

# »SuchtDruck«

Magazin der Sucht-Selbsthilfe in SN und TH



Fachausschuss „Selbsthilfe“  
Sächsische Landesstelle gegen Suchtgefahren e.V.



Fachausschuss „Selbsthilfe“  
Thüringer Landesstelle für Suchtfragen e.V.



## Themen dieser Ausgabe, u.a.:

- Kommentar im SuchtDruck ...
- Selbsthilfe wirkt ... auch bei Crystal-Abhängigkeit!
- Projekte der Thüringer Landesstelle für Suchtfragen e. V. 1 - 3
- Informationen aus der SLS

## Kommentar

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Selbsthilfe ist wertvoll und wirkt. Das ist für Sie sicherlich keine neue Erkenntnis. Dennoch geht es darum, den Selbsthilfegedanken weiterzutragen, damit viele Menschen Selbsthilfe entdecken und in ihrer Krankheitsbewältigung davon profitieren können.

Selbsthilfe kann und sollte bunt und vielfältig sein, um möglichst vielen Menschen zu nützen. Die Gesprächsgruppe ist eine Form, die vielen von ihnen bekannt und vertraut geworden ist. Dass Reden über Sucht hilft, ist unbestritten. Doch auch andere Dinge sind möglich. Manchmal eröffnet gemeinsames Tun auch erst den Zugang zum Reden, zum Austausch und voneinander Lernen. Unterschiedliche Menschen, Generationen, Suchtformen, Nationalitäten suchen möglicherweise auch unterschiedliche Formen der Selbsthilfe.

Selbsthilfe kann also viele Formen und Facetten haben, es kommt lediglich darauf an, dass die Menschen dort einen Ort finden, an dem sie gemeinsam mit anderen die nötige Unterstützung für ihren Weg finden.

Bleiben Sie offen und kreativ. Selbsthilfe ist auch gemeinsam wandern, singen, klettern, kegeln, tanzen, Musik machen, kochen, stricken....

Es grüßt Sie herzlich



Ihre Beate Drowatzky  
Caritas, SLS-Vorstandsvorsitzende,  
Vorsitzende SLS-FA Selbsthilfe



## Sucht- /Selbsthilfe im Internet

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

Internetportal der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e. V.

The screenshot shows the website of the Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS). The page is titled 'Aktuelles' and features a search bar at the top left. A navigation menu on the left lists various sections: Start, DHS, DHS international, Einrichtungssuche, Daten/Fakten, Suchtstoff/-verhalten, Arbeitsfelder, DHS Stellungnahmen, Informationsmaterial, Kampagnen, Projekte, DHS Veranstaltungen, Bibliothek, Presse, Newsletter, DHS Rundbrief Selbsthilfe, and Links. The main content area displays three news items:

- 09.03.2018: Gemeinsamer Fachkongress DHS und fdr+ 2018**  
Vom 08.-10.10.2018 veranstalten die DHS und der fdr+ einen gemeinsamen Fachkongress zum Thema "SUCHT: bio-psycho-SOZIAL" in Berlin. Die Tagungsgebühr beträgt 230,- € inkl. ...
- 25.01.2018: Neue Literatur in der DHS Bibliothek**  
Hier finden Sie eine Auflistung der neuen Literatur der DHS Bibliothek.
- 21.12.2017: Deutscher Kerndatensatz 3.0 - ab 1. Januar 2018 vollständig**  
Zum Jahresbeginn 2018 wird eine aktualisierte Version des KDS mit aktuellen inhaltlichen Ergänzungen von KDS-E und KDS-F sowie mit dem Kerndatensatz Katamnese gültig. Diese aktualisierte Version des KDS 3.0 können Sie hier...
- 20.12.2017: "Informationen zu Alkohol und anderen Drogen - Beratung und Hilfe" - Broschüre in arabischer und englischer Sprache**  
Die Broschüre vermittelt Risiken und Folgen des Suchtmittelkonsums ebenso wie den Zugang zu Beratung und Hilfe. Für Geflüchtete, die arabisch oder englisch sprechen, liegen beide Broschüren ab sofort in gedruckter Version vor....

At the bottom of the page, it is noted that the website is supported by the Bundesministerium für Gesundheit, based on a resolution of the German Bundestag.

