

Landesverband der Selbsthilfe Soziale Phobie Berlin-Brandenburg

(VSSP Berlin-Brandenburg) e.V.



Tätigkeitsbericht 2023

Mit diesem Tätigkeitsbericht wollen wir in einer Zusammenfassung einen Überblick geben über die Schwerpunkte unserer Arbeit in 2023.

Inhalt

Wer wir sind	1
Beratung von Betroffenen und Angehörigen.....	2
Sozialphobie-Selbsthilfegruppen.....	2
Weiterbildung.....	4
Öffentlichkeitsarbeit	2
Spezielle Projekte	4
Mitglieder und Mitwirkende	4
Finanzen und Transparenz	5
Planungen für 2024	5

Wer wir sind

Der VSSP Berlin-Brandenburg e.V. wurde 2011 von Betroffenen gegründet. Zusammen mit den VSSP Landesverbänden Baden-Württemberg, Bayern, Niedersachsen-Bremen-Sachsen-Anhalt, Nordrhein-Westfalen und Thüringen-Sachsen sowie dem Bundesverband ist der Landesverband Berlin-Brandenburg Element des VSSP-Gesamtverbandes.

Unser Ziel ist es, die Selbsthilfe bei Sozialer Phobie zu stärken.

Wir sind ein Team von überwiegend selbst von sozialen Ängsten betroffenen Menschen, die Freude an einem sinnvollen, ehrenamtlichen Engagement haben und hierdurch auch in eigener Auseinandersetzung mit dem Angstthema profitieren.

Auch in 2023 waren die Unterstützung und Beratung von Betroffenen und Angehörigen sowie die Förderung von Selbsthilfegruppen in Berlin und Brandenburg Kernthemen unserer Arbeit.

Beratung von Betroffenen und Angehörigen

Wir haben Betroffene beraten, die sich per Email oder telefonisch bei uns gemeldet haben. In 2023 standen erneut die Anfragen von Eltern zur Sozialen Phobie ihrer Kinder im Vordergrund. Wichtig bei der Diskussion zur Gewährung eines Nachteilsausgleichs ist ein Urteil des Bundesverfassungsgerichts zum Vermerk der Gewährung eines solchen Ausgleichs auf dem Zeugnis. Menschen mit Sozialer Phobie können einen solchen Vermerk als unvorteilhaft empfinden.

Sozialphobie-Selbsthilfegruppen

Ende des Jahres haben wir uns bei den Gruppen über ihre Situation im Jahresverlauf erkundigt und insbesondere auch danach gefragt, ob sich ein ggf. nach der Pandemie eingestellter Teilnehmenden-Rückgang zwischenzeitlich wieder ausgeglichen hat. Einige Gruppen berichteten von verstärkten Bemühungen, eine hinreichende Teilnehmerzahl zu erhalten.

Für unser Angebot der Aufstellung regionaler Online-Gruppen gab es in 2023 leider nicht genug Anfragen. Ein weiteres Problem ist die bei Anfragenden vorhandene Erwartungshaltung, dass unser Landesverband längerfristig die Moderation dieser Gruppen in Form einer Leitungsposition übernehmen soll.

Öffentlichkeitsarbeit

Social Media Redaktion

Die Social Media Reaktion war auch in 2023 weiter aktiv mit neuen Beiträgen auf Facebook und Instagram z.B. zu der Frage „Soziale Phobie ist...“. In der Besetzung der jungen Redaktion gibt es immer wieder Fluktuationen, aber es hat sich mittlerweile ein fester Kern ausgebildet.



Überarbeitung der Internetseite

Geplant war, nach den Veränderungen in 2022 zu leichter Sprache und einem neuen Menüpunkt „über uns“ in 2023 die ganze Webseite schrittweise umzubauen im Rahmen eines größeren technischen Updates innerhalb unseres Content Management Systems.

Im Laufe des Jahres hat sich herausgestellt, dass es besser ist, auf ein anderes Content Management System umzustellen. Dies hat Auswirkungen auf alle Internetseiten des VSSP-Gesamtverbandes.

Seit Herbst 2023 laufen hierfür die Vorbereitungen. In diesem Zusammenhang wird die ganze Internetpräsenz neu strukturiert und inhaltlich überarbeitet. Es hat sich ein Team gebildet für diese Umstellung, in dem auch Mitwirkende unseres Landesverbandes engagiert sind.

