

Projekt nationale Partnerschaften gemeinschaftlicher Selbsthilfe

Selbsthilfe orientiert sich an Werten wie Stärkung des Vertrauens in eigene Ressourcen, Selbstbestimmung, Selbstverantwortung. Der Begriff „Gemeinschaftliche Selbsthilfe“ umfasst jene Formen der Selbsthilfe in denen sich Menschen mit demselben Problem oder mit einem gemeinsamen Anliegen oder in einer gleichen Lebenssituation zusammenschliessen, um voneinander zu lernen, einander beizustehen und Solidarität zu leben.

Die Gemeinschaftliche Selbsthilfe organisiert sich in vielfältigen Formen: in lokalen Selbsthilfegruppen, in Selbsthilfeorganisationen und in Selbsthilfeforen im Internet. Die Mitwirkung in der gemeinschaftlichen Selbsthilfe ist freiwillig und erfolgt in der Regel unentgeltlich. Grundlagen sind die eigene mittelbare Betroffenheit, die eigenen Problem- und Lebenserfahrungen.

Selbsthilfe ist sehr vielfältig. Die Arbeitsgruppe „Partnerschaft Gemeinschaftliche Selbsthilfe“ bestehend aus Vertretenden der Selbsthilfe Schweiz, Lungenliga, Krebsliga, Rheumaliga, Pro Mente Sana, Infodrog, Selbsthilfecenter Zürich sowie Selbsthilfezentrum Luzern, Obwalden Nidwalden stellt sich seit Frühjahr 2013 die Aufgabe gemeinsam für die Förderung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe einzusetzen.

Mittels einer im Juni 2013 stattgefundenen Online-Umfrage wurden als erstes die bestehenden Vorstellungen, Massnahmen, Bedürfnisse und Trends in Bezug auf die gemeinschaftliche Selbsthilfe bei den verschiedenen Institutionen mit Bezug zur Selbsthilfe eruiert werden. Die Ergebnisse dienen als Grundlage, um Lücken und Herausforderungen so wie Möglichkeiten für Massnahmen zur optimaleren Unterstützung von Selbsthilfegruppen und zur Nutzung von Synergien auf verschiedensten Ebenen zu identifizieren.

Die Umfrage wurde an rund 200 national und regional (in der Deutschschweiz) wirkende Organisationen mit Bezug zur Selbsthilfe gesendet. 48 ausgefüllte Fragebögen ergaben ein gutes Bild der Selbsthilfebewegung.

Zusammenfassung der Online-Umfrage

Generelle Struktur und Organisationen

Viele der Organisationen beziehen ihre Bezeichnung auf die Förderung der Selbsthilfe und auf die Lobbyarbeit ihrer Zielgruppen. Jedoch trägt kaum eine Organisation in ihrem Namen das Wort „Selbsthilfe“.

Die Beratung und Unterstützung von Betroffenen mit somatischen Krankheitsbilder und deren Angehörigen prägen die Arbeitsfelder der Organisationen, wobei bemerkt wird, dass die somatischen, psychischen und sozialen Problematiken sich überschneiden und im Sinne der

Ganzheitlichkeit betrachtet werden. Die geleistete Unterstützung der Organisationen deckt breitflächig relevante gesellschaftliche, rechtliche, gesundheitliche, soziale und politische Themen ab.

75% der Online-Teilnehmenden arbeiten in kleinen bis mittelgrossen Organisationen (bis zu 15 Mitarbeitende), wobei fast alle von Freiwilligen und Ehrenamtlichen unterstützt werden.

Selbsthilfeverständnis

Die Auswertung zeigt deutlich, dass bei den Teilnehmenden das Verständnis auf eine Haltung der Emanzipation und Selbstbestimmung, auf Empowerment, Betroffenenkompetenz, Solidarität und partnerschaftliche Kooperation setzt. Sie unterstützen Eigeninitiative, Selbstorganisation, Selbstverantwortung sowie die gemeinschaftliche Fähigkeit zur Problemlösung. Im Weiteren werden die Interessen der Betroffenen von den Organisationen nach aussen gut vertreten. Die vielen Mehrfachnennungen der Werte der Selbsthilfe (Selbstverantwortung, Selbstbestimmung, Empowerment, Patientenbildung, Hilfe und Solidarität) zeugen davon, dass die wichtigen Werte der Gemeinschaftlichen Selbsthilfe von allen Selbsthilfeorganisationen und Ligen gefördert werden.

