

# **selbsthilfegruppenjahrbuch**

# **2003**

**Deutsche Arbeitsgemeinschaft  
Selbsthilfegruppen**

## **selbsthilfegruppenjahrbuch 2003**

### *Herausgeber:*

Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.  
Friedrichstr. 28, 35392 Gießen

### *Redaktion:*

Anita Jakubowski, Koordination für Selbsthilfe-Kontaktstellen in  
Nordrhein-Westfalen der DAG SHG e.V. (KOSKON),

Friedhofstr. 39, 41236 Mönchengladbach, Tel.: 02166/248567

Jürgen Matzat, Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V.,  
Friedrichstr. 33, 35392 Gießen, Tel.: 0641/99-45612

Wolfgang Thiel, Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung  
und Unterstützung von Selbsthilfegruppen der DAG SHG e.V. (NAKOS),  
Wilmersdorfer Straße 39, 10627 Berlin, Tel.: 030/31018960

### *Umschlag:*

Lutz Köbele-Lipp, Kubik, Berlin

### *Satz und Layout:*

Focus Verlag GmbH, Gießen

### *Druck:*

Druckkollektiv, Gießen

ISSN 1616-0665

Namentlich gezeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der  
Redaktion wieder. Nachdruck einzelner Artikel nur mit ausdrücklicher  
Genehmigung der Redaktion und der Autoren.

Herstellung und Versand dieser Ausgabe des »selbsthilfegruppenjahrbuchs«  
wurde gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und  
Jugend, von der »GlücksSpirale« und von folgenden Krankenkassen:  
Deutsche Angestellten Krankenkasse – DAK, BARMER Ersatzkasse,  
Gmünder Ersatzkasse – GEK, Kaufmännische Krankenkasse – KKH,  
Hamburg-Münchener Krankenkasse, Hanseatische Krankenkasse – HEK,  
Krankenkasse für Bau- und Holzberufe – HZK, BRÜHLER – Die Ersatzkasse,  
Buchdrucker-Krankenkasse, KEH-Ersatzkasse, Techniker Krankenkasse.  
Wir bedanken uns ganz herzlich!

*Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit bitten wir Sie herzlich um eine  
Spende (steuerlich abzugsfähig) auf unser Konto Nr. 6.3030.05 bei der  
Volksbank Gießen (BLZ 513.900.00).*

## **Die Neuwieder Veranstaltungsreihe »IRRwege verstehen«**

### **Ein anderer Zugangsweg zur Selbsthilfe im psychosozialen und psychiatrischen Bereich**

#### **Einführung**

Ende 1995 trat in Rheinland-Pfalz das Landesgesetz für psychisch kranke Personen, das sogenannte PsychKG, in Kraft. Mit diesem Gesetz wurden wichtige Impulse für die gemeinde- und wohnortnahe Versorgung von psychisch kranken Menschen gesetzt, z.B. die Verantwortung für die Planung und Koordination auf die Kommunen übertragen, Einrichtung von Psychiatriekoordinationsstellen oder Berufung örtlicher Psychiatriebeamte. Insbesondere die ehrenamtlichen Hilfen und die Selbsthilfe (§ 6 PsychKG) wurden ausdrücklich berücksichtigt und gestärkt. Die Beteiligung von Betroffenen und Angehörigen sowie Vertreterinnen und Vertretern der Selbsthilfegruppen ist nach sieben Jahren Psychiatrie-Reform in Rheinland-Pfalz selbstverständlich geworden. Eine der zentralen Aufgaben der kommunalen Psychiatrieplanung liegt darin, geeignete Formen der Öffentlichkeitsarbeit zu entwickeln. Ausgehend von einer Initiative von Besuchern der örtlichen Kontaktstelle für psychisch Kranke wurde, zunächst in Anlehnung an die Methoden des Psychose-Seminars (vgl. Bock / Buck / Esterer 2000 u. Zaumseil 1998) und des Dialogs (vgl. Dörner / Plog 1996, S. 435 u. 477) eine eigenständige Veranstaltungsreihe zu psychiatrischen Themen konzipiert. Veranstalter sind der Förderverein gemeindenaher Psychiatrie im Kreis Neuwied und Umgebung e.V., die Volkshochschule Neuwied und die Psychiatriekoordinationsstelle. Seit 1999 wurden insgesamt 16 Veranstaltungen über psychosoziale und psychiatrische Themen durchgeführt, u.a. ein Aktionstag, eine Lesung, eine Podiumsdiskussion sowie Veranstaltungen zu den Themen Psychosen, Ängste, Zwänge, Neurosen, Depressionen, Essstörungen, psychische Erkrankungen in der Arbeitswelt oder Psychopharmaka.

