

Anja Eberhardt

„Selbsthilfe-Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Problemen“ – Chronologie einer kooperativen Projektentwicklung und -realisierung

Vorgeschichte

Als die IKK classic 2016 auf das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen mit dem Anliegen zukam, ein landesweites Projekt zum Thema Selbsthilfe-Unterstützung im Bereich psychische Erkrankungen durchzuführen und dieses durch die Krankenkasse gefördert zu bekommen, geschah das vor dem Hintergrund einer seit Jahren zunehmenden Bedeutung der Thematik für das Gesundheitssystem und die Gesellschaft allgemein. Gut ein Viertel der erwachsenen Bevölkerung ist laut einer Studie des Robert Koch-Instituts jedes Jahr von einer psychischen Erkrankung betroffen (Jacobi et al. 2014). Damit verbunden sind beträchtliche Fehlzeiten von Arbeitnehmer*innen (Knieps / Pfaff 2018, S. 43), eine wachsende Zahl von Frühberentungen (Robert Koch-Institut 2015, S. 112) und erhebliche Kosten für das Gesundheitssystem (vgl. Statistisches Bundesamt 2018, S. 153).

In der Selbsthilfe ist das Thema in seiner ganzen Breite von Anpassungsschwierigkeiten nach einem einschneidenden Lebensereignis bis hin zu schweren psychischen Störungen seit Langem angekommen und der Anteil der Menschen, die Hilfe und Unterstützung in der Selbsthilfe suchen, steigt. Die Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) schätzt den Anteil der Anfragen nach Selbsthilfegruppen bei den Selbsthilfekontaktstellen aktuell auf gut ein Viertel, das heißt etwa 75.000 (NAKOS 2018, S. 1). Auch in Niedersachsen berichten Selbsthilfekontaktstellen seit Jahren von einer stetig zunehmenden Nachfrage nach Gruppen, gleichzeitig sehen sie sich verstärkt in der Rolle als Clearingstelle, die einen angemessenen Umgang mit den Betroffenen, grundlegendes Wissen über psychische Krankheitsbilder sowie Versorgungsmöglichkeiten außerhalb der Selbsthilfe verlangt. Zeitgleich mit der Anfrage der IKK classic wandte sich auch die Landesarbeitsgemeinschaft der Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich, der Niedersächsische Arbeitskreis, mit der Bitte nach Fortbildungen in diesem Themenbereich an das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen. Dieses Anliegen bestärkte das Interesse des Länderbüros am Projektangebot. Eine Voraussetzung gab es aber: Um mit dem Projekt möglichst bedarfsgerecht Unterstützung leisten und nachhaltig wirken zu können, sollten die wichtigsten landesweiten und regionalen Akteure auf diesem Gebiet der Selbsthilfe, die Landesorganisationen Betroffener und Angehöriger sowie die Selbsthilfekontaktstellen, bei der inhaltlichen Ausgestal-

tung eingebunden werden. Zudem sollte gemeinsam geklärt werden, wer aus diesem Kreis die Projektverantwortung und -durchführung in Gänze oder Teilen übernehmen sollte.

Der erste Schritt: gemeinsame Ideenfindung

Die IKK classic begrüßte die partizipative Idee des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen und lud im August und Oktober 2016 zu einem zweiteiligen Ideenworkshop ein, an dem neben dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen Vertreter*innen aus niedersächsischen Selbsthilfekontaktstellen, der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Niedersachsen e. V. (LPEN) und der Arbeitsgemeinschaft der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen in Niedersachsen und Bremen e. V. (AANB) teilnahmen. Das erste Treffen diente dem gegenseitigen Kennenlernen, der Darstellung der jeweiligen Aktivitäten bezüglich psychischer Erkrankungen in den Einrichtungen und Organisationen sowie einem Austausch zu Problembereichen und Herausforderungen in der Arbeit. Davon ausgehend entstand eine vielfältige Ideensammlung möglicher Projektbausteine. Vier Realisierungswünsche kristallisierten sich dabei heraus und wurden auf dem Folgetreffen weiter konkretisiert. Die Teilnehmenden einigten sich anschließend darauf, das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen mit der Ausarbeitung und Durchführung zu beauftragen. Unter dem Titel „Selbsthilfe-Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Problemen“ wurde das Projekt in zwei Phasen von 2017 bis 2019 umgesetzt.

