

Interview mit Dirk Greiff – Moderator im KREUZ-BUND-Chat



Dirk ist Mitglied im Kreuzbund seit 1990 und nach eigener Aussage viel im Kreuzbund herumgekommen, nicht nur auf Diözesanebene, auch außerhalb Berlins und noch immer aktiver Gruppengänger. Dirk hat in den zurückliegenden drei Jahrzehnten vielfältige Aufgaben im Berliner

Kreuzbund übernommen. Zuletzt war er von 2017 bis 2020 Stellvertretender Vorsitzender im DV Berlin. Dirk ist immer noch daran interessiert, mehr über Suchtselbsthilfe und Suchthilfe zu erfahren und auch aktiv mitzuwirken. Zurzeit engagiert er sich als Moderator im Kreuzbund-Chat. Andrea Lamperty-Bielefeld und Klaus Noack führten das Interview zum Thema Kreuzbund-Chat.

Was ist der Kreuzbund-Chat?

Der Chat ist ein niederschwelliges Angebot des Kreuzbundes für Menschen, die bisher keinen Zugang zur Suchthilfe und Suchtselbsthilfe hatten. Es ist eine Plattform, auf der sich Suchtkranke mit den unterschiedlichsten Konsummustern und auch deren Angehörige, finden und austauschen können. Gerade auf die Teilnahme der Angehörigen legen wir großen Wert. Die Teilnehmenden im Chat können sich so dem Thema Hilfe nähern und erfahren, was es da alles gibt. Für die Meisten sind wir die erste Anlaufstation.

Wird im Kreuzbund-Chat nur geschrieben und gelesen oder ist es ein Videochat?

Es ist ein reiner Lese- und Schreibchat und gehört zum Konzept des niederschwelligen Angebotes; anonym bleiben zu können.

Ist das einer der Gründe, lieber am Chat teilzunehmen als zu einer Gruppe zu gehen?

Das kommt vor, doch viele wissen gar nicht, dass es Selbsthilfegruppen gibt. Es gibt Menschen mit einer Soziophobie, die nicht in der Lage sind mit ihren Problemen auf andere Personen zuzugehen, bzw. sich Hilfe zu suchen.

Hast du einen Überblick, wie viele Menschen mit einer Soziophobie den Chat nutzen? Sind es Einzelfälle oder kommt es häufiger vor?

Ich habe keinen Überblick wie viele es sind, doch kommt es häufiger vor als ich es mir vorgestellt habe.

Seit wann gibt es den Kreuzbund-Chat?

Den Kreuzbund-Chat gibt es seit 2020 und ich bin auch seit den Anfängen dabei. Zuerst nur als Nutzer und nach einigen Monaten als Chat-Moderator.

Was hat dich bewogen als Moderator mitzuwirken?

Es war die Anfrage von „Außen“ aus dem Moderatorenteam. Ich war mir nicht sicher, da ich mit diesem Medium noch gar keine Erfahrung hatte. Außerdem sträubte ich mich gegen die Beschäftigung mit digitalen Medien. Ich durfte dann feststellen, dass es nicht so schwierig ist, sondern dass es auch darauf ankommt, die Fähigkeiten einer guten Gruppenleitung einzubringen.

Welche Aufgaben hat ein Moderator und welche Voraussetzungen sollte ein Moderator haben?

Der Moderator sollte viel Geduld haben und mit seinen Äußerungen zurückhaltend sein. Weiterhin sollte er keine voreiligen Schlüsse aus den geschriebenen Texten sowie auch keine Rückschlüsse zur Person ziehen. Die Teilnahme am Chat ist anonym und die Namen der Teilnehmenden müssen nicht real sein. Ich sehe nur, was dort geschrieben steht. Ich weiß nicht, ob es ein Betroffener oder ein Angehöriger ist, ich weiß nicht, ob es ein Mann oder eine Frau ist und ich weiß nicht wie alt die Person ist. Wenn ich das wissen möchte, frage ich. Der Moderator sollte auch darauf achten, dass die weiteren Nutzer nicht ins „Schweigen“ verfallen oder sich zurückgesetzt fühlen. Denn es sind nicht nur zwei Nutzer im Chat, sondern bis zu acht Nutzer gleichzeitig. Die Moderatoren, es sind immer zwei Moderatoren an einem Chat beteiligt, achten darauf, dass sich die Nutzer respektvoll gegenüber den anderen verhalten und sie sich entsprechend den Chatregeln benehmen. Es wird im Chat niemand verletzt beleidigt oder diskriminiert.

