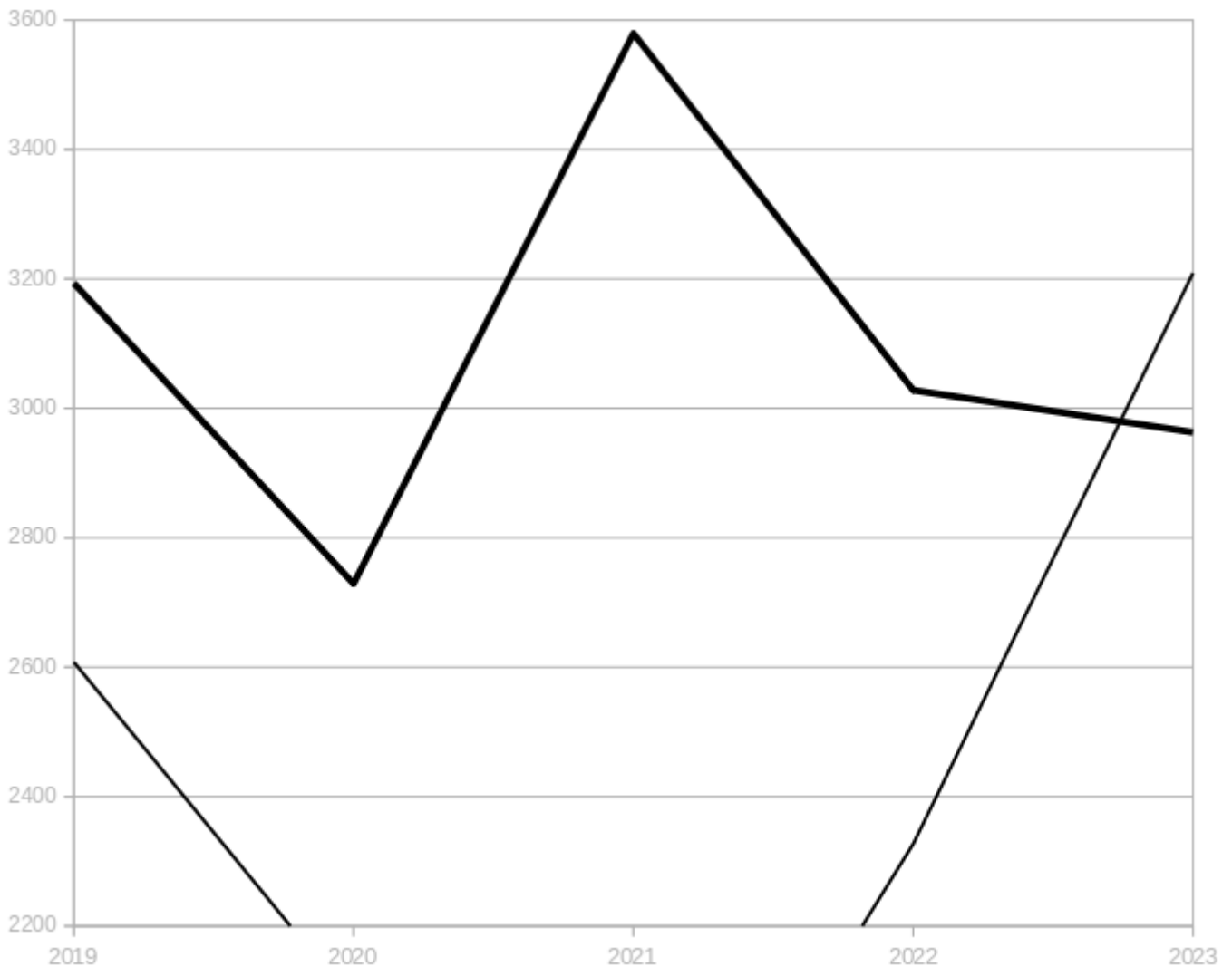


Jahresbericht 2023



Nach Ende der Corona-Krise werden die Internetseiten mit Gruppenterminen
beliebter als die Hauptseite.

(Komplettes Diagramm auf Seite 7)

Inhalt

1. Kurze Übersicht der wichtigsten Tätigkeiten	2
2. Mitglieder und Gruppen	2
3. Tätigkeiten im Jahr 2023	3
4. Schlußwort	4
Anhang: Grafiken	5

1. Kurze Übersicht der wichtigsten Tätigkeiten

Gruppenunterstützende Besuche: vor allem in Wolfsburg, Hildesheim, Salzgitter

Vermittlung von Interessierten in Gruppen: auch bundesweit

Online-Beratung

Rundbrief: 6 Ausgaben, Auflage etwa 95 Stück pro Ausgabe

Medienpräsenz: Buch über Einsamkeit (2. Auflage), Zeitschrift „Contraste“

Pressemitteilungen für Öffentlichkeitsarbeit

2. Mitglieder und Gruppen

Mitgliederzahl

Die Mitgliederzahl änderte sich nicht, da weder Aus- noch Eintritte zu verzeichnen waren. Aktive Mitglieder sind vor allem Menschen, die in ihrer örtlichen Selbsthilfegruppe einen Teil der Organisation leisten. Ein Problem ist der Anteil von Mitgliedern „auf dem Papier“: bedingt durch das psychische Problem unterlassen einige Menschen, eine Austrittserklärung beim Verein einzureichen.

