

Zusammenarbeit und Vernetzung

Die Diakonischen Werke mit ihren Einrichtungen und Diensten, aber auch Kirchengemeinden, wollen der Selbsthilfe – frei nach dem Motto „Diakonie trifft Selbsthilfe“ – auf Augenhöhe in kooperativem Geist begegnen. Es bestehen zahlreiche Möglichkeiten der Zusammenarbeit und Vernetzung und damit der Förderung und Unterstützung.

Dazu kann zum Beispiel gehören:

- „Türen öffnen“ in den Einrichtungen und in den Gemeinden (z. B. Räume für Gruppensitzungen, Veranstaltung oder Büronutzung anbieten)
- die Selbsthilfearbeit bekannter machen und ihren Sinn verdeutlichen (z. B. Themenarbeit unter Einbeziehung der Selbsthilfe im Gottesdienst oder im Konfirmationsunterricht)
- Adressverzeichnisse der Selbsthilfe in Kirchengemeinden, diakonischen Beratungsstellen und Gesundheitseinrichtungen bereithalten und Ratsuchende darauf hinweisen (dazu gehören beispielsweise die „Roten“ und „Grünen“ Adressen der NAKOS sowie Adress- und Kontaktübersichten der einzelnen Selbsthilfeverbände beziehungsweise -organisationen und der örtlichen Selbsthilfekontaktstellen)
- Selbsthilfegruppen in die Fachverteiler der diakonischen Einrichtungen und Dienste einbinden und bei Bedarf (Fach-)Referent/innen zur Verfügung stellen
- das Thema Selbsthilfe standardmäßig in die Aus-, Fort- und Weiterbildung der hauptamtlich Mitarbeitenden von Diakonie und Kirche zu übernehmen
- die Selbsthilfe verbindlich in die Gremien- und Austauschstruktur von Diakonie und Kirche einzubinden (unter anderem durch regelmäßige Treffen zwischen der Leitungsebene der Einrichtungen und der Selbsthilfe, gemeinsame Fortbildungen, Sprechstunden der Selbsthilfe in den Einrichtungen)

Ansprechpartner aus dem Feld der Selbsthilfe

Bundesweite Ansprechpartner aus dem Bereich der Selbsthilfe können zum Beispiel folgende Institutionen sein:

Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen e. V. (BAG SELBSTHILFE)
www.bag-selbsthilfe.de

Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen e. V. (DHS)
www.dhs.de

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS)
www.nakos.de

Kontakt und Information

Diakonisches Werk der Evangelischen Kirche in Deutschland e. V.
Reichensteiner Weg 24
14195 Berlin
Telefon +49 30 83 001-0
Telefax +49 30 83 001-222
www.diakonie.de

Ansprechpartner

[Dr. Tomas Steffens](mailto:steffens@diakonie.de)
Zentrum Gesundheit, Rehabilitation und Pflege
Arbeitsfeld Medizinische Rehabilitation, Prävention und Selbsthilfe
Telefon +49 30 83 001-361
Telefax +49 30 83 001-444
E-Mail: steffens@diakonie.de

Diakonie trifft Selbsthilfe

Anregungen zur Kooperation

Diakonie für Menschen	Für diakonische Dienste und Einrichtungen

Selbsthilfe beginnt mit einem gemeinsamen Problem

In der Bundesrepublik gibt es schätzungsweise zwischen 70.000 bis 100.000 Selbsthilfegruppen. Sie bilden ein breites Spektrum von Themen in unterschiedlichen Handlungsformen ab.

Einen Schwerpunkt stellt die Selbsthilfe im Gesundheitsbereich dar. Die Selbsthilfe ist heute – so auch der Bericht der Enquetekommission „Bürgerschaftliches Engagement“ des Deutschen Bundestags – ein wichtiges Element des bürgerschaftlichen Engagements. Die Verbände der Selbsthilfe sind politisch handelnde Akteure. Im Gesundheitssystem nimmt die Selbsthilfe mit beratender Stimme an der Arbeit des „Gemeinsamen Bundesausschusses“ teil. Sie wird unter anderem durch Bund, Länder und Kommunen sowie durch die gesetzliche Krankenversicherung und die Rentenversicherung finanziell gefördert.

