www.selbsthilfe-digital.com

Digitalisierung als Mittel zum Zweck

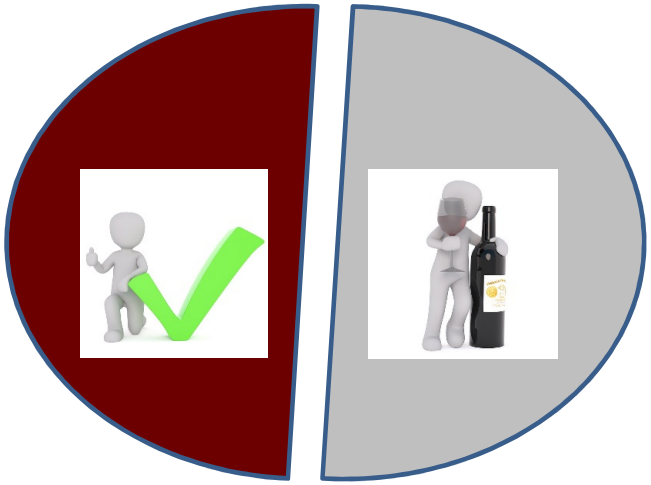
Wir bleiben in Kontakt

Verbindlichkeit	Fixe Termine und zuverlässige Organisation
Missverständnisse	Reden und nicht schreiben
Ehrlichkeit	Beständigkeit baut Vertrauen auf

www.selbsthilfe-digital.com

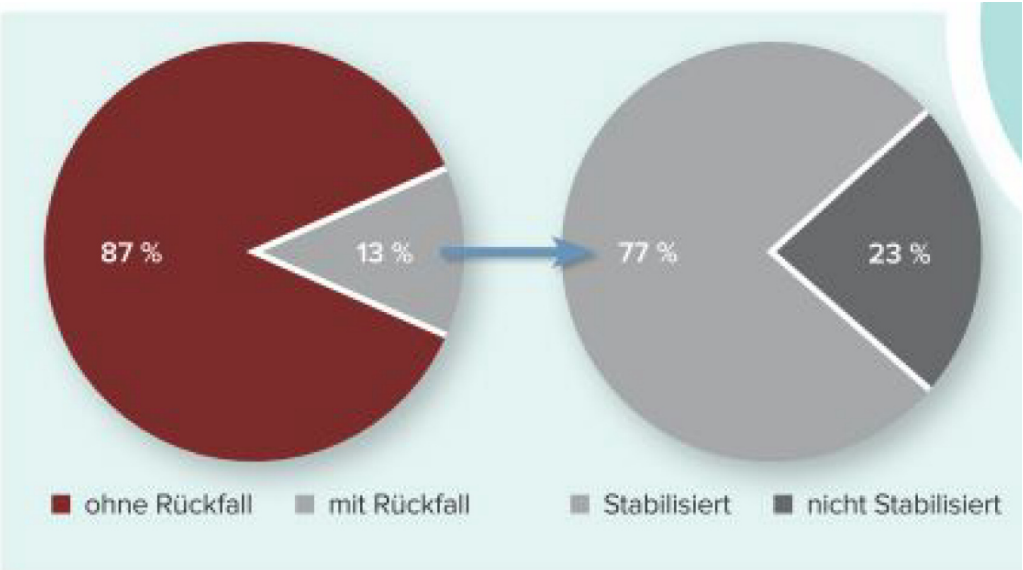
Rückfall in den ersten 4 Jahren

Ohne Selbsthilfegruppe



ca. 50-60 % werden rückfällig

Mit Selbsthilfegruppe



www.selbsthilfe-digital.com

Warum funktioniert Selbsthilfe

Offen zu seiner Sucht stehen

Mit der Erkrankung leben

Soziales Umfeld

www.selbsthilfe-digital.com

Die drei Säulen der SH-digital

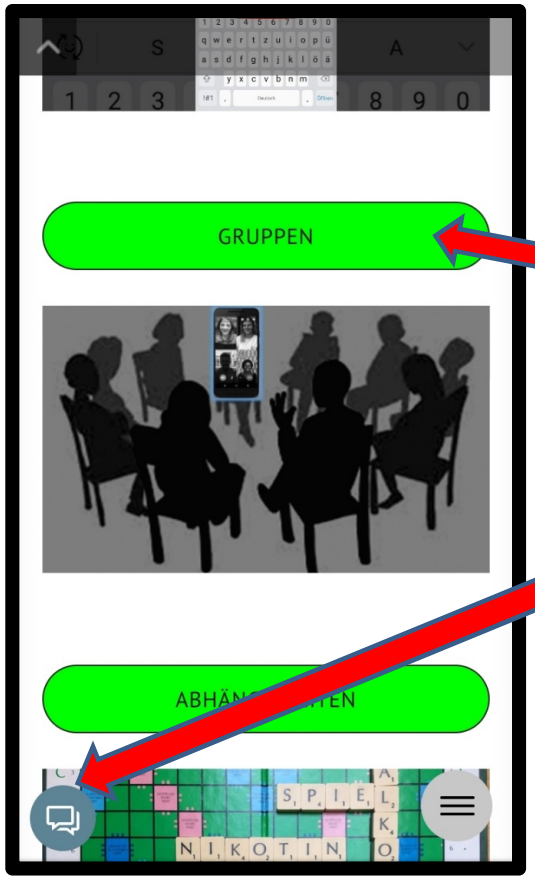
1. Gruppentreffen und – gespräche live und digital

