

Die Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW informiert:

Heft 2



Selbsthilfegruppen

für Glücksspielsüchtige und Angehörige

**Gründung
Organisation
Prozesse**

LANDESKOORDINIERUNGSSTELLE

gluecksspielsucht NRW

Herausgeber:

Landeskoordinierungsstelle
Glücksspielsucht NRW
Niederwall 51
33602 Bielefeld
Fon: 0521 / 399 55 89-0
Fax: 0521 / 399 55 89-9
www.gluecksspielsucht-nrw.de

Überarbeitete Fassung von:

Fachstelle Glücksspielsucht
Caritas Sozialdienste Rhein-Kreis Neuss GmbH
www.spielsucht.net

Redaktion:

Maria Jansen
Pressebüro Medienhaus, Hamburg
www.maria-jansen.de

Design:

Büro Marcus Langer
www.marcuslanger.de

3. Auflage 2013

gefördert vom:

**Ministerium für Gesundheit,
Emanzipation, Pflege und Alter
des Landes Nordrhein-Westfalen**



Inhalt

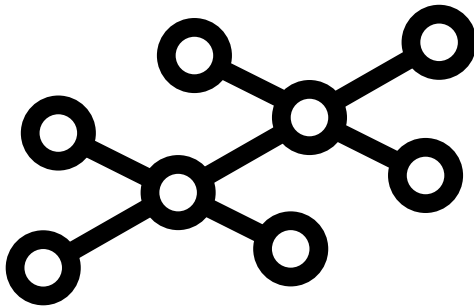
- 04 Wie gründe ich eine Selbsthilfegruppe für pathologische Glücksspielerinnen und -spieler?
- 06 Organisatorische Rahmenbedingungen
- 11 Fördermöglichkeiten
- 15 Zuwendung durch die Rentenversicherung

- 19 Selbsthilfe entfaltet ihre volle Kraft in der Gruppe
- 20 Kommunikation in der Gruppe
- 24 Die Wirkfaktoren und Ressourcen
- 26 Struktur und Organisation innerhalb der Selbsthilfegruppe
- 30 Neue und schwierige Situationen in der Gruppe
- 36 Checkliste: Funktioniert meine Selbsthilfegruppe?

- 39 Hilfsmöglichkeiten für Glücksspielsüchtige

- 40 Anhang
- 41 Adressen, Links und Literatur
- 45 Selbsthilfeförderung
- 46 Ansprechpartnerinnen und -partner bei den nordrhein-westfälischen Krankenkassen
Formulare

Wie gründe ich eine Selbsthilfegruppe für pathologische Glücksspielerinnen und -spieler?



*In Dir muss brennen, was Du in Anderen entzünden willst.
Aurelius Augustinus*

Am Anfang steht die Idee

Sie wollen aus eigenem Antrieb etwas gegen Ihre Glücksspielsucht unternehmen, finden in Ihrem Umfeld aber keine geeignete Gruppe? Oder Sie haben bereits erfolgreich eine ambulante oder stationäre Therapie absolviert und möchten sich weiter mit Ihrer Spielsuchtproblematik auseinandersetzen? Dann tragen Sie sich vielleicht mit der Idee, eine Selbsthilfegruppe zu gründen. Und werden bei dieser Idee vielleicht von Therapeutinnen und Therapeuten oder Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern einer Beratungsstelle unterstützt.

Ob so, oder so, oder noch anders: Wer eine Selbsthilfegruppe gründen möchte, hat anfangs fast immer das Problem, genügend geeignete Mitstreitende zu finden. Damit die Gruppe über einen anfänglichen Gründungsstamm von zwei oder drei Personen hinauswächst, ist es hilfreich, die Existenz der Gruppe auch bei den Einrichtungen bekannt zu machen, an die Hilfesuchende sich wenden.

Organisatorische Rahmenbedingungen

Der Raum

! _ Jede Selbsthilfegruppe braucht einen Gruppenraum für ihre regelmäßigen Treffen. Dieser Raum sollte dauerhaft zu den festgelegten Zeiten verfügbar sein.

Einen Ortswechsel sollten Sie nach Möglichkeit vermeiden. Denn besonders dann, wenn die Adresse auf Flyern, Wegweisern, Kontaktlisten und im Internet veröffentlicht ist, steht bei jedem Ortswechsel eine meist aufwendige Aktualisierung an. Außerdem kursieren alte Kontaktadressen erfahrungsgemäß oft auch noch nach langer Zeit.

_ Gruppenräume werden von verschiedenen Einrichtungen und Institutionen – darunter karitative und kirchliche Träger oder Träger der freien Wohlfahrtspflege – zur Verfügung gestellt. Die regelmäßige, dauerhafte Nutzung kann mit der Leitung der entsprechenden Einrichtung vereinbart werden. Manche Räume können kostenlos genutzt werden, manche gegen einen eher symbolischen Mietpreis von z. B. 50 € im Jahr und andere wieder für eine monatliche Raummiete.

! Raumkosten können ganz oder anteilig durch die Krankenkassen gefördert werden (s.u.). Kostenlos ist die Raumnutzung meist bei öffentlichen oder kirchlichen Einrichtungen, wenn dort ein freier Raum zur Verfügung steht. Das kommt jedoch nicht so häufig vor. Unterstützung bei der Raumsuche bieten die Kontakt- und Informations-Stellen für Selbsthilfegruppen (KISS), die in vielen Städten und Landkreisen die Arbeit von Selbsthilfegruppen unterstützen.

(Weitere Adressen und Hinweise am Ende der Broschüre)

_ Da sich Selbsthilfegruppen fast immer in den Abendstunden

den treffen, wenn kein Personal mehr vor Ort ist, sollten Sie mit der Einrichtungsleitung ggf. auch eine Verfahrensweise für die Verantwortlichkeit und Verwaltung eines Schlüssels abstimmen.

_ Der Raum sollte möglichst gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar sein. Im Innenstadtbereich ist es optimal, wenn auch Parkmöglichkeiten für PKWs zur Verfügung stehen. Besonders für Erstbesucherinnen und -besucher ist es wichtig, dass der Raum leicht zu finden ist.

_ Die Raumgröße sollte von Anfang an so gewählt werden, dass auch bei stärkerem Zuwachs genügend Platz für alle vorhanden ist. Ab einer gewissen Gruppengröße ist jedoch überlegenswert, ob ein zweiter Gruppenraum gefunden und die Gruppe geteilt werden kann. In zu großen Gruppen kann man nicht gut arbeiten.

! _ Bei der Ausstattung ist wichtig, dass genügend Sitzmöglichkeiten für die Teilnehmenden vorhanden sind und ein barrierefreier Stuhlkreis ohne Tische aufgestellt werden kann. Zwei wichtige Eigenschaften sollte der Raum außerdem aufweisen: Er sollte eine Atmosphäre bieten, die Störungen von außen möglichst von vornherein ausschließt. Außerdem sollte die Anonymität der Teilnehmenden nach außen gewährleistet sein, so dass z.B. keine vorbeigehenden Passanten in den Gruppenraum schauen können.

Die Gruppentreffen

In Selbsthilfegruppen trifft man sich meistens in den Abendstunden. Als Anfangszeit hat sich der Beginn um 18.30 oder 19.00 Uhr bewährt. Dann können in der Regel alle pünktlich

erscheinen (Berücksichtigung von Arbeitszeiten). Gleichzeitig bleibt genügend Zeit für die inhaltliche Ausgestaltung, ohne dass das Treffen bis spät in den Abend reicht. Die Treffen sollten 1½ bis 2 Stunden dauern.

