

**arwed e.V.**

Arbeitsgemeinschaft der Rheinisch-Westfälischen  
Elternkreise drogengefährdeter und abhängiger  
Menschen e.V. in NRW



**5. Bundeskongress DG SAS 2019**

## **Suchtselbsthilfe und Soziale Arbeit – Gemeinsam Potentiale erarbeiten**

**Dr. Christiane Erbel, ARWED e.V.**

# Worum es heute geht



- **Vorab: Was Selbsthilfe für mich bedeutet**
- **Ritt durch die Geschichte: Selbsthilfegruppen als Impulsgeber für ein (neues) Gesundheitsverständnis**
- **Selbsthilfe – Warum und wie wirkt das?**
- **Kooperationspartner in der Selbsthilfe – wer ist das?**
- **Potentiale der Kooperation heben: Ein gemeinsames Brainstorming**

# Was Selbsthilfe für mich bedeutet

**Zu meiner Person:**

**Was bringt mir die Selbsthilfe:**

- mit der Krankheit meines Kindes leben lernen, raus aus der Isolation, raus aus der Ohnmacht, Empowerment, gemeinsam wiegt vieles weniger schwer.

**Warum engagiere ich mich in der Selbsthilfe:**

- dazu beitragen, dass die Selbsthilfe als wichtige Ressource der Gesunderhaltung und Genesung erhalten bleibt und noch größere Durchdringung in unserem Gesundheitssystem erreicht,
- Fürsprecher im Gesundheitssystem: was brauchen Betroffene und Angehörige an Hilfe und Unterstützung (Stimme der „Kunden“ im System)



# **Selbsthilfe als Impulsgeber für ein neues Gesundheitsverständnis**

## **Historie / Strukturen**



„SELBSTHILFEGRUPPEN HABEN SICH IM LAUFE DER GESCHICHTE STETS  
DORT GEBILDET, WO EINE GRUPPE VON MENSCHEN IN GEMEINSAMER  
NOT WAR UND IHRE SITUATION ERKANNT.“

*Prof. Michael Lukas Moeller,*

(Lehrstuhl für Medizinische Psychologie, Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt  
am Main, † 7. Juli 2002)

# Selbsthilfe - Historie



19. JH

- Vorläufer Mitte 19. Jhdt.: Not und Elend der Industrialisierung: Arbeiter bilden erste Formen von Selbsthilfeszusammenschlüssen (Arbeiter-Vereine, Krankenhilfskassen, Selbsthilfekassen, Gewerkschaften, (Konsum-) Genossenschaften)
- Frühe Verbandsgründungen: Blaues Kreuz in Deutschland e.V. (1885), Deutsche Allergie- und Asthmabund e.V. (1897).
- Ursprung der SHG im heutigen Sinn: USA, Akron/Ohio, 1935: „Bill“ und „Bob“ treffen sich; schnelles Wachstum der AA-Gruppen in den USA
- Deutschland, München, 1953: amerikanische Besatzungssoldaten öffnen ihre AA-Gruppe auch für Deutsche
- Verbände für Menschen mit Behinderungen: z.B. Lebenshilfe (1958)

50'-60'

# Aufbruch: Gesundheits- und Selbsthilfebewegung

**arwed e.V.**

Arbeitsgemeinschaft der Rheinisch-Westfälischen  
Elternkreise drogengefährdeter und abhängiger  
Menschen e.V. in NRW

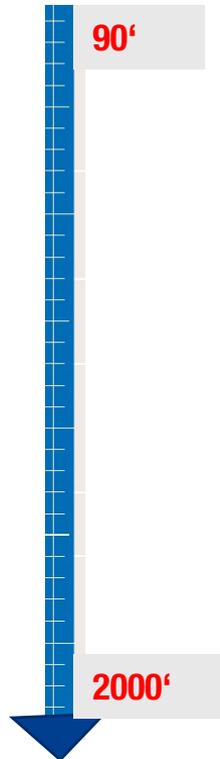


70'

- Frauen-, Behinderten / „Krüppelbewegung“-, Gesundheits- und Selbsthilfe-, Anti-Psychiatriebewegung... stellen staatliches Sozial- und Gesundheitssystem in Frage
- Kritik am paternalistisch und hierarchisch organisierten Gesundheitswesen und Medizin: Illich, Kickbusch, Hackethal, Doerner, Basaglia, Trojan, uvm. – Gesundheitstag Berlin 1980 als bundeweiter Impuls
- 1980er: Gesundheitsläden und Selbsthilfekontaktstellen entstehen
- Selbsthilfegruppen wachsen „wie Pilze aus dem Boden“: ca. 80.000 bis 1990
- Gründung von Dachverbänden: DAG SHG, NAKOS usw.