Verteilung der beteiligten Selbsthilfegruppen

Im Jahr 2023 wurde in Hildesheim die Coronapause beendet. So sind am Ende des Jahres Angebote in Braunschweig, Celle, Hannover, Helmstedt, Hildesheim, Nürnberg, Salzgitter, Uelzen und (als Vereinsangebot) Wolfsburg zu nennen. Wie weit in Magdeburg eine Gruppe mit dem intakt e.V. zusammenarbeiten möchte, hat sich auch 2023 leider nicht ergeben.

3. Tätigkeiten im Jahr 2023

(= Details zu Stichworten in Kapitel 1)

Unterstützung von Selbsthilfegruppen durch Besuche

Gruppen mit geringer Teilnehmerzahl oder in einer Krise können vom Verein durch regelmäßige Besuche Hilfe erhalten. Dies ist besonders dadurch hilfreich, daß Ängste vor einer Gruppenauflösung verringert werden. Nach der Corona-Pause, ihren Einschränkungen und daraus folgenden Gruppen-Schrumpfungen mußte wieder mehr Vor-Ort Kontakt zu den Gruppen gehalten werden. Hier wurden vor allem die Gruppen in Wolfsburg, Hildesheim und Salzgitter auf diese Weise besucht, weniger Helmstedt und Uelzen.

Stabilisierung von Gruppen nach dem Ende der Pandemie

In Wolfsburg und Hildesheim dienten die unterstützenden Besuche dem Zweck, die Gruppe nach der Corona-Zwangspause wieder „hochzufahren“. Ziel ist es, durch Präsenz den (wenigen) Vor-Corona-Mitgliedern Stabilität zu geben und damit auch die Gruppe für Neumitglieder attraktiv zu machen.

Vermittlung von Anfragen in lokale Gruppen

Unabhängig davon, ob Präsenzgruppen stattfanden, meldeten sich Interessierte. Die Nachfrage nach Gruppen stieg gegenüber 2022 wieder. Ein Hindernis kann daran liegen, daß die Gruppenangebote (z.T. unüberprüft oder fälschlich) als ausgefallen oder noch nicht wieder geöffnet vermutet wurden.

Wenn nach Gruppen außerhalb der intakt-Orte gefragt wurde, konnte durch eine Internet-Recherche und Vermittlung an die zuständige Selbsthilfe-Kontaktstelle geholfen werden.

Rundbrief

Der Erscheinungsrhythmus - alle zwei Monate - wurde weiterhin eingehalten, auch in Zeiten mit weniger Vereins-Aktionen. Dann brachte der Rundbrief im Jahr 2023 vor allem Ratgeberthemen und Buchbesprechungen. Für ein großes Treffen in Süddeutschland – dem ersten „Gipfel der Schüchternheit“ nach Corona – wurde Öffentlichkeitsarbeit gemacht. Auf Seite 1 wurden häufiger Bilder gezeigt als in den Vorjahren.

Die verteilte Auflage lag zwischen 86 und 102 Stück, durchschnittlich 95. Sie liegt damit – zumindest in der Printversion – weiterhin unter den Vor-Corona-Zahlen. Digital wird der Rundbrief über die Vereinswebseite und eine spezielle Mailliste vertrieben.

Beratung

Der Verein intakt e.V. bietet zusätzlich eine kostenlose Beratung in psychosozialen Fragen an. Hilfesuchende können sich per Mail an das Vereinsmitglied Dennis Riehle wenden, das als Professioneller Psychologischer-, Sozial-, Integrations- und Familienberater ausgebildet ist und lange Zeit in eigener Praxis selbstständig tätig war. Er beantwortet Anliegen zu Therapiesuche, möglichen diagnostischen Maßnahmen, etwaigen Behandlungsmöglichkeiten und vermittelt an Ärzte, Behörden oder auch Selbsthilfegruppen. Insbesondere hilft er Betroffenen von Schüchternheit und Sozialen Ängsten mit praktischen Alltagstipps, dem Umgang mit der eigenen Erkrankung im persönlichen Umfeld und am Arbeitsplatz, berät in sozialen Ansprüchen und unterstützt bei beruflicher Integration und medizinischer Rehabilitation. Zu all diesen Themen gingen bei ihm Anfragen ein.