Die meisten Selbsthilfegruppen für Glücksspielerinnen und -spieler treffen sich einmal wöchentlich, einige 14-tägig, ganz wenige monatlich. Den Rhythmus Ihrer Treffen sollten Sie vom Bedarf der Teilnehmenden abhängig machen und möglicherweise auch von regionalen Besonderheiten.

Werbung

Esse est percipi – Sein ist wahrgenommen werden. Berkeley

Die Erfahrung zeigt, dass Werbung sinnvoll ist, um neue Mitglieder für die Selbsthilfegruppe zu gewinnen. Über Werbung können Sie außerdem Menschen ansprechen, die Sie durch „Mundpropaganda“ oder über Beratungsstellen nicht erreichen würden.

Die gängigste Variante, um das Selbsthilfeangebot örtlich bekannt zu machen, sind Flyer mit allen wichtigen Informationen wie der Telefonnummer für die Kontaktaufnahme, dem regelmäßigen Termin usw. Die Flyer oder Handzettel können selbst entworfen sein.

Aktive Selbsthilfegruppen berichten außerdem von guten Erfahrungen mit Plakaten und Materialien, die professionell gestaltet worden sind. Auch Zeitungsanzeigen, eine eigene Homepage im Internet, Infostände bei Veranstaltungen und Interviews bei Lokalsendern haben sich bewährt. Die verschiedenen Maßnahmen lassen sich auch gut kombinieren.



Wichtig ist, die Gruppe bei Selbsthilfekontaktstellen, Gesundheitsämtern, Bürgerbüros und regionalen und

überregionalen Beratungsstellen bekannt zu machen und dort in regelmäßigen Abständen „in Erinnerung“ zu rufen. Handzettel, Flyer oder Plakate eignen sich bestens. Wichtig ist dann, bei Veränderungen etwa der Kontaktadresse, der Telefonnummer oder Ähnlichem das alte „Werbematerial“ durch neues auszutauschen oder zumindest dafür zu sorgen, dass das alte Material nicht mehr weitergegeben wird. Hier noch ein paar Tipps zum Erstellen von Flyern und Plakaten:

1. Die Herstellung von Werbematerial kann öffentlich gefördert werden (s.u.). Auch viele Firmen und Institutionen unterstützen die Selbsthilfe bei der Finanzierung von Flyern. Sponsoren möchten auf dem Druckwerk in der Regel als Unterstützer genannt werden. Bei der Sponsorensuche sollten Sie darauf achten, dass diese politisch unbedenklich und bei der Zielgruppe (Glücksspielende) positiv bekannt sind.

2. Wenn Sie auf dem Flyer oder Plakat den Träger nennen möchten, bei dem die Gruppe stattfindet, möchte die Einrichtung in der Regel darüber informiert sein.

3. Wird eine Telefonnummer angegeben, muss sicher gestellt sein, dass Anrufe auch beantwortet werden. Manche Beratungsstellen sind nach Absprache bereit, dass ihre Telefonnummer angegeben wird und ihr Sekretariat die Informationen zur Selbsthilfegruppe an Anrufer weitergibt. Auch die Anschaffung eines Gruppenhandys bzw. einer E-Mail Adresse für die Gruppe kann überlegt werden.

4. Darüber, ob es sinnvoll und hilfreich ist, Glücksspielsymbole oder Automatenabbildungen auf Flyern und Plakaten zu verwenden, gehen die Meinungen auseinander: Einerseits wird mit solchen Symbolen und Abbildungen sofort das The-

ma erkennbar und möglicherweise die Aufmerksamkeit von Betroffenen erregt. Andererseits können solche Abbildungen bei manchen auch den Glücksspielimpuls ansprechen, was möglichst vermieden werden sollte.

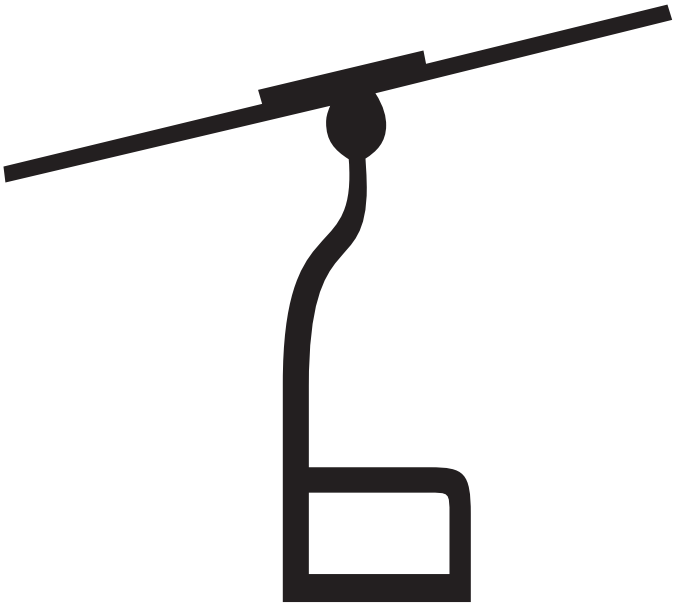
5. Ein Hinweis auf die Erreichbarkeit mit dem Öffentlichen Personennahverkehr und eine Wegbeschreibung erleichtern Interessierten den ersten Besuch der Gruppe.

6. Um Missverständnissen vorzubeugen, sollten Sie angeben, ob nur Betroffene oder auch Angehörige die Gruppe besuchen können oder ob es sich um eine reine Angehörigengruppe handelt.

7. Ein Leitspruch und / oder die wichtigsten Gruppenregeln auf dem Flyer oder Plakat helfen, einen ersten Eindruck über die Gruppe zu vermitteln.

Wer eine Selbsthilfegruppe sucht, informiert sich inzwischen häufig auch im Internet. Eine eigene Homepage hilft da weiter, ist aber nicht Voraussetzung, um sein Angebot via Internet bekannt zu machen. Wichtiger ist es, die Gruppeninformationen in den gängigen Datenbanken und Foren zu veröffentlichen. *(Webadressen und weitere Hinweise hierzu am Ende der Broschüre)*

Fördermöglichkeiten



Fördermöglichkeiten

Die gesetzlichen Krankenkassen sind verpflichtet, einen festen Betrag pro Versichertem und Jahr für die Selbsthilfeförderung an Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfekontaktstellen auszuschütten. Dadurch sollen die Aktivitäten der Selbsthilfegruppen und der Selbsthilfeverbände unterstützt werden, die sich die Prävention und die Rehabilitation von Versicherten zum Ziel gesetzt haben. Die Förderung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfearbeit ist als Zuschuss gedacht. Eine Vollfinanzierung ist nicht vorgesehen. Dabei wird zwischen der kassenartenübergreifenden **Pauschalförderung** und der krankenkassenindividuellen **Projektförderung** unterschieden. Krankenkassen können auch durch Sachmittel unterstützen.

Die Pauschalförderung

Die Pauschalförderung ist das wichtigste Förderverfahren, um die kontinuierliche Arbeit von Selbsthilfegruppen vor Ort zu unterstützen. Sie ist als „finanzielle Unterstützung der originären, gesundheitsbezogenen Selbsthilfearbeit“ definiert.¹

In diesem Rahmen werden u.a. Zuschüsse zur Informations- und Beratungstätigkeit gewährt, sowie für Personal- und Sachaufwendungen. Gefördert wird für den Zeitraum eines Jahres. Jede Selbsthilfegruppe kann die Mittel jährlich nach Bedarf bei einer der örtlichen Krankenkasse beantragen. Eine kostendeckende Personalstellenförderung ist nicht möglich.

