



Unterstützung der Selbsthilfe bei psychischen Erkrankungen

Kirstin Fuß-Wölbert

Selbsthilfe-Kontaktstelle Düren/ Selbsthilfebüro Euskirchen

Datengrundlage

**Schriftliche Befragung
von 27 Selbsthilfe-
Kontaktstellen in NRW**

**World-Cafe Klausurtagung
der Paritätischen Selbsthilfe-
Kontaktstellen NRW 2013**

- **Gespräche mit Interessenten für Gruppen zu psychischen Erkrankungen**
- **Erfahrungen mit der Gründung der Gruppen**
- **Unterstützung der Gruppe und der Gruppensprecher/-Innen**
- **Besondere Angebote der Kontaktstellen für Gruppen zu psychischen Erkrankungen**
- **Erfahrungen der Kooperation mit anderen Professionellen**
- **Fazit**

Gespräche mit Interessenten für Gruppen zu psychischen Erkrankungen

- **Großer Anteil der Anfragen von Interessierten**
- **Betroffene, Angehörige, Professionelle fragen an**
- **großes Spektrum an Krankheitsbildern**

- **Typisches für Interessenten:**
- **Jünger als Anfragende zu körperlichen Erkrankungen**
- **hohe Erwartungshaltung an das Gruppenangebot**
- **Oft diffuse Problematik**
- **oft ohne ärztliche Diagnose**
- **unterschiedliches Krankheitserleben bei gleicher Diagnose**
- **Frustration über Wartezeit für Psychotherapieplatz**
- **Selbsthilfe als Lückenbüßer (von Ärzten empfohlen)**
- **suchen Gruppenangebot und gemeinsame Freizeitgestaltung**

Gespräche mit Interessenten für Gruppen zu psychischen Erkrankungen

Anforderungen an die Fachkraft:

- Gespräche sind zeitaufwändige, intensive Clearinggespräche
- Gute Kenntnisse in der Gesprächsführung
- Gute Kenntnis der Gruppen
- Eingehende Aufklärung über Möglichkeiten und Grenzen der Selbsthilfe
- Kein Ersatz für Psychotherapie
- Gruppenfähigkeit als Voraussetzung
- Wartelisten auch für Gruppen
- Gute Kenntnisse der regionalen Beratungs- und Hilfeeinrichtungen
- Vorteilhaft: Erstkontakt zur Gruppensprecherin/ zum Gruppensprecher

Erfahrungen mit der Gründung von Gruppen zu psychischen Erkrankungen

- Viele Gründungen
- Anregung von Professionellen
- Besser: Gründung von Betroffenen
- Hoher zeitlicher Aufwand
- Ziele/ Fähigkeiten des Gründers/
der Gründerin
- Image „Selbsthilfegruppe“
- Treffpunkt: neutral, gut erreichbar, Schlüsselübergabe,
häufige Treffen
- Gründungstreffen: Begleitung durch Fachkraft, große
Resonanz, Instabilität

Unterstützung der Gruppe und der Gruppensprecherin/ des Gruppensprechers

- **Die Gruppe**

- Bedeutung für die TeilnehmerInnen
- Hohe Erwartung nach Verlässlichkeit
- Spezielle Gruppendynamik
- Hohe Fluktuation
- Stabile Kerngruppe notwendig
- Gesprächsregeln/ zeitlicher Rahmen
- Besonderheiten nach Krankheitsbild
- Angehörigengruppen
- Selten Bundes-, Landesverband angeschlossen
- Aufgaben der Selbsthilfe-Kontaktstellen
- Projektförderung

Unterstützung der Gruppe und der Gruppensprecherin/ des Gruppensprechers

Unterstützung der GruppensprecherInnen

- **Besondere Kompetenzen für die Übernahme der Sprecherfunktion sind gefragt**
 - Zuverlässigkeit
 - Moderation, Konfliktfähigkeit
 - Belastung durch ständige telefonische Erreichbarkeit
- **Unterstützung durch Kontaktstelle**
 - Professionelle Hilfe zu inhaltlichen Themen
 - Individuelle Unterstützung
 - Gruppendynamische Unterstützung
 - Verteilung der Gruppenaufgaben
 - Kontakt halten

Spezielle Angebote von Kontaktstellen

- **Spezielle Treffen für Sprecher-Innen/ Ziele:**
 - Erfahrungsaustausch
 - Vernetzung
 - Abfrage von Bedarfen
 - Gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit
 - Kooperation mit Professionellen, Themenzentrierte regionale Arbeitskreise
- **Kennenlern-Treffen/ Schnuppern für Interessierte**
 - Nur „echte“ Interessenten
 - Klärung der Erwartungen
 - Kennenlernen
 - Filterfunktion für die Gruppen
- **Neugründung von Gruppen**

Erfahrungen der Kooperation

- **Psychiatrische Kliniken**
- **IRENA Programm**
- **PIELAV**
- **Arbeitskreise wie u.a.**
 - **Bündnis gegen Depression**
 - **Bündnis seelische Gesundheit**
- **Gesundheitsämter**
- **Sozialpsychiatrische Zentren**
- **Beratungsstellen**
- **Therapeuten?**

- Großer Anteil in der Kontaktstellenarbeit
 - Beratungsgespräche mit Interessenten
 - Gruppengründungen
 - Besondere fachliche Unterstützung
- Ursache:
 - Zunahme psychischer Erkrankungen
 - Mangel an ambulanten Therapieplätzen
 - Mangelnde Nachsorge nach Klinikaufenthalten
 - Enttabuisierung
- Folgen für die Selbsthilfe
- Folgen für Selbsthilfe-Kontaktstellen

Literaturhinweis:

Unterstützung der Selbsthilfe bei psychischen Erkrankungen.
Ergebnisse aus dem World-Café der Klausurtagung der
Selbsthilfekontaktstellen im Paritätischen NRW 2013

Kirstin Fuß-Wölbart, selbsthilfegruppenjahrbuch 2014

PDF-Datei unter [http://www.dag-shg.de/data/
Fachpublikationen/2014/DAGSHG-Jahrbuch-14-Fuss-Woelbert.pdf](http://www.dag-shg.de/data/Fachpublikationen/2014/DAGSHG-Jahrbuch-14-Fuss-Woelbert.pdf)

*Der Vortrag ist redaktionell bearbeitet. Einige Abbildungen wurden
entfernt. DAG SHG, 2015*