Umfangreiche Informationen zu Veranstaltungen / Suchtstoffen / Suchtverhalten / Positionierungen / Kampagnen / Datenbank der Suchthilfe usw.

Umfangreiches Informationsmaterial kann kostenfrei bestellt werden bzw. steht als Download zur Verfügung. Aktuell verfügbar sind auch Broschüren zur Suchthilfe in Deutschland für hilfesuchende Migranten in diversen Sprachen (z. B. arabisch, englisch, bulgarisch, polnisch, rumänisch, russisch).

Bestellen Sie die Newsletter (allgemeine Infos, Rundbrief Selbsthilfe) und Sie erhalten regelmäßige Informationen zu aktuellen Entwicklungen und Aktivitäten! Der „DHS-Rundbrief Selbsthilfe“ widmet sich den besonderen Aspekten für die Sucht-Selbsthilfe.

- | Start
- DHS
- DHS international
- Einrichtungssuche
- Daten/Fakten
- Suchtstoffe/-verhalten
- Arbeitsfelder
- DHS Stellungnahmen
- Informationsmaterial
- Kampagnen
- Projekte
- DHS Veranstaltungen
- Bibliothek
- Presse
- Newsletter
- DHS Rundbrief Selbsthilfe**
- Links

OR

## Selbsthilfe wirkt .... auch bei Crystal-Abhängigkeit!



Joseph Sharp ist Autor des englisch-sprachigen Selbsthilfebuches „Quitting Crystal Meth“, das nun dank der freundlichen Genehmigung auch in einer deutschen Fassung vorliegt. Die Veröffentlichung erfolgt auf dem Selbsthilfeportal [www.breaking-meth.de](http://www.breaking-meth.de), Projekt der Drug Scouts (Leipzig) und des Zentrums für interdisziplinäre Suchtforschung-ZIS (Hamburg).

Folgend zitieren wir aus den insgesamt 9 Kapiteln und möchten damit die Nutzung der Broschüre anregen. Hilfreich ist diese für Betroffene, Angehörige, Helfer und Selbsthilfegruppen!

Auszüge von J. Sharp in der deutschen Fassung:

### Zum Anliegen des Autors...

„Quitting Crystal Meth“ habe ich als Abhängiger geschrieben, der seine Sucht überwunden hat. Und zwar für andere Abhängige, die bereit sind aufzuhören. Dafür habe ich hilfreiche Informationen und nützliche Tipps und Tricks zusammengetragen, die Dich unterstützen werden.

### KAPITEL 1: Mach Dich bereit!

... Der Schlüssel zum Aufhören liegt darin, sich Unterstützung und Hilfe zu holen. Die Fähigkeit, nach Hilfe zu suchen und zu fragen, müssen alle erlernen, die erfolgreich aufhören wollen. Was ist mit „Hilfe“ gemeint? Es kann ein ehemaliger Abhängiger sein, der Dich unterstützt. Es kann auch eine Suchtbehandlung sein. Oder es kann dieser Text sein. Am Besten all diese drei Sachen zusammen! Du musst auf jedem Fall lernen, Dir Unterstützung zu suchen. ...

### KAPITEL 2: Der ENTZUG

*"In diesen ersten zwei Wochen war alles, was ich tun konnte, schlafen und essen, schlafen und essen und noch mehr schlafen." (D., 1 Jahr clean)*

*"Denk einfach dran, dass Du Dich nicht immer so fühlen wirst. Glaube daran, dass es besser wird, denn das wird es." (S., 7 Jahre clean)*

### KAPITEL 3: IM SIEBTEN HIMMEL

... Du fühlst Dich emotional und körperlich viel besser. Vielleicht fühlst Du Dich sogar großartig – besser als seit Jahren – .... Dummerweise kann gerade dieses Hoch zu einem Übermaß an Selbstvertrauen führen und Dich dazu verleiten, Dein Crystal-Problem kleinzureden. ...

Es gibt viel zu tun - jetzt, wo Du Dich stärker fühlst. ...

#### **KAPITEL 4: SELBSTHILFEGRUPPE**

Die einfache Wahrheit: Es ist leichter aufzuhören, wenn Du Unterstützung hast. Es ist schwieriger, wenn Du allein bist. Und es ist verdammt noch mal fast unmöglich, wenn das Umfeld Deinen Konsum fördert, anstatt Dich beim Aufhören zu unterstützen. ...Such Dir eine Gruppe, so früh wie möglich, und auch wenn es am Anfang mit einigen Frustrationen verbunden ist. Sehr bald werden Dich die Gruppentreffen immer wieder in Deinem Wissen bestärken, dass Du nicht allein bist. ...

#### **KAPITEL 5: DIE WAND**

6. Woche– 4. Monat: ... Dies ist leider die Phase, in der Menschen oft rückfällig werden. ... In diesem Kapitel geht es darum, wie Du gut durch diese Phase kommst. „Die Wand“ ist nicht unüberwindbar, hält aber viele Tücken parat.

„Die Wand“ ist ein Zeichen dafür, dass sich Dein Gehirn und Dein Körper regenerieren und es ihnen bald besser geht. Bleib am Ball, bleib stark und gib der Verführung nicht nach. ...

Versuch diese Phase heil zu überstehen. So wie die Langeweile und das Gefühl der Einsamkeit wird auch die Freudlosigkeit nicht ewig andauern. ...

#### **KAPITEL 6: HERAUSFORDERUNGEN**

#### **KAPITEL 7: DER WEITERE HEILUNGSPROZESS**

#### **KAPITEL 8: NACH DEM ERSTEN JAHR**

#### **KAPITEL 9: UMGANG MIT RÜCKFÄLLEN**

Übersetzung noch in Bearbeitung

QUITTING CRYSTAL METH im Original (englisch-sprachig)  
können Sie in der SLS Bibliothek kostenfrei ausleihen!  
Kontakt über [info@slsev.de](mailto:info@slsev.de)

## Projekte der Thüringer Landesstelle für Suchtfragen e. V. 1 - 3

### 1 Filmprojekt „ Make your Clip“

Mit den heutigen Smartphones ist es keine große Sache mehr, einen eigenen Film zu drehen und zu schneiden. Wenn Sie einen besonderen Film machen möchten, dann braucht es jedoch Zeit, ein Konzept zu entwickeln und einige Techniken zu erlernen. Mit kurzen Filmen, die im Gedächtnis bleiben, kann man viele Menschen erreichen. Ob auf youtube oder facebook oder der eigenen Internetseite.



Ist dies etwas, was Sie wirklich tun wollen, dann können Sie, wenn Sie nur etwas Zeit investieren, später auch die Früchte ernten.

Trickfilme haben eine besondere Wirkung. Durch ihre kreative und persönliche Art, können sie Inhalte freier übermitteln. Hier kann die Magie des Mediums Film seinen ganzen Zauber entfalten. In diesem Workshop werden filmische Grundlagen, Techniken und die Kunst des Legetrickfilms vorgestellt und gemeinsam mit den Gruppenmitgliedern ein Konzept für einen Trickfilm erarbeitet. Mit diesen Filmen können dann Gruppen in sozialen Medien oder zum Beispiel auf den Verbandsinternetseiten oder in Präsentationen oder auch Arztpraxen auf sich aufmerksam machen oder erste Fragen klären. Gemeinsam mit einer Medienpädagogin vom Projekt green-BOX und in Zusammenarbeit mit dem Landesfilmdienst Thüringen soll für jede beteiligte Gruppe ein Mini-Clip entstehen als einen weiteren Beitrag für die Sichtbarkeit von Sucht-Selbsthilfegruppen.

An 2 Terminen erarbeiten die Teilnehmenden diesen kleinen Clip für ihre Gruppe gemeinsam, von der Idee, über die Planung der Umsetzung, beim gemeinsamen Schnitt bis zur Postproduktion (Vertonung, Musik, Effekte). Weitere Infos auf [www.tls-suchtfragen.de](http://www.tls-suchtfragen.de) oder unter [selbsthilfe@tls-suchtfragen.de](mailto:selbsthilfe@tls-suchtfragen.de)

DP

## 2 „Tanz dich clean! - Suchtselbsthilfe in Bewegung“

Alexander Bätzel (20) möchte junge Menschen aus der Suchtselbsthilfe in Bewegung bringen. Partner für dieses Vorhaben hat er in der Thüringer Landesstelle für Suchtfragen e.V. und der AOK PLUS- Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen gefunden.