INTERVIEW



Du hast gerade erwähnt, dass immer zwei Moderatoren im Chat sind – warum ist das erforderlich?

Es ist sehr schwierig den gesamten Chatverlauf zu verfolgen, denn anders als in einer Gruppe spricht / schreibt nicht nur ein Nutzer sondern oft mehrere Nutzer gleichzeitig. Es kommen dadurch gleichzeitig mehrere Benachrichtigungen und ich schreibe auch noch selbst. Es ist immer gut, wenn noch jemand dabei ist, der den Verlauf auch verfolgt, nicht ständig mitschreibt, sondern den Chat in Gang hält.

Sind immer die gleichen Moderatoren im Chat?

In der Regel gibt es feste Teams. Bei Krankheit oder Urlaub gibt es selbstverständlich Vertretungen. Die Moderatorenteams kommen aus dem gesamten Kreuzbund (bundesweit). Wir haben uns in einem Präsenztreffen auch persönlich kennengelernt. Wir treffen uns in Abständen zu Videokonferenzen und haben selbstverständlich unsere Telefonnummern ausgetauscht, so dass ich auch während des Chats den Co-Moderator anrufen kann, wenn eine besondere Situation auftritt, die nicht im Chat geklärt werden soll.

Wer koordiniert die Teams und die Chatzeiten?

Das macht Michael Tremmel, Referent der Bundesgeschäftsstelle und Projektleiter des Kreuzbundchats. Die Zusammensetzung der Moderatorenteams regeln wir jedoch unter uns.

Ist das Moderatorenteam immer am gleichen Tag zur selben Zeit im Chat? Oder anders gefragt: Kann ich immer mit den Moderatoren meiner Wahl chatten?

Die Zeiten und Tage sind fest. Die meisten Besucher sind keine Dauergäste, so dass es in der Regel egal ist, wer den Chat moderiert. Wichtig ist, dass der Chat stattfindet, nicht wer ihn moderiert.

Ist es dennoch möglich, wenn ich ein besonderes Anliegen habe, mit einem der Moderatoren unter „vier Fingern“ zu chatten?

Wenn das Bedürfnis erkennbar ist, kann jeder Moderator einen „Unterchat“ einrichten und den Nutzer einladen daran teilzunehmen. Die anderen Nutzer werden gebeten, diesen „Unterchat“ nicht zu nutzen; aus technischen Gründen ist leider kein geschlossener Unterchat möglich. Wenn ich mer-

ke, dass dann ein Thema angesprochen wird, welches für alle Nutzer relevant ist, bemühe ich mich den Einzelnen wieder in den gemeinsamen Chat zurückzuholen, mit dem Hinweis die Erfahrungen der Gruppe zu nutzen.

Wie schafft ihr Moderatoren es mit belastenden Situationen umzugehen und euch abzugrenzen?

Dafür haben wir unser Zweierteam, wir können direkt nach dem Chat miteinander telefonieren und wir haben die Möglichkeit bei größeren Belastungen im gesamten Team per Videochat drüber zu sprechen. Dennoch sollten die Moderatoren über eine stabile Abstinenz verfügen. Es ist schon manchmal sehr belastend, was so geschrieben wird, insbesondere von Angehörigen.

Gibt es auch spezielle Chats für Angehörige?

Ja, jeden Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr. Dieser Chat wird auch von zwei Angehörigen moderiert.

Wer kann beim Chat mitmachen?

Alle, die über 18 Jahre alt sind.

KREUZBUND-CHAT

- Für alle Sucht-Themen offen
- Selbsthilfe von Betroffenen für Betroffene
- Moderiert durch Betroffene & Angehörige mit langjähriger Selbsthilfe-Erfahrung
- Anonym & datengeschützt chatten
- Einfach von zu Hause und unterwegs mit Gleichgesinnten austauschen

kreuzbund.de → chat → zum chat

Hilfe für Suchtbetroffene & Angehörige
Immer für Dich da!