Die erste Projektphase

In der ersten Projektphase im Jahr 2017 wurden die mit der Konzeptgruppe erarbeiteten Themenbausteine umgesetzt beziehungsweise begonnen:

- Durchführung einer landesweiten Veranstaltung für Selbsthilfe-Unterstützer*innen und Mitglieder aus Selbsthilfeorganisationen,
- Bekanntmachung eines Theaterstücks des Hildesheimer Bündnisses gegen Depression,
- Erstellung einer Referent*innendatenbank,
- Erarbeitung einer Dokumentation / Arbeitshilfe zum Thema „Psychische Erkrankungen“ (Fertigstellung zum Projektende 2019).

Landesweite Veranstaltungsreihe

Aufgrund der großen Nachfrage nach Fachinformationen auch aus Reihen des Niedersächsischen Arbeitskreises der Selbsthilfekontaktstellen wurde die geplante landesweite Veranstaltung zu einer dreiteiligen Fortbildungsreihe erweitert, deren Inhalte sich an den geäußerten Bedarfen der pädagogischen Fachkräfte orientierten. Ziel war es, Mitarbeiter*innen in Selbsthilfekontaktstellen besser auf die Unterstützungsarbeit für Menschen mit psychischen Erkrankungen vorzubereiten, Unsicherheiten abzubauen, ihnen Bausteine an die Hand zu geben, mit denen sie ihre Arbeit vor Ort fachlich fundiert leisten und die Beratung und Begleitung der Gruppen lebendig und metho-

disch vielfältig gestalten können. Letzteres galt auch für die methodische Unterstützungsarbeit, die Engagierte aus Selbsthilfeorganisationen für ihre Gruppen leisten.

Die Themen der Fachtage / Fortbildungen waren

- Psychische Erkrankungen und der angemessene Umgang mit Betroffenen,
- Anregungen und Unterstützung von Selbsthilfegruppen für Menschen mit psychischen Störungen,
- Kreative Methoden in der Selbsthilfe für Gruppen mit psychisch Erkrankten.

Die ersten zwei Veranstaltungen waren als Fortbildungen ausschließlich für Fachkräfte der Selbsthilfekontaktstellen angelegt, zur dritten Veranstaltung wurden ebenfalls die Vertreter*innen der niedersächsischen Selbsthilfeorganisationen mit psychischer Thematik eingeladen.

Alle drei Veranstaltungen waren sehr gut besucht und erhielten positive Rückmeldungen. Leider war die Resonanz an der Methodenfortbildung unter Mitgliedern aus den Organisationen sehr gering. Gründe hierfür könnten in der psychischen Verfassung der Angesprochenen, in der Zusammensetzung der Fortbildungsgruppe aus Profis und Ehrenamtlichen oder auch in ihrem Selbstverständnis als Schnittstelle zu den Selbsthilfegruppen in ihren Organisationen liegen. Die Vermittlung von Gruppenarbeitsmethoden sehen Engagierte auf Organisationsebene möglicherweise nicht als ihre Aufgabe. Somit wären die Selbsthilfegruppen die passenderen Adressaten zum Thema Methoden gewesen.

Theaterstück

Ein Teilnehmer der von der IKK classic gegründeten Konzeptgruppe war als Betroffener Mitglied im Hildesheimer Bündnis gegen Depression und berichtete über das dort entwickelte Theaterstück zum Thema Depression / psychische Erkrankungen. Mit seinem Vorschlag, das Theaterstück durch Niedersachsen „wandern“ zu lassen, weckte er das Interesse der Selbsthilfekontaktstellen an Aufführungen auf eigenen, regionalen Informations- und Selbsthilfeveranstaltungen zu diesem Themenbereich. Im Rahmen der Fortbildung „Kreative Methoden in der Selbsthilfe für Gruppen mit psychisch Erkrankten“ wurde das Theaterstück vorgestellt. Die Theatergruppe hatte es auf Bitte der Konzeptgruppe sogar um eine Selbsthilfesequenz erweitert.

Flächendeckend konnte das Theaterstück aufgrund zeitlicher und personeller Kapazitäten der ehrenamtlichen Darsteller*innen nicht in Niedersachsen eingesetzt werden, in der Folge wurde es jedoch von einzelnen Selbsthilfekontaktstellen für Veranstaltungen gebucht

Referent*innendatenbank

Die Konzeptgruppe identifizierte einen großen Informationsbedarf beim Thema „Psychische Erkrankungen“ sowohl bei Betroffenen und Angehörigen in Selbsthilfegruppen und -organisationen als auch bei professionellen Unterstützer*innen, weshalb für Veranstaltungen und Fortbildungen immer wieder Referent*innen gesucht wurden. Daraus resultierte der Wunsch nach einem

niedrigschwelligen, öffentlich zugänglichen Referent*innenpool. Da das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen bereits eine Selbsthilfedatenbank vorhält, deren Inhalte über verschiedene Suchfunktionen auf seiner Website www.selbsthilfe-buero.de frei verfügbar sind, zeigte es sich gegenüber einer Erweiterung um das Thema „Referent*innen“ aufgeschlossen.