¹ *Rahmenvorgaben der Spitzenverbände der Krankenkassen zur Umsetzung der kassenübergreifenden Gemeinschaftsförderung nach § 20c SGB V ab dem 1. Januar 2008 vom 17. September 2007*

Zu den förderfähigen Aufwendungen zählen insbesondere:

- ➔ Aufwendungen für regelmäßige Gruppentreffen (Übernahme von Mietkosten)
- ➔ Büroaufwendungen und Sachkosten (PC, Anrufbeantworter, mobiles Telefon, Faxgerät, PC mit Internetanschluss, Kopierer, Overheadprojektor, Diaprojektor, Schreibmaschine, Büroeinrichtung)
- ➔ Fortbildungen oder Schulungen, die zur Verbandsarbeit befähigen oder auf administrative Tätigkeiten abzielen (z.B. kaufmännischen Weiterbildungen, Weiterbildungen zum Vereinsrecht, PC-Schulungen, Rhetorik)
- ➔ Kosten zur Durchführung von Gremiensitzungen gemäß Satzung, etwa Mitgliederversammlungen
- ➔ Kosten für Öffentlichkeitsarbeit (z.B. Druck von Faltblättern, Papier und Porto für Versand von Informationsmaterial, Einladungen und Mitgliederrundbriefen, Kosten für Stellwände, Infotheken, Fahrtkosten)
- ➔ Pflege des Internetauftritts / Homepage

Die ortsgebundenen Anträge auf Pauschalförderung erhalten Sie bei einer der Krankenkassen. Dort können Sie den Antrag auch stellen.



Ein Musterexemplar für die Beantragung von Fördermitteln für eine örtliche Selbsthilfegruppe finden Sie unter www.nakos.de/site/data/GKV_Antrag_SHG.doc (Button 'schreibgeschützt' anklicken).

Wichtig für den Erfolg des Antrags ist der Hinweis, dass die Mittel „für die gesundheitsbezogene Selbsthilfearbeit“ beantragt werden. Am Ende des Jahres muss ein Verwendungsnachweis ausgefüllt werden, in dem wieder auf die Verwendung für die gesundheitsbezogene Selbsthilfearbeit

hingewiesen wird. Auch der Name der Gruppe sollte den Gesundheitsaspekt enthalten, also „Selbsthilfegruppe für Glücksspielerinnen und -spieler“. Dieses gilt auch für Angehörigengruppen von Glücksspielenden.

Checkliste

- ➔ Antragstellung einmal jährlich
- ➔ Förderantrag bei der örtlichen Krankenkasse stellen
- ➔ wird schnell und unbürokratisch ausgezahlt
- ➔ gibt den Gruppen Planungssicherheit
- ➔ selbstbestimmter Einsatz der Fördergelder
- ➔ die Förderung erfolgt unabhängig von Anzahl der Mitglieder der Selbsthilfegruppe
- ➔ im Antrag eine Bankverbindung nennen (Gruppenkonto, kein privates Konto)



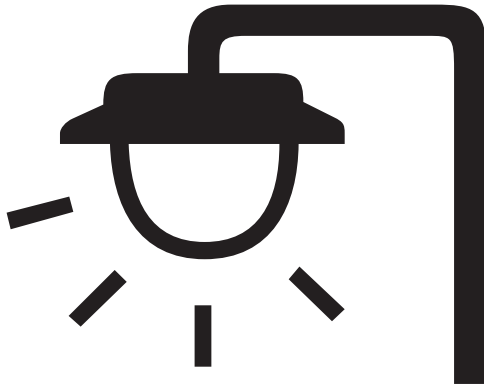
Im Anhang dieser Broschüre finden Sie eine Liste der zuständigen Ansprechpartner bei den nordrhein-westfälischen Krankenkassen(-verbänden).

Die Projektförderung

Mit Mitteln der Projektförderung können z. B. Veranstaltungen oder Veröffentlichungen (Broschüren, Bücher) finanziert werden. Anträge auf Projektförderung müssen gesondert bei einer Krankenkasse gestellt werden.

Die verschiedenen Krankenkassen handhaben die Projektförderung unterschiedlich. Informieren Sie sich deshalb im Vorfeld über die Konditionen bei den jeweiligen Krankenkassen. Eine Liste der Ansprechpartnerinnen und -partner für NRW und einen Link zu einer bundesweiten Liste finden Sie im Anhang.

Zuwendung durch die Rentenversicherung



Zuwendung durch die Rentenversicherung

Auch die Deutsche Rentenversicherung Bund fördert am regionalen Bedarf ausgerichtete, projektbezogene Angebote in der professionellen ambulanten Hilfe sowie Selbsthilfegruppen und deren Aktivitäten über sog. Regionalmittel. In der Rentenversicherung (SGB VI) bedeutet Rehabilitation „die Abwendung einer erheblichen Gefährdung der Erwerbsfähigkeit bzw. die wesentliche Besserung oder Wiederherstellung der bereits geminderten Erwerbsfähigkeit“. Diese Definition von Rehabilitation im Sinne der Rentenversicherung ist bei der Beantragung von Regionalmitteln immer zu berücksichtigen. Dabei kann eine **pauschalierte Förderung von Gruppen** beantragt werden oder/und **Schulungen für Gruppen oder Gruppenleitungen**. Die Fördergelder werden in der Regel für ein Jahr und längstens für drei Jahre für dasselbe Projekt vergeben (§31 Abs. 1 Satz 1 Nr. 5 SGB VI). (Adressen und weitere Hinweise finden Sie im Anhang unter Selbsthilfeförderung)

Die Zielgruppen sind:

- ➔ Alkohol-
- ➔ Drogen-
- ➔ Medikamentenabhängige
- ➔ und Glücksspielsüchtige

Die pauschalierte Förderung von Gruppen

Selbsthilfegruppen können im Rahmen der „pauschalierten Selbsthilfegruppenförderung“ jährlich eine Zuwendung von max. 200,00 Euro erhalten. Diese Summe kann flexibel eingesetzt werden. Ein detaillierter Verwendungsnachweis

ist nicht erforderlich. Die Posten müssen nicht einzeln im Antrag oder Nachweis aufgeführt werden. Die Gruppenleiter bestätigen per Unterschrift, dass das Geld antragsgemäß verwendet wurde.

Gefördert werden:

- ➔ Aus-, Fort- und Weiterbildungen
- ➔ Honorare für Referentinnen und Referenten
- ➔ Aufwendungen im Rahmen von Ehrenämtern (Fahrtkosten, Telefon, Porto)
- ➔ Materialien für die Gruppen- und Öffentlichkeitsarbeit

Voraussetzungen für diese Förderung sind:

- ➔ Die Gruppe besteht seit mindestens einem Jahr
- ➔ Sie hat mindestens zehn Teilnehmerinnen und Teilnehmer
- ➔ Sie trifft sich mindestens ein Mal pro Woche

Hier können Formulare bezogen werden

Die Formulare zur Antragsstellung können über die Landesstelle Sucht oder die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) bezogen werden. Auf der Homepage www.dhs.de können unter Projekte und Nachsorge/Selbsthilfe Anträge und weitere Informationen heruntergeladen werden. Auskünfte erteilt auch das Referat Nachsorge der DHS (Telefon: 02381 – 9015-12).

Das Formular für den Antrag und den Verwendungsnachweis sind auch im Anhang dieser Broschüre zu finden.