Alex ist erst 20 Jahre alt, aber selbst schon ziemlich lange suchtkrank. Doch zum Glück hat er den Absprung geschafft und lebt seit einiger Zeit clean. Aus seiner Leidenschaft für Breakdance kann er auch in schwierigen Momenten immer wieder neuen Mut und Durchhaltevermögen schöpfen. Die gewonnene Zuversicht und die Leidenschaft zum Tanzen möchte er gerne im Rahmen des Breakdance-Workshops „Tanz dich clean!“ mit anderen teilen. Der Workshop findet einmal im Monat in den Räumen der Tanzschule „Tanzkonzept“ in der Alten Parteischule statt. Zielgruppe des Tanzworkshops sind junge Menschen mit Suchterfahrung bzw. Jugendliche aus suchtbelasteten Familien. Neben der tänzerischen Betätigung gibt es auch Raum für Gespräche und Erfahrungsaustausch. Alle Termine und weiteren Informationen finden Sie auf unserer Homepage [www.tls-suchtfragen.de](http://www.tls-suchtfragen.de).

Tanz- und Bewegungsinteressierte bitten wir um Anmeldung unter [selbsthilfe@tls-suchtfragen.de](mailto:selbsthilfe@tls-suchtfragen.de) oder per Telefon 0361/ 7464585.



## ... TLS-Projekte: 3

### 3 Luise Rössner „SPIEL DES LEBENS“...

... ist ein weiteres methodisches Material für die Gruppenarbeit und für den Gesprächseinstieg bei Suchtselbsthilfegruppentreffen.

Die Thüringer Landesstelle für Suchtfragen möchte gern die Qualität in den Gruppenangeboten für die Suchtselbsthilfe erhöhen und unterstützend einwirken. Das sog. „Spiel des Lebens“ soll in der Gruppenarbeit als Gesprächsangebot und Einstieg für bestimmte Themen, aber auch für Präventionsarbeit in der Selbsthilfe genutzt werden. Das Spiel kann verliehen werden und mit einer schriftlichen Anleitung für die Thüringer Gruppen versendet werden. Die sog. Ereignisfelder richten sich nach den tragenden Säulen der Ganzheitlichkeit im Leben: Soziale Einbettung/ Geborgenheit, Anerkennung/ Beruf/ Aufgaben, Freizeit/ Kreativität, Zufriedenheit und Orientierung. Das Spiel ist auf einer Plane 1mx1m gedruckt und für größere und kleinere Gruppen nutzbar.

Den ersten Prototyp haben wir entwickelt und bereits getestet. Die Plane ist 1mx1m und im Indoor oder Outdoorbereich nutzbar. Das Spiel kann mit 2- 4 Spieler/Innen oder 2-4 Teams gespielt werden.

Auf den Aktionsfeldern werden Fragen, die vorher in der Gruppe auf einem Block gesammelt werden, beantwortet. So ist ein spielerischer Einstieg in verschiedene Themen der jeweiligen Selbsthilfegruppe gegeben.

Der Verleih mit einer schriftlichen Anleitung für die Thüringer Gruppen wird 2018 entsprechend angeboten.

Weitere Infos unter [www.tls-suchtfragen.de](http://www.tls-suchtfragen.de)








Umfangreiche Informationen zu diesen und weiteren Projekten unter [www.tls-suchtfraagen.de](http://www.tls-suchtfraagen.de):

## Thüringer Landesstelle für Suchtfraagen e.V.



---

### „Wir wollen im Gespräch bleiben .....“ – Projekte und Veranstaltungen für und mit der Thüringer Suchtselbsthilfe

Die Unterstützung und Förderung der über 130 Suchtselbsthilfegruppen in Thüringen erfolgt auf verschiedenen Ebenen und reicht von der Bereitstellung von Instrumenten bis hin zu methodischer und struktureller Unterstützung. Sie stellt einen besonderen Schwerpunkt in der Landesstellenarbeit dar. Mit dem Fachausschuss der Suchtselbsthilfe werden die Aktivitäten der Suchtselbsthilfe im Freistaat gestärkt und einer breiteren Öffentlichkeit bekanntgemacht.