#### **Methodische Überlegungen und Abgrenzungen**

Seit dem Weltkongress für Sozialpsychiatrie in Hamburg 1994 beschäftigt der Begriff »Psychose-Seminar« die Sozialpsychiatrie. Die Idee des Psychose-Seminars ist die gleichberechtigte Begegnung von psychiatriee erfahrenen Menschen (Betroffenen), Angehörigen und Mitarbeiter/innen aus dem psychiatrischen Umfeld (vgl. Bock / Buck / Esterer 2000). Im offenen Gespräch werden gemeinsam Themen gefunden. Es soll ein Forum geschaffen werden, in dem die Teilnehmer/innen in einem psychiatriefreien Raum über Erfahrungen, Äng-

ste, Unsicherheiten, Krankheitsverständnis, Verletzungen, Frustration oder ähnliches austauschen können. Somit dienen die Psychose-Seminare auch dem gemeinsamen Lernen aller Beteiligten mit dem Ziel, neue Erkenntnisse zu gewinnen, neue Umgangsweisen zu finden, eine gemeinsame Sprache zu entwickeln sowie Vorurteile abzubauen und damit auch das öffentliche Bild von Psychosen zu verändern.

Zu erwähnen sind in diesem Zusammenhang auch die »psychoedukativen Trainings«, von denen sich die Psychose-Seminare jedoch deutlich unterscheiden. In den Psychose-Seminaren gilt es keinen einseitigen Wissensvorsprung weiterzugeben wie bei den psychoedukativen Trainings, sondern einen gleichberechtigten Austausch zu organisieren (vgl. Bock / Buck / Esterer 2000, S. 8).

Als weiterer Ansatz sind »kommunale Gesundheitskonferenzen« zu nennen, die einen wichtigen Beitrag zur Partizipation der Bürgerinnen und Bürger bei der Gestaltung der kommunalen Gesundheits- und Sozialpolitik leisten können (vgl. Brandenburg / von Ferber / Renner 1998). Je nach Konzept der Konferenzen wird dem Gedanken der Bürgerbeteiligung unterschiedlich Rechnung getragen.

Methodisch betrachtet läßt sich die Neuwieder Veranstaltungsreihe »IRRwege verstehen« am ehesten mit den Psychose-Seminaren vergleichen. Auch hier geht es um gegenseitige Information, Erfahrungsaustausch sowie gemeinsames Lernen von Betroffenen, Angehörigen und Fachleuten. Doch es gibt auch deutliche Unterschiede gegenüber den Psychose-Seminaren. Besondere Kennzeichen der Veranstaltungsreihe sind:

- Unterschiedliche Krankheitsbilder und psychiatrische Themen werden behandelt.
- Psychosoziale und speziell psychiatrische Fragen werden aufgegriffen.
- Die Öffentlichkeitsarbeit wird verstärkt betrieben.
- Alle am Thema interessierten Bürger/innen werden zur Teilnahme aufgefordert.

## **Konzeption und Organisation der Veranstaltungsreihe**

»IRRwege verstehen« ist untrennbar verbunden mit der Etablierung einer Vorbereitungsgruppe. Diese Vorbereitungsgruppe aus Vertreter/innen von Betroffenen, Angehörigen, Selbsthilfegruppenmitgliedern und hauptamtlichen Mitarbeiter/innen ist sozusagen die Legitimationsebene für die Relevanz eines Themas. Die Gruppe diskutiert die Auswahl, Dringlichkeit und Aktualität vor dem Hintergrund der jeweils eigenen Erfahrungen und Beobachtungen sowie des lokalen Bezugs. Sachliche Informationen, Einschätzungen, aber auch Gefühle werden ausgetauscht und eine gemeinsame Entscheidung getroffen, welche Fragestellung als nächstes angepackt werden soll. Nach dem ersten Schritt, Themen und Titelwahl, werden die Aufgaben verteilt.