Schulungen für Gruppen bzw. für Gruppenleitungen

Selbsthilfegruppen können auch für sogenannte „standardisierte Schulungen“ Zuschüsse erhalten. Die Förderhöhe richtet sich nach der Zahl der Teilnehmenden und der Dauer der Schulung (ein-, zweitägig und Wochenendseminar). Die Inhalte der Schulung müssen auf die Zielsetzung der Rentenversicherungsträger ausgerichtet sein. Im Antrag müssen die Themen der Schulung, die Dauer, der Veranstalter und die Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer benannt werden. Außerdem muss die Gruppe Eigenmittel und Beiträge für die Teilnahme einbringen. Im Antrag und im Verwendungsnachweis müssen die genauen Beträge aufgeführt werden. Mit dem Verwendungsnachweis müssen außerdem Listen der Teilnehmenden und Themenangaben eingereicht werden. Eine Gruppe kann mehrere Schulungen im Jahr beantragen.

Anträge nach den „alten Verfahren“

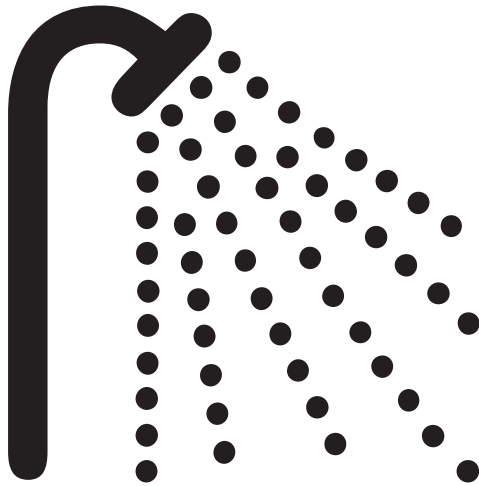
Für größere Projekte und Schulungen können Fördermittel nach dem sogenannten „alten Verfahren“ beantragt werden. Der Aufwand ist aber deutlich größer, da bei Antragstellung eine detaillierte Kalkulation eingereicht werden muss. Pauschalsummen können nicht eingesetzt werden. Auch hier muss die Gruppe Eigenmittel einbringen. Für die Arbeit von Selbsthilfegruppen eignet sich diese Fördervariante in der Regel nicht.

Selbsthilfe entfaltet ihre volle Kraft in der Gruppe

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die ein gleichgelagertes Problem verbindet, über das sie sich gemeinsam auseinander setzen möchten. Dabei geht es vor allem darum, sich gegenseitig emotional zu entlasten und sich über praktische Unterstützung und Hilfen im Umgang mit Belastungen auszutauschen. Durch diese gemeinsamen Ziele wächst die Gruppe zusammen und wird stabil.

Das Gruppengespräch bietet die Möglichkeit, Erkenntnisse über sich selbst, die eigenen Verhaltensweisen und Eigenarten zu gewinnen. Außerdem bietet das Miteinander in der Gruppe ein Übungsfeld, um neue Umgangsweisen mit Problemen und veränderte Verhaltensweisen zu erproben. Die soziale Isolation kann durchbrochen werden, die mit der Glücksspielsucht oftmals Hand in Hand geht. Die Teilnehmenden können Kraft und Mut finden, die Folgen ihres oft langjährigen Glücksspielens selbstverantwortlich zu tragen. Und sie können wieder Selbstvertrauen und die Entschlossenheit für eine neue Lebensperspektive bzw. einen Lebensentwurf ohne Glücksspiel entwickeln.

Kommunikation in der Gruppe



Kommunikation in Gruppen

Wissen über Kommunikation hilft, das Gruppengespräch in Selbsthilfegruppen positiv zu beeinflussen und mögliche Gesprächsblockaden auszuräumen.

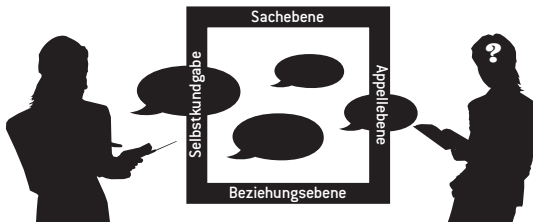
Man kann nicht nicht kommunizieren.

Paul Watzlawick

Hier einige hilfreiche Tipps:

Für die Kommunikation in (Selbsthilfe-)Gruppen ist besonders wichtig, auch die nichtsprachlichen Signale (Mimik, Gestik, Körperhaltung) wahrzunehmen. Der Hintergrund: Auf verschiedenen Kommunikationsebenen werden neben Sachinformationen auch Gefühle transportiert. Während idealerweise nur ein Gruppenmitglied zeitgleich spricht, kommuniziert die restliche Gruppe beispielsweise auf der nonverbalen Ebene. Durch Körperhaltung und Blickkontakt drückt sie etwa Interesse oder Desinteresse, Zustimmung oder Ablehnung aus. Und auch viele Missverständnisse und Unklarheiten lassen sich durch die bewusste Wahrnehmung nichtsprachlicher Signale aufklären, denn sie entstehen u.a., wenn jemand sprachlich etwas anderes äußert als auf der nonverbalen Ebene – wenn Paul z.B. sagt „Mir geht es gut“ und dabei die Schultern und den Kopf hängen lässt. Darüber hinaus lassen sich noch weitere Kommunikationsebenen unterscheiden. Ein Beispiel:

Schulz von Thun: Das 4-Ohren-Modell



Gruppengespräch in einer Selbsthilfegruppe

Fritz sagt:

„Jetzt will ich aber auch mal etwas zum Thema Rückfall sagen!“

Sachebene:

Fritz möchte einen Wortbeitrag zum Thema „Rückfall“ machen.

Appellebene:

Lasst mich auch mal etwas sagen!

Selbstkundgabe:

Ich fühle mich nicht gehört/nicht in das Gespräch integriert.

Beziehungsebene:

Ihr lasst mich nicht zu Wort kommen, ihr nehmt mich nicht ernst, aber ich traue mich euch zu kritisieren.

In jedem Gespräch spielen immer alle vier Aspekte eine Rolle. Der Verlauf und die Qualität des Gesprächs hängen davon ab, wie die vier Ebenen zusammenspielen.

Für das Gelingen der Kommunikation innerhalb einer (Selbsthilfe-)Gruppe sind Regeln wichtig. Der Hintergrund: Die Themen in Selbsthilfegruppen sind oft mit starken Emotionen belastet. Hier helfen Gesprächsregeln, trotz der starken Gefühle eine angemessene Art zu finden, diese zu äußern, ohne andere Gruppenmitglieder zu verletzen oder zu kränken. Die Gesprächsregeln sorgen für den vertrauensvollen und wertschätzenden Umgang unter den Gruppenmitgliedern, damit sich jeder akzeptiert und respektiert fühlt. Eine besondere Herausforderung entsteht immer, wenn Leute zu sehr vom eigentlichen Thema abschweifen oder sich einzelne Gruppenmitglieder zu sehr in den Mittelpunkt stellen.

Kommunikationsfördernd ist,

- ➔ jemanden in der Gruppe zu haben, der das Gruppengespräch moderiert und strukturiert.
- ➔ gemeinsam Gesprächsregeln festzulegen und auf deren Einhaltung zu achten z.B.:
 - ▶ Es wird nicht über andere gelacht, nur mit anderen.
 - ▶ Es wird akzeptiert, wenn einer „Stopp“ sagt und Grenzen setzt.
 - ▶ Die Verantwortung wird beim Einzelnen gelassen.
 - ▶ Die Gruppe schützt einen vor Angriffen.
 - ▶ Jede und jeder kann selbst entscheiden, ob sie oder er zuhören und/oder etwas sagen möchte.
 - ▶ Jede und Jeder kann ausreden.
- ➔ Interesse zu zeigen, indem man Fragen stellt und bei Erzählungen genauer nachfragt.
- ➔ „aktives Zuhören“ zu praktizieren, indem man sich gedanklich auf das Gesagte konzentriert und vielleicht noch einmal wiederholt: z.B. „Habe ich dich richtig verstanden, du sagst, dass ...“
- ➔ angemessene Rückmeldungen und Feedback zu Gesagtem zu geben (Formulierung in Ich-Botschaften, Feedback geben, wenn die Betroffenen es auch hören möchten).
- ➔ bei Unklarheiten, Missverständnissen und Konflikten: Störungen offen anzusprechen.

