



**9 November 2005 | The Swiss Health Cooperation Symposium
Community Action for Health | Ensemble pour la santé | Gemeinsam für Gesundheit**

Gesundheit von unten, mehr als ein frommer Wunsch?

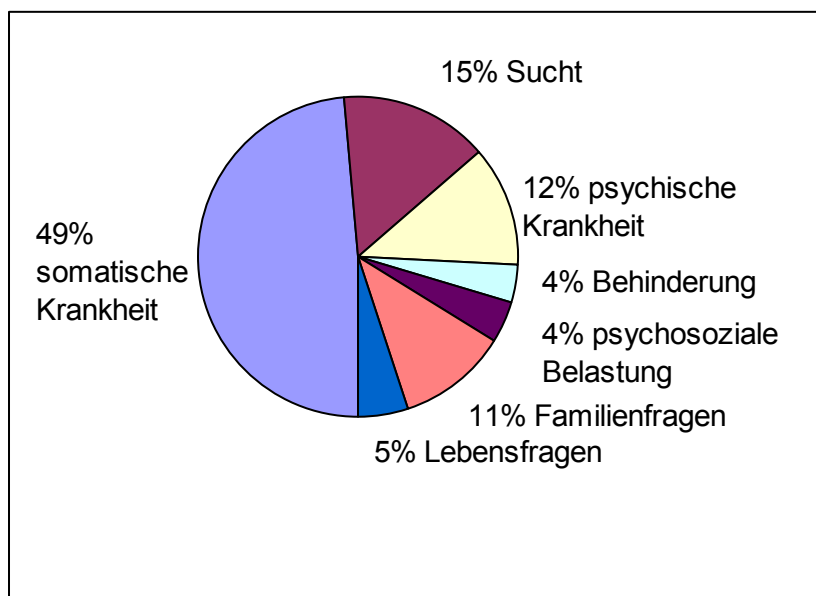
Basisgruppen und -organisationen in der Schweiz

Wenn es um die Überwindung von Hierarchien, respektive um den niederen Status des „Volks“ geht, steht es auch in der Schweiz nicht zum Besten. Was kann die Selbsthilfebewegung in einem reichen Land leisten – und wo steht sie an? Input von Vreni Vogelsanger*

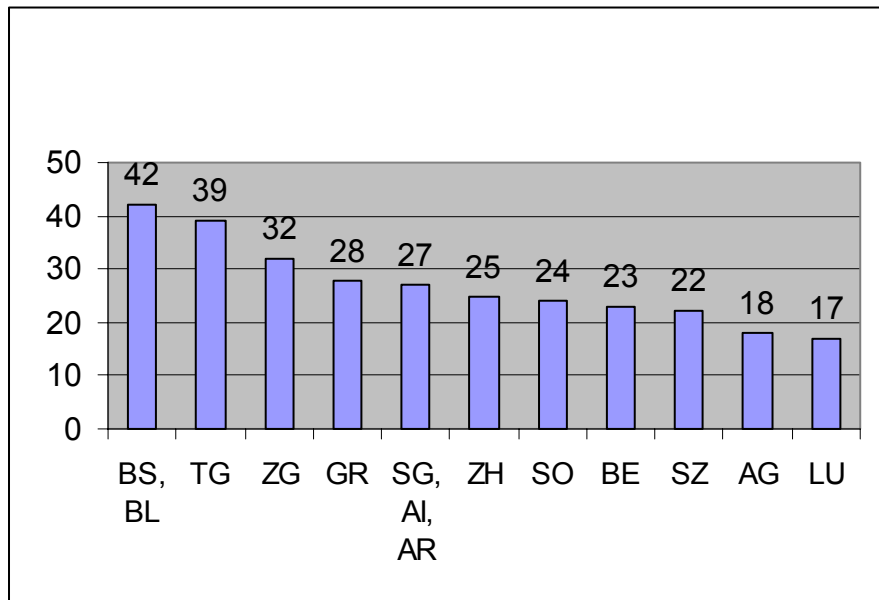
Die Selbsthilfe-Bewegung in der Schweiz besteht aus

- rund 2000 Selbsthilfegruppen mit ca. 25'000 aktiven Mitgliedern – zu 300 Themen im Sozial- und Gesundheitsbereich
- 200 Selbsthilfeorganisationen – meist als überregionale Zusammenschlüsse von Selbsthilfegruppen
- 16 Selbsthilfekontaktstellen von KOSCH mit schweizerischer Geschäftsstelle in Basel

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die vom gleichen Problem betroffen sind regelmässig um Erfahrungen und Hilfe auszutauschen. Sie organisieren ihre Arbeit selber und verzichten auf die Leitung durch eine Fachperson. Selbsthilfegruppen entstehen ausschliesslich zu schwerwiegenden, das Leben zentral beeinträchtigenden Problemen. Im Jahr 2004 konnte eine Nationalfonds-Studie der Hochschule für Soziale Arbeit realisiert werden. Erforscht wurden rund 1300 Selbsthilfegruppen in 14 Kantonen, sowie 14 Selbsthilfekontaktstellen. Daraus die folgenden Überblicke:



Selbsthilfegruppen in der Schweiz: Verteilung nach Themen (Basis: 1284 Gruppen)



Selbsthilfegruppen in der Schweiz: Anzahl Selbsthilfegruppen pro 100'000 EinwohnerInnen