Wie könnt ihr das überprüfen?

Eigentlich gar nicht. Wenn wir während des Chats den Verdacht haben, dass ein Minderjähriger daran teilnimmt, fragen wir nach. Wenn der Nutzer dann mitteilt, dass er jünger als 18 ist, müssen wir ihm mitteilen, dass er nicht am Chat teilnehmen kann. Wir weisen jedoch immer auf andere Hilfsangebote hin, wie z.B. Suchtberatungsstellen, Vertrauenslehrer u.a..

Ist der Chat zugänglich für jeden?

Ja, der Chat ist für jeden da, nicht nur für Nutzer vom Kreuzbund. Es ist ein Angebot des Kreuzbundes und nennt sich Kreuzbund-Chat. Einzige



INTERVIEW

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Suche nach Hilfe bei Suchtproblemen.

Wie kann ich an einem Chat teilnehmen?

Zur Teilnahme am Chat muss ich mich auf der Startseite des Chats registrieren. Dazu ist es nicht erforderlich, sich mit seinem realen Namen anzumelden. Wir empfehlen sogar, sich einen Nickname zuzulegen. Bei der Registrierung ist es erforderlich, sich ein Passwort zuzulegen, jedoch muss keine E-Mailadresse hinterlegt werden, was zur Folge hat, dass beim Vergessen des Passwortes ein neuer Account angelegt werden muss. Ist eine E-Mailadresse hinterlegt, kann das Passwort zurückgesetzt werden. Nach Beendigung des Chats wird der gesamte Chatverlauf unwiederbringlich gelöscht.

Wie lange dauert eine Chat-Sitzung?

Der Chat dauert 60 Minuten, auch mit Rücksicht auf die Moderatoren, da dann die Konzentration auf Grund der Anstrengung deutlich nachlässt. Der Chat wird nach 60 Minuten nicht abrupt beendet, sondern es erfolgt einige Minuten vorher eine Ankündigung und erst nach einer allgemeinen Verabschiedung wird der Chat geschlossen.

Hilfe für Suchtbetroffene & Angehörige
KREUZBUND-CHAT

- Für alle Sucht-Themen offen
- Selbsthilfe von Betroffenen für Betroffene
- Moderiert durch Betroffene & Angehörige mit langjähriger Selbsthilfe-Erfahrung
- Anonym & datengeschützt chatten
- Einfach von zu Hause und unterwegs mit Gleichgesinnten austauschen

kreuzbund.de → chat → zum chat *Immer für Dich da!*

Wie hoch sind die Teilnehmerzahlen?

Im Durchschnitt nehmen 6 – 8 Nutzer am Chat teil. Im Sommer 2021 hatten wir eine Höchstzahl von 16 Nutzern. Diesen Chat haben wir dann spontan geteilt um eine Kommunikation, die von allen verfolgt werden kann, zu ermöglichen. Die geringste Zahl an Nutzern lag im Jahr 2022 bei 3. Ein Chatangebot ohne Nutzer gab es erfreulicherweise noch nicht.

Gibt es Nutzer die regelmäßig, auch über einen längeren Zeitraum, teilnehmen?

Ja, die gibt es inzwischen auch. Es gibt auch einige, die dann plötzlich weg sind und auch andere, die sich abmelden und nun in eine Gruppe gehen. Das sind jedoch nur wenige die Meisten kommen und gehen.

Gibt es auch Nutzer aus Kreuzbundgruppen, die mal sehen wollen, was da so im Chat passiert oder kommen nur Menschen, die meinen, Gruppe ist nichts für mich?

Es sind immer wieder vereinzelt Gruppenbesucher aus dem Kreuzbund und anderen Gruppen dabei, die sehen wollen, ob es den Chat noch gibt, zu Corona-Zeiten häufiger als jetzt. Diese Teilnehmer sind willkommen und unterstützen die Arbeit der Moderatoren und berichten aus ihrer Erfahrung wie hilfreich Gruppen sind. Die bewegendsten Momente sind, wenn Teilnehmer schreiben: Sucht euch eine Gruppe, geht dort hin, es tut euch gut, ihr werdet es merken.

