Aktuelles / Mitmachen

Berichte über Aktivitäten / Aktuelles

Suchthelferausbildung Block 5

01. Februar 2026

vom 30.01. bis 01.02.2026



Freitag 30.01.2026

Nach der allgemeinen Begrüßung unter den Teilnehmenden, begannen Mathias und Wolfgang mit der Befindlichkeitsrunde, in der wir die Ereignisse und Erlebnisse der letzten Monate Revue passieren ließen.

Der Punkt „Suchthilfe im Betrieb“ war für die Teilnehmenden aktuell nicht interessant.
Stattdessen erarbeitete Mathias mit uns „Kollegiale Fallbeispiele“ nach (denkmodell.de – Ansatz).

Unter kollegialer Fallberatung verstehen wir Pares inter Pares, wir haben einen Fallgeber und die Berater.

Zuerst müssen wir das Anliegen formulieren: Für welche Anliegen?

Für Fragen oder Themen, die:

- mich persönlich betreffen
- meine Arbeit in der Gruppe beeinflussen (Konflikte mit Teilnehmern, Herausforderungen bei Arbeitsaufgaben als
  Gruppenleiter, persönliche Arbeits-/Verhaltensmuster)
- mir Kopfzerbrechen bereiten
- immer wieder aufkommen
- nicht nur mit Expertenwissen zu beantworten sind, sondern auch mit Erfahrungswissen anderer

- In Gruppenarbeit wurden die Durchführungsprinzipien und die Ablaufschritte geübt.



Nach der Mittagspause wurde uns das institutionelle Gewalt-und Schutzkonzept des bischöflichen Ordinariats vorgestellt.

Ziel des Vortrags von Frau Fischer und Herrn Raabe war es Gruppenleiter für Missbrauch und sexualisierte Gewalt zu sensibilisieren.

In dieser Informationsschulung wurde über folgende Themen informiert:

- wozu dient dieses Schutzkonzept
  wie sind die Beschwerdewege
- Handlungsschritte und Unterstützungssysteme
- Sensibilisierung - Nähe und Distanz
- Prävention
- Verhaltenskodex
- Wer sind Schutzbefohlene
- Ursachenforschung
- Kultur der Achtsamkeit

- Wertschätzung und Respekt

Anschließend wurden Handlungsstrategien im Verdachtsfall vorgestellt:

- keine Konfrontationsgespräche
- keine Alleingänge
- keine Ermittlungstätigkeiten

Stattdessen sollten die Verantwortlichen / Beauftragten informiert werden.
An erster Stelle muss der Schutz der Minderjährigen und Schutzbedürftigen stehen.

Das Institutionelle Schutzkonzept (ISK) kann in der Homepage des Kreuzbundes abgerufen werden:
https://kreuzbund-dv-mainz.de/service-downloads.html

Samstag, den 31.01.2026

Die allseits beliebte morgendliche Meditation fand wie immer großen Anklang und nach dem darauffolgenden reichlichen Frühstück, begannen wir wieder mit einer kurzen Befindlichkeitsrunde.

Der Vormittag war ausgefüllt mit einer spannenden und ausführlichen Präsentation über illegale Drogen.

Als **Droge** gilt nach Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) jeder Wirkstoff, der in einem lebenden Organismus Funktionen zu verändern vermag und kein Nahrungsmittel ist.

Als **legale Drogen** werden psychoaktive Substanzen mit bewusstseinsverändernder Wirkung bezeichnet, deren Konsum und Erwerb durch den Gesetzgeber nicht verboten sind. Hierzu gehören zum Beispiel Koffein, Nikotin, Alkohol und seit April 2024 auch Cannabis, das in Deutschland für Erwachsene in begrenztem Umfang legalisiert wurde.

Unter dem Oberbegriff **„Illegale Drogen“** werden verschiedene Klassen psychotroper Substanzen zusammengefasst, deren Besitz, Erwerb, Handel und Herstellung nach dem Betäubungsmittelgesetz (BtMG) verboten ist. Sie können sowohl aus pflanzlichen als auch aus chemischen Grundstoffen bestehen.

Frau Abich konnte uns mir ihrer jahrelangen Erfahrung im direkten Kontakt mit Drogenkonsumenten, alle anstehenden Fragen beantworten und erklärte uns detailgenau:

- welche Konsumtypen es gibt
- wie die legalen und illegalen Drogen wirken
- die unterschiedliche Herstellung von Drogen
- welche Drogen auf dem Markt angeboten werden

Nach all diesem Hintergrundwissen war es für uns besonders wichtig zu erfahren, welche Präventionen und vor allem Gegenmaßnahmen ergriffen werden können.

