



Zusammenfassung der digitalen Schulungen

„Die Selbsthilfe stellt sich vor“ am 29. April und 20. Mai 2026

1. Teil: Rahmenbedingungen und Inhalte der Vorstellung

Dr. Thomas Polak (Chefarzt der Fachklinik Weibersbrunn im DV Würzburg, Reha-Klinik für alkohol- und medikamentenabhängige Menschen mit rund 60 Therapieplätzen) und die über 50 Teilnehmenden definierten folgende optimale Rahmenbedingungen:

- guter und regelmäßiger Kontakt zwischen Selbsthilfe und Klinik bzw. Beratungsstelle
- feste Ansprechpersonen auf beiden Seiten für regelmäßige Rückmeldungen
- Vereinbarung von Zeitpunkt, Dauer, Gruppenraum, Gruppengröße / Organisation bzw. Anbindung der Vorstellung
- Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe ist in den Leitlinien der Suchthilfe-Einrichtungen verankert / Vorstellung der Selbsthilfe ist Bestandteil des Therapieplans
- möglichst zwei Vorstellende: Mann / Frau, suchtkrank / angehörig, langjähriges / neues Mitglied
- regelmäßiger Erfahrungsaustausch der Vorstellenden auf DV-Ebene
- regelmäßiger Erfahrungsaustausch auf Bundesebene, z.B. auf Multiplikatoren-Tagungen oder bei digitalen Treffen

Inhalte:

- überverbandliche Vorstellung der Selbsthilfe
- eigene Suchtgeschichte wird nur dann erwähnt, wenn sie hilfreich und unterstützend wirkt
- Aufgaben, Ziele und Strukturen der Selbsthilfe und des Kreuzbundes
- mögliche Fragen: Gruppenarbeit / Angebote für Angehörigen / Umgang mit Rückfällen / Stärken der Selbsthilfe / Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen Selbsthilfeverbänden / Rolle der Religion / Kosten

2. Teil: Die Vorsteller*innen als Person

Nach einem kurzen Vortrag von Marianne Holthaus zum Thema „Motivation“ diskutierten die rund 20 Teilnehmenden über ihre persönliche Motivation und ihre Ziele bei der Vorstellung der Selbsthilfe:

- Werte des Kreuzbundes transportieren
- Möglichkeiten und Stärken der Sucht-Selbsthilfe hervorheben
- Selbsthilfe als Teil des Suchthilfesystems bekannt machen
- positives Bild der Abstinenz vermitteln / Zuversicht vermitteln
- Ängste und Barrieren vor der Selbsthilfe abbauen
- Vorteile und Klischees gegenüber der Selbsthilfe abbauen
- Stigmatisierung von suchtkranken Menschen entgegenwirken

Patientenorientierte, nicht zu „informationslastige“ Vorstellung:

- keine Belehrungen / Erfahrungsaustausch und Diskussion ermöglichen
- keine Monologe / Einbindung der Patient*innen
- authentisch und selbstbewusst auftreten
- nach Erfahrungen mit der Selbsthilfe fragen
- respektvoller Umgang mit Patient*innen
- wertschätzender Kontakt auf Augenhöhe
- sicher mit Provokationen umgehen / Störungen vorrangig behandeln
- persönliches Gespräch nach der Vorstellung anbieten
- nicht überzeugen wollen, sondern überzeugend sein

Ausführliche Hinweise zu diesem Thema gibt es im „Leitfaden zur Vorstellung des Kreuzbundes in Kliniken und anderen Therapieeinrichtungen“:

<https://www.kreuzbund.de/de/downloads.html?file=files/kreuzbund/public/downloads/service/arbeitshilfen/Leitfaden%20zur%20Klinikarbeit%20%282023%29.pdf>

sowie im Abschlussbericht des Projekts „Chancen nahtlos nutzen, S. 7/8:

<https://www.kreuzbund.de/de/downloads.html?file=files/kreuzbund/public/downloads/service/projekte/Chancen%20nahtlos%20nutzen%20-%20Abschlussbericht%20der%20fuenf%20Verbaende.pdf>

August 2026

Kreuzbund-Bundesverband