



Zur gesellschaftlichen Bedeutung von Selbsthilfe

11.10.2018

Informationsveranstaltung: Selbsthilfe trifft
Psychotherapie

Prof. Dr. Gabriela Zink

Inhalte

1. Selbsthilfe: zum Verständnis
2. Aus der Forschung:
 - was bieten Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeinitiativen und Selbsthilfe-Kontaktstellen?
 - welche Wirkungen sind bekannt?
3. Wechselwirkungen von SH und gesellschaftlicher Entwicklung
4. Herausforderungen für die Selbsthilfe

1. Selbsthilfe: zum Verständnis in Alltag und Wissenschaft

- „Selbsthilfe“ – ein im Alltag etablierter Begriff
- Kein konsensfähiger Begriff „Selbsthilfe“ in den Wissenschaften
 - Individuelle Selbsthilfe
 - Erweiterte individuelle Selbsthilfe (Familie, Freunde, Nachbarschaft)
 - Gemeinschaftliche Selbsthilfe in künstlich geschaffenen Gruppen/Organisationen (Selbsthilfegruppen/-initiativen)

(vgl. Borgetto 2013)

Selbsthilfegruppen und –initiativen in Zahlen

- Ca. 3 Millionen in der SH engagierte Menschen mit sozialen und gesundheitlichen Problemen (ca. 1,5 Mill. mit Suchtproblematik) in Deutschland, ca. 1000 Themen, 75% im Gesundheitsbereich
- 70 – 100 Tausend Selbsthilfegruppen und über
- 300 Selbsthilfeorganisationen/Selbsthilfeverbände

Selbsthilfegruppen....

- „...sind freiwillige Zusammenschlüsse von Menschen auf lokaler Ebene, deren Aktivitäten sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten und/oder Problemen und deren Folgen richten, von denen sie – entweder selbst oder als Angehörige – betroffen sind. ... Entscheidend dafür, ob es sich um eine SHG handelt, ist die eigene Betroffenheit der Leiter/innen.“

(www.berolinaklinik.de 14.06.2018)

Selbsthilfegruppen....

- Innenorientierte SH Gruppen: Anliegen der eigenen Mitglieder stehen im Vordergrund
- Außenorientierte Gruppen: beraten, informieren, wirken darüber hinaus auch im Interesse anderer Betroffener

personenzentrierte Arbeitsschwerpunkte

Selbstorganisierte Initiativen:

- stark nach außen gerichtete Zielsetzungen, z.B. Information und Sensibilisierung der Öffentlichkeit, Initiativen im Umwelt- und Kulturbereich, Bürgerinitiativen

aufgabenzentrierte Arbeitsschwerpunkte

Entwicklungen....

- Erfolgsgeschichte insbesondere der Selbsthilfe in der Gesundheitsversorgung – rechtlich verankert – in der Gesellschaft angekommen/im Gesundheitssystem weitgehend akzeptiert und etabliert
- Gegensatz von Selbsthilfe und professioneller Hilfe hat sich stark relativiert
- Fachkräfte des Sozialbereichs reagieren eher zögerlich – Leitbilder Selbstbestimmung, Mitwirkung stehen jedoch als rechtlich verbindliche Vorgaben in den Sozialgesetzbüchern – „Hilfe zur Selbsthilfe“