Selbsthilfe beginnt mit einem gemeinsamen Problem. Daher sind die Gründe für Selbsthilfe vielfältig.

Ausgangspunkt ist häufig ein Gesundheitsproblem, das sich Menschen – zumeist in einer Gruppe – zum verbindenden Thema machen. Die in der Selbsthilfe engagierten Menschen wollen durch gemeinsames und gleichberechtigtes Handeln mit „Mitbetroffenen“ im Alltag mit dem Problem leben lernen und zur Problemlösung beitragen. Die möglichst selbstbestimmte Beteiligung am sozialen Leben ist ein zentrales Anliegen der Selbsthilfe. Die Selbsthilfe ist eine wichtige Ergänzung des professionellen Gesundheits- und Sozialsystems, indem sie die Perspektive der Betroffenen vertritt und als „kritischer Stachel“ an der Weiterentwicklung der professionellen Hilfen mitwirkt. Ihre „Betroffenenkompetenz“ wird von Fachleuten wie von Politik und Verwaltung zunehmend als Bereicherung angesehen.

Selbsthilfe ist vielfältig

Selbsthilfe findet – neben der individuellen Eigenhilfe und der Hilfe, die Familie und Freundeskreis geben – in unterschiedlichen gemeinschaftlichen Formen statt, zu denen sich Menschen problemorientiert zusammenschließen.

■ **Selbsthilfegruppen** zeichnen sich dadurch aus, dass sich Menschen mit gleicher Problembetroffenheit oder als Angehörige außerhalb ihrer alltäglichen Beziehungen freiwillig zusammen schließen, um sich gegenseitig mit zu unterstützen bzw. zu helfen. In Selbsthilfegruppen wollen die Menschen ihre persönlichen Lebensumstände verbessern, Solidarität praktizieren und häufig auch auf ihr soziales Umfeld einwirken. Selbsthilfegruppen organisieren und leiten sich selbst, können aber zu bestimmten Fragen Experten hinzuziehen. Im Mittelpunkt der Arbeit steht in der Regel das Gruppengespräch, die unmittelbare menschliche Begegnung und der persönliche Erfahrungsaustausch. Die Gespräche sind der Ausgangspunkt für weitere Aktivitäten, z. B. gemeinsame Alltags- und Freizeitgestaltung, praktische Hilfeleistungen zur sozialen Teilhabe, Öffentlichkeitsarbeit oder zur Interessenvertretung gegenüber der Politik.

■ **Selbsthilfeorganisationen oder -verbände** arbeiten auf Bundes-, häufig auch auf Landesebene. In vielen Fällen sind sie aus dem Zusammenschluss von Selbsthilfegruppen entstanden. Sie bieten ihren Mitgliedern fachliche und rechtliche Hilfen, Informationen zu der jeweiligen Problematik sowie zur Darstellung in der Öffentlichkeit und gewährleisten eine politische Interessenvertretung der Betroffenen.

■ Von diesen Formen des ehrenamtlichen Selbsthilfe-Engagements von Betroffenen sind die **Selbsthilfekontaktstellen** zu unterscheiden. Selbsthilfekontaktstellen sind örtlich oder regional arbeitende professionelle Beratungseinrichtungen. Wer eine Selbsthilfegruppe gründen möchte, erhält hier die nötigen Informationen. Die „Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen“ (NAKOS) bündelt die Arbeit der Selbsthilfekontaktstellen auf Bundesebene. Auch Selbsthilfekontaktstellen werden von den öffentlichen Händen und von den gesetzlichen Krankenkassen auf gesetzlicher Grundlage gefördert.

Die Selbsthilfe als gesellschaftliche Kraft

Selbsthilfe besitzt ein großes Potenzial zur Bewältigung sozialer und gesundheitlicher Probleme. Selbsthilfe fördert

- die gegenseitige Unterstützung und Hilfe
- den Wissensaustausch und -erwerb
- die Entwicklung sozialer Kompetenzen
- soziale Integration (gegen das Risiko der sozialen Isolation)
- die praktische Bewältigung von Problemlagen
- das freiwillige Engagement betroffener Menschen
- die Selbstbestimmung gegenüber professionellen Helfern
- und stellt bei chronischen Krankheiten und Einschränkungen der Teilhabe einen wichtigen gesundheitsfördernden Faktor dar.

Das Engagement der Selbsthilfe findet in keinem konfliktfreien Raum statt. Selbsthilfe kann unbequem sein, sie kann mit überzogenen Ansprüchen konfrontiert werden oder vor dem Problem stehen, Erwartungen, Kompetenzen und Handlungsmöglichkeiten auszubalancieren.

Das Verhältnis von **Kirche und Diakonie zur Selbsthilfe** war nicht immer einfach. Heute gibt es zwischen Kirche, Diakonie und Selbsthilfe neben Unterschieden auch wichtige Gemeinsamkeiten, die die Grundlage für eine noch bessere Zusammenarbeit bilden. Eine wichtige Rolle kommt dabei den örtlichen Kirchengemeinden zu. Sie waren und sind ein Katalysator lokaler Nachbarschaftshilfe. Sie bieten Räume für Gesprächsgruppen, vielfach auch für Gastgruppen (Beispiel Anonyme Alkoholiker) und sind traditionell ein Anlaufpunkt bürgerschaftlichen Engagements.

Selbsthilfe, Kirche und Diakonie

Entsprechend dem christlichen Gebot der Nächstenliebe ist im kirchlichen Bewusstsein die Hilfe für andere stark ausgeprägt. In dieser Tradition steht auch die Diakonie. Sie bündelt vor allem die professionelle Arbeit der Kirche im Gesundheits- und Sozialwesen. Viele Einrichtungen der Diakonie konzentrieren sich auf die Arbeit mit Menschen, die aufgrund ihrer Lebenslage (z. B. Armut, soziale Isolation, schwere Behinderung) häufig keinen Zugang zu Selbsthilfegruppen finden. Aber es haben sich auch vielfältige Kooperationsstrukturen ausgebildet. So ist die Selbsthilfe ein tragendes Element der Suchthilfe der Diakonie. In der Behindertenhilfe und Pflege sind die Angehörigen seit langem wichtige Gesprächspartner. Das historische Prinzip der Diakonie ist die Hilfe und Fürsorge für andere. Immer wichtiger wurden jedoch die Selbstbestimmung und die Ressourcen der Menschen, die mit einem Problem leben. Heute geht es darum, dass sich Selbsthilfe und Hilfe für andere wechselseitig wahrnehmen und unterstützen.

Auch auf politischer Ebene sucht die Diakonie zusammen mit ihren Fachverbänden den Dialog mit der Selbsthilfe und ihren Zusammenschlüssen. Die Diakonie setzt sich dafür ein, dass die Prinzipien und die Arbeitsweise der gemeinschaftlichen Selbsthilfe bekannter und mehr anerkannt werden. Sie fordert ein selbsthilfefreundliches Umfeld der Gesellschaft, eine bessere rechtliche und vor allem gesicherte finanzielle Förderung der Selbsthilfe und ihrer Zusammenschlüsse. Selbsthilfegruppen/-organisationen sind für die Diakonie wichtige Partner, die die Perspektive der selbstbestimmten Teilhabe in die diakonische Arbeit tragen. Das Expertenwissen der Selbsthilfeorganisationen (z. B. über den Umgang mit seltenen und schweren Erkrankungen) ist aus diakonischer Sicht ein wesentlicher Impuls für die Weiterentwicklung unseres Gesundheitswesens. Die Diakonie leistet ihrerseits einen Beitrag dazu, dass Anliegen aus der Selbsthilfe in der Politik mehr Gehör finden. Bei der Sicherung und Weiterentwicklung des Sozialstaates blicken Diakonie und Selbsthilfe oftmals in dieselbe Richtung. Sie teilen die Sorge, dass Interessen und Bedarfe chronisch kranker und behinderter Menschen nicht ausreichend berücksichtigt werden.