

## KIT und „Junge Selbsthilfe“

Wo kann man das Thema „Junge Selbsthilfe“ besser propagieren als in der Mensa der Universität KIT, dem Karlsruher Institut für Technologie. Deshalb folgten wir gerne der Einladung des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes (Selbsthilfebüro) und dem AStA am KIT während der Mittagszeit mit den Studierenden ins Gespräch zu kommen.

Mit unserer Info-Theke, einem entsprechenden RollUp und unserem neuen, bei der Offerta in der Vorwoche sehr gut angenommenen Wissensrad, waren wir nicht zu übersehen und erweckten entsprechende Neugier.

Im gleichen Altersspektrum wie die Studierenden stellten sich dankenswerterweise mit Laura und Bastian zwei Gruppenteilnehmende des Freundeskreises Karlsruhe als Ansprechpartner zur Verfügung, mit Unterstützung unserer Gruppenbegleiterin Gabi, welche selbst beruflich im KIT tätig ist.

Wer am Wissensrad drehte erhielt eine Frage aus den Bereichen, Alkohol, pathologisches Glücksspiel, social Media, Drogen, Essstörung und Angehörige/Eltern. Das bedeutete einen lockeren Einstieg über die breitgefächerten Angebote unserer Selbsthilfe aller Abhängigkeitsformen und Suchtproblematiken. Stress, Leistungsdruck, Existenz- und/oder Versagensängste gehen selbstverständlich auch bei den jungen Menschen nicht spurlos vorüber und können zu stoff- und nicht stoffgebundenen Abhängigkeiten führen. Unser Team vermittelte in lockeren, aber ernsthaften Gesprächen, dass Selbsthilfe nicht nur ein öder Stuhlkreis ist, sondern auch junge Menschen anspricht, Hilfe zur Selbsthilfe bietet, aber auch über das breite Angebot der professionellen Ansprechpartner im Suchthilfenetzwerk des Stadt- und Landkreises Karlsruhe und darüber hinaus informieren und vermitteln kann.



Natürlich nutzten wir bei diesem Personenkreis auch die Möglichkeit über das neue Online-Gruppenangebot unseres Landesverbandes zu informieren und zu werben. Visitenkarten mit den Zugangsdaten und Flyer über unsere Präsenzangebote wurden

gerne mitgenommen. Der Griff zu den Selbsttest über Alkohol oder Internetnutzungsstörung wurde meist mit den Worten: „Den drücken wir diesem und jenem in die Hand“ kommentiert.

Bei den rund 8500 Studierenden und Mitarbeitenden des KIT, welche täglich die Mensa aufsuchen, waren wir mit unserem Infostand im Eingangsbereich der Mensa nicht zu übersehen und konnten damit, für die Freundeskreise für Suchtkrankenhilfe und die junge Selbsthilfe eine optimale Reichweite erzielen.

Dieter Engel

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Karlsruhe e.V.