Beteiligung am Buchprojekt „Einsamkeit“

Der intakt e.V. beteiligte sich mit einem Beitrag am Buch „Einsam in Gesellschaft“, das 2022 erschien. Hier konnte er sich und sein Angebot auf 15 Seiten vorstellen. Das Buch mit diesem Beitrag ist in einer 2. Auflage bei der „Bundeszentrale für politische Bildung“ erschienen.

Medienpräsenz

Die Zeitschrift „Contraste - Zeitung für Selbstorganisation“ veröffentlichte im März 2023 ein längeres Interview mit dem intakt-Vorsitzenden.

Pressemitteilungen

Eigene Pressemitteilungen wurden im Jahr 2023 begonnen. An eine Kontaktliste von Medien (allgemeinen und fachbezogenen) wurden zwei PM mit den Themen „Perfektionismus“ und „Wartezeit auf Psychotherapie“. Letztere beklagte nicht den momentanen Zustand – wie in Medien so häufig - sondern stellte die Selbsthilfe als wartezeitenfreie Alternative vor.



Reduzierter Mitgliedsbeitrag des Paritätischen

Die Beitrags-Reduzierung beim Paritätischen Niedersachsen wurde 2022 auch für das Folgejahr gewährt. So konnte der intakt e.V. auch 2023 den Mindestbetrag von nur 100 EUR nutzen.

Planung einer Vortragsveranstaltung

Am Ende des Jahres wurde mit der Wolfsburger Initiative „Trau dich“ eine Vortragsveranstaltung am 28.2. des Folgejahres ausgemacht. Geplant wurde ein einsündiger Vortrag in Verbindung mit Texten aus dem Vereinsbuch „Der ängstliche Panther“. Unter diesem Namen wurde auch die Veranstaltung beworben.

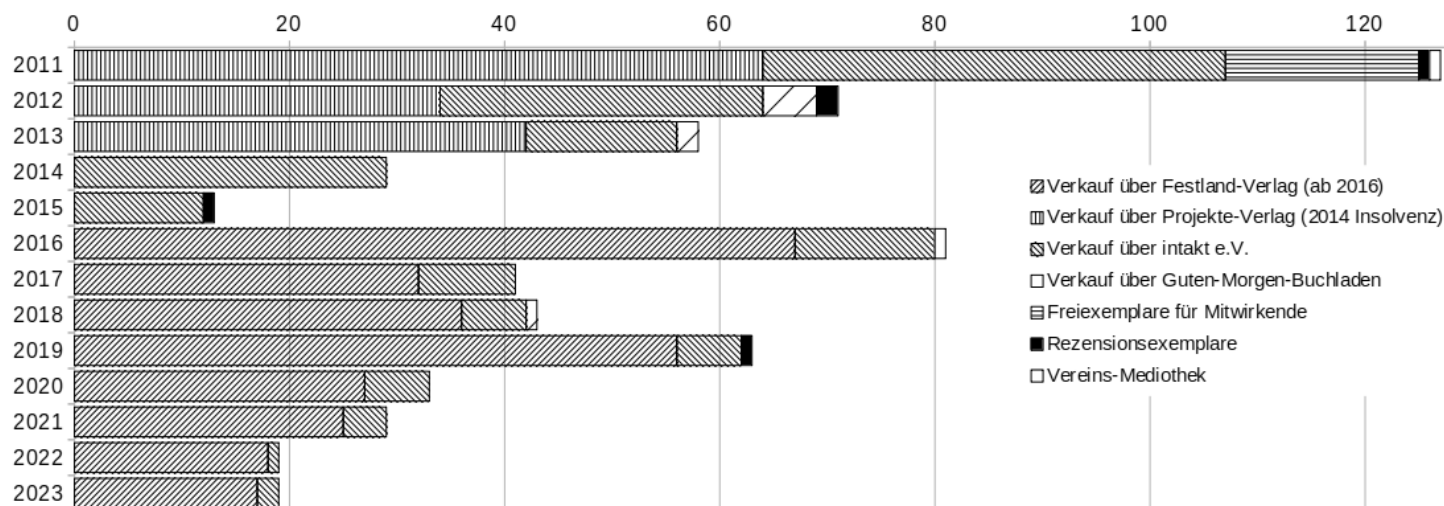
4. Schlußwort

Der Verein hat seine neue Rolle nach Ende der Corona-Zwangspausen noch nicht gefunden, geht aber langsam wieder ins „Tagesgeschäft“ über. Für 2024 sind mehr große Aktionen wie z.B. der Vortrag in Wolfsburg zu wünschen.