Die Wirkfaktoren und Ressourcen



Was jemand in einer Selbsthilfegruppe als besonders hilfreich erlebt, kann sehr unterschiedlich sein.

Mit der folgenden Liste vermitteln wir Ihnen einen Eindruck über Stärken und Wirkfaktoren von Selbsthilfegruppen:

- Die Gruppe vermittelt den Mitgliedern das Gefühl „unter seinesgleichen/ ihresgleichen zu sein“. Gruppenmitglieder machen die Erfahrung, dass alle das gleiche Problem haben.
- Man kann die Erfahrung machen, bei Rückfällen von der Gruppe angenommen zu werden.
- In der Gruppe lernt man, über sich zu sprechen; hierzu gehört auch, das Gefühl zu bekommen, dass die Gruppe gut zuhören kann und dort Erfahrungen ausgetauscht werden können.
- Man erhält Anregungen, über sich selbst nachzudenken, lernt von anderen und lernt die Gruppe immer mehr schätzen.
- Die Gruppe gibt Halt und vermittelt Sicherheit: Für viele ist sie auf diese Weise ein „Stützpfiler“ geworden und für manche sogar zur zweiten Heimat.
- Man kann die Erfahrung von Offenheit und Ehrlichkeit machen.
- Durch die Regelmäßigkeit des Gruppenbesuchs kann Verlässlichkeit geübt werden sowohl sich selbst als auch den anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern gegenüber.
- Die Gruppe hilft, Selbstbewusstsein zu entwickeln.
- Schließlich ist für einige Gruppenmitglieder die spirituelle Dimension (das Schritte-Programm der GA) zu einer wichtigen Erfahrung geworden.
- Gruppenteilnehmende schätzen es auch, dass die Gruppe eine warnende und erinnernde Funktion übernimmt.

Struktur und Organisation innerhalb der Selbsthilfegruppe



Notwendigkeit von Gruppenregeln

Durch festgelegte Regeln erhält die Gruppe mehr Struktur, Verbindlichkeit und Verlässlichkeit. Dadurch fällt es vor allem neuen Gruppenmitgliedern leichter, Vertrauen aufzubauen und sich in der Gruppe zu orientieren und zu integrieren. Beispiel für Regeln bezüglich der Rahmenbedingungen:

- ➔ Alle erscheinen pünktlich zu den Treffen
- ➔ Wer nicht kommen kann, meldet sich ab
- ➔ Während des Treffens wird nicht geraucht
- ➔ Jede bzw. jeder spricht von sich selbst und respektvoll mit und über andere Menschen
- ➔ Anonymität: Das Besprochene bleibt in der Gruppe

Wer übernimmt die Gruppenleitung?

Braucht unsere Selbsthilfegruppe eine Gruppenleitung? Auch diese Frage muss jede Selbsthilfegruppe individuell für sich lösen. Dabei gibt es viele Argumente, die für die Einrichtung einer Gruppenleitung sprechen, aber auch einige Punkte, die für andere Organisationsformen sprechen.

Vorteile für eine Gruppe ohne Leitung:

- ➔ Dinge gemeinsam zu entscheiden und Aufgaben auf alle Gruppenmitglieder zu verteilen
- ➔ jedes Mitglied übernimmt einen Teil der Verantwortung
- ➔ Selbstbestimmung und Autonomie der Gruppenmitglieder stehen im Vordergrund

Vorteile für eine Gruppe mit Leitung:

- ➔ Jemand achtet auf die Einhaltung der Regeln.
- ➔ Es ist jemand da, der sich speziell um neue Mitglieder kümmert.
- ➔ Jemand hält die Gruppe zusammen.

- ➔ Jemand kann die Gruppe nach Außen hin vertreten (z. B. in einem Selbsthilfedachverband oder bei Pressearbeit).
- ➔ Es gibt eine zuständige Ansprechpartnerin bzw. einen Ansprechpartner (z. B. für Absagen, Fragen, interessierte Neulinge).
- ➔ Jemand moderiert die Gruppengespräche.
- ➔ Es ist jemand für die Klärung von Konflikten verantwortlich (im Rahmen der Gruppe oder in Einzel- bzw. Kleingruppengesprächen).

Es ist auch denkbar, eine rotierende Gruppenleitung einzuführen. Hier wechselt die Gruppenleitung beispielsweise alle drei Monate, und so übernimmt jedes Gruppenmitglied die Rolle der Leitung zeitweise.

Die Kunst, die Gruppe zu leiten und nicht darunter zu leiden

Neben den zahlreichen Vorteilen, die eine Gruppenleitung für die Gruppe selbst hat, wird diese Aufgabe auch von den meisten sehr positiv erlebt. Einige erleben aber einen hohen Verantwortungsdruck, unter dem sie aufgrund ihrer Rolle stehen. Dieser Druck kann sich auf verschiedene Art und Weise zeigen:

- ➔ durch das Gefühl, die Gruppe zusammenhalten zu müssen
- ➔ sich einer Vielzahl von unterschiedlichen Erwartungen ausgesetzt zu sehen
- ➔ durch das Gefühl, die Gruppe zu strukturieren und ihr einen „Rahmen“ geben zu müssen
- ➔ durch das Gefühl, die Teilnehmenden zu regelmäßigen Treffen motivieren zu müssen
- ➔ durch das Gefühl, neue Mitglieder „in der Gruppe halten“ zu müssen

- ➔ durch das Gefühl, alleine für die Gruppe verantwortlich zu sein und es allen recht machen zu wollen.

Dies erleben viele als besonders belastend.

Manchmal beziehen Gruppenleitungen das Fernbleiben von Mitgliedern oder Schweigen in der Gruppe auch auf sich persönlich.

- ! ● Aus diesen Gründen ist es wichtig, den Gruppenleitungen eine Reflexionsmöglichkeit für ihre Rolle in der Gruppe zu ermöglichen (beispielsweise im Austausch mit anderen Gruppenleitungen). Es kann auch hilfreich und entlastend sein, die Rolle der Gruppenleitung auf zwei oder mehr Personen zu verteilen, damit die Verantwortung nicht auf einer Person alleine lastet. Bei dieser Form der Gruppenleitung sollten jedoch klare Absprachen und Aufgabenteilungen stattfinden, um Missverständnisse und Unklarheiten zu vermeiden.
- ! ● Die Fachstelle Glücksspielsucht in Neuss bietet zwei Mal im Jahr Austauschtermine speziell für Gruppenleitungen an.

Neue und schwierige Situationen in der Gruppe



Grundsätzlich gilt in Gruppen das Motto „Störungen haben Vorrang“. Wird also eine Störung in der Gruppe wahrgenommen, sollte diese vorrangig angesprochen und bearbeitet werden.

Wenn die Gruppe über einen längeren Zeitraum eine Störung erlebt, gibt es grundsätzlich die Möglichkeit, sich Unterstützung von außen zu holen. Hier ist die Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas in Neuss die richtige Adresse.