Im Anschluss einige Auszüge des Modells: Stadien der Veränderung (Prochaska & Di Clemente)

Quelle: Transtheoretisches Modell - DocCheck Flexikon

Das transtheoretische Modell ist ein 6-stufiges-Konstrukt, das maßgeblich von Prochaska und Di Clemente

entwickelt wurde und eine Einschätzung und Beeinflussung des Gesundheitsverhaltens von Patienten ermöglichen soll.

Gemäß dem transtheoretischen Modell von Di Clemente und Prochaska stellt sich eine Verhaltensänderung als ein mehrstufiger Prozess dar, der in sechs verschiedene Stadien eingeteilt werden kann, die der Patient im Verlauf einer solchen Verhaltensänderung durchläuft.

- Sorglosigkeit (Pre-contemplation)
- Bewusstwerdung (Contemplation)
- Vorbereitung (Preparation)
- Handlung (Action)
- Aufrechterhaltung (Maintenance)
- Andauernde Aufrechterhaltung (Terminatio)





Der Samstagnachmittag hielt für uns, nach der wohlverdienten Mittagspause, das Thema:
Sucht und psychische Erkrankungen (Doppeldiagnose, Depressionen) von **Frau Ulrike Bergner-Schmitt** bereit.

Impulse und Handlungsempfehlungen für die Suchtselbsthilfe im Kreuzbund:
Welche Herausforderungen stellen sich an die Gruppenarbeit im Kreuzbund, wenn Menschen mit einer Doppeldiagnose, d.h. Suchterkrankung und psychischen Erkrankungen (Komorbidität), in die Gruppentreffen kommen?

Um diese Frage zu beantworten, muss man zuerst die höchst unterschiedlichen psychischen Erkrankungen kennen.

Quelle: Psychische Störung - DocCheck Flexikon
Unter einer psychischen Störung versteht man eine deutliche Abweichung von der gesellschaftlichen oder medizinischen Normvorstellung psychischer Funktionen. Betroffen sind das Denken, das Fühlen und die Wahrnehmung, sowie potentiell auch das Verhalten. Sowohl die betroffene Person selbst, als auch die Umwelt können unter der Symptomatik leiden.

- Beispiele:
- F 00 Demenz bei Alzheimer Krankheit
- F 05 Delir

- F 10 Psychische und Verhaltensstörung durch Alkohol
- F 20 Schizophrenie
- F 30 Manische Episode
- F 31.0 Bipolare, affektive Störung
- F 32 Depressive Episode
- F 40 Phobische Störungen
- F 50 Essstörungen
- F 60 Spezifische Persönlichkeitsstörungen
- F 70 Leichte Intelligenzstörungen
- F 80 Umschriebene Entwicklungsstörung
- F 90 Hyperkinetische Störungen
- F 11 Psychische und Verhaltensstörungen durch Opioide

Frau Bergner-Schmitt gab uns zu jedem einzelnen Krankheitsbild sehr ausführliche und in die Tiefe gehende Beschreibungen, die in ihrem Handout gut nachzulesen sind (nur intern verfügbar).

Dieses Grundwissen ist wichtig, damit in der Gruppenarbeit schnell eine Doppeldiagnose erkannt und entgegengesteuert werden kann.



Sonntag, den 01.02.2026

Den Sonntagvormittag verbrachten wir mit dem Vorbereiten, Besprechen und der Themenerarbeitung für die Referate des letzten Blocks.

In Block 6 unserem Abschlussprojekt wird jeder Teilnehmende ein Referat über ein von ihm gewähltes Thema halten.

Grundsätzliches:

- 5-10 Minuten Vorstellung bzw. Präsentation des Themas
- Alle Präsentationsmedien sind einsetzbar
    - Flipchart
    - Power Point
    - Vortrag
    - Moderationskarten
    - Pinwand

Mögliche Themen für die Abschlussprojekte:

- Welchen Stellenwert hat die Selbsthilfe im Suchthilfesystem
- Wichtige Grundlagen / Aspekte der Kommunikation
- Wie geht ihr mit schwierigen Gesprächssituationen in der Gruppe um
- Wie entsteht Sucht, welche Faktoren spielen bei der Entstehung eine Rolle
- Warum ist Sucht eine Krankheit
- Was ist ein Rückfall und wie gehen wir in der Gruppe damit um
- Unterschied zwischen Selbsthilfegruppe und Therapiegruppe
- Psychohygiene im/und Ehrenamt, warum ist das wichtig. Möglichkeiten der Umsetzung

Zum Abschluss stellt uns Jörg noch die Kreuzbund App und den dazugehörigen Flyer vor.

Protokoll: Regina Karhan
Fotos: Jörg Kowalski

-






STURMFLUT


STURMFLUT

Weiter zum Archiv Aktuelles

Archiv

Sorry, für das Archiv-Menü muss JavaScript in Ihrem Broswer eingeschalten sein
document.getElementById("ArchivNaviForm").style.display='inline';

- Archiv