Die themenübergreifende Förderung von Selbsthilfegruppen durch regionale Selbsthilfekontaktstellen entspricht einem europäischen Standard, formuliert in der WHO – Empfehlung für eine Selbsthilfe-Förderpolitik (Europa): "Auf lokaler Ebene sollten Ressourcenzentren aufgebaut werden, die finanzielle Mittel, technische Hilfe, Informationen und Dokumentationen über die Gruppen sowie andere wichtige Ressourcen bereitstellen. Auf regionaler und nationaler Ebene sollte die Bildung von Schnittstellen angeregt werden, d.h. Zentren, die Informationen und Dokumentationen über Selbsthilfegruppen sammeln und verbreiten, vor allem aber die Diskussion und Zusammenarbeit der Gruppen untereinander sowie in der professionellen Gemeinschaft, Wissenschaft, Regierung und der breiten Bevölkerung organisieren." (ICP/HED.014 6484B, 1982)

Entscheidend an dieser Empfehlung ist, dass nichts über die Leute, die sich an Selbsthilfegruppen beteiligen sollen, oder wie man sie davon überzeugen könnte gesagt wird. Der Focus liegt ganz bei den Bedingungen, unter denen Selbsthilfegruppen leichter entstehen und besser gedeihen. Dies entspricht auch unserer Erfahrung.

Die derzeit 16 regionalen Selbsthilfekontaktstellen in der Schweiz mehrheitlich auf Initiative von Selbsthilfegruppen entstanden. Die Stiftung KOSCH als Dachorganisation und nationaler Geschäftsstelle in Basel basiert auf der Initiative der regionalen Selbsthilfekontaktstellen.

Das Angebot von Selbsthilfekontaktstellen ist gemeinsam mit Selbsthilfegruppen entwickelt worden. Es beinhaltet folgende Schwerpunkte:

- Öffentlichkeitsarbeit zur Funktionsweise und dem Phänomen Selbsthilfegruppen
- Beratung und Information für Menschen die den Anschluss an eine Selbsthilfegruppe suchen, aufgrund eines aktuellen Überblicks über bestehende und geplante Selbsthilfegruppen.
- Starthilfeberatung für neue Selbsthilfegruppen
- Beratung, Schulung und fachliche Unterstützung bei Projekten für bestehende Selbsthilfegruppen
- Vernetzung unter Selbsthilfegruppen, mit dem professionellen Umfeld und sozial- und gesundheitspolitische Verankerung

Woran erkennt man eine gute Verankerung der Selbsthilfe, und wie steht es in der Schweiz?

- Überblick und schwellenloser Zugang für Betroffene: in der Schweiz zu 2/3 erreicht
- Grundinfrastruktur vorhanden: in 16 Kantonen
- Formalisierte Zusammenarbeit mit wichtigen Partnern: erste Ansätze sind vorhanden
- Finanzierung der Förderung gesetzlich geregelt: im Invalidenbereich erreicht
- Die Patientenmitsprache ist auf allen Ebenen und mit substanzieller Beteiligung der Selbsthilfe geregelt: gibt es in der Schweiz bisher nicht

Welches sind die (wahrscheinlich globalen) Grundthemen? Soziale Isolation als erheblicher Risikofaktor für die Gesundheit kann durch Selbsthilfegruppen wesentlich entschärft werden:

- Statt reden über Betroffene – reden (und handeln) mit Betroffenen, gleiche Augenhöhe
- Die Abwesenheit der Profis in den Gruppen schafft eine wesentliche Voraussetzung für Eigeninitiative und Selbstentfaltung der Betroffenen.
- Dies erfordert ein neues Verständnis der professionellen Rolle – z.B. von der Helferin zur Begleiterin und Mitarbeiterin von Initiativen.
- Der (derzeit noch niedere) Stellenwert von Erfahrungswissen in Wissenschaft, Politik und Praxis.
- Wie erhalten Worthülsen wie: "Der Patient im Zentrum", "Empowerment", "Hilfe zur Selbsthilfe", "Selbstverantwortung" etc. einen realen Handlungsrahmen?
- Wie können tradierte Hierarchien überwunden werden – wie viele Generationen braucht es dafür?

Welcher Bezug besteht zwischen den Selbsthilfegruppen in der Schweiz und Projekten im Ausland, die am Symposium vom 9. November vorgestellt wurden? - Neben den offensichtlichen materiellen Unterschieden ist den Basisbewegungen das Handeln zur Überwindung eigener Not gemeinsam – das sind auch bei uns keine zufällig gewählten "Freizeitaktivitäten".

Eine hochtechnisierte Medizin hinterlässt manchmal erstaunlich verzweifelte und isolierte Menschen. Ist es Interpretation oder sehnlicher Wunsch von Fachleuten, dass sich Menschen in einem generellen Sinn für die Volksgesundheit einsetzen? Nach meiner Wahrnehmung geht es hier wie dort um konkrete Bedrohungen und Belastungen, die zur Selbsthilfe führen also um ein Engagement aus eigener Betroffenheit.

Wir leiden möglicherweise an einem Mangel natürlicher communities und Selbsthilfegruppen sind eine Form, sie wieder zu bilden. Nach meiner Erfahrung entstehen in Schicksalsgemeinschaften sehr starke und tragfähige Beziehungen – vergleichbar mit Familienbanden – dies ist eines der Geheimnisse, warum das ganze so gut funktioniert.

Unser Repertoire an Ausdrucksmöglichkeiten erscheint karg, verglichen mit den singenden und tanzenden Frauen in Afrika. Entwicklungsland Schweiz?

**Vreni Vogelsanger ist Geschäftsführerin der Stiftung KOSCH, Koordination und Förderung von Selbsthilfegruppen in der Schweiz, in Basel, www.kosch.ch*