Nach nunmehr vier Jahren hat sich die Zusammenarbeit gut eingespielt. Es gilt der Grundsatz: Jede/r macht das, was er/sie gut leisten kann, und alle zu erledigenden Aufgaben sind gleichwertig. Im Vergleich zu vielen anderen Ver-

anstaltungen, die sich mit psychiatrischen Themen befassen, werden Erkrankte und Angehörige damit nicht auf die Rolle des schmückenden oder legitimierenden Beiwerkes reduziert. Im Gegenteil, sie sind aktive Mitgestalter/innen, Mitwirkende und Entscheidungsträger/innen vom ersten Schritt an. Bei allen weiteren Schritten von der Recherche bis hin zur Auswahl möglicher Gesprächspartner/innen sind alle im Team beteiligt.



Nach der Leitidee von » IRRwege verstehen« wird bewusst eine Veranstaltungsform vorbereitet, die das Ziel hat, Verstehen und Verständnis für ein komplexes Problem zu fördern. Auf Fachreferate im üblichen Sinn und Podiumsdiskussionen wird verzichtet. Gesucht werden zum jeweiligen Themenkomplex kompetente Gesprächspartner/innen, die ihre Sicht der Dinge einbringen können, d.h. Experten und Expertinnen, die über ein spezifisches Fachwissen und/oder therapeutische Erfahrung verfügen, und Experten und Expertinnen in eigener Sache, nämlich Betroffene und Angehörige, die einen ganz persönlichen Bezug zum gewählten Thema haben. Sowohl fachliche Profis gilt es zum Mitmachen zu überzeugen wie auch die ehrenamtlich Tätigen bzw. die Mitglieder von Selbsthilfegruppen. Bei den oder anderen Berufsgruppenvertreterinnen und -vertretern der Medizin, Psychiatrie, Psychologie etc. ist Vorarbeit dahingehend zu leisten, daß eben keine Selbstdarstellung oder Vorträge erwartet werden, sondern daß die Teilnahme an einer geleiteten Gesprächsrunde einen flexiblen Umgang mit dem Thema erfordert. Die Betroffenen und Angehörigen müssen oft erst zur Teilnahme ermutigt werden aber andererseits auch Unterstützung erfahren beim individuellen Abwägen, was es bedeutet, sich in der Öffentlichkeit zu outen. Erfreulicherweise konnte die Vorbereitungsgruppe namhafte Experten und Expertinnen in gleicher Weise wie namenlose »Expertinnen und Experten in eigener Sache« für unser Vorhaben immer wieder begeistern.

Alle Durchführungsgesichtspunkte werden in der Vorbereitungsgruppe besprochen und rückgekoppelt. Auf diese Weise werden vielfältige Lernerfahrungen von allen Beteiligten gemacht. Die Mitglieder der Vorbereitungsgruppe übernehmen Verantwortung für Einzelaufgaben und suchen sich ihrerseits wieder Hilfe aus ihrem jeweiligen Bezugsfeld. Dabei reicht die Palette der Aufgaben von der Plakatverteilung über die Pressearbeit bis hin zur Vor-

bereitung des Veranstaltungsraumes. Dieses gute und auch zeitlich effektive Zusammenspiel wird auch deutlich in der Einrichtung eines Vorbereitungsgespräches ca. eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn. Dieses Vorbereitungsgespräch ist zum festen Bestandteil der Konzeption geworden. Die Moderatorin macht die Experten und Expertinnen miteinander bekannt, mögliche Fragen und inhaltliche Schwerpunkte werden besprochen. Das Veranstaltungsziel und der Umgang mit Fragen und Erwartungen des Publikums werden erläutert. Die gemeinsame Verständigung auf eine prozessorientierte Moderation hat sich bewährt. Schließlich wird die Leitidee von »IRRwege verstehen« auch in der Sitzordnung deutlich, Mitwirkende und Teilnehmer/innen nehmen »gleichberechtigt« im Kreis Platz.

