

# Wegweiser zur Selbsthilfe – Garant für Qualität Verein Selbsthilfekontaktstellen in Bayern

Herr F. ist Arzt in Waldkraiburg. Er ahnt, wie es seinen Patienten nach der Diagnose einer schweren Erkrankung zumute ist, und verweist sie deshalb an die Kontaktstelle in Mühldorf, von der sie nach einem einfühlsamen Gespräch die Adresse einer passenden Selbsthilfegruppe erhalten. Von der Gruppe bekommen die Neubetroffenen persönliche Unterstützungen, erfahren, wie es anderen ergeht und welche Schritte jetzt für sie wichtig sind, um aktiv an der Gesundheit zu arbeiten. Für Herrn F. steht fest: Selbsthilfegruppen arbeiten präventiv hinsichtlich Vorsorge und Nachsorge und sie ergänzen wesentlich die medizinische Behandlung. Selbsthilfegruppen helfen dem Gesundheitssystem Kosten zu sparen, indem sie die ambulante Versorgung unterstützen und durch Informationen zu Erkrankung und Therapiemöglichkeiten ermöglichen, dass professionelle Angebote gezielter und sinnvoller genutzt werden.

Herr F. schätzt deshalb die Dienstleistungen der Kontaktstelle, die Selbsthilfe befördert.

## Selbsthilfeunterstützung

Die Qualität der Arbeit in Selbsthilfegruppen hat sich kontinuierlich verbessert. Hierfür sorgen die Selbsthilfekontaktstellen: Sie beraten zur Gruppengründung, zu Konzept, Finanzierung, Öffentlichkeitsarbeit, stellen Räume für die Treffen und Veranstaltungen zur Verfügung und bieten Fortbildungen an. Als Beispiel: Im Selbsthilfezentrum München (SHZ) treffen sich regelmäßig 136 Gruppen – 870 Gruppen aus dem Gesundheitsbereich haben Kontakt zum SHZ und dessen Angebote. Im Jahr 2003 gab es über 6000 Anfragen zu Selbsthilfe per Telefon oder E-Mail.

Eine weitere Aufgabe der Kontaktstellen ist es, die Selbsthilfe im Sozial- und Gesundheitssystem zu verankern. Anlässlich der Herausgabe des Wegweisers „Selbsthilfeunterstützung in Bayern“ sagt Alois Glück, Landtagspräsident (CSU): „Die Zukunft der Selbsthilfe sind all diejenigen, die sich engagieren, mitgestalten und mit aufopferndem Elan ihren Alltag meistern.“ Die Broschüre ist ein Projekt von vielen, die der Verein Selbsthilfekontaktstellen Bayern (SHK Bayern) in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfekoordination Bayern (SeKo) durchgeführt hat.

## Der Verein SHK Bayern

Der Verein SHK Bayern ist ein Zusammenschluss von Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfeunterstützungsangeboten in Bayern, dessen Mitglieder sich seit 1987 regelmäßig zum Informations- und Erfahrungsaustausch treffen.

Aufgaben des Vereins sind:

- die Kontaktstellenarbeit durch Erfahrungsaustausch und Informationsaustausch sowie durch gemeinsame Fortbildung weiterzuentwickeln;
- ihre Erfahrungen der interessierten Öffentlichkeit und Fachleuten zur Verfügung zu stellen;
- sich landesweit für eine gesteigerte Akzeptanz und finanzielle Förderung der Selbsthilfe einzusetzen.

So werden zum Beispiel gemeinsam mit der SeKo Bayern im zweiten Halbjahr 2004 folgende Vorhaben und Projekte realisiert:

- Fachforum für Selbsthilfeunterstützer in der Politischen Akademie Tutzing „Selbsthilfe als vierte Säule des Gesundheitswesens? Der gesellschaftspolitische Wert der Selbsthilfe.“
- Fortbildung für Selbsthilfeunterstützer „Krisenintervention in Selbsthilfegruppen“.
- Veranstaltung für Selbsthilfegruppenleiter, Selbsthilfeunterstützer und Kooperationspartner wie Politiker, Ärzte, Krankenkassen usw. in Kooperation mit Professor Dr. Heiner Keupp vom Department Psychologie der Universität München „Partner der Selbsthilfe – Welche Hilfe braucht die Selbsthilfe wirklich?“
- Maßgeblich beteiligt an der Tagung des Bayerischen Landtags „Bürgerschaftliches Engagement und Familie“.

Ferner gibt es Arbeitsgruppen zum Beispiel zur Umsetzung des § 20 Absatz 4 SGB V (Förderung der Selbsthilfe durch die Gesetzliche Krankenversicherung – GKV), die sich



Vorstand der SHK Bayern: Margot Murr, Eva Kreling und Jochen Peters (v. li.).

regelmäßig mit den bayerischen Krankenkassenverbänden austauschen. SHK Bayern veranstaltet und dokumentiert jährlich den „Bayerischen Selbsthilfekongress“ – 2003 zum Thema „Selbsthilfe in Europa“ – und realisiert Projekte wie in 2005 die Erstellung eines Informationsvideo zur Selbsthilfeunterstützung in Bayern.

Ein wesentliches Ziel des Vereins ist es, die Qualität der Unterstützungsleistungen kontinuierlich zu verbessern und in Bayern ein flächendeckendes Netz aufzubauen. So wurden in Anlehnung an die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (DAG) Qualitätsstandards für die professionelle Selbsthilfeunterstützung erstellt. SHK Bayern achtet entsprechend auf eine fachgerechte Selbsthilfeberatung bei seinen Mitgliedern und unterstützt hier durch Fortbildung und Beratung.

Im Januar 2005 wird die SeKo Bayern (www.seko-bayern.de), mit der der Verein schon immer eng zusammenarbeitet, in die Trägerschaft des SHK Bayern übergehen und zukünftig auch Aufgaben als Geschäftsführung übernehmen.

### Kontakt:

Eva Kreling, Vorstand SHK Bayern,  
c/o Selbsthilfezentrum München,  
Bayerstraße 77 a, 80335 München,  
Telefon 089 532956-20, Fax 089 532956-60,  
E-Mail: eva.kreling@shz-muenchen.de  
Internet: www.shz-muenchen.de