2. Patenschaften und Netzwerkpartnerschaften

3. Öffentlichkeitsarbeit und Präventionsarbeit

www.selbsthilfe-digital.com

1. Der Weg in die Gruppe



Schritt 1: Web-Seite öffnen

Schritt 2: Gruppe aussuchen

Schritt 3: Skype Name angeben und welche Gruppe Du besuchen willst.

Schritt 4: Der Gruppenleiter ruft Dich zum Gruppentermin an.

www.selbsthilfe-digital.com

1. Gruppengespräche

Ich habe meine Gruppe immer und überall bei mir.

www.selbsthilfe-digital.com

2. Patenschaften

Erstgespräch persönlich vor oder während einer Behandlung.
Erstellung eines Begleitungsplans.

Therapiephase mit gelegentlichen Skype-Gesprächen.

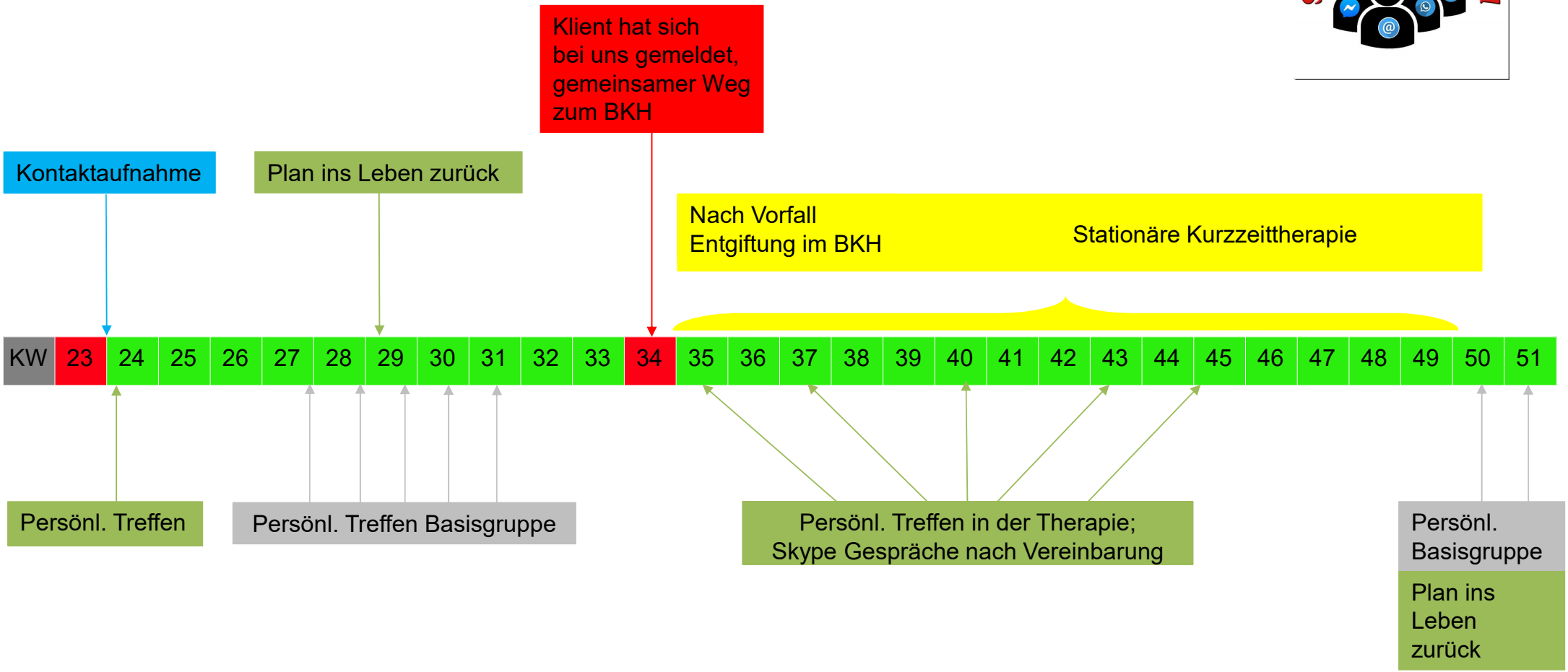
Vor Therapieende gemeinsames erstellen vom Plan **„Das Leben nach der Therapie“**