*Große Dinge werden durch Mut errungen,
größere durch Liebe, die größten durch Geduld.*

Peter Rosegger

Integration von neuen Gruppenmitgliedern

Das erste Mal an dem Treffen einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen kostet die meisten Menschen viel Überwindung. Ob die neuen Teilnehmenden sich in der Gruppe wohl fühlen und die Treffen als hilfreich und unterstützend erleben, hängt auch davon ab, wie sie in der Gruppe aufgenommen werden. Dabei ist es wichtig, ihnen die Wahl zu lassen, wie weit sie sich in die Gespräche einbringen möchten. Bekommen „Neulinge“ bei ihrem ersten Treffen das Gefühl, dass sie innerhalb der Gruppe respektvoll behandelt werden und von der inhaltlichen Auseinandersetzung mit dem Thema Glücksspielsucht profitieren können, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass sie sich dauerhaft in die Gruppe integrieren möchten. Manche Gruppen wählen auch ein Mitglied aus, welches sich speziell um neue Mitglieder kümmert und sie zu Beginn als Patin oder Pate „an die Hand nimmt“.

Konflikte innerhalb der Gruppe

In jeder Gruppe gibt es Meinungsverschiedenheiten und Konflikte. Entscheidend für das weitere Funktionieren der Gruppe ist, ob diese Konflikte ausgetragen und gelöst wer-

den oder ob sie unterschwellig und verdeckt verlaufen und daraus eine dauerhafte Störung für die Gruppe entsteht.

Hier ist hilfreich:

- ➔ Sobald Spannungen oder unterschwellige Konflikte innerhalb der Gruppe wahrgenommen werden, sollten diese offen angesprochen werden.
- ➔ Dabei sollten Kommunikationsformen genutzt werden, die sich positiv auf das Gespräch auswirken (aktives Zuhören, angemessene Rückmeldung geben).
- ➔ Bei Konfliktgesprächen – wie auch bei anderen Gruppengesprächen – kann eine Moderatorin/ ein Moderator hilfreich sein, die bzw. der das Gespräch strukturiert und darauf achtet, dass die Aussagen nicht beleidigend oder grenzverletzend werden.

Die schweigende Gruppe

„Betretenes Schweigen, jeder sitzt auf seinem Stuhl und schaut auf seine Schuhe, keiner sagt etwas ...“. Diese Erfahrung im Rahmen einer Gruppe haben wahrscheinlich alle schon einmal gemacht. Häufen sich solche Situationen in einer Selbsthilfegruppe, werden die Treffen eher als unangenehm erlebt und motivieren nicht unbedingt zu einer weiteren Teilnahme. Besonders die Gruppenleitung bzw. die, die sich für die Gruppe verantwortlich fühlen, fühlen sich unter Druck gesetzt.

Hier kann hilfreich sein:

- ➔ Die Gruppe mit einer Eingangsrunde bzw. Blitzlichtrunde zu beginnen, in der alle kurz zu Wort kommen und ihr aktuelles Befinden schildern sowie ein Thema anmelden können. Die Eingangsfrage lautet „Wie geht es mir heute?“ – „Was habe ich heute mitgebracht?“.

- ➔ Wenn niemand ein aktuelles Thema einbringen möchte, können auch allgemeine Themen zur Glücksspielsucht innerhalb der Gruppe gesammelt werden, die besprochen werden können.
„Wie gehe ich mit Rückfällen um?“ – „Wie geht es meinen Angehörigen?“ – ...
- ➔ Die Gruppe kann auch ihrer Kreativität freien Lauf lassen und alternative Gruppenmethoden entwickeln. (Ein Thema in Kleingruppen besprechen; kreatives Arbeiten mit Collagen, Plakaten, Texten; ein Buch besprechen; einen Film ansehen etc.).

Ein Gruppenmitglied dominiert die Gruppe mit seinen Beiträgen

Ähnlich anstrengend wie eine „schweigende Gruppe“ kann es sein, wenn ein Gruppenmitglied mit seinen Beiträgen die Gruppenabende immer wieder bestimmt – z.B. indem es immer wieder das gleiche Thema anspricht, jedoch keinerlei Hilfe annimmt, oder indem es einfach kein Ende bei der Beschreibung seiner Probleme findet und andere Gruppenmitglieder nicht mehr zum Zuge kommen.

Die Begrenzung eines Gruppenmitgliedes ist immer eine besondere Situation. Hier kann hilfreich sein,

- ➔ der betreffenden Person respektvoll die eigene Wahrnehmung zu schildern.
- ➔ unter Umständen die Auswirkungen des Verhaltens zu benennen (z. B. dass andere Gruppenmitglieder auch Gesprächsbedarf haben, aber nicht zu Wort kommen).
- ➔ bei Dauerrednern eine Zeit zu vereinbaren, die zur Verfügung steht. Die Devise hierbei lautet: “Weich im Ton und hart in der Sache“. Ist die Zeit um, sind die anderen dran.

Eine Selbsthilfegruppe ist kein Kaffeeklatsch

Besonders wenn Selbsthilfegruppen schon lange bestehen und die Mitglieder sich gut kennen, kann es passieren, dass die Themen in der Gruppe zu oberflächlich werden. Dadurch rückt die ursprüngliche Funktion der Gruppe in den Hintergrund. Die Gesprächsgruppe, die sich aufgrund eines gemeinsamen Problems gefunden hat, verwandelt sich in eine wöchentliche „Stammtischrunde“, die den neuesten Klatsch austauscht und aktuelle gesellschaftliche Ereignisse diskutiert. Wenn eine Selbsthilfegruppe sich dauerhaft in diese Richtung entwickelt, kann das dazu führen, dass die Gruppe ihren ursprünglichen Zweck und ihre gemeinsamen Ziele aus den Augen verliert und sich im Extremfall auflöst.

Hier kann hilfreich sein:

- ➔ Regelmäßige Reflexion in der Gruppe über den aktuellen Stand der Gruppe: „Bringt mir die Gruppe noch das, was ich mir von meiner Teilnahme erhoffe?“ – „Orientieren sich unsere Themen an unseren ursprünglichen Zielsetzungen?“
- ➔ Zeitliche Strukturierung und Abgrenzung von Gruppenzeit und privater Zeit
- ➔ Sammeln von aktuellen Themen zu Beginn jedes Treffens: Rückfälle, aktueller Spieldruck, positive Erfahrungen/Erfolgserebnisse im Umgang mit der Sucht usw.
- ➔ Strukturierung durch eine (wechselnde) Gesprächsleitung, die die inhaltliche Gestaltung im Blick behält.

Grundsätzlich ist es natürlich wichtig, dass die Gruppenmitglieder auch etwas über das Privatleben der anderen und deren Einstellungen zu bestimmten Themen erfahren. Dadurch lernen sich die Teilnehmenden besser kennen und es kann ein Gefühl von Vertrautheit und Sicherheit entstehen. Diese Themen sollten jedoch nicht den Schwerpunkt der Gespräche bilden.

**Checkliste:
Funktioniert meine
Selbsthilfegruppe?**



Wenn in Ihrer Selbsthilfegruppe was nicht so rund läuft, wie Sie sich das vorstellen, bietet die folgende Checkliste Ihnen Hinweise, wo es haken könnte.

Checkliste

- ➔ Gibt es eine klare Zielsetzung in meiner Selbsthilfegruppe?
- ➔ Finden regelmäßige Treffen statt?
- ➔ Sind die Räumlichkeiten angemessen?
- ➔ Gibt es Ansprechpartnerinnen und -partner für die Zeit zwischen den Gruppentreffen, die Terminabsagen entgegennehmen, Krisengespräche führen können, interessierte Neulinge informieren können?
- ➔ Unterstützen sich die Gruppenmitglieder gegenseitig?
- ➔ Orientieren sich die Gesprächsthemen zumeist an der Zielsetzung der Gruppe?
- ➔ Haben alle Teilnehmenden die Möglichkeit, sich zu beteiligen?
- ➔ Gibt es Gruppenregeln?
- ➔ Können Konflikte in der Gruppe offen angesprochen und ausgetragen werden?
- ➔ Werden die Gesprächsinhalte vertraulich behandelt und der Grundsatz der Verschwiegenheit eingehalten?
- ➔ Können neue Mitglieder gut in die Gruppe integriert werden?
- ➔ Besteht eine Kooperation mit der Suchtberatung vor Ort?
- ➔ Besteht ein Kontakt mit anderen Selbsthilfegruppen?
- ➔ Besteht ein Kontakt mit Selbsthilfekontaktstellen?
- ➔ Gibt es Öffentlichkeitsarbeit für meine Selbsthilfegruppe?
- ➔ Gibt es Informationsmaterial über die Selbsthilfegruppe?
- ➔ Gibt es Maßnahmen zur Gewinnung neuer Gruppenmitglieder?

