beigetragen, dass sich unser Verband stetig weiterentwickeln konnte.*





Ein Lückentext



Fügen Sie die passenden Begriffe an der richtigen Stelle im Text ein. So erfahren Sie von einer der wichtigsten Besonderheiten der Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe.

Freund - Leitbild (2) – Vorstandssitzung – Delegiertenversammlung – Kassel – Goslar – kein – Bundesverbands - angepasst – Geschenk - Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe - Blaues Kreuz – Leitsätze - persönliche – Meinungsverschiedenheit – ehrliche - Meinungen – ganzen – Suchtkranken – Abhängige – allein – gleichermaßen – orange – Selbsthilfegruppen – zufriedene Abstinenz – wenige – alle – geschlossen – offen – ehrenamtlich – Verband – Verbund - Freundeskreise. (Achtung: Nicht alle Wörter müssen verwendet werden!)

Das

Das wurde auf der des im Juli 1999 in verabschiedet. Es ist starres Gebilde, sondern wird stets an die aktuellen Anforderungen der
.....

Dies sind die neun übergeordneten

1. Wir setzen auf Beziehungen.
2. Wir sehen den Menschen.
3. Wir begleiten und Angehörige
.....
4. Wir verstehen uns als
5. Wir begleiten in eine
6. Wir sind für Suchtformen
7. Wir leisten Hilfe.
8. Wir arbeiten im der Suchtkrankenhilfe.
9. Wir sind

(Entwurf: Ute Krasnitzky-Rohrbach)