Mit verschiedenen Weiterbildungsangeboten wird die Qualität der vor Ort geleisteten Gruppenarbeit erhöht. Hierzu werden in Zusammenarbeit mit dem Fachausschuss der Suchtselbsthilfe der jährliche **Fachtag der Thüringer Suchtselbsthilfe (29.09.2018)** und die mehrmals im Jahr stattfindenden Fortbildungswochenenden für die Suchtselbsthilfe ( **FfS 1 Lützensömmern: 23.-25.03.2018; mit Andreas Holl und dem Thema – Sucht und Emotionen; FfS 2 Lützensömmern 09.-9.09.2018 mit André Singer und dem Thema Alles muss raus! Bewältigung einer Suchterkrankung und Alltag; FfS 3 Lützensömmern 23.-25.11.2018 Biografiearbeit II mit Susann Scheidemantel und einer Suchtmedizinerin**) organisiert und durchgeführt. Des Weiteren erfolgt eine Unterstützung bei der Fördermittelbeantragung und Abrechnung. Hierzu werden, in Kooperation mit den Suchtselbsthilferferenten/ innen, kontinuierlich **Fördermittelschulungen** für Thüringen ( **13.06.2018**) angeboten.

Hilfen

- telefonisch & online
- Kontaktadressen in Thüringen

Arbeitsbereiche

- Suchtprävention
- Suchtberatung
- Suchttherapie
- Suchtselbsthilfe
- Spezifische Themenfelder

Projekte

- FreD -

## Angehörige im Blickpunkt - Ausbildung für Moderatoren/innen von Selbsthilfegruppen für Angehörige von Suchtkranken (Angehörigengruppen, Elternkreise) in Thüringen und Sachsen 2017/2018

**Überfordert, machtlos, allein gelassen. So fühlen sich viele Angehörige von Suchtkranken. Sie sind Umständen ausgeliefert, die sie weder verstehen noch verursacht haben und finden weder angemessene Unterstützung noch klare Verhaltensvorgaben.** Wo Suchtkranke unterschiedliche Hilfsangebote in Anspruch nehmen können, suchen ihre Partner/innen, Eltern, Kinder bisher oft vergeblich Hilfe. Es ist bekannt, dass die Angehörigen Suchtkranker durch die Suchterkrankung häufig stark beeinträchtigt sind und überdurchschnittlich häufig an stressbedingten Erkrankungen wie Depressionen, Ängsten und psychosomatischen Störungen leiden. Gerade deshalb muss man auf ihre Situation ebenso individuell eingehen wie auf die der Suchtkranken selbst. Praktische Lebenshilfe für Betroffene kann man in einer Selbsthilfegruppe finden. Wie man eine Gruppe gründet und moderiert lernen 10 Teilnehmer/innen aus Sachsen und Thüringen bei ihrer 60stündigen Ausbildung in Erfurt. Bereits 2017 haben die Teilnehmenden in ihren Seminarwochenenden viel über Suchterkrankungen in der Familie - Auswirkungen auf die einzelnen Familienmitglieder, suchtunterstützendes Verhalten und Bewusstmachen der Auswirkungen, Grundlagen von Kommunikation - Kommunikation in Gruppen, Moderation von Gruppen (- Gesprächen), Phasen in der Gruppenentwicklung und phasengerechte Moderation, Rahmenbedingungen für die Arbeit einer Angehörigengruppe erfahren. 2018 geht es um effektive Gesprächsführung in Angehörigengruppen (inklusive Übungen), Rollen in Gruppen und Umgang mit verschiedenen Persönlichkeiten, Konflikte/ Konfliktquellen in Angehörigengruppen, Umgang mit Konflikten (in der Gruppe und in der Beziehung), Grundlagen für einen offenen und klaren Umgang miteinander. Außerdem erhalten die Teilnehmer/innen Anregungen und Hilfen für Erstgespräche mit Angehörigen und auch methodische Anregungen für die Moderation von Angehörigengruppen.

Im Juni 2018 werden die Zertifikate überreicht und für die zukünftige Arbeit in den Selbsthilfegruppen viel Kraft und Energie gewünscht. Großes Dankeschön an die AOK Plus Sachsen Thüringen für die finanzielle Unterstützung dieser Ausbildung.



Foto: Ausbildungsgruppe 2017/2018  
mit der Referentin Ingrid Arenz- Greiving

## Der Abstinenz Club im neuen Domizil

Im August 2017 machte es sich aus unserer Sicht notwendig, für die Montagsgruppe eine neue Heimstatt zu suchen. Da ich auch ehrenamtlich das "Café Bohne am Dienstag" im Hof des Caritassuchhilfezentrum S 13 betreibe, lag es nah, den Leiter Herr Strobel nach einer Möglichkeit zu fragen.