In die Recherche nach geeigneten Referent*innen wurden Selbsthilfekontaktstellen und landesweite Selbsthilfeorganisationen eingebunden, indem sie dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen bereits bekannte Referent*innen melden. So entstand eine solide Datenbasis mit selbsthilfee erfahrenen Expert*innen und Fortbildner*innen mit Angaben zum Beispiel zu den angebotenen Themen, Qualifikation, Honorarforderungen oder Reichweite. Die Suche wurde den Bedarfen entsprechend über die Zeit inhaltlich ausgeweitet: Neben Referent*innen mit dem Profil „Psychische Themen“ sind auch Referent*innen zu medizinischen, juristischen und sozialen Themen in der Datenbank enthalten. Zusätzlich entstanden die Rubriken „Praktisches Wissen“ und „Gruppenarbeit“, da es für diese Themen insbesondere bei Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen ebenfalls eine große Nachfrage gibt. Voraussetzung für die Aufnahme in die Datenbank ist, dass eine Selbsthilfegruppe, -organisation oder -kontaktstelle den/die Referent*in empfiehlt. Die Pflege und Aktualisierung der Datenbank über den Projektzeitraum hinaus ist in die regelmäßigen Aufgaben des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen aufgenommen.

Dokumentation / Arbeitshilfe

Um die Inhalte und Ergebnisse der Veranstaltungsreihe nachhaltig nutzbar zu machen, wurde die Erstellung einer Arbeitshilfe in das Projektvorhaben integriert. Sie kann als Praxishilfe für die Unterstützungsarbeit mit psychisch erkrankten Menschen in den Selbsthilfekontaktstellen fungieren. Die Arbeitshilfe vermittelt Hintergrundwissen zu ausgewählten Themenbereichen, gibt Anregungen und kann so Mitarbeiter*innen in Selbsthilfekontaktstellen helfen, aufmerksam und mit größerer Sicherheit die Kontakte zu Menschen mit psychischen Erkrankungen aufzunehmen und sie bei der Gruppenbildung und -arbeit zu unterstützen. Für Selbsthilfeorganisationen und -gruppen bietet insbesondere der Methodenteil eine umfangreiche Übersicht zu Arbeitsmethoden in unterschiedlichen Gruppenphasen und -situationen.

Aufgrund der Verlängerung des Projektes wurden die Inhalte der zweiten Projektphase (Ausrichtung eines landesweiten Kongresses mit Workshops, ausführlich s. u.) ergänzend in die Dokumentation aufgenommen. Die dort gesetzten thematischen Schwerpunkte bieten vor allem Selbsthilfeaktiven aus Gruppen und Organisationen Anregungen und Unterstützung für ihre Arbeit.

Die fachliche Aufarbeitung der Dokumentation erfolgte in Verantwortung des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen. Die Arbeitshilfe „Selbsthilfe stärkt die Seele: Selbsthilfe-Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Problemen“ liegt inzwischen als gedruckte Broschüre und als Downloadversion auf der Website des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen für alle am Thema Interessierten vor.

Die zweite Projektphase

Ende 2017 regte die IKK classic die Weiterführung des Projektes an. Ein erneutes Treffen der Konzeptgruppe leitete die zweite Phase ein. Hatte der Schwerpunkt im ersten Projektteil primär auf der Unterstützung der professionellen Seite, den Selbsthilfekontaktstellen, gelegen, sollte nun explizit ein Angebot für die Ehrenamtlichen in der Selbsthilfe konzipiert werden. Gemeinsam beschloss man die Ausrichtung eines landesweiten Kongresses für Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen aus dem Bereich der psychischen Themen. Das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen erhielt durch das Votum der Anwesenden die Verantwortung für die Planung und Durchführung. Das Jahr 2018 wurde genutzt, um ein an den Belangen der Selbsthilfeaktiven ausgerichtetes Veranstaltungsprogramm zu erstellen. Dazu wurden möglichst viele Akteur*innen einbezogen. Auf Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen mit psychischen Themen in den Regionen Hannover und Schaumburg, in Sitzungen des Niedersächsischen Arbeitskreises und auf Planungstreffen mit Vertreter*innen aus den niedersächsischen Selbsthilfeorganisationen intakt – Norddeutscher Verband der Selbsthilfe bei sozialen Ängsten e. V., LPEN e. V. und AANB e. V. entwickelten sich Themenwünsche und Ideen. Insbesondere die Arbeitsgruppe mit den Organisationsvertreter*innen traf sich viele Male, um neben der inhaltlichen Ausrichtung auch das Rahmenprogramm und die organisatorische Umsetzung zu besprechen.