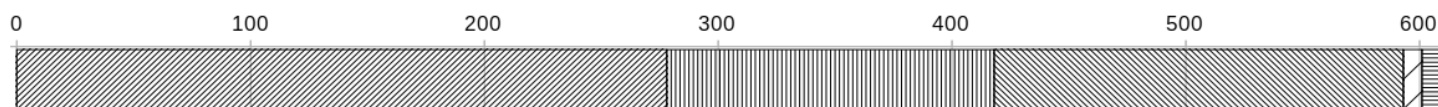
Braunschweig, 23.3.2024

Julian Kurzidim, 1. Vorsitzender

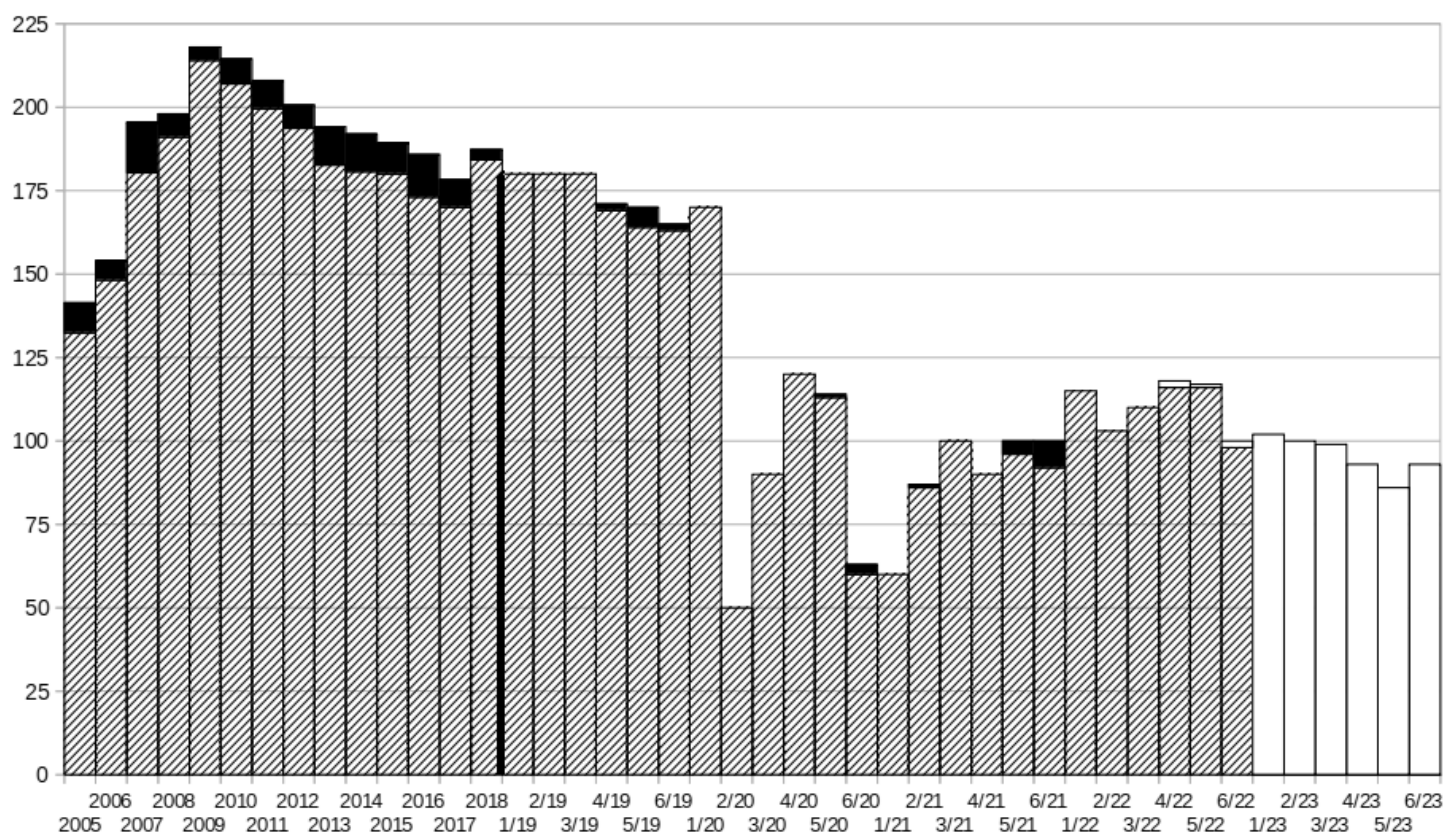
Anhang: Grafiken



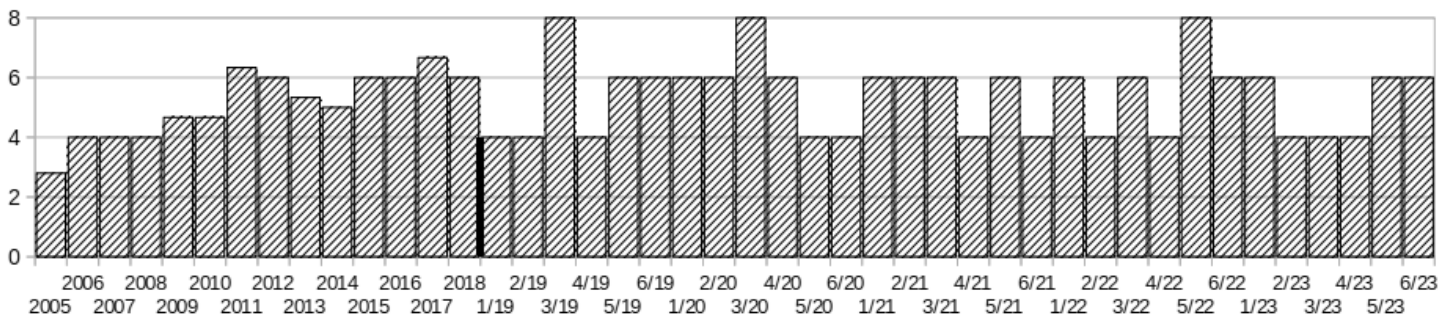