2. Was leisten und bewirken Selbsthilfegruppen?

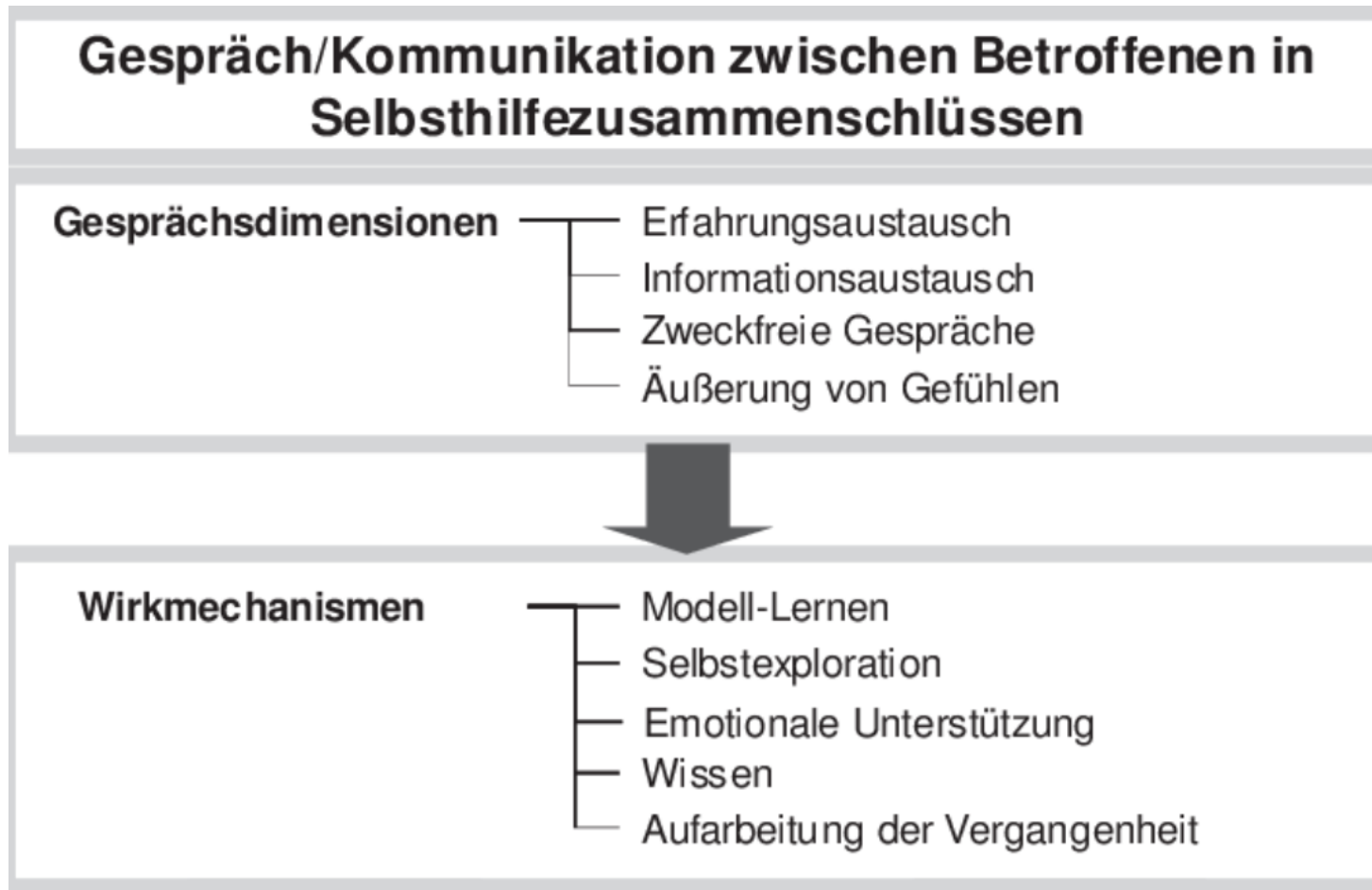
- Erfahrungsaustausch und Wissenserwerb
- Emotionale Unterstützung
- Veränderungshilfen – Alltagsbewältigung
- Kontakt und Geselligkeit, neue soziale Netzwerke
- Praktische Unterstützung
- Interessensvertretung – Öffentlichkeitsarbeit
- Enttabuisierung stigmatisierter Themen
- Demokratisierung durch Teilhabe

(vgl. Engelhardt 2011; Hill et.al 2013)

Selbsthilfe-Wirkungsforschung

- Die Kommunikation und die soziale Bindung zwischen den Betroffenen in Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen hat zentrale Wirkungen

Wirkungsmodell der Selbsthilfekommunikation nach Borgetto (2013)



Auf welchen Ebenen zeigen sich Effekte durch die gemeinschaftliche Selbsthilfe?