Auch wenn die meisten Organisationen die Selbsthilfe als einen wichtigen Aufgabebereich ihrer Organisation sehen, deklarieren sie dies nur zum Teil in ihren Statuten oder Leitbildern (55%). Es zeigt sich, dass die Positionierung der Selbsthilfe dazugehört, sogar unverzichtbar ist, aber nicht immer im erwünschten Umfang festgelegt und somit auch gepflegt werden kann.

Verankerung, Umsetzung der Selbsthilfe

Es besteht ein grosses Angebot an Aktivitäten für die Förderung der Selbsthilfe. Informationen zur Selbsthilfe und Kurzberatungen überragen die anderen Aktivitäten, wie Vermittlung, Verlinkung und Kooperation mit anderen Akteuren im Selbsthilfebereich. Nicht ganz die Hälfte der Umfrage-Teilnehmenden erfasst und veröffentlicht ihre Angebote. 60% bieten mindestens ein Gefäss für Austausch und Wissenserwerb an. Austauschtreffen zwischen den Selbsthilfegruppen ist ein beliebtes Gefäss. Ein Viertel vermittelt und publiziert externe Weiterbildungsangebote für Selbsthilfegruppen-Teilnehmende.

Die Angebote sprechen sehr breitflächig an, fast alle spezifischen Zielgruppen werden erreicht. Ausser die MigrantInnen, sie werden kaum angesprochen noch erreicht.

Partnerschaft, Vernetzung, Kooperation und Kommunikation

Die Umfrage zeigt auf, dass die Zusammenarbeit, Partnerschaften und Vernetzung nicht selbstverständlich gesucht, gepflegt und umgesetzt werden. Rund ein Drittel nutzt die Angebote und Ressourcen, welche die regionalen Selbsthilfezentren bieten. Sie vermitteln, verlinken und tauschen mit den Fachpersonen der regionalen Selbsthilfezentren aus.

Manche regionalen Stellen der Selbsthilfeorganisationen sind selber für die Förderung der Selbsthilfegruppen verantwortlich.

Der Wissensaustausch und die Kommunikation unter den verschiedenen Akteuren sind meistens ausreichend, aber nicht sehr gut und werden als hilfreich angesehen. Das wichtigste Kommunikationsmittel ist das Internet, wobei auch Flyers sehr oft eingesetzt werden. Darüber hinaus treten Organisationen mit Ständen an Messen und Konferenzen auf. Einige verfügen über einen eigenen Newsletter.

Trends und Probleme

Auch wenn der Wunsch nach Austausch unter Gleichgesinnten, Betroffenen und Angehörigen besteht, nimmt das Bedürfnis für den direkten Austausch und Engagement tendenziell ab. Das Bedürfnis nach Informationen und Beratungen wiederum nimmt zu, dies auch über das Internet. Generell zeigt sich ein wachsendes Interesse für virtuellen Austausch.

Des Öfteren fehlt es an Ressourcen für die Pflege der Selbsthilfegruppe (Gründung, Betreuung).

Am Rand werden auch Konkurrenz zwischen Akteuren, Krisen in Gruppen und fehlender Einbezug von Betroffenen erwähnt.

Bedürfnisse, Wünsche und Vorschläge

- Sehr geschätzt wird die verstärkte Förderung der Zusammenarbeit und Transparenz zwischen den verschiedenen Organisationen, sei es durch Austauschtreffen (regionale und nationale), Table Ronde, Arbeitsgruppen, Tagungen und Konferenzen sowie Verlinkung auf den Internetseiten.
- Eine weitere fördernde Massnahme zur Zusammenarbeit wäre das Schaffen einer übersichtlichen virtuellen Plattform der vielen Angebote.
- In Bezug auf Weiterbildungsangebote besteht zwar ein Bedürfnis, jedoch kann man öfters diesem Bedürfnis aufgrund fehlender Zeit, fehlende Informationen und Kosten, nicht entgegenkommen.
- MigrantInnen, als Zielgruppe für die gemeinschaftliche Selbsthilfe, werden kaum erreicht. Es fehlt an Zugang, fremdsprachigen Infomaterial und Zusammenarbeit mit Migrationsorganisationen. Es besteht jedoch der Wunsch, diese Zielgruppe für die gemeinschaftliche Selbsthilfe zu erreichen.
- „Der Selbsthilfe ein Gesicht geben“, „Betroffene einbeziehen“, „Lobbyarbeit mit und für Betroffene“, diese Wünsche benötigen eine wichtige Aufmerksamkeit für die verstärkte Förderung der Selbsthilfe.
- Die gemeinschaftliche Selbsthilfe ist gesetzlich nicht verankert. Es ist ein grosses Anliegen, dass die gemeinschaftliche Selbsthilfe politisch und gesetzlich die Anerkennung erhaltet, wie z.B. beratende personenspezifische Dienstleistungen im Gesundheit- und Sozialbereich.