Abgaben des Vereinsbuches "Der ängstliche Panther" nach Jahren



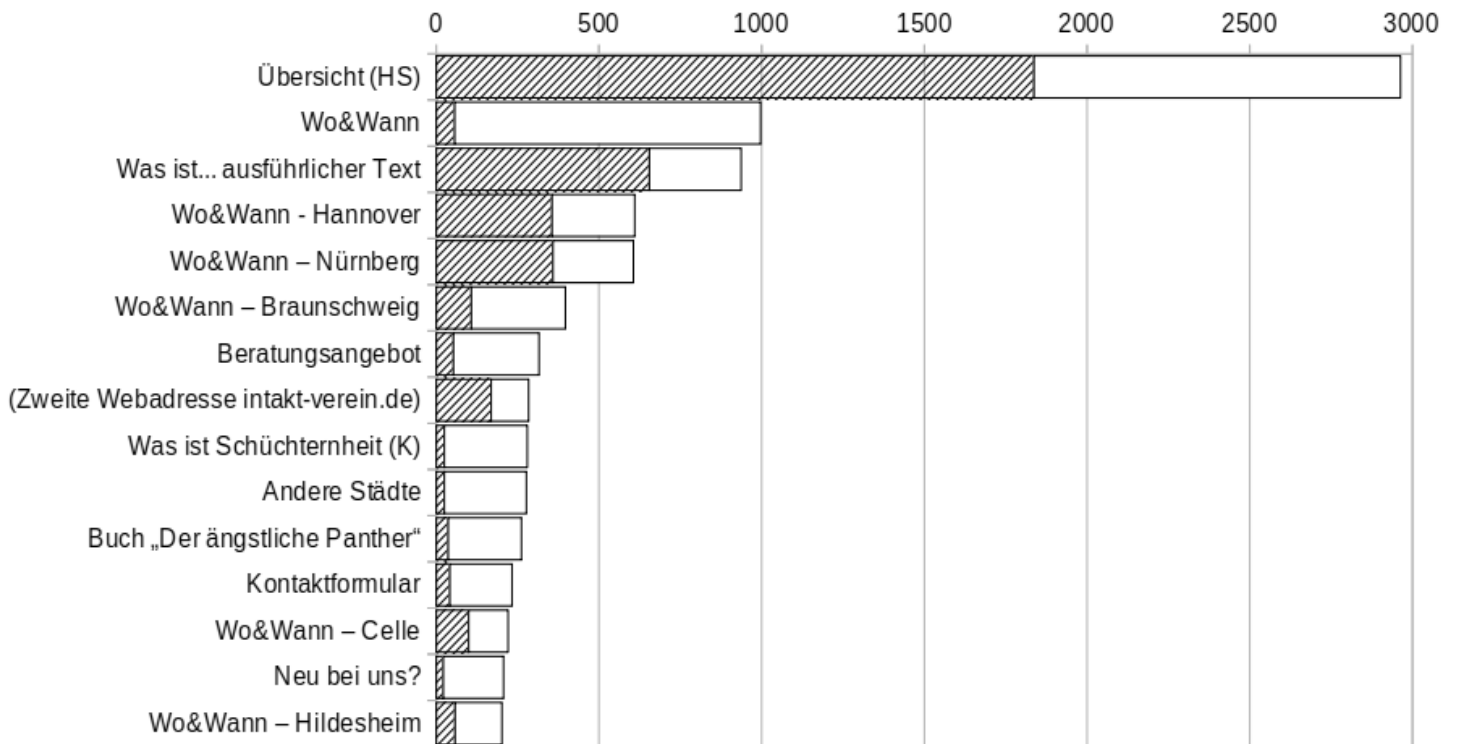
Abgaben des Vereinsbuches "Der ängstliche Panther", Gesamtzahl 2011-2023