Der Montag war noch nicht belegt, so dass wir gern diesen Termin nutzen könnten. So wurde nach einer grundlegend diskutierten Gruppenstunde der Beschluss zum Umzug gefasst. Mit einem "Abschiedsbräteln" am 18.09.2017 verabschiedeten wir uns von der Offenen Begegnungsstätte e.V., die uns über 12 Jahre beherbergt hatte und dankten den Mitarbeitern für ihre Gastfreundlichkeit.

Am 02.10.2017 zogen wir dann in den schönen hellen Gruppenraum des Gartenhauses und eröffneten somit ein neues Kapitel in der nun 27jährigen Geschichte unseres Vereins.

Alle Mitgliedern waren freudig überrascht und fühlten sich alsbald im neuen Domizil heimisch. Wir hoffen, dass alle Interessenten den neuen Weg in unsere Gruppenstunden im Schulzenweg 13 Erfurt-Melchendorf finden werden, wo die Hilfe zur Selbsthilfe Programm ist.



**Gartenhaus mit Gruppenraum**

**Siegfried Langenberg**

## Buchtipps ...

### **Benjamins Schatten. Befreiung aus Co-Abhängigkeit und destruktiven Beziehungen. Eine therapeutische Fabel Taschenbuch – 2. Juli 2013**

von Angelika Kaufmann

Was für eine wundervolle Geschichte!

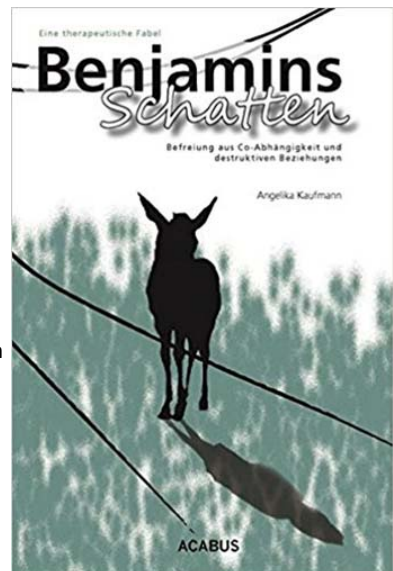
Ein therapeutisches Märchen über einen Esel... Die Geschichte des Esels Benjamin auf der Suche nach seinem Lebensglück zieht einen sofort in seinen Bann.

Zu leicht machen sich Angehörige und Außenstehende selbst zu Opfern und vergessen ihre eigenen Lebensziele. Dieser teuflische Prozess wird von den Einzelnen meistens zu spät oder gar nicht erkannt.

In sensibelster Form wird dem Lesenden klar gemacht, welche verheerenden Auswirkungen das Leben mit bzw. neben einem Suchterkrankten haben kann und welche Wege es heraus gibt.

Es zeigt auf, welche Versäumnisse es in der eigenen Familie geben kann und welche Auswirkungen Sucht haben kann. In diesem Sinne kann man es auch als Betroffener gut lesen. Die verständlich geschriebene Geschichte über "Benjamin" stellt sofort den Bezug zur Realität her. Manchmal denkt man als Leser/ Leserin : "Das wusste ich doch schon".

Doch Angelika Kaufmann hat das Thema so lebendig und brillant auf den Punkt gebracht, dass jetzt und in diesem Moment Einsichten und Änderungen möglich sind. Und Benjamin wirkt tatsächlich. Das Buch ist nicht nur für Menschen mit Suchtproblemen oder ungesunden Beziehungen interessant. Jedem Menschen, der gut für sich sorgen muss oder möchte, kann man dieses Buch nur wärmstens empfehlen. Benjamin ist total alltagstauglich, sehr herzlich geschrieben und kann liebevoll begleiten. Der kann viel Glück in die Welt bringen ...