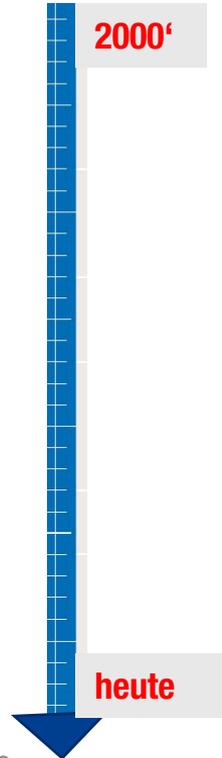
80'

# Akzeptanz und Etablierung



- Viele neue Bundesverbände im Bereich chronischer Erkrankungen entstehen
- Selbsthilfe als Forschungsgegenstand: Braun, Trojan, Borgetto, u.v.m.
- Selbsthilfegruppen und -organisationen werden – zunehmend - anerkannt (auch im Medizinsystem, Kooperationen angestrebt)
- Selbsthilfe als „Vierte Säule“ des Gesundheitswesens? (Horst Seehofer 1995)
- Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung in Einrichtungen des Gesundheitswesens
- 2000er Jahre: Seltene Erkrankungen rücken aus der Nische: Allianz chronischer seltener Erkrankungen (ACHSE), 2005

# Selbsthilfe mischt mit! Förderung und Patientenbeteiligung



- Seit 2000: Selbsthilfeförderung auf ges. Grundlage im SGB V (Selbsthilfe ist zu beteiligen)
- Beteiligungsstrukturen entwickeln sich:
  - Seit 2004: Mitberatungsrecht im GBA (Gemeinsamer Bundesausschuss)
  - Mitwirkung auf Landesebene nach 140ff SGB (Ausschüsse der Kassenärztlichen Vereinigungen), in NRW durch versch. Landesgesetze
  - Aktuell: immer mehr Anfragen auf Mitwirkung in Ethikkommissionen, Kliniken usw.
- 2016: gemeinsame Plattform von Patienten- und Selbsthilfeverbänden zur Patientenbeteiligung

# Selbsthilfe virtuell



- Ab 2000: Das Internet verändert auch die Selbsthilfe: erste Mailinglisten, Foren, Chats, virtuelle SHGen entstehen
- Immer mehr SHG / SHO gehen online
- Virtuelle / Online- Zugänge werden (vor allem für jüngeren Betroffene) immer wichtiger
- Selbsthilfe kann leichter gefunden werden
- SHO bieten online eine Vielzahl an Information und Hintergrundwissen an



# Selbsthilfe(gruppen) finden - junge Selbsthilfe in NRW:

**arwed e.V.**

Arbeitsgemeinschaft der Rheinisch-Westfälischen  
Elternkreise drogengefährdeter und abhängiger  
Menschen e.V. in NRW



## HILF DIR SELBST. ABER NICHT ALLEIN.



Die Zusammenarbeit in einer Selbsthilfegruppe ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Stärke. Denn in der Gemeinschaft werden große Probleme einfach ein wenig kleiner und die eigene Bürde eine viel geringere Last.

In NRW haben sich über eine halbe Million Menschen in Selbsthilfegruppen zusammengeschlossen. Auch wenn du vielleicht noch Berührungsängste hast und denkst, eine Selbsthilfegruppe sei ein Auffangbecken für Menschen, die den ganzen Tag nur jammern und dich nur noch weiter runterziehen, lass dir sagen: Das genaue Gegenteil ist der Fall!

Sie sind in einer Selbsthilfegruppe, eben genau weil sie ihr Leben viel geschickter organisieren als die vielen Einzelkämpfer unter uns. In deiner Selbsthilfegruppe ist es schließlich das Normalste der Welt, über Probleme, wie du sie hast, zu sprechen. Schließlich befassen sich hier alle mit denselben Themen, die dich betreffen. Aber eben zusammen.