Die gemeinsam erarbeiteten Kriterien für die Veranstaltung lauteten

- Ausrichtung auf alle Betroffenen und Angehörigen des Feldes Selbsthilfe im Bereich Psychische Erkrankungen und Probleme,
- Orientierung sowohl an den Bedarfen von Selbsthilfegruppen und -organisationen als auch an individuellen Fragestellungen der Teilnehmer*innen,
- neben der Vermittlung von Wissen und Methoden auch Bereitstellung eines offenen und ermutigenden Rahmens für weitere Vernetzungen unter Einzelnen, Gruppen und Organisationen und
- Vermittlung einer positiven Haltung und Spaß an der Sache.

Landesweiter Kongress „Selbsthilfe stärkt die Seele“

Im April 2019 fand in Hannover schließlich der landesweite Kongress für Selbsthilfegruppen und -organisationen mit 120 Teilnehmer*innen statt.

In der Vorbereitung hatten alle Beteiligten für eine möglichst aktive Ansprache und ausreichend Gelegenheit zu Austauschmöglichkeiten unter den Kongressteilnehmer*innen gestimmt. Anstelle von Vorträgen war so ein breitgefächertes Workshop-Programm entstanden, das aus den drei Themenblöcken „Alltag bewältigen“, „Lebendige Selbsthilfegruppe“ und „Bewusstes Leben“ mit jeweils zwei Workshops bestand. Die sechs Workshops wurden am Vormittag angeboten und am Nachmittag wiederholt, so hatten alle Teilnehmer*innen die Möglichkeit, zwei unterschiedliche Themen zu bearbeiten beziehungsweise kennenzulernen.

Der erste Themenbereich „*Alltag bewältigen*“ bezog sich auf die mögliche individuelle Lebenssituation der Teilnehmer*innen und bestand aus den Workshops

- Schritt für Schritt durch Lebenskrisen – Praktisches Schuhwerk und Orientierungshilfen,
- Wie gehe ich mit meiner Krankheit im Arbeitsleben um?

Im Themenbereich „*Lebendige Selbsthilfegruppe*“ boten erfahrene Moderatorinnen aus Selbsthilfekontaktstellen Anregungen und Möglichkeiten zum Austausch zu immer wiederkehrenden Anliegen aus der Selbsthilfgruppenarbeit:

- Mal was Neues wagen – Impulse für die Gruppenarbeit,
- Verantwortung abgeben – Verantwortung übernehmen.

Mit dem dritten Themenbereich „*Bewusstes Leben*“ war insbesondere ein Anliegen der professionellen Selbsthilfeunterstützer*innen in das Programm aufgenommen worden. Intention war, den Selbsthilfeaktiven neben der Auseinandersetzung mit ihren Themen „etwas Guttuendes“ zukommen zu lassen. So lenkte der Bereich „*Bewusstes Leben*“ den Blick auf die Sinne und die Selbsterfahrung der einzelnen Teilnehmer*innen. Die Erlebnisse aus beiden Workshops boten gleichzeitig wiederum Impulse für die Selbsthilfgruppenarbeit. Die Themen lauteten

- Achtsamkeit, eine hilfreiche und heilsame Haltung für das Leben – Einführung, Erfahrungen, Übungen,
- Upcycling Werkstatt – Aus Alt mach Neu (Kreativangebot).

Nicht viel weniger wichtig als die inhaltliche Arbeit auf dem Kongress waren der bunte Rahmen, der die Veranstaltung einbettete, sowie auflockernde und aktivierende Programmpunkte. Die Teilnehmer*innen sollten eine Atmosphäre vorfinden, die sie dazu einlud, den dargebotenen Raum für Begegnungen zu nutzen, und die das Erleben von Gemeinsamkeit möglich machte.

Gruppen und Organisationen hatten den Wunsch geäußert, sich und ihre Arbeit präsentieren zu dürfen. Dies war in Form von Ständen, ausgelegten Infomaterialien oder Aushängen möglich und wurde gut frequentiert.

