



2. Pressemitteilung

„Selbsthilfe, Selbsthilfegruppen, Zusammenarbeit mit Professionalität in der sozialen Arbeit“.

Selbsthilfe

„Selbsthilfearbeit besteht darin, seine eigenen Möglichkeiten zu ergreifen, seine eigenen Ressourcen zu finden, die Verantwortung für sein Leben zu übernehmen und es selbst in die gewünschte Richtung zu lenken. Bei der Selbsthilfe geht es darum, einen Prozess in die Wege zu leiten – vom passiven Hilfsempfänger hin zum aktiven Teilnehmer im eigenen Leben.“(Talseth, 1999)

Selbsthilfe bedeutet, die eigenen Probleme und deren Lösung selbst in die Hand zu nehmen und im Rahmen der eigenen Möglichkeiten aktiv zu werden.

Selbsthilfe basiert auf der Verantwortung des Menschen für sich selbst. Der Selbsthilfe-Gedanke ist die Grundlage der Arbeit von Selbsthilfegruppen.

Es ist eine Form bürgerschaftlichen Engagements, das die psychosozialen Aspekte einer jeweiligen Problematik in den Mittelpunkt stellt. Selbsthilfe entsteht dort, wo Betroffenheit und Notwendigkeit zum Handeln vorhanden sind.

Selbsthilfegruppen

Die Grundidee besteht darin, in Dialog mit anderen Beteiligten zu stehen, frei nach dem Motto der Anonymen Alkoholiker (AA) „du alleine kannst es, aber du kannst es nicht alleine“. Selbsthilfegruppen sind im Laufe der Geschichte stets dort entstanden, wo eine Gruppe von Menschen in gemeinsamer Not war und ihre Situation erkannt hat. Als Beginn der modernen Geschichte der Selbsthilfegruppen gilt das Jahr 1935, als in den Vereinigten Staaten die ersten Selbsthilfegruppen von alkoholabhängigen Menschen, die Anonymen Alkoholiker, gegründet wurden. Davon ausgehend entstanden weltweit eine Vielzahl von Gruppen, die zu den unterschiedlichsten Themenbereichen arbeiten.



◆ **Dienststelle für Selbsthilfegruppen**
Dr.-Streiter-Gasse 4 39100 Bozen
Volontariatsverein laut Dekret 78/1.1. vom 2.7.99

◆ **Servizio per gruppi di auto mutuo aiuto**
Via Streiter, 4 39100 Bolzano
Associazione di Volontariato decreto 78/1.1. del 2.7.99

Telefon(o): 0471 312424
Fax: 0471 324682
E-Mail: ma-sh@social-bz.net
Web: <http://ma-sh.social-bz.net>



„Selbsthilfegruppen sind Versuche, aus eigener Betroffenheit heraus, gemeinsam mit anderen einige Wege bei der Bearbeitung eigener Probleme gehen zu lernen“ (Klaus Balke).

Menschen, die in eine Selbsthilfegruppe gehen, wollen ihre Probleme nicht mehr mit sich alleine ausmachen, sondern suchen den Weg der gegenseitigen Hilfe unter Gleichbetroffenen. Die Teilnehmer wollen gemeinsam versuchen, ihre persönliche Probleme zu lösen oder zu lernen, besser mit ihnen umzugehen. Sie lösen sich aus der persönlichen Einsamkeit und festigen dadurch ihre soziale Kompetenz. Damit werden ihre Selbstständigkeit und Eigenverantwortung gestärkt. Durch den regelmäßigen Erfahrungs- und Informationsaustausch werden sie zu „Experten in eigener Sache“, die einerseits neue Wege im Umgang mit der Erkrankung finden, andererseits aber auch professionelle Hilfe gezielter in Anspruch nehmen können. Das Gruppentreffen dient dazu, einander zu helfen, eigene Entscheidungen und Lösungsstrategien zu finden. Gemeinsam lässt sich das Problem leichter meistern, man ermutigt sich gegenseitig, neue Ansätze zu finden und Schritte zur Veränderung zu wagen.

Das Besondere an einer Selbsthilfegruppe ist, dass sich alle Beteiligten eigenverantwortlich engagieren, ohne einen Experten, der sagt, was zu tun ist und dafür auch noch die Verantwortung übernimmt. Alle Teilnehmer sind für das Funktionieren der Selbsthilfegruppe verantwortlich und es ist eine aktive Mitarbeit gefordert.

In einer Selbsthilfegruppe kommt sowohl das Selbsthilfe-Prinzip als auch das Gruppen-Prinzip, also gemeinschaftliche Problembearbeitung zum Tragen. Die Gruppen werden normalerweise nicht von professionellen Helfern geleitet, manche ziehen jedoch gelegentlich Experten zu bestimmten Fragestellungen hinzu.

Der Experte ist ein Begleiter und das Verhältnis zwischen den beiden Teilen ist also partnerschaftlich. Die Selbsthilfegruppen arbeiten nach den Prinzipien der Freiwilligkeit, Eigenverantwortlichkeit, Gleichberechtigung und Gegenseitigkeit.

Die Dienststelle für Selbsthilfegruppen

Sie wurde 2002 im Auftrag der Autonomen Provinz Bozen errichtet und ist im Dachverband der Sozialverbände Südtirols angesiedelt.



Sie versteht sich als zentrale Informationsstelle für alle am Thema Selbsthilfe interessierten Personen, als eine Einrichtung zur Stärkung, Unterstützung und Koordinierung der Selbsthilfetätigkeit in der Provinz Bozen. In diesem Sinne erfasst sie die Selbsthilfegruppentätigkeit in der Provinz, wie auch den Bedarf an Selbsthilfegruppen, kann Lücken im Versorgungssystem aufzeigen und geeignete Maßnahmen vorschlagen.

Selbsthilfe und Professionalität in der sozialen Arbeit

Eine erfolgreiche Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und Fachleuten besteht dort, wo versucht wird, sich gegenseitig zu ergänzen und zu integrieren. Jeder verfügt über Wissen, das zur Verfügung gestellt werden kann: Fachleute über Fachwissen und Betroffene über Erfahrungswissen. Betroffene können sich von Professionellen in fachlichen Fragen beraten lassen, während Fachleute durch Betroffene Einblick in den Alltag und den Umgang mit einer Erkrankung bekommen. Für das Versorgungssystem stellt die Selbsthilfe eine wichtige Ressource dar, weil sie dazu beiträgt, der Bewältigung von Krankheiten und Problemen mit eigenen Kräften zu begegnen.

Da die Teilnehmer von Selbsthilfegruppen „Experten in eigener Sache“ sind, werden sie zu „mündigen Patienten“ und erbringen eigene und besondere Versorgungsleistungen.

Die Kooperation zwