

Wir sind geboren um gemeinsam zu wirken

Historische Entwicklung der Selbsthilfebewegung

Sich selber helfen, alleine oder mit Unterstützung, gehört seit jeher zum menschlichen Wesen. Die organisierte Selbsthilfe geht zurück bis in die Anfänge der Industriegesellschaft, geprägt vom sozialen Wandel.

Das von Braun und Opielka 1992 / Kohlhammer-Verlag, veröffentlichte Werk „Selbsthilfeförderung durch Selbsthilfekontaktstellen“ skizziert die Entwicklung der Selbsthilfe in drei Phasen:

- Die materielle und existentielle Notlage in den Anfängen der Industriegesellschaft, die zu einer weit reichenden Auflösung von traditionellen Gemeinschaftsverbindungen führte, brachte eine sogenannte „sozialökonomische Selbsthilfe“ hervor. Menschen organisierten sich in Verbindungen einerseits durch den Aufbau von karitativen Hilfsvereinen, andererseits in solidarischen Hilfssystemen wie Genossenschaften und Gewerkschaften.
- In der zweiten Phase entwickelte sich die sozialpolitische Selbsthilfe, zu deren Vertreter zum Beispiel der Gehörlosenverein in Bern (Gründungsjahr 1894, der Schweizerische blindenverband (*1911) oder in den dreissiger Jahren der schweizerische Invalidenverband gehörten.
- Die Selbsthilfeentwicklung der dritten Phase ist diejenige, die die moderne Selbsthilfe bzw. Selbsthilfeunterstützung begründet. Der soziale Ausgangspunkt war gekennzeichnet durch den gestiegenen Wohlstand, der allen Bürgerinnen und Bürger den Zugang zu sozialstaatlichen Leistungen ermöglicht. Um sich im Dschungel des Gesundheits- und Sozialwesens zurechtzufinden, schlossen sich Betroffenen in lokale Selbsthilfegruppen zu Gesprächs- und Handlungsgemeinschaften zusammen. Die vielfältigen Formen der „Sozial-gemeinschaftlichen Selbsthilfe“ – später auch als „Alternativ-Szene“ betitelt- hatte ihre Hochzeit in den 1970er und 1980er Jahren. Das professionelle Versorgungssystem begegnete diesem Aufschwung Anfangs mit grosser Skepsis bis Ablehnung (Konkurrenzängste, billige Variante der professionellen Versorgung). Die professionelle Förderung der Selbsthilfegruppen durch Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfeorganisationen unterstützte und unterstützt den Ausbau und den Erfolg der Idee der Selbsthilfegruppen. Es zeigt sich, dass die Akteure der Selbsthilfeförderung aus dem alternativen Ecken heraus heute als professioneller Partner wahrgenommen und anerkannt werden.

Kooperation und Förderung von Selbsthilfegruppen heute

Im Laufe der letzten zwanzig Jahre wies sich, dass Selbsthilfegruppen, welche von professionell geführten Kontaktstellen Beratung und Unterstützung erhalten, sich besser und nachhaltiger etablieren. Die Mitarbeitenden der Kontaktstellen unterstützen Menschen damit sie eigenverantwortlich für ihre Belange nach Lösungsmöglichkeiten suchen und diese in Handeln umsetzen können. Zu den zentralen Funktionen einer Kontaktstelle gehören neben der Beratung von Einzelnen und Gruppen, die Förderung der Selbsthilfegruppen, Unterstützung bei Gruppengruppen, Promotion der Idee von Selbsthilfegruppen und Verbindung von Selbsthilfegruppen mit professionellen Hilfsangeboten. Heute setzen sich in 15 Kantonen 20 Kontaktstellen für die Selbsthilfegruppen ein.

Vor mehr als zehn Jahren gründete eine Interessengemeinschaft der schweizerischen Kontaktstellen die schweizerische Dachorganisation der regionalen Kontaktstellen- die Stiftung KOSCH.

Die Stiftung KOSCH bezweckt die Förderung der Selbsthilfe und koordiniert die Vernetzung der verschiedenen Kontaktstellen für Selbsthilfe in der Schweiz. Sie betreibt eine nationale und internationale Anlauf- und Informationsstelle für die Selbsthilfe, regt Forschungsprojekte an und bildet die Schnittstelle zwischen den regionalen Stellen und dem Bundesamt für Sozialversicherungen. Die Stiftung KOSCH setzt sich mit parlamentarischen Vorstössen und Teilnahme in politischen Gremien für die gesetzliche Verankerung der Selbsthilfeförderung ein. In dem neustens vom Nationalrat anerkannte Präventionsgesetz ist die Förderung von Selbsthilfegruppen explizit verankert.

Die Stiftung KOSCH und die Kontaktstellen sind die einzigen Organisationen, welche sich für Selbsthilfegruppen jeglichem Thema und Belastungen einsetzen. In der Schweiz gibt es heute rund 2000 Selbsthilfegruppen zu 450 Bereichen.

Künftige Herausforderungen

Längst belegen Studien, dass Mitglieder von Selbsthilfegruppen den Umgang ihrer Krankheit bewusst mit Eigenverantwortung anpacken. Dies kann auch zur verminderten Medikamentengebrauch oder Behandlungen führen und somit die Kosten im Gesundheitswesen beeinflussen. Würden die rund 2000 Selbsthilfegruppen in der Schweiz professionell geleitet werden, würde dies Kosten in dreistelligen Millionenbereich verursachen.

Wissend, dass die Selbsthilfe in den Selbsthilfegruppen einen nachhaltigen positiven Einfluss auf die Gesundheit und auf den Heilungsprozess hat, steht die Förderung der Selbsthilfe auch weiterhin vor grossen Herausforderungen. So muss zum Beispiel auf der politischen Ebene das, hoffentlich bald anerkannte, nationale Präventionsgesetz effektiv umgesetzt werden, in den Kantonen soll die Förderung von Selbsthilfegruppen in die Verfassung aufgenommen werden (Beispiel Kanton Basel, seit 2005). Krankenkassen und professionelle Dienste müssen ihre Klienten und Patienten vermehrt über den Sinn und Zweck von Selbsthilfegruppen informieren.

Die gesellschaftliche Anerkennung der Selbsthilfe ist eine weitere Herausforderung. Die Selbsthilfegruppen sollen nicht als sogenannte Jammerclubs belächelt werden, sondern als Organ anerkannt sein, welches Menschen unterstützt ihr Selbstvertrauen und Kraft zurückzugewinnen und ihr Schicksal in die eigenen Hände nehmen.

Ziel ist, dass künftig die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe von der Gesellschaft und Politik so selbstverständlich anerkannt ist, wie der Besuch des Hausarztes.

Kontakte

Stiftung und Geschäftsstelle KOSCH, Tel: 061 333 86 01, www.kosch.ch

Direkte Nummer zur nächsten Selbsthilfekontaktstelle: 0848 810 814

Literaturhinweise

Selbsthilfegruppen brauchen ein Netz, Vreni Vogelsang, 1995. Seismo-Verlag

Es gibt Leute, die das Gleich haben, J. Stremlow, 2004, HSA-Luzern

Selbsthilfe unterstützen, NAKOS, 2006, Berlin