## DVD mit Begleitheft ...

### ZOEY - Ein Spielfilm über die Lebenswelt von Kindern einer suchtbelasteten Familie

DVD 2015, 40 min + Arbeitsmaterial als PDF auf der DVD  
Medienprojekt Wuppertal

In dem fiktionalen Spielfilm geht es um die 14-jährige Zoey, die mit dem Rückfall ihres alkoholkranken Vaters zu kämpfen hat. Der Alltag des Teenagers gerät ins Wanken und sie muss Verantwortung für ihren Vater, ihren 8-jährigen Bruder und sich selbst übernehmen, was nicht ohne Folgen bleibt.



Der Aufklärungsfilm wurde produziert vom Medienprojekt Wuppertal im Auftrag des Blauen Kreuzes in Deutschland. Der DVD liegt eine Broschüre mit anschaulichem Arbeitsmaterial für die Nutzung des Filmes für die Präventionsarbeit in Schulen, Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen bei.

Erfahrungsbericht aus dem Begleitheft:

„Als ich 16 war, habe ich von einer Gruppe für Kinder aus suchtbelasteten Familien gehört. Nach anfänglichem Hin und Her bin ich dorthin gegangen und haben Menschen kennengelernt, die ganz ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Zum ersten Mal habe ich über meine Situation zuhause gesprochen. Die anderen haben von ihren Eltern erzählt – manches war ähnlich wie bei mir, manches schlimmer, anderes nicht so schlimm. Aber egal wie, es hat einfach total gut getan, endlich mal darüber reden zu können und zu sehen, dass ich nicht schuld an der Sucht meiner Eltern bin. Aber nicht nur das, es gab noch ein paar Punkte, die für mich neu waren, aber die mir sehr wichtig geworden sind:

- Kinder sind nicht die Ursache der Sucht ihrer Eltern!
- Kinder können die Sucht ihrer Eltern nicht kontrollieren!
- Kinder können die Sucht ihrer Eltern nicht stoppen!
- Kinder dürfen für sich selber sorgen, indem sie mit Menschen, denen sie vertrauen, über ihre Situation reden!
- Auch Kinder alkoholkranker Eltern dürfen Spaß haben und darauf achten, dass es ihnen gut geht!
- Kinder können für sich gesunde Entscheidungen treffen, was Alkohol und Drogen angeht!

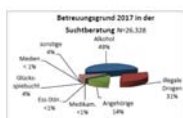
Diese Punkte haben mir total geholfen, mit der Situation in meiner Familien besser umzugehen.“

## Informationen aus der SLS ...

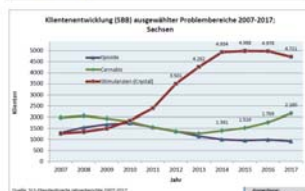


Die SLS veröffentlichte im März 2018 ihren „**Suchtbericht 2017**“ zur Suchtgefährdung und Suchthilfe im Freistaat Sachsen:

- So konnten 2016 über 26.000 Personen in den Suchtberatungsstellen betreut und unterstützt werden.
- Alkohol-bezogene Störungen sind häufigste Suchtdiagnose in stationären Einrichtungen der Suchthilfe (74% aller Suchtdiagnosen) als auch Suchtberatungsstellen (50% der Beratungen).
- Im Bereich der illegalen Drogen ist Crystal weiterhin Droge Nummer 1. Erstmals ist seit 2010 die Beratungs- und Behandlungsnachfrage rückläufig.



- Steigend sind die Nachfragen und Behandlungsfälle aufgrund Cannabis-bezogener Probleme.
- Die erfolgreiche Vermittlungs- und Motivationsarbeit in den sächsischen Suchtberatungsstellen bahnt Wege aus der Sucht, z. B. mit ca. 3.100 Therapievermittlungen, 1.300 nachsorgenden Leistungen und weiteren Hilfestellungen.



Bericht unter [www.slsev.de/Sucht2017.pdf](http://www.slsev.de/Sucht2017.pdf)



Unterstützt von der AOK PLUS vergibt die Sächsische Landesstelle gegen die Suchtgefahren e. V. auch 2018 sogenannte **SLS-Anerkennungspreise** zur Würdigung der ehrenamtlichen Arbeit in der sächsischen Suchthilfe.

Einrichtungen, Verbände, Vereine oder einzelne Selbsthilfegruppen sind aufgefordert, verdienstvolle Ehrenamtliche bis spätestens **10.09.2018** vorzuschlagen.