Empfehlungen und weitere Schritte

Angesichts des langen Online-Empfehlungskatalogs eruierte die Arbeitsgruppe „Partnerschaft gemeinschaftlicher Selbsthilfe“ vier Hauptziele, welche anzusteuern sind:

1. Politische Verankerung der Förderung der Selbsthilfe
2. Über die nationale Verbindung die Zusammenarbeit der regionalen Stellen mit den regionalen Selbsthilfezentren fördern
3. Verankerung und Umsetzung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe fördern in den Organisationen mit Bezug zur Selbsthilfe
4. Förderung der internetbasierten Selbsthilfe

Die Online-Umfrage wird voraussichtlich im Winter 2013 / 2014 in der lateinischen Schweiz auf Französisch und Italienisch ebenfalls durchgeführt.

Noch im laufenden Jahr wird ein Konzept erstellt, welches mit Zielen und entsprechenden Massnahmen beschreibt, wie die Förderung der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in Organisationen mit Selbsthilfebezug verstärkter gehoben werden kann.

Eine erste konkrete Umsetzung ist die nationale Tagung zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe im Herbst 2015.

Im Namen der Arbeitsgruppe „Nationale Partnerschaften gemeinschaftlicher Selbsthilfe“

Selbsthilfe Schweiz, Carmen Rahm, Geschäftsleiterin

20. September 2013

Umfrageteilnehmende Organisationen:

Al Anon Familiengruppen der deutschsprachigen Schweiz / Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES / Blaues Kreuz Kantonalverband Zürich / Careum Stiftung / CUORE MATTO - Vereinigung für Jugendliche und Erwachsene mit angeborenem Herzfehler / elpos Zentralschweiz / Elternvereinigung für das herzkranken Kind / Fibromyalgie Forum Schweiz / GIST-Gruppe Schweiz / hiki - Hilfe für hirnerkrankte Kinder / IG Zöliakie der Deutschen Schweiz / ilco-Schweiz / ilco-Bern / insieme Schweiz / IOGT Schweiz / Krebsliga beider Basel / Krebsliga Ostschweiz / Krebsliga Schweiz / Krebsliga Zug / Liga für Zeckenkranke Schweiz / Lunge Zürich / Lungenliga Schweiz / Lungenliga Unterwalden, Kantone Nidwalden und Obwalden / Myelom Kontaktgrupp Schweiz / Parkinson Schweiz / Prader-Willi-Syndrom Vereinigung Schweiz / Pro Mente Sana / Retina Suisse / SBH Schweiz / Schweiz. Blinden- und Sehbehindertenverband SBV / Schweiz. Hämophilie-Gesellschaft / Schweizerische Adipositas-Stiftung / Schweizerische Diabetes-Gesellschaft / Schweizerische Gesellschaft für Cystische Fibrose / Schweizerische Herzstiftung / Schweizerische Huntington-Vereinigung / Schweizerische Polyarthritiker-Vereinigung / Schweizerische Psoriasis und Vitiligo Gesellschaft / Schweizerische Vereinigung Osteogenesis imperfecta / Selbsthilfe Schweiz / SIGHI / Transgender Network Switzerland / VASK Zürich / Verein Postnatale Depression Schweiz / Verein Regenbogen Schweiz / Verein Skoliose Schweiz / Verein ZöFra-Schweiz / VEVD AJ Verband der Eltern- und Angehörigenvereinigungen Drogenabhängiger / VHL-Schweiz (von Hippel-Lindau) / visoparents schweiz / Zentrum für Selbstbestimmtes Leben (ZSL)