Kommunikationshemmend ist,

- ➔ Grenzen der anderen Gruppenmitglieder nicht zu beachten/ zu akzeptieren und Inhalte der Gruppensitzungen an Dritte „auszuplaudern“.
- ➔ eine fehlende Struktur in der Gruppe, alle reden durcheinander.
- ➔ das Fehlen von Gesprächsregeln.
- ➔ deutliches Desinteresse zu zeigen.
- ➔ nicht aufmerksam zuzuhören, sondern sich gedanklich mit etwas anderem zu beschäftigen.
- ➔ Kritik und Einwände in verletzender, unangemessener Form zu äußern.
- ➔ Unklarheiten, Missverständnisse und Konflikte unausgesprochen stehen zu lassen.

Hilfsmöglichkeiten für Glücksspielsüchtige

Das Hilfsangebot für Glücksspielsüchtige und Angehörige hat sich in den letzten Jahren deutlich verbessert. Informationen darüber, wo eine Selbsthilfegruppe oder Beratungsstelle für Glücksspieler vor Ort zu finden ist, gibt es von der **Infoline Glücksspielsucht NRW**, unter der Tel.-Nr.: **0800 – 0776611** sowie in **türkischer Sprache** unter der Tel.-Nr. **0800 – 3264762**. Beide Hotlines sind kostenfrei und anonym zu erreichen. Dort können Sie eine erste Beratung bekommen. In den Beratungsstellen erhalten Sie zur Klärung Ihrer Situation Gespräche, die in Einzel- und Gruppenkontakten erfolgen können. Weitere Hilfen bieten stationäre Therapien in Kliniken, deren Vermittlung die Beratungsstelle übernimmt. Und auch der Austausch über Internetforen kann eine hilfreiche Unterstützung sein.

Bei der Kontaktaufnahme zu Selbsthilfegruppen in NRW kann auch die Fachstelle Glücksspielsucht in Neuss unterstützen, da Neuss für die Vernetzung von Selbsthilfegruppen im Bereich Glücksspielsucht in NRW zuständig ist. Eine bundesweite Orientierungshilfe bieten auch NAKOS und die DHS. (*Adressen im Anhang*)

Anhang

Links von Selbsthilfe, Verbänden, Initiativen

- ➔ www.spuh.de
Tipp!
SPuH NRW e.V. Spielsucht Prävention und Hilfe
Hochstraße 84
59192 Bergkamen
(Zusammenschluss der GlücksspielerSelbsthilfe-
gruppen in NRW)
oder Mail an: SPuH@gmx.de

- ➔ www.anonyme-spieler.org
Anonyme Spieler Deutschland

- ➔ www.gamanon.de
Angehörige und Familien der Anonymen Spieler

- ➔ www.selbsthilfenetz.de
Tipp!
Selbsthilfenetz in Deutschland – umfangreiches
Internetportal für NRW mit Informationen, wo Sie vor
Ort Unterstützung bei der Gründung einer
Selbsthilfegruppe finden

- ➔ www.gluecksspielsucht.de
Fachverband Glücksspielsucht e.V.

- ➔ www.spielfrei-leben.de
Verein für Spielsüchtige und deren Angehörige,
Hannover

➔ www.dhs.de
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen

➔ www.mgepa.nrw.de
Gesundheitsministerium NRW

➔ www.koskon.de
Koordination für Selbsthilfe in NRW

➔ www.nakos.de

Tipp!

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen – umfassende Informationen rund um das Thema Selbsthilfe mit gut gepflegter Adress- und Datenbank über lokale Kontakt- und Informationsstellen sowie den Adressen von nationalen und internationalen Unterstützerorganisationen.

Wichtige Links und Adressen in NRW

➔ Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW
www.gluecksspielsucht-nrw.de oder Mail an:
info@gluecksspielsucht-nrw.de
Niederwall 51
333602 Bielefeld
Tel.: 0521/ 399 55 89-0
Fax: 0521/ 399 55 89-9

➔ Fachstelle Glücksspielsucht, Caritas Sozialdienste
www.spielsucht.net oder Mail an: info@spielsucht.net
Rheydter Str. 174-176, 41464 Neuss
Tel.: 02131/ 889-170
Fax: 02324/ 889-182

- ➔ Arbeitskreis gegen Spielsucht e. V.
www.ak-spielsucht.de oder Mail an:
info@ak-spielsucht.de
Südring 31
59423 Unna
Tel.: 02303/ 89669
Fax: 02303/ 896 70

- ➔ Beratungsstelle für Glücksspielsüchtige und Angehörige
Diakonisches Werk Herford e.V.
Auf der Freiheit 25
32052 Herford
Tel.: 05221/5998-38 oder -36
Fax: 05221/5998-75

Tipp!

Für Selbsthilfegruppen ist wichtig, in den gängigen Datenbanken und Foren, in denen Gruppeninformationen ausgetauscht werden, vertreten zu sein wie z. B. www.spielsucht.net (die Seite der Fachstelle Glücksspielsucht in Neuss) und/oder www.gluecksspielsucht-nrw.de (die Homepage der Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW) und/oder www.gluecksspielsucht.de (Homepage des Fachverbandes Glücksspielsucht).

Bei Problemen und Fragen rund um Ihre Selbsthilfegruppe ist immer auch die Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas in Neuss ansprechbar, die als überregionale Anlaufstelle für NRW manchmal schneller weiterhelfen kann als andere Stellen.

Wenn Ihre Selbsthilfegruppe mit einer Beratungsstelle vor Ort zusammenarbeitet, kann auch dort um Hilfe nachgefragt werden. Weitere Unterstützung zum Aufbau gibt es bei den regionalen Selbsthilfekontaktstellen (K.I.S.S.).

Weitere wichtige Links in NRW und bundesweit

- ➔ www.landesstellen-sucht-nrw.de/
Landesstelle Sucht NRW
- ➔ www.ginko-stiftung.de
Landeskoordinierungsstelle Suchtvorbeugung NRW
- ➔ [www.belladonna-essen.de/
landeskoordinierungsstelle-frauen-und-sucht-nrw/](http://www.belladonna-essen.de/landeskoordinierungsstelle-frauen-und-sucht-nrw/)
Landeskoordinierungsstelle Frauen und Sucht NRW,
BELLA DONNA
- ➔ www.bzga.de
Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
- ➔ www.dhs.de
Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e.V. (DHS)
- ➔ www.bmg.bund.de
Bundesministerium für Gesundheit

Foren im Internet

- ➔ www.spielsucht.net
wird von der Schwerpunktberatungsstelle
Glücksspielsucht bei der Caritas Neuss betreut
- ➔ www.forum-gluecksspielsucht.de
vom Fachverband Glücksspielsucht e.V. betreutes Forum
- ➔ www.die-spielsucht.de
private HP einer (Ex) Glücksspielerin
- ➔ www.forum-spielsucht.de
von Betroffenen betreutes Forum

Broschüren und Berichte

„Game Over“

Ratgeber für Glücksspieler und ihre Angehörigen –

Ilona Fächtschnieder-Petry, Jörg Petry, Lambertus 2010.