Über den gesamten Tag begleitete ein Pantomime die Veranstaltung. Er nahm alle Gäste in Empfang, mischte sich unter die Teilnehmer*innen, kommunizierte mit ihnen auf seine besondere Art und war in den Ablauf der Veranstaltung eingebunden. Auf der Bühne führte er an diesem Tag ein Stück zum Thema Selbsthilfe auf. Seine Interaktion mit den Teilnehmenden trug sehr zur offenen Atmosphäre und guten Stimmung bei.

Zur Aktivierung der Teilnehmer*innen nach der Mittagspause gab es ein Angebot an alle, Teil einer Mitmachaktion zu werden. Die angeleitete Aktion umfasste Bewegungs- und Gesangselemente und konnte gemeinsam in der großen Runde tanzend oder für sich stehend beziehungsweise sitzend mitgemacht werden. Wer das Geschehen lieber nur beobachten wollte, war genauso willkommen. Dasselbe galt bei der Präsentation eines besonderen Be-

gegnungskonzeptes zum Ende des Kongresstages. Es beinhaltete das (Salsa-) Tanzen in der Gruppe mit eingeschobenen Gesprächsphasen und wurde bereits in der Arbeit mit Menschen mit psychischen Erkrankungen eingesetzt. Auch hier probierten es viele Teilnehmer*innen gleich aus.

Die Veranstaltung war mit 120 Teilnehmer*innen ausgebucht. Dass von den angemeldeten Gästen fast alle kommen konnten, war auch das Verdienst einiger Selbsthilfekontaktstellen. Mitarbeiter*innen hatten Fahrgruppen organisiert und diese auf den Kongress begleitet. Sie selbst blieben nur „Zaungäste“. Für die Fahrgruppen aber wurde durch ihr Engagement ein verbindlicher und Sicherheit gebender Rahmen geschaffen, der auch Menschen mit einer labilen psychischen Tagesverfassung die Teilnahme erleichterte.

Fazit

Wir können auf ein gelungenes Projekt zurückblicken. Der Schlüssel dazu lag nicht zuletzt in unserer Herangehensweise. Es verstand sich für uns von selbst, dass ein Projekt mit Unterstützungscharakter wie dieses nicht ohne eine enge inhaltliche und organisatorische Zusammenarbeit mit denjenigen funktioniert, die davon profitieren sollen. Die Nähe an den wirklichen Bedarfen und Bedürfnissen der Zielgruppen versprach eine größere Akzeptanz und Nutzung des Angebots, das heißt für uns letztlich mehr Teilnehmer*innen in den Veranstaltungen, mehr Nutzer*innen der Referent*innendatenbank und mehr Leser*innen der Arbeitshilfe. So erreichen wir mit unserem Projekt (hoffentlich) auch einen nachhaltigen Effekt.

Das Zusammentreffen unterschiedlicher Selbsthilfeakteure offenbarte aber nicht nur unterschiedliche Bedarfe, sondern bündelte gleichzeitig die zur Verfügung stehenden Kompetenzen und Ressourcen und vergrößerte das für unsere Projektentwicklung notwendige Know-how.

Durch die Absprachemöglichkeit mit den Partner- und Berater*innen haben wir nicht nur inhaltlich, sondern auch im angemessenen Umgang mit unserer Zielgruppe mehr Sicherheit erhalten. Deutlich wurde dies gerade in der Kongressplanung und hier insbesondere was die Programmpunkte mit speziellem Ansprache- und Mitmachcharakter anbelangte. Wie würden die Teilnehmer*innen auf einen Pantomimen reagieren, der den direkten Kontakt zu ihnen sucht? Was ist an Aktionen zumutbar ohne zu überfordern, wenn für einige bereits die bloße Teilnahme an der Veranstaltung eine Herausforderung darstellte? In der Rückschau können wir sagen: Alles ist möglich, wenn das Mitmachen kein Muss und das Ausweichen oder der Rückzug möglich sind. Trotzdem kann nicht jede Reaktion vorhergesehen werden.

Den unterschiedlichen Zielgruppen gleichzeitig und gleichermaßen gerecht zu werden, erwies sich als nicht so einfach, wie sich im ersten Projektabschnitt mit der Öffnung des Methodenworkshops für Mitarbeitende aus Selbsthilfekontaktstellen und Aktive aus Selbsthilfeorganisationen gezeigt hat. Insgesamt jedoch hat das Projekt durch seine vielen Bausteine sowohl

Profis als auch Engagierte in Selbsthilfeorganisationen und Mitglieder aus Selbsthilfegruppen angesprochen.