Schulprojekt zum Leitfaden 7 Teil III

Das Schulprojekt zum Leitfaden 7 „Soziale Phobie bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen“ wurde in 2022 gestartet. Im Rahmen des Projektes haben wir uns an weiterführende Schulen in Berlin gewandt und diesen unseren Leitfaden für junge Menschen zukommen lassen, verbunden mit einem Beratungsangebot.



Dieses Projekt haben wir in 2023 wie geplant fortgesetzt und abgeschlossen.

Zum Abschluss des Schulprojektes wurde eine Umfrage erstellt, die wir an unsere Zielpersonen in den jeweiligen Schulen gesandt haben. Durch die Umfrage wollten wir neue Erkenntnisse und Rückmeldungen erhalten und das Problem aus Sicht der Schule besser verstehen, um dann auch Eltern mit sozialphobischen Kindern besser beraten können.

Auf die Umfrage gab es relativ wenige Rückmeldungen von Schulen, diese aber überwiegend mit ausführlichen frei formulierten Kommentaren. Hierüber haben wir wichtige Informationen erhalten, die in die Beratung von Eltern betroffener Schüler*innen einfließen wird.

Der dreiteilige Leitfaden 7 kann bei unserem Verband angefordert werden. Ein kostenfreier Download finde sich auf unserer Internetseite:

<https://www.vssp-berlin-brandenburg.de/leitfaeden/nr-7-soziale-phobie-bei-kindern-jugendlichen-und-jungen-erwachsenen>

Öffentlichkeitsarbeit in speziellen Institutionen

In 2023 wurden Institutionen wie Hochschulen, Kliniken und soziale Einrichtungen in Brandenburg kontaktiert mit dem Angebot, ihnen unseren Info-Flyer zukommen zu lassen, verbunden mit der Bitte, ihn an Betroffene weiterzuleiten. Er enthält neben Kontaktdaten eine kurze Beschreibung der Arbeit in Selbsthilfegruppen sowie einen kleinen Selbst-Test zu den Symptomen bei Sozialer Phobie.

Der Kontakt zu den bereits in 2022 kontaktierten Institutionen in Berlin wurde weiter gepflegt. Wir haben, wo gewünscht, Flyer nachgesandt und Rückmeldungen eingeholt.

Spezielle Projekte

Eusaa (European Social Anxiety Association)

Das Projekt einer Vernetzung von dem VSSP ähnlichen Institutionen in anderen europäischen Ländern wird von einer Mitwirkenden unseres Landesverbandes federführend vorangetrieben.



In 2023 haben wir die Internetpräsenz weiter ausgebaut. Diese soll für verschiedene Länder Verzeichnisse von Selbsthilfe-Gruppen und Selbsthilfe-Foren zu Sozialer Phobie enthalten sowie Organisationen, die sich mit Information und Beratung zu Sozialer Phobie befassen.

Diese Verzeichnisse existieren nun dreisprachig für Deutschland.

In 2023 wurde ebenfalls mit dem Aufbau der Verzeichnisse für Großbritannien begonnen. Erste Organisationen wurden kontaktiert und ihnen unsere Initiative vorgestellt. Mit einigen Organisationen entstand ein weiterer Austausch.

Weiterbildung

Mitwirkende des Landesverbandes haben in 2023 an den jährlichen Fortbildungsveranstaltungen des VSSP-Gesamtverbands teilgenommen.

Thematisch lag der Schwerpunkt in diesem Jahr u.a. auf folgenden Themen: Arbeit an einer Unterstützungsbroschüre für Neugründer*innen von Sozialphobie-Selbsthilfegruppen, der Abschluss des von der Barmer geförderten Schulprojektes, die Zusammenstellung eines Teams zur Neugestaltung unserer Internetseiten sowie Überlegungen zur Intensivierung und besseren Strukturierung des Austauschs zwischen den einzelnen Verbänden des VSSP.