Nach unseren Erfahrungen ist die beschriebene Art der Veranstaltungsorganisation ein Garant für den dauerhaften Erfolg der Reihe. Teilnehmerorientierung wird in der Vorbereitungsphase und der Durchführung ernst genommen. Das Gesamtprojekt zeichnet sich dadurch aus, dass ein psychosoziales oder psychiatrisches Thema nicht von außen aufgesetzt, sondern konsequent im Dialog zwischen Akteuren, Betroffenen und Interessierten gleichberechtigt entwickelt wird.

## **Bedeutung und Wirkungen für das Thema Selbsthilfe**

Die Erfahrungen der kommunalen Psychiatrieplanung, aber auch die Diskussionen in der Arbeitsgruppe »Selbsthilfe und Psycho(soziales)« anlässlich der DAG SHG-Jahrestagung 2002 in Gießen zeigen, dass im Unterschied zum Suchtbereich, in dem die Kooperation mit Selbsthilfegruppen seit Jahren ein fester Bestandteil ist, innerhalb der Psychiatrie nach wie vor Bedenken, Vorurteile und Hemmnisse gegenüber Selbsthilfegruppen bestehen. Historisch gesehen hat die Gründung und Organisation von Selbsthilfegruppen zu psychiatrischen Themen deutlich später als im Suchtbereich eingesetzt (vgl. Kettler 1998, S. 75).

In diesem Zusammenhang ist auf eine laufende Studie der Justus-Liebig-Universität Gießen zum Thema »Selbsthilfegruppen für psychisch und psychosomatisch Kranke« zu verweisen, die vom BKK-Bundesverband gefördert wird (vgl. Beutel / Matzat 2002). Die Studie beschreibt als Defizit, daß bei Professionellen im Gesundheitssystem nach wie vor geringe Akzeptanz gegenüber Selbsthilfegruppen bei psychosozialen und psychischen Erkrankungen besteht, im Gegensatz zu solchen bei organischen Krankheiten.

Andererseits wird von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Selbsthilfekontaktstellen gerade im Bereich psychosozialer Probleme und psychischer Erkrankungen über einen hohen Bedarf an Selbsthilfegruppen berichtet. Zunächst erstaunlich ist in diesem Zusammenhang aber, daß trotz hohen Bedarfes sich die Gründung, Stabilität und Kontinuität von Angehörigengruppen psychisch kranker Menschen oftmals als schwierig erweist.

Möglicherweise sind Gruppen im psychischen Bereich aufgrund der Art der Erkrankung weniger stabil und bedürfen nach Einschätzung vieler Selbsthilfberater/innen oftmals der Anleitung, Begleitung und Moderation. Von daher

ist mit den Gruppen zu klären, ob die Vermittlung neuer Mitglieder möglich ist oder eine Überforderung bedeutet (vgl. DAG SHG e.V. 2002, Punkt VII).

Die Veranstaltungsreihe bietet die Möglichkeit, daß betroffene bzw. erkrankte Bürger/innen erstmals erleben, daß sie mit ihren Problemen nicht alleine stehen. Fester Bestandteil der Veranstaltungen ist, daß sich örtliche Selbsthilfe- und Angehörigengruppen und die Neuwieder Selbsthilfekontaktstelle NEKIS vorstellen und über ihre Arbeit informieren. Die Reihe bietet die Möglichkeit, Kontakt zu bestehenden Gruppen aufzunehmen oder mit anderen Betroffenen, ggf. mit Unterstützung der Selbsthilfekontaktstelle, eine neue Gruppe zu gründen.