Gibt es Unterschiede im Chat zwischen Pandemiezeiten und Gegenwart?

Der einzige Unterschied ist die Häufigkeit des Angebotes, das jedoch nichts mit der Pandemie zu tun hat. Die Reduzierung auf nur noch drei wöchentliche regelmäßige Chats liegt darin begründet, dass sich der Kreuzbund von einigen Moderatoren im August 2022 getrennt hat. Zurzeit sind 6 Moderatoren tätig. Wer Moderator werden möchte, kann sich gerne bei uns melden, wir sind immer auf der Suche nach neuen Moderatoren. Wir würden das Angebot gerne wieder hochfahren.

Wie werden die möglichen neuen Moderatoren eingeführt oder geschult?

Eine Schulung, wie in den Anfängen ist nicht mehr vorgesehen. Ein guter Gruppenleiter hat die besten Voraussetzungen, um ein guter Moderator zu werden. Es erfordert jedoch eine deutliche Umgewöhnung auf das Lesen und Schreiben, es gibt keine Körpersprache. Die beste Vorbereitung ist, sich einige Male in den Chat einzuklinken, um zu schauen wie es sich abspielt und technisch abläuft. Bei Bedarf kann einem potenziellen Moderator auch ein Mentor an die Seite gestellt werden. Gruppenleiter zu sein ist keine Bedingung, um als Moderator zu wirken.

INTERVIEW



Was kann der Chat nicht leisten?

Unterstützung durch persönliche Treffen. Die Moderatoren sind nur zu den Chat-Zeiten erreichbar und nicht wie Gruppenmitglieder in kritischen Momenten telefonisch zu erreichen.

Gibt es besondere Regeln, die von den uns bekannten Gruppenregeln abweichen?

Es gibt keine einzuhaltende Reihenfolge der Beiträge, es geht „wild“ durcheinander. Wem was einfällt, der schreibt und manchmal schreiben mehrere gleichzeitig. Respektvoller Umgang gehört wie in der Gruppe dazu. Wer sich nicht daran hält, kann nach vorangehenden Ermahnungen vom laufenden Chat ausgeschlossen werden (Bannfunktion).

Der nächste Chat-Termin ist für diesen Nutzer dann wieder freigeschaltet.

Ist der Chat nur für Menschen mit Alkoholproblemen gedacht?

Nein, er ist offen für jeden Süchtigen, unabhängig vom konsumierten Stoff, der auf der Suche nach Hilfe und Information ist. Es gibt sehr viele Cannabiskonsumenten und Menschen mit Verhaltenssüchten – mehr als in den Gruppen, speziell Spielsüchtige und Abhängigkeit von Medien.

Die Tätigkeit im Chat hat mir gezeigt, dass das Verhaltensmuster von Süchtigen, unabhängig vom Suchtmittel oder süchtigem Verhalten, oft gleich ist. Abwehrverhalten, Leugnen, Ausflüchte suchen, um nicht handeln zu müssen, (ich kann nicht in die Klinik mich könnte jemand sehen), ist häufig zu beobachten.

Lieber Dirk, wir danken dir für dieses ausführliche Gespräch und wünschen dir und den anderen Moderatoren weiterhin viel Kraft für diese Aufgabe.

trinken kiffen pillenschlucken sniffen zocken
dauersurfen rauchen spritzen ...

GIB ORIENTIERUNG!

- Im Internet kennst Du Dich aus.
- Du lebst suchtmittelfrei oder bist Angehörige(r).
- Du bist seit Jahren Kreuzbund-Mitglied.
- Du willst weitergeben, was Du bekommen hast!
- Du verstärkst unser Moderatoren-Team im Kreuzbund-Chat!

Gib ein Signal! Wir freuen uns auf Dich!

☎ 02381-67272-21 ✉ tremmel@kreuzbund.de



Werde Moderatorin /
Moderator im
Kreuzbund-Chat !