

Prinzipien der Sucht-Selbsthilfe

Sucht-Selbsthilfegruppen sind Zusammenschlüsse von Betroffenen auf freiwilliger Basis. Die Gruppenmitglieder bilden auf Grund ihrer persönlichen Sucht- und Lebenserfahrung eine Gemeinschaft, in der sich Schicksalsgefährten zur Stabilisierung ihrer Abstinenz, zusammen mit ihren Angehörigen, gegenseitig stützen und helfen. Die gleiche Problemlage aller Gruppenmitglieder bewirkt Erleichterungen in der Kontaktphase, weil das Bekenntnis der eigenen Betroffenheit beim Gegenüber Ängste abbaut und Verständnis ermöglicht.

Für die erfolgreiche Arbeit aller Selbsthilfegruppen gelten die nachfolgenden Prinzipien:

- das Prinzip der Betroffenheit der Beteiligten,
- das Prinzip der Freiwilligkeit,
- das Prinzip der Vertraulichkeit,
- das Prinzip der Gleichheit.

Dem ersten Schritt in eine Selbsthilfegruppe liegt der Wille zugrunde, die suchtbedingten Probleme mit Hilfe anderer Betroffener zu lösen. In regelmäßigen Gesprächen, die weitestgehend ohne Mitwirkung professioneller Hilfe durchgeführt werden, wird versucht, mit der Suchterkrankung angemessen umzugehen und eigene Probleme gemeinsam zu lösen.

Eine Selbsthilfegruppe besteht oft während mehrerer Jahre. Ihre Mitglieder treffen sich zu-meist ein bis zweimal pro Woche. Die Dauer dieser Treffen kann zwischen ein bis drei Stunden variieren. Hinzu kommen gemeinsame Freizeitaktivitäten. Häufig entwickeln sich aus dem Gruppenbesuch langjährige Freundschaften. Die Wirksamkeit der Gesprächsgruppe basiert auf dem Aufbau von Vertrauen und der Schaffung einer Atmosphäre, in der ein offenes, gleichberechtigtes Gespräch möglich ist.

Auch wenn Gleichberechtigung und Selbstbestimmung des Einzelnen zentrale Werte der Gruppen sind, übernehmen einzelne Gruppenmitglieder innerhalb der Gruppe Verantwortung für bestimmte Bereiche. Hierzu gehören z.B. die Moderation einer Gruppe, die inhaltliche Vorbereitung des Gruppenabends und die Vorbereitung des Gruppenraumes für das Treffen. Sinnvoll ist, dass diese unterschiedlichen Verantwortungen nicht nur aufgeteilt, sondern auch wechselnd wahrgenommen werden.

Die Ziele der Selbsthilfegruppen orientieren sich in erster Linie an den Bedürfnissen und Interessenlagen ihrer Gruppenmitglieder. Selbsthilfe arbeitet freiwillig, unentgeltlich und steht allen Hilfesuchenden zur Verfügung. Selbsthilfegruppen sind jedoch keine Dienstleistungserbringer, deren Leistungen von Institutionen abgerufen werden könnten.

Bescheinigung der Gruppenteilnahme

Selbsthilfegruppen arbeiten seit vielen Jahren erfolgreich mit Krankenhäusern, niedergelassenen Ärzten, ambulanten Beratungs- und Behandlungsstellen sowie mit Sozial- und Gesundheitsbehörden zusammen. Die zentrale Bedeutung der Selbsthilfe im Rahmen der Rückfallprophylaxe (Stabilisierung der Abstinenz) und der sozialen Integration ist aus Sicht von Kosten- und Leistungsträgern unbestritten. Aus diesem Grund vermitteln Institutionen gern Betroffene in die Selbsthilfe.

Die positive Wirkung von Selbsthilfe hängt jedoch von der Offenheit, persönlichen Bereitschaft und den individuellen Fähigkeiten jedes/jeder einzelnen Teilnehmer/-in ab.

Die Strukturen und das Selbstverständnis dieser freiwilligen Zusammenschlüsse können sich jedoch verändern und positive Effekte der Gruppenarbeit insgesamt verloren gehen, wenn suchtgefährdete oder -kranke Menschen ohne entsprechende Motivation oder Überzeugung an einer Gruppe teilnehmen 'müssen' (z.B. ausschließlich, um den Führerschein wiederzuerlangen).

Es widerspricht darüber hinaus den Prinzipien von Selbsthilfe, wenn einzelne Gruppenmitglieder über die regelmäßige Teilnahme anderer Bescheinigungen ausstellen und damit zu 'Kontrolleuren' werden. Dadurch wird sich das soziale und kommunikative Klima in der Gruppe verschlechtern. Ferner ist zu befürchten, dass sofern Selbsthilfegruppen für Institutionen Kontrollfunktionen übernehmen, die Attraktivität ihres freiwilligen Engagements verblasst und sie zunehmend professionalisiert werden.

Suchtgefährdete und -kranke, die im Rahmen einer Auflage zu Gruppenbesuchen verpflichtet werden und nicht aus eigenem Antrieb das Selbsthilfeprinzip für sich nutzen möchten, sollten aus Sicht der DHS eine separate Gruppe besuchen. Deshalb empfehlen wir, für diese Zielgruppe entsprechende Informationsgruppen einzurichten, die ggf. im professionellen Bereich anzusiedeln sind. Im Rahmen dieser Gruppenangebote können auch im Bedarfsfall Betroffene zu therapeutischen oder komplementären Hilfen (z.B. Schuldnerberatung) vermittelt werden. Da bereits eine regional enge Zusammenarbeit zwischen Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen besteht, sollte das Angebot der Abstinenz- und Selbsthilfegruppen dem o.g. Personenkreis zusätzlich bekannt gemacht werden, so dass eine Teilnahme auf freiwilliger Basis jederzeit erfolgen kann.

Leistungsträgern und Behörden wird aus den vorgenannten Gründen empfohlen, Auflagen nur in Abstimmung mit den Betroffenen festzulegen. Die Kontrolle der Erfüllung dieser Auflagen sollte jedoch nicht auf Selbsthilfegruppen übertragen werden. Wenn es sinnvoll erscheint, Betroffene einer Selbsthilfegruppe zuzuführen, wird empfohlen, dieses in Abstimmung mit einer professionell arbeitenden Institution (z. B. Beratungsstelle, Behandlungseinrichtung, Bewährungshilfe, niedergelassener Arzt) durchzuführen und Rückmeldungen bzw. Bescheinigungen von dieser ausstellen zu lassen.

**Empfehlungen der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) zur Ausstellung von Bescheinigungen über den Besuch von Sucht-Selbsthilfegruppen
Hamm, 07.12.05**