Darüber hinaus bewirken persönliche Erfahrungsberichte von Gruppenmitgliedern, daß bestehende eigene Skepsis gegenüber der Teilnahme in einer psychiatrischen Selbsthilfegruppe abgebaut wird. Damit folgt die Reihe dem Gedanken des Empowerment (vgl. z.B. Knuf / Seibert 2000; Herringer 2002), insbesondere der Aufklärung und dem Informationsaustausch als Empowerment-Strategie (vgl. Knuf / Seibert 2000, S. 45 ff.).

Letztendlich verwirklicht die Reihe bereits in der Praxis Forderungen aus dem Bericht der Enquête-Kommission »Zukunft des Bürgerschaftlichen Engagements«: Die Kommission empfiehlt, die Verwaltungen bürgerorientierter zu gestalten und die Bürgerinnen und Bürger nicht mehr nur als Kundinnen und Kunden, sondern auch als Mitgestalter/innen und Koproduzenten sowie Koproduzentinnen zu sehen und entsprechend mehr Partizipationsmöglichkeiten zu eröffnen (vgl. Deutscher Bundestag 2002, S. 20).

## **Fazit und Ausblick**

Anhaltend große Beteiligung, positive Rückmeldungen der Teilnehmer/innen, aber auch öffentliche Aufmerksamkeit bei politisch Verantwortlichen und der örtlichen Presse sind Indizien für den Erfolg der Neuwieder Veranstaltungsreihe »IRRwege verstehen«. Die vorgestellte Art der Veranstaltungsorganisation in enger Zusammenarbeit mit psychiatriee erfahrenen Menschen und deren Angehörigen fördert den Erfahrungsaustausch sowie die Prozesse des gegenseitigen Verstehens und des gemeinsamen Lernens. Die Reihe trägt gleichzeitig dazu bei, Vorurteile gegenüber psychosozialen Problemen und psychiatrischen Erkrankungen abzubauen und Zugangswege in die Selbsthilfe zu eröffnen.

### **Literatur:**

- Beutel, Manfred E. / Matzat, Jürgen: Selbsthilfegruppen für psychisch und psychosomatisch Kranke – Versorgungsangebot, Inanspruchnahme, Wirksamkeit. Kooperationspartner: BKK-Bundesverband Essen, Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. Gießen (Projektantrag). Gießen 2002
- Brandenburg, Alexander / von Ferber, Christian / Renner, Andreas: Kommunale Gesundheitskonferenzen. Eine innovative Strategie der Gesundheitspolitik. In: Sozialer Fortschritt. Bonn 1998. Nr. 5, S. 191-195 u. Nr. 6, 217-224
- Bock, Thomas / Buck, Dorothea / Esterer, Ingeborg: »Es ist normal, verschieden zu sein«. Psychose-Seminare-Hilfen zum Dialog. Bonn 2000

## Fallbezogene Entwicklung von Kriterien für die Beratung im Selbsthilfebereich in einem Interdisziplinären Qualitätszirkel

### Der Interdisziplinäre Qualitätszirkel Göttingen

Die *Gesellschaft zur Förderung Medizinischer Kommunikation e.V. (GeMeKo)* hatte 1998 – in Kooperation mit der KIBIS<sup>1</sup> Göttingen und der Abteilung Medizinische Psychologie der Universität Göttingen – eine Arbeitsgruppe initiiert, die in weitgehend paritätischer Zusammensetzung aus Ärzten, Angehörigen weiterer Gesundheitsberufe und Vertretern von Selbsthilfegruppen besteht. Letztere bringen die Patientenperspektive in die gemeinsame Arbeit mit ein. Dieser *Interdisziplinäre Qualitätszirkel (IQZ)* trifft sich regelmäßig alle vier bis sechs Wochen und wird von dem Medizinsoziologen *O. Bahrs* moderiert. Anfängliches Ziel war eine Verbesserung der Versorgung von Patienten mit psychosozialen Problemen durch mehr Kooperation. Grundlage der Gruppendiskussionen sind Berichte aus konkreten Behandlungssituationen einerseits und aus der Arbeit der Selbsthilfegruppen andererseits. Das Projekt war ursprünglich auf ein Jahr angelegt, wurde aber aufgrund der positiven Erfah-