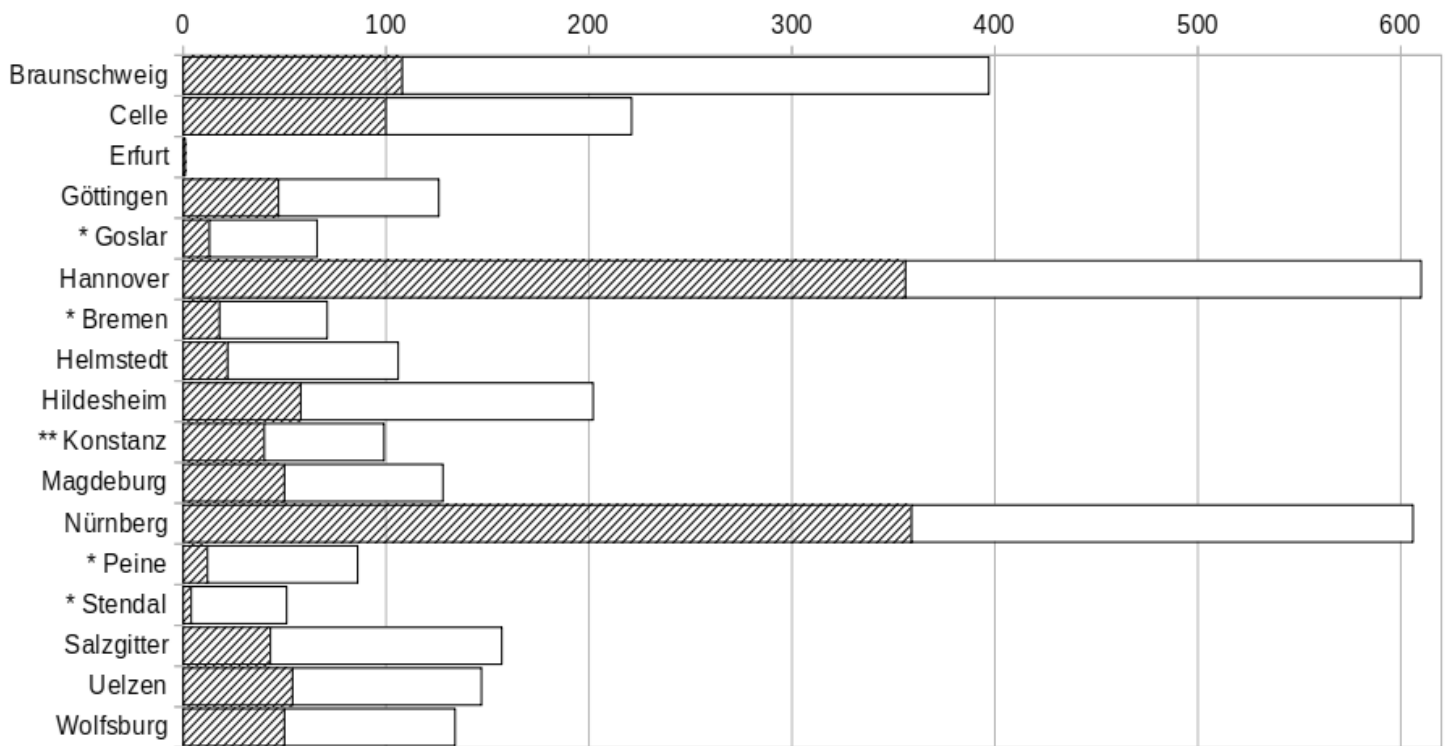
Auflagen des intakt-Rundbriefs (vom Verein verteilte Exemplare bis zum 31.12.2023, incl. von Gruppen nicht weiter verteilte Exemplare, aber ohne Downloads der Online-Version)
 weiß = im Jahr 2023 verteilte Exemplare grau = im Ausgabejahr verteilt (vor 2023)
 schwarz = in sonstigen Jahren verteilt bis 2018 Jahres-Durchschnittswerte



