Deutscher Suchtkongress
DSK, Vol. 2, No 1 (2025): Article ID 2444

Infinite Science Publishing

Das (Sucht)-Selbsthilfeangebot SoberCircle – Die App für ein suchtmittelfreies Leben

Melanie Maier[*1]

[1] *Guttempler in Deutschland e.V., Hamburg, Deutschland*
[*] *Korrespondenz, E-Mail: maier@guttempler.de*

© 2025 Melanie Maier; Lizenznehmer Infinite Science Publishing
Dies ist ein Open-Access-Abstract, das unter den Bedingungen der Creative Commons Attribution License veröffentlicht wird, welche uneingeschränkte Nutzung, Verbreitung und Reproduktion in jedem Medium erlaubt, sofern das Originalwerk ordnungsgemäß zitiert wird. (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0)

Hintergrund
Zentrale Leitgedanken moderner Suchtselbsthilfe sind das biopsychosoziale Gesundheitsverständnis und ein ressourcenorientierter Blick auf Suchterkrankungen. Ein gestiegenes Gesundheitsbewusstsein sowie neue wissenschaftliche Erkenntnisse, beispielsweise zur Schädlichkeit von Alkohol, verändern die Anforderungen an Unterstützungsangebote. Um auch jüngeren Menschen ein attraktives Suchtselbsthilfeangebot und moderne, flexible Beteiligungsmöglichkeiten anbieten zu können, sind innovative Angebote erforderlich.

Erläuterungen
In diesem Vortrag wird das Selbsthilfeangebot SoberCircle vorgestellt.

Ergebnisse
Mit dem „SoberCircle“ wurde ein modernes, digitales Unterstützungsangebot geschaffen, das den Austausch über ein suchtmittelfreies Leben fördert. Die von den Guttemplern in Deutschland entwickelte App richtet sich sowohl an Menschen mit Suchterfahrung als auch an Interessierte aus der Sober-Curiosity-Bewegung, insbesondere im Alter von 25 bis 45 Jahren. Über ergänzende Kanäle wie die Homepage, Instagram, Spotify und den Podcast „Sober & Sound“ entsteht eine lebendige, niedrigschwellige Community-Plattform, in die sich alle Interessierten auch selbst aktiv einbringen können. Die App bietet insbesondere jungen Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen Gesundheitsinformationen und fördert die Begegnung auf Augenhöhe beispielsweise durch Veranstaltungen. Dadurch leistet sie auch einen Beitrag zur Rückfallprophylaxe sowie zur Nachsorge.

Diskussion und Schlussfolgerung
Der Vortrag versteht sich als praxisnaher Beitrag zur fachlichen Diskussion. Ziel ist es, Einblicke zu geben.

Offenlegung von Interessenskonflikten sowie Förderungen
Ich erkläre, dass während der letzten drei Jahre keine wirtschaftlichen Vorteile oder persönlichen Verbindungen bestanden, die die Arbeit zum eingereichten Abstract beeinflusst haben könnten.

DOI: 10.18416/DSK.2025.2444