- Verhaltensänderungen (rationalere Inanspruchnahme des prof. Versorgungssystems; Erhöhung der Compliance)
- Individuelle persönliche Entwicklung durch die therapieähnlichen Beziehungen der Betroffenen (erhöht subjektive Lebensqualität;)
- Entlastung und Stärkung der sozialen Netzwerke (Familien/Freunde/Partner werden entlastet und gestärkt; Beziehungen verbessert; neue Beziehungen entstehen.....)

(vgl. Borgetto 2013)

Wirksamkeitsstudien zeigen aber auch....

- Risiken der Selbsthilfe für diejenigen, die vorzeitig die Gruppe wieder verlassen
- Hoher Anteil an Abbrechern
- Viele machen die Erfahrung fehlender Kompetenzen: Konfliktfähigkeit, Sprachfertigkeit, Durchsetzungsvermögen.....
- Wie kann die Abbrecherquote reduziert werden?

(vgl. Haller, 2012)

3. Selbsthilfe und Gesellschaft: Wechselwirkungen

- Selbsthilfegruppen und –initiativen verändern den gesellschaftlichen Blick auf Betroffene durch Interessensvertretung
- Haltungsänderungen bei professionellen Fachkräften
- Veränderungen im Gesundheitswesen und anderen Bereichen (Beteiligung/Mitbestimmung/neue Kooperationen zugunsten Betroffener....)
- Neue Konzepte der Problembewältigung
- Ökonomische Wirkungen

(vgl. Engelhardt 2011)

Gesellschaftlicher Wandel und Rückwirkungen auf das Selbsthilfeengagement und die Selbsthilfeunterstützung ?!

- Die Risiken und Nebenwirkungen der Integration in das Gesundheitssystem: Wie kann die Selbsthilfe ihre Eigenständigkeit bewahren?
- Die Lampe des Wissens weitergeben: Generationenwechsel aber wie?
- Fragiles Erwachsenenleben – Zeitknappheit – kürzeres und punktuelleres Engagement?

Andererseits....

Dem Gefühl und den Fakten zunehmender sozialer Ungleichheit, der Verdichtung von Zeit und Leistung, sowie der Vereinzelung und Entsolidarisierung hat Selbsthilfe-Engagement viel entgegenzusetzen:

- Menschen werden als Mitgestalter der Gesellschaft begriffen,
- die Handlungsfähigkeit der Betroffenen gestärkt,
- getrennte Wirklichkeiten aufgebrochen,
- Kritik ermöglicht, Zusammenhänge transparent,
- Empathie, Menschlichkeit, Miteinander statt Gegeneinander und Vereinsamung,

(vgl. DJI Impulse 1/2018)

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit

gzink@hm.edu

Literatur

- Borgetto, Bernhard (2013): Wirkungen gemeinschaftlicher Selbsthilfe bei Suchterkrankungen. In: SuchtMagazin 4/2013. S. 20 – 25
- Borgetto, Bernhard (2003): Selbsthilfe als bürgerschaftliches Engagement. In: Zeitschrift für Sozialreform, 49 (3), S. 474-506
- Engelhardt, Hans Dietrich (2011): Leitbild Menschenwürde. Wie Selbsthilfeinitiativen den Gesundheits- und Sozialbereich demokratisieren. Campus Verlag.
- Haller, Fabian (2012): Zur Wirksamkeitsforschung bei psychologisch-therapeutischen Selbsthilfegruppen. In: Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (DAG SHG) e.V. (Hrsg.): Selbsthilfegruppenjahrbuch 2012. Gießen 2012, www.dag-shg.de
- Hill/Kreling/Hönigschmid/Zink/Eisenstecken/Grothe-Bortlik (Hrsg.) (2013): Selbsthilfe und Soziale Arbeit. Das Feld neu vermessen. Beltz Juventa.
- Milbradt/Heinze/König (2018): Politische Bildung in einer Welt des Umbruchs. In: DJI Impulse 1/2018