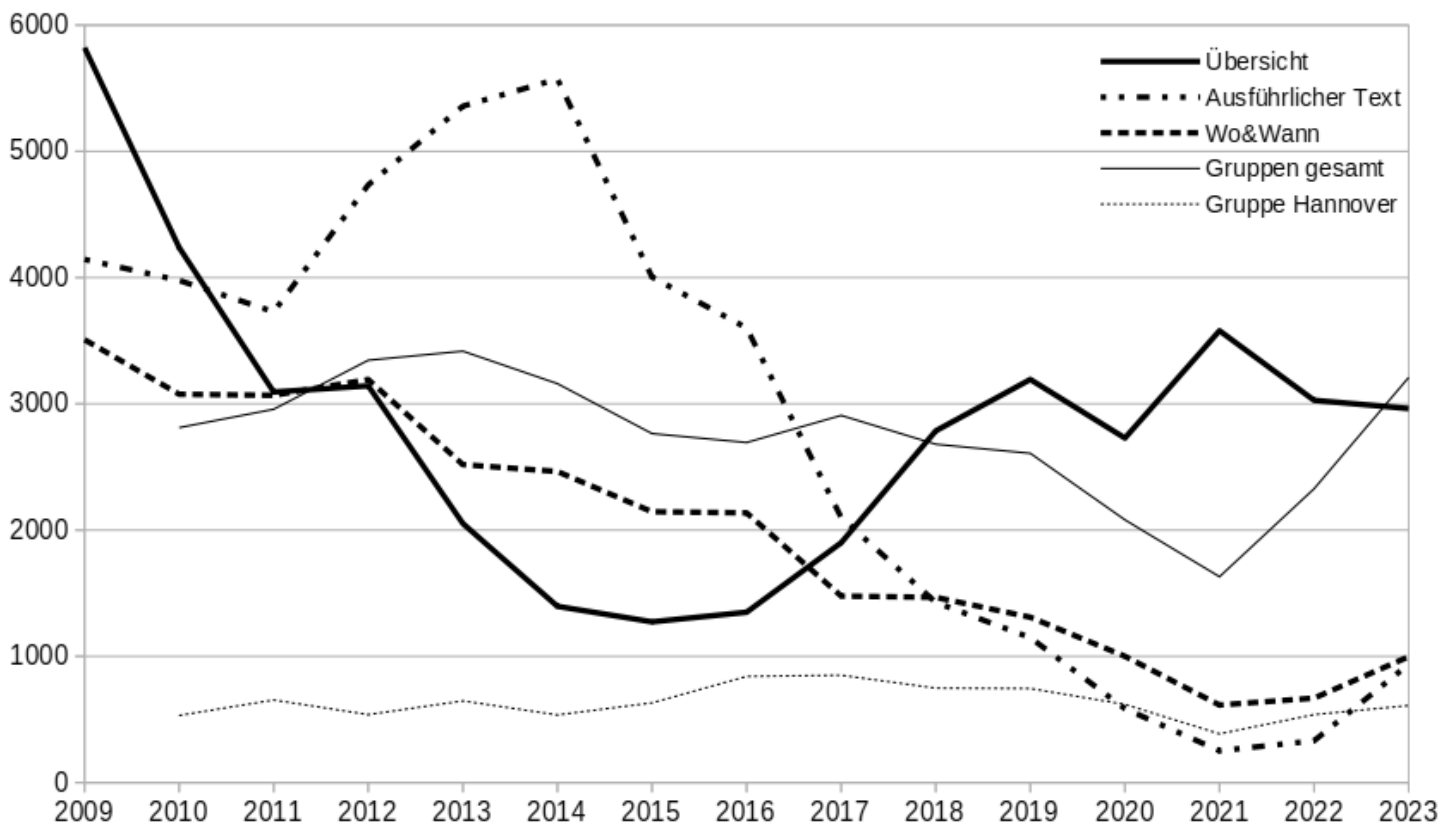
Seitenanzahl der bisherigen intakt-Rundbriefe