Die Preisverleihung erfolgt im Rahmen der diesjährigen Konferenz der sächsischen Suchtselbsthilfe am 20.10.2018 im Hygiene-Museum in Dresden.

Ausschreibung mit Formular für den Preisvorschlag unter

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



### Veranstaltungen der SLS in 2018:



- SLS-Fachtagung mit Unterstützung des SMS, DRV MD und Liga am 27. Juni 2018 (10-16 Uhr) im Deutschen Hygienemuseum in Dresden zu:

#### „Crystal-bezogenen Problemlagen in Sachsen– Stand 2018“

Anmeldung unter: [www.slsev.de](http://www.slsev.de)

- Seminarangebote als Starthilfe für die Sucht-Selbsthilfe in Dresden (Caritas-Geschäftsstelle S1+S2, SLS-Geschäftsstelle S3), unterstützt durch die AOK PLUS:

- am Sa., 5. Mai 2018: **S1-Grundlagenseminar für neue Sucht-Selbsthilfegruppen / Gruppenleiter**

- am Sa., 2. Juni 2018: **S2-Methodenseminar für neue Sucht-Selbsthilfegruppen / Gruppenleiter**  
**S3-Methodenseminar für die junge Sucht-Selbsthilfe**

Anmeldung unter: [www.suchthilfe-sachsen.de](http://www.suchthilfe-sachsen.de)

- SLS-Konferenz der sächsischen Sucht-Selbsthilfe am 20. Oktober 2018 (10-16 Uhr) im Deutschen Hygienemuseum in Dresden mit dem thematischen Schwerpunkt:

#### „Die Vielfalt in der (Sucht-)Selbsthilfe“

Anmeldung ab Mai unter: [www.suchthilfe-sachsen.de](http://www.suchthilfe-sachsen.de)

### NEU: „Fach- und Koordinierungsstelle Suchtprävention Sachsen“ in Trägerschaft des SLS e.V. nimmt im 2. HJ 2017 ihre Arbeit auf!

Die SLS hat sich erfolgreich am Interessensbekundungsverfahren zum Aufbau der neuen „Fach- und Koordinierungsstelle Suchtprävention Sachsen“ beteiligt und den Zuschlag im Bereich der sucht-/substanz-spezifischen Suchtprävention erhalten. Die Fach- und Koordinierungsstelle leistet Unterstützung für die regionalen Kooperationspartner als auch Institutionen, die sich mit der Weiterentwicklung suchtpreventiver Angebote beschäftigen. Differenzierte Weiterbildungsangebote richten sich an Multiplikatoren für die Suchtprävention in unterschiedlichen Bereichen.

Weitere Informationen unter: [www.suchtprevention-sachsen.de](http://www.suchtprevention-sachsen.de)



## Ausblick...

### Themen im nächsten Heft Oktober 2018

- Wir stellen uns vor...
- ...

Gern veröffentlichen wir auch Ihre Beiträge und Informationen!

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 15.09.2018

## Impressum

**Redaktion:** Dörte Peter (DP), Dr. Olaf Rilke (OR)

**Herausgeber:**



### Fachausschüsse Selbsthilfe

der Sächsischen Landesstelle  
gegen Suchtgefahren e.V.  
Glacisstraße 26, 01099 Dresden  
Telefon: (0351) 8 04 55 06  
E-Mail: [info@suchthilfe-sachsen.de](mailto:info@suchthilfe-sachsen.de)

der Thüringer Landesstelle  
für Suchtfragen e.V.  
Werner-Seelenbinder-Str. 14, 99096 Erfurt  
Telefon: (0361) 74 64 585  
E-Mail: [info@tls-suchtfragen.de](mailto:info@tls-suchtfragen.de)

Die Landesstellen werden gefördert durch die zuständigen Staatsministerien der jeweiligen Länder sowie durch die Deutsche Rentenversicherung Mitteldeutschland.

Die Herausgabe unseres Magazins  
wurde finanziell unterstützt von:



Die **Gesundheitskasse**  
für Sachsen und Thüringen.

**Vielen Dank allen Unterstützern im Namen der Sucht-Selbsthilfe!**

## Sie finden uns auch im Internet

[www.suchthilfe-sachsen.de](http://www.suchthilfe-sachsen.de) / [www.slsev.de](http://www.slsev.de) / [www.tls-suchtfragen.de](http://www.tls-suchtfragen.de)