
Nationale Tagung „Selbsthilfe und professionalisierte Suchthilfe - Welche Zusammenarbeit? | 27. März 2014 | PROGR Bern

Workshop: Online-Selbsthilfe

Entwicklungen und Perspektiven in der Praxis am Beispiel von moderierten Gruppen-Chats
Alwin Bachmann, Infodrog; Fabienne Hostettler und Adrienne Scheurer-Villet, Selbsthilfe
Bern

Präsentierte Inhalte:

1. Selbsthilfe finden reell und virtuell, Selbsthilfe Bern
2. www.safezone.ch

Die Einladung des breit abgestützten Projekts Safe Zone – einer Dienstleistung des Bundesamtes für Gesundheit in Zusammenarbeit mit Kantonen, Suchtfachstellen und Partnern –, für ein Mitmachen im virtuellen Team stiess bei der Selbsthilfe BE auf offene Ohren: Das Interesse an der Moderation von thematischen Gruppenchats war grundsätzlich vorhanden, weil der Verein sich bereits damit befasst hatte, sich in diese Richtung weiterzuentwickeln.

Vorteil der Online-Selbsthilfe: Sie ist absolut anonym, örtlich ungebunden und entsprechend ohne jegliche Hemmschwelle.

Das Online-Portal www.safezone.ch bietet verschiedene Formen der Online-Beratung und -Selbsthilfe an. Selbsthilfe erfolgt primär im Chat und im Forum sowie in den verlinkten Selbsttests. Es werden zeitlich terminierte und vorangekündigte Gruppenchats zu verschiedenen Themen angeboten. Die Chats werden moderiert; je nach Thema wird zusätzlich ein Themenexperte (Suchtfachperson) beigezogen. Der Zugang zum Portal ist sowohl über eine neue zentrale Webadresse – www.safezone.ch – wie auch über die bestehenden lokalen Websites der teilnehmenden Institutionen möglich.

Die Kooperation zwischen Selbsthilfe und professioneller Hilfe findet bei diesem Projekt im virtuellen Raum statt: Im Back-Office der Beratungssoftware, wo Präsenzzeiten, Chats, Themen eingetragen werden und zudem ein reger Austausch zwischen den verschiedenen ModeratorInnen, BeraterInnen und ExpertInnen stattfindet.

Der Workshop umfasste auch einen praktischen Teil, in dem ein moderierter Gruppenchat durchgeführt wurde. Für einige der Anwesenden war es das erste Mal, dass sie an einem Chat teilnahmen.

Das Projekt „Stärkung der Selbsthilfe im Suchtbereich“ wird durch das Nationale Programm Alkohol finanziert