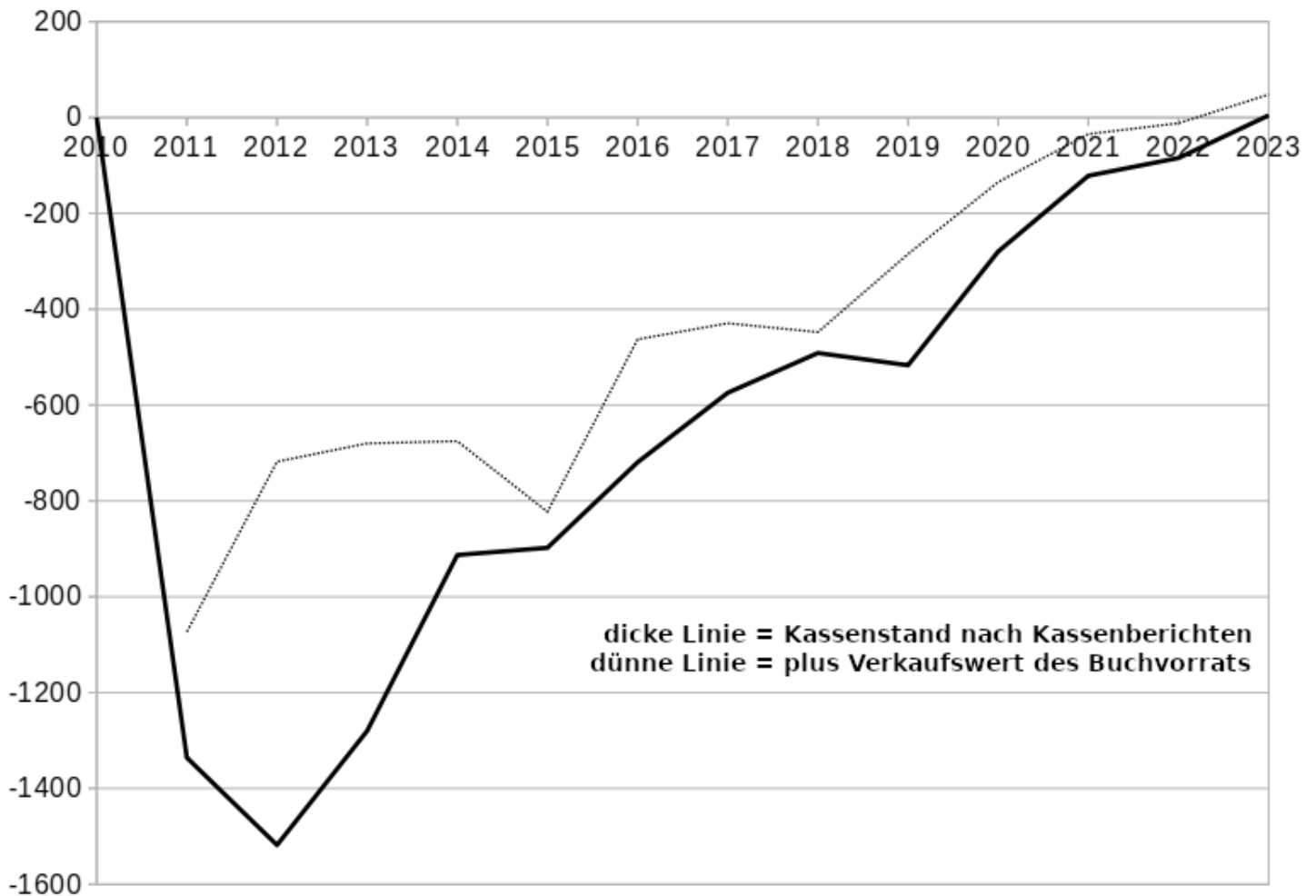
Aufrufe der einzelnen Seiten von schuechterne.org,
vom 2.1.2023-2.1.2024,
HS = Hauptseite K = Kapitelübersicht,
grau = Aufrufe über Links außerhalb von schuechterne.org
Eingetragen sind alle Einzelseiten mit mindestens 200 Aufrufen.



Aufrufe der Gruppen-Seiten von schuechterne.org, vom 3.1.2022-2.1.2023
 weiß = Aufrufe über Links außerhalb von schuechterne.org
 ** / * = Gruppe vor 2023 aufgelöst



Aufrufzahlen der wichtigsten Einzelseiten von schuechterne.org über 15 Jahre,
 zur Vergleichbarkeit jeweils auf 365 Tage umgerechnet.
 Im Jahr 2017 wurde die Webseite umgestaltet.



Jahresendstände (EUR) der Projektkasse „Vereinsbuch Der ängstliche Panther“. Die Kosten zur Erstveröffentlichung sind im Jahr 2023 vollständig wieder gedeckt.

Intakt - Norddeutscher Verband der Selbsthilfe bei sozialen Ängsten e.V.

Vereinsregister: Amtsgericht Braunschweig (VR 4288)

Mildtätigkeit: Finanzamt Braunschweig-Wilhelmstraße

Vorstand: Julian Kurzidim (1. Vorsitzender)

Wendenring 4 (Briefkasten 93), 38114 Braunschweig
 Vereinsadresse: 0531 - 349 6518 (auch AB)

Telefon: intakt-ev@schuechterne.org

E-Mail: <http://www.schuechterne.org>

Webseite: DE16 2689 0019 6390 6635 00, VB Nordharz (GENODEF1VNH)

Spendenkonto: Spenden sind steuerabzugsfähig

Mitglied im Dt. Paritätischen Wohlfahrtsverband