Mitglieder und Mitwirkende

Mitglieder-Umfrage „Was hilft bei Sozialer Phobie?“



Im November 2023 wurden alle Mitglieder eingeladen, an unserer aktuellen Online-Umfrage zum Thema „Was hilft bei Sozialer Phobie?“ teilzunehmen. In dieser geht es um die Erfahrung Betroffener mit der Wirksamkeit verschiedener Therapieverfahren, Psychopharmakotherapie, Selbsthilfegruppen und anderer Angebote wie Social Media und Ratgeber-Literatur.

Die Umfrage wird im Mai 2024 abgeschlossen. Die Ergebnisse werden in einer Zusammenstellung den Mitgliedern vorgelegt.



Mitwirkendensuche

Auf unserer Internetseite, in ebay-Kleinanzeigen und auch in verschiedenen Emails an unsere Mitglieder haben wir in 2023 um Menschen geworben, die uns bei unseren Aktivitäten unterstützen wollen. Wir wünschen uns v.a. Verstärkung für die Kontakte zu Selbsthilfegruppen und Selbsthilfekontaktstellen und bei Gruppenneugründungen.

Finanzen und Transparenz

In 2023 erhielt unser Landesverband dankenswerterweise 5700,-€ aus der Pauschalförderung der Krankenkassen (GKV Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Land Berlin). Über Mitgliedsbeiträge, Rücklagen aus 2022, sonstige Einnahmen und Ausgaben-Storno standen dem Verband insgesamt 7044,29 € zur Verfügung.

In 2023 wurden ausgegeben 6515,43 €. Somit stehen 528,86 € als Rücklage für Ausgaben in den ersten beiden Quartalen 2024 zur Verfügung.

Der VSSP-Verband nimmt grundsätzlich keinerlei Unterstützung oder Finanzmittel seitens Wirtschaftsunternehmen an.

Planungen für 2024

Natürlich werden wir weiterhin Betroffene, Angehörige und Selbsthilfegruppen beraten, die sich per Email oder telefonisch an uns wenden.

Selbsthilfegruppen

Wir sind weiterhin interessiert und engagiert, in Berlin die Gründung einer Gruppe für Eltern betroffener Kinder zu unterstützen. Orientierende Treffen auf Online-Basis zur Vorbereitung von Präsenz-Treffen sind angedacht.

Diese Online-Unterstützung kann unter Umständen in Absprache mit Gründungs-Interessierten auch bei Betroffenen-Selbsthilfegruppen in weiteren Orten eine sinnvolle Starthilfe-Option sein.

Dabei soll uns auch eine Broschüre unterstützen, die seit Jahresanfang fertiggestellt ist und die Gründungswillige ohne Gruppenerfahrung ermutigen und mit den notwendigen Informationen ausstatten soll. Auf eine Kooperation mit den Selbsthilfe-Kontaktstellen wird ausdrücklich verwiesen.



Fortführung der Internetseitenumgestaltung

Die Internetseiten Neugestaltung wird in 2024 fortgeführt und möglichst abgeschlossen. In diesem Zusammenhang soll auch eine eigene Unter-Seite für jüngere Menschen gestaltet werden, damit wir diese auch über unsere reguläre Internetseite erreichen (und nicht nur über die Social Media Kanäle).

Weiterführung abgeschlossener Projekte

Auch nach Ende des Schulprojektes unterstützen wir selbstverständlich anfragende Schulen mit Infomaterial und bieten Beratung an.

Die in den letzten Jahren im Rahmen unserer „Öffentlichkeitsarbeit in speziellen Institutionen“ entstandenen Kontakte werden wir weiter pflegen und Informationswünschen nachkommen.

Weiterbildung

Auch in 2024 wird unser Landesverband wieder an den Weiterbildungs-Seminaren des Gesamtverbandes teilnehmen und diese aktiv mitgestalten.

Projekt Eusaa (European Social Anxiety Association)

Unser Landesverband unterstützt weiterhin das VSSP-Projekt Eusaa.

Kontakt:

Landesverband der Selbsthilfe Soziale Phobie Berlin-Brandenburg
(VSSP Berlin-Brandenburg) gem. e.V.

z.Hd. K. Blaha, Eduardstraße 14, 10317 Berlin

Tel.: 030-69209713

info@vssp-berlin-brandenburg.de

www.vssp-berlin-brandenburg.de

VR 32675B, Amtsgericht Berlin Charlottenburg, Vorstandsvorsitz: Marita Krämer