Gemeinsam den Weg in die zufriedene Abstinenz

www.selbsthilfe-digital.com

Blended Consulting

Patenschaften am Beispiel von Klient A



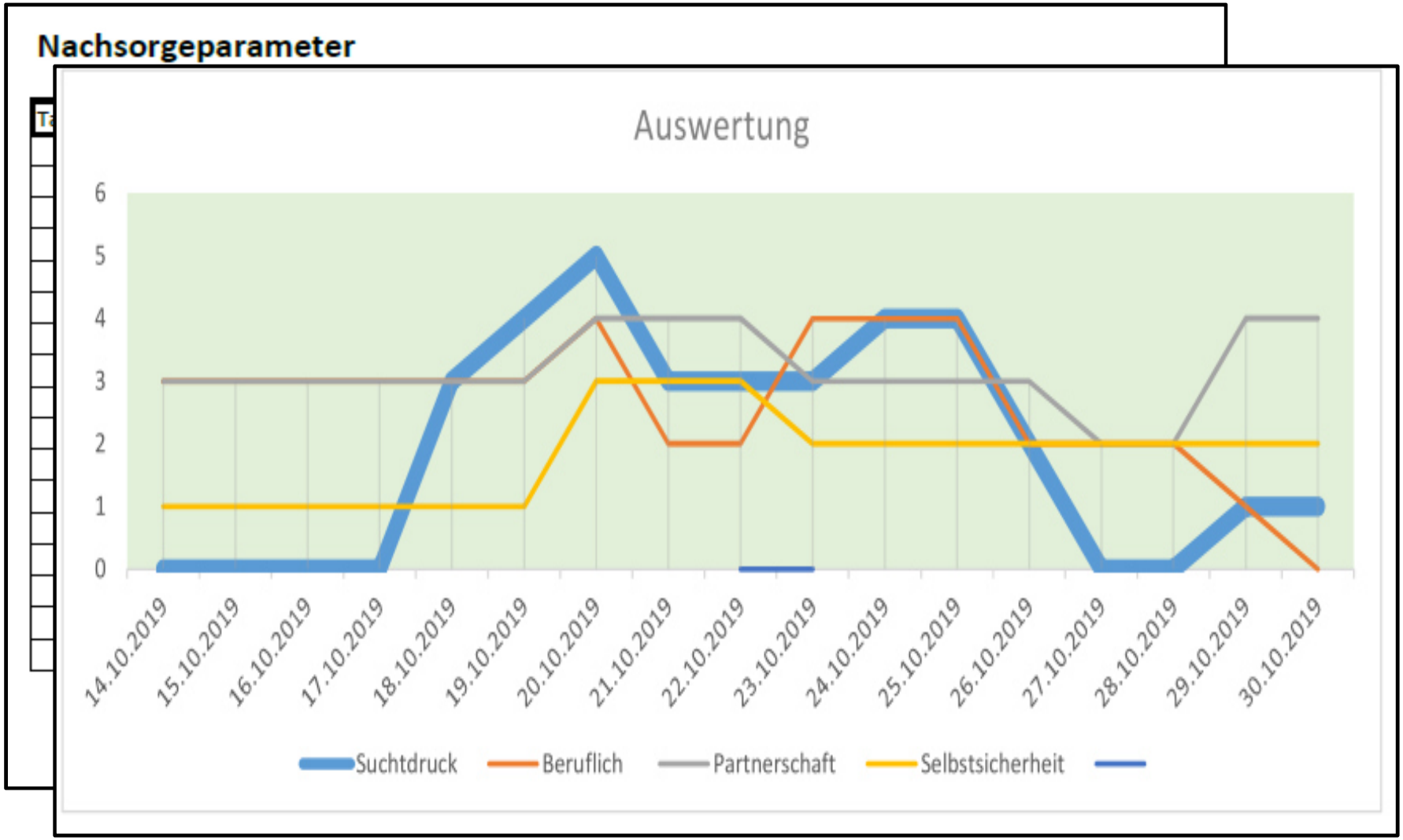
www.selbsthilfe-digital.com

SHG – digital App

Eingabe		App	
	z.B.: Beruf		Beruf
TOP 3 Themen	z.B.: Partnerschaft	Tägliche Abfrage	Partnerschaft
	z.B.: Selbstsicherheit		Selbstsicherheit
			Suchtdruck
Termine und Kontakte	Nachsorgetermine	Terminerinnerung	
	SHG-Termine	Anrufaufbau	

www.selbsthilfe-digital.com

SHG – digital App



3. Vortragsreihe „live und online“

www.selbsthilfe-digital.com

Unser Plan

Suchtberatung

Entgiftung

LZ-Therapie

Ambulante Therapie

Stufenplan

Selbsthilfe die Brücke in die zufriedene Abstinenz

Geändertes soziales Leben

Berufliche Eingliederung

Nachsorge

Rückfallaufarbeitung

www.selbsthilfe-digital.com

„Reden ist Gold und unsere Medizin“

www.selbsthilfe-digital.com