Es ist also ziemlicher Quatsch, wenn du denkst, du wärest mit deinen Problemen allein. Schon mit ein paar Klicks bist du es nicht mehr. Es ist sehr wahrscheinlich, dass eine von rund 8.000



# Selbsthilfe in Zahlen

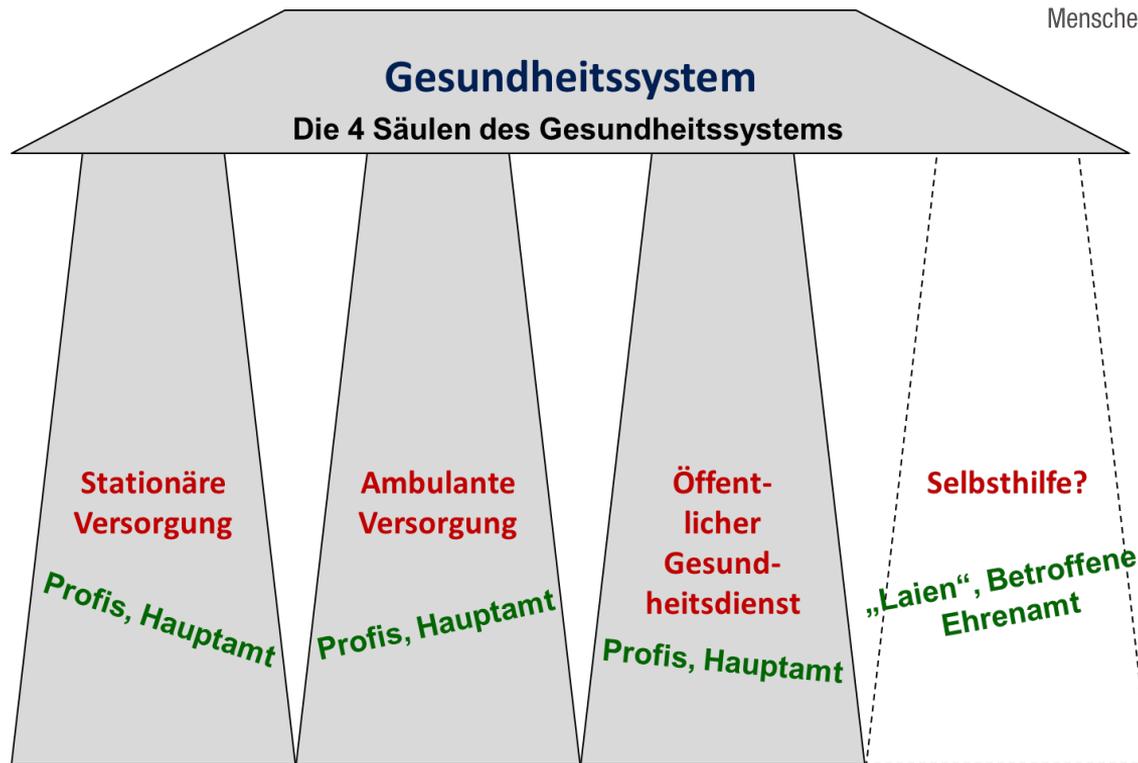


- Schätzungen: 70.000 und 100.000 Selbsthilfegruppen in Deutschland. Die letzte fundierte Bezifferung lag bei 67.500 (ISAB 1995).
- ca. 3,5 Millionen Engagierte
- selbsthilfenetz.de: aktuell 6923 Gruppen im Netz (nur NRW) Abruf: 24.05.2018
- Mehr als 1000 abgrenzbare Themen
- über 300 Selbsthilfeorganisationen auf Bundesebene, davon ca.  $\frac{3}{4}$  gesundheitsbezogen
- über 300 Selbsthilfekontaktstellen und –büros als regionale Anlaufstellen

# Eine feste Größe...

**arwed e.V.**

Arbeitsgemeinschaft der Rheinisch-Westfälischen  
Elternkreise drogengefährdeter und abhängiger  
Menschen e.V. in NRW



11



## **Abschluss des Workshops: Fazit und Ergebnissicherung**