„Wenn das Glücksspiel zum Problem wird...“

Beratungsstelle –Therapiezentrum “AS“ für Glücksspielab-
hängige und Angehörige - *Izabela Horodecki, Wien 2002.*

„SpielerSelbsthilfegruppen in Nordrhein-Westfalen.

Bericht zur Befragung der SpielerSelbsthilfe in NRW, Juni –
Oktober 2006“.

*Fachstelle Glücksspielsucht, CaritasSozialdienste
Rhein-Kreis Neuss, 2007.*

„Nichts geht mehr!?! – Oder: Frühe Hilfen wirken früh!“

Informationsbroschüre für Angehörige von Glücksspielsüch-
tigen. *Hrsg. Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht
NRW. Bielefeld 2013.*

„Frauen spielen anders“

Eine Informationsbroschüre über Pathologisches Glücksspielen bei Frauen. Hrsg. *Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW. Bielefeld 2013.*

„Glücks)spielende Männer ... Verlierende Männer ...

Verlorene Männer“. Eine Informationsbroschüre über

Männer und Glücksspiel. Hrsg. *Landeskoordinierungsstelle Glücksspielsucht NRW. Bielefeld 2013.*

Selbsthilfeförderung

Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW

Weitere Informationen zur Förderung der Selbsthilfe nach § 20 c SGB V können über die Landesstellen für Suchtfragen eingeholt werden. Für NRW ist der Ansprechpartner der

Fachausschuss Suchtselbsthilfe NRW

Schubertstraße 41

42289 Wuppertal

Tel.: 0202/ 620 03 74

geschaeftsstelle@fas-nrw.de

Die Förderung durch Krankenkassen ist bundesweit nicht einheitlich geregelt und muss örtlich gestellt werden. Einen Musterantrag für die Förderung durch eine Krankenkasse finden Sie unter www.nakos.de/site/data/GKV_Antrag_SHG.doc. Eine bundesweite Liste der Ansprechpartner der Krankenkassen finden Sie unter www.dhs.de/web/arbeitsfelder/selbsthilfe.php.

Anträge für die Förderung durch die Rentenversicherung

können unter www.dhs.de/web/projekte/nachsorge.php heruntergeladen werden. Dort erhalten Sie auch wichtige und aktuelle Informationen zur Förderung. Die Anträge müssen für NRW über die Landesstelle für Suchtfragen in 48147 Münster, Friesenring 32-34, eingereicht werden (www.inforum-sucht.de).



Wenn Sie Unterstützung bei der Antragstellung oder Kontaktaufnahme zu Förderstellen benötigen, können Sie sich gerne an die Fachstelle Glücksspielsucht in Neuss wenden oder an die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) in Hamm (auch bundesweit). Dort hilft man auch, die notwendigen Begründungen zu formulieren. (Adressen s.o.)

Ansprechpartner der nordrhein-westfälischen Krankenkassen(-verbände) zu Fragen der Förderung der Landesorganisationen /-verbände der Selbsthilfe

AOK Rheinland

Gabriele Schippers
0211/ 87 91-12 90
gabriele.schippers@rla.aok.de
Kasernenstr. 61
40213 Düsseldorf

AOK Westfalen-Lippe

Martina Pötter+ Lioba Heuel
0231/ 41 93-326
martina.poetter@wl.aok.de
lioba.heuel@wl.aok.de
Nortkirchenstr. 103-105
44263 Dortmund

BKK-Landesverband

Heiko Ulbrich
0201/ 179-16 49
h.ulbrich@bkk-nrw.de
Nordrhein-Westfalen
Kronprinzenstr. 6
45128 Essen

Knappschaft

Claudia Röttger
0234/ 15204304-03
claudia.roettger@kbs.de
Dez. I.5.2
Königsallee 175
44799 Bochum

IKK

Nordrhein
Georg Hensel
01880/ 455-12 71
georg.hensel@ikk-nordrhein.de
Kölner Str.1-5
51429 Bergisch-Gladbach

**Sozialversicherung für Landwirtschaft,
Forsten und Gartenbau (SVLFG)**

Stephanie Saabe
0251/ 23 20-427
Stephanie.saabe@svlfg.de
Claudia Voß
0251/ 23 20-469
claudia.voss@svlfg.de
Nordrhein-Westfalen (LKK NRW)
Hoher Heckerweg 76-80
48147 Münster

**Für TK, KKH, HaMü, HEK, HZK,
BRÜHLER Ersatzkasse:**

**Selbsthilfe – Fördergemeinschaft der
Ersatzkassen in Nordrhein-Westfalen**

c/o VdAK/AEV-Landesvertretung
Bärbel Brünger
0211/ 384 10-15
baerbel.bruenger@vdek.com
Nordrhein-Westfalen
Graf-Adolf-Str. 67-69
40210 Düsseldorf

**Barmer GEK
Landesgeschäftsstelle Westfalen**

Herr Schulte
018500/ 80-00 00
Karsten Eithoff
018500/ 80-11 33
Engelstr. 65
48143 Münster

**Barmer GEK
Landesgeschäftsstelle Nordrhein**

Karsten Menn
018500/ 67-00 00
Anne Rickert
Anne.Rickert@barmer-gek.de
018500/ 67-33 03
Postfach 10 14 45
40005 Düsseldorf
Am Wehrhahn 33
40211 Düsseldorf

Deutsche Angestellten Krankenkasse

Arno Prähler

0211/ 55 04-15 11 06

Arno.Praehler@dak.de

Graf-Adolf-Straße 89

40210 Düsseldorf

**Antrag auf Zuwendungen
der Deutschen Rentenversicherung Bund
gem. § 31 Abs. 1 Nr. 5 SGB VI**

- Pauschalierte Sucht-Selbsthilfegruppenförderung –

Jahr:

Bundesland:

Träger:

Name der Gruppe:

Adresse der Gruppe:

Bankverbindung der Gruppe:

Zielgruppe:

- Alkoholabhängige
- Drogenabhängige
- Medikamentenabhängige
- Spielsüchtige

(Mehrfachnennungen sind möglich)

Die o. g. Gruppe erfüllt die für die pauschalierte Selbsthilfegruppenförderung festgelegten Voraussetzungen (mindestens 10 Teilnehmer/innen, regelmäßiges wöchentliches Treffen, mindestens einjähriges Bestehen). Die Teilnehmer/innen sind im rentenversicherungspflichtigen Alter. Es handelt sich nicht um eine professionell angeleitete Gruppe, nicht um eine reine Angehörigengruppe und nicht um Altersrentenbezieher. Zur Deckung unserer Ausgaben, wie Fahrgeld, Porto/Telefon, Honorar, Büromaterial, Literatur und Informationsmaterial beantragen wir pauschal EUR (max. 200,00 EUR)

Datum, Unterschrift – Gruppenleiter/-in oder Vertreter/-in

**Verwendungsnachweis
über pauschale Förderung der Sucht-Selbsthilfegruppen
durch die Deutsche Rentenversicherung Bund
(§ 31 Abs. 1 Nr. 5 SGB VI)**

Jahr:

Bundesland:

Träger:

Name der Gruppe:

Adresse der Gruppe:

Hiermit bestätige ich, dass die Gruppe die gewährte Zuwendung
in Höhe von

.....,.. EUR antragsgemäß verwendet hat.

Datum, Unterschrift – Gruppenleiter/-in oder Vertreter/-in

Infoline Glücksspielsucht NRW
- Kostenlos und anonym -
0800 - 0776611



LANDESKOORDINIERUNGSSTELLE

gluecksspielsucht NRW