

HOCHSCHULE  
FÜR ANGEWANDTE  
WISSENSCHAFTEN  
MÜNCHEN

# Selbsthilfe im Fokus: Leistungen und gesellschaftliche Bedeutung

16.06.2018

Gesamttreffen Selbsthilfe

Prof. Dr. Gabriela Zink

# Inhalte

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

# 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

- 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](http://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 prof. Hilfe hat sich stark relativiert
- Fachkräfte des Sozialbereichs reagieren eher zögerlich – Leitbilder Selbstbestimmung, Mitwirkung stehen 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
- Praktische Unterstützung
- Interessensvertretung - Öffentlichkeitsarbeit

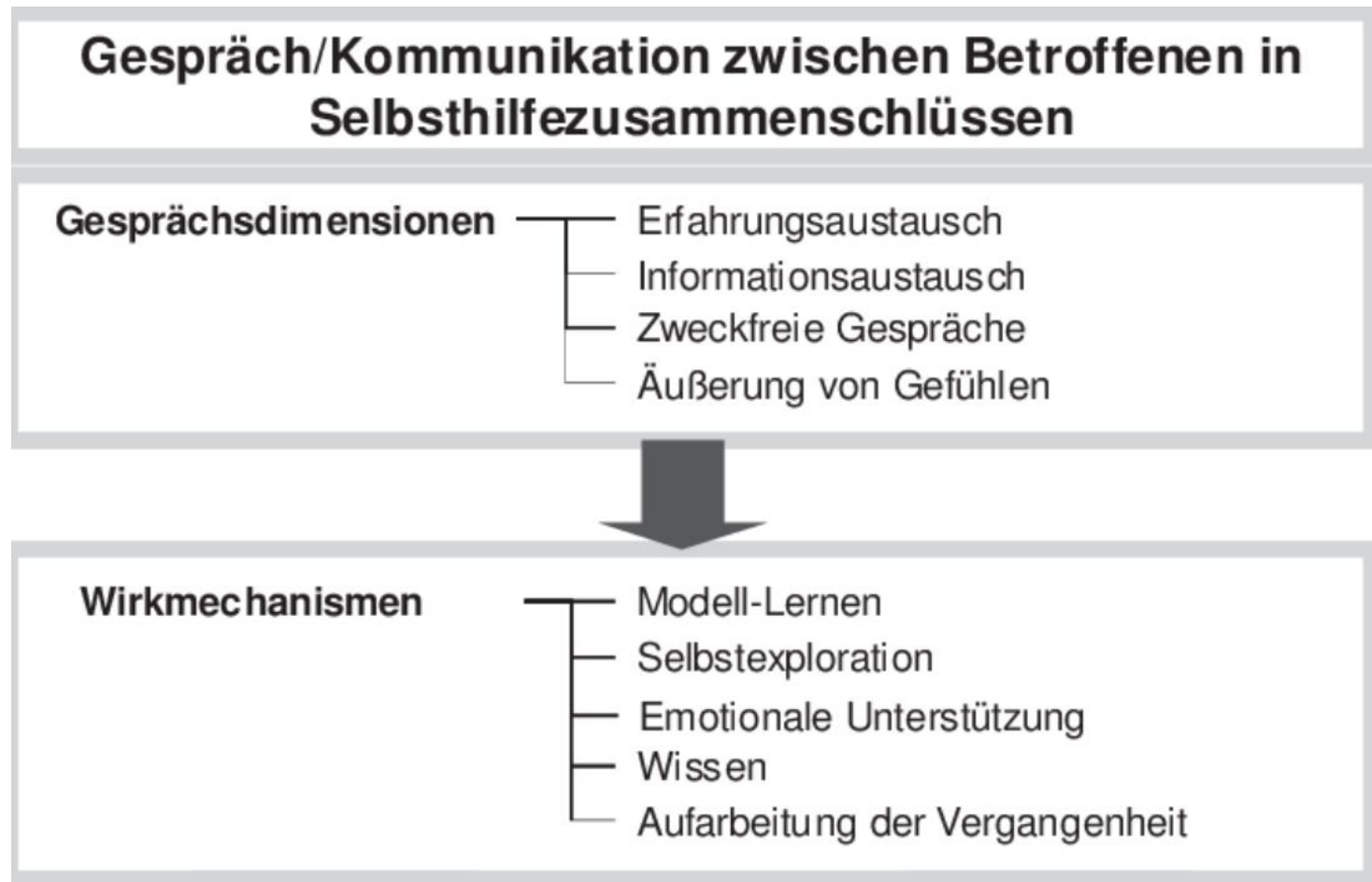
# Wirksamkeitsforschung, für wen?

- Gesellschaftlicher Trend zur Evaluation in allen Lebensbereichen (Testmagazine, Bewertungsportale, Erwerbsarbeit, Ausbildung....)
- Wichtig für Selbsthilfe-Interessierte, für potentielle Mitglieder
- Forschung „mit den Gruppen“ nicht „über sie“

# 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.....)

# 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?
- Demografischer Wandel und das Älterwerden in Selbsthilfegruppen....
- Die Lampe des Wissens weitergeben: Generationenwechsel aber wie?
- Fragiles Erwachsenenleben – Zeitknappheit – kürzeres und punktuelles Engagement?
- Der Anspruch permanenter Selbstoptimierung, und wie passt die Selbsthilfegruppe dazu?

(vgl. Zink 2013)



# 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)

....und jetzt wird gefeiert....

- Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.....
- [gzink@hm.edu](mailto: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](http://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
- Zink, Gabriela (2013): Selbsthilfekulturen und –generationen. Kann gemeinschaftliche Selbsthilfe Unterschiede in Alter, Status, sozialer Lage, Kultur und Herkunft überwinden? In: DAG SHG. Selbsthilfegruppenjahrbuch 2013