Die Einbeziehung der Betroffenen und Angehörigen hat aber auch die Grenzen des Selbsthilfeprojekts offengelegt. Die Befragungen unter ihnen zeigten das große Interesse an individuellen, das heißt originär psychischen und auf ihre Lebenswelt bezogenen Themen. Dieses Bedürfnis konnten wir nur ausschnittsweise in unserem Kongressprogramm berücksichtigen – diese Themen allein hätten aber veranstaltungsfüllend sein können. Hier wird die Notwendigkeit von Fachtagungen eigens für Betroffene und Angehörige besonders deutlich.

Zum Schluss sei noch zu erwähnen, dass der partizipative Weg länger dauert als alleinverantwortlich zu arbeiten und zu entscheiden. Wir hatten das Glück, das Projekt ohne zeitlichen Druck vonseiten des Geldgebers konzipieren und weiterentwickeln zu können. Und wir hatten das Glück, mit Selbsthilfeunterstützer*innen, vor allem aber mit ehrenamtlichen Selbsthilfeaktiven zu arbeiten, die ihre Zeit, Ideen und auch kritischen Meinungen mit in das Projekt investiert haben. Unserem Selbstverständnis als Serviceeinrichtung und unserer grundsätzlich partizipativen Arbeitshaltung folgend werden wir diesen Weg gerne wieder gehen.

Literatur

Jacobi, Frank / Höfler, Michael / Strehle, Jens / Mack, Simon / Gerschler, Anja / Scholl, Lucie / Busch, Markus A. / Maske, Ulrike / Hapke, Ulfert / Gaebel, Wolfgang / Maier, Wolfgang / Wagner, Michael / Zielasek, Jürgen / Wittchen, Hans-Ulrich: Psychische Störungen in der Allgemeinbevölkerung. Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland und ihr Zusatzmodul „Psychische Gesundheit“ (DEGS1-MH). Der Nervenarzt. 2014, 85(1), S. 77-87

Knieps, Franz / Pfaff, Holger (Hrsg.): Arbeit und Gesundheit Generation 50+. BKK Gesundheitsreport 2018. Berlin 2018

NAKOS (Hrsg.): Selbsthilfe bei seelischen Erkrankungen und Problemen. Arbeitsmappe für Selbsthilfekontaktstellen. Berlin 2018

Robert Koch-Institut (Hrsg.): Gesundheit in Deutschland. Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Gemeinsam getragen von RKI und Destatis. Berlin 2015

Statistisches Bundesamt (Hrsg.): Statistisches Jahrbuch 2018. Deutsches und Internationales. Wiesbaden 2018

Anja Eberhardt ist seit Mitte 2016 als wissenschaftliche Mitarbeiterin und stellvertretende Geschäftsführung im Selbsthilfe-Büro Niedersachsen tätig. Sie war für das Projekt „Selbsthilfe-Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen und Problemen“ verantwortlich.

Die Projektdokumentation steht auf www.selbsthilfe-buero.de zum Download bereit.

selbsthilfegruppenjahrbuch 2020

Herausgeber:

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen
www.dag-shg.de

Gemeinschaftlich vertretungsbefugt:

Karl Deiritz, André Beermann, Angelika Vahnenbruck

Redaktion und verantwortlich i.S.d.P.

Dörte von Kittlitz, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen,
Gartenstr. 18, 30161 Hannover, Tel.: 0511 / 39 19 28
Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen,
Friedrichstr. 33, 35392 Gießen, Tel.: 0641 / 985 456 12

Registergericht: Amtsgericht Gießen, Vereinsregister Gießen Nr. 1344
als gemeinnützig anerkannt FA Gießen St.-Nr. 20 250 64693 v. 23.08.2016

Umschlag: Lutz Köbele-Lipp, Entwurf und Gestaltung, Berlin

Satz und Layout: Egon Kramer, Gießen

Druck: Majuskel, Wetzlar

ISSN 1616-0665

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion, des Vereins oder der fördernden Krankenkassen wieder.

Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und der Autoren bzw. Autorinnen.

Copyright: Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des »selbsthilfegruppenjahrbuchs« wurden im Rahmen der Selbsthilfeförderung nach § 20h SGB V finanziell gefördert aus Mitteln der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene:

Wir bedanken uns bei allen Förderern ganz herzlich!



Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine
Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto:
IBAN:DE1851390000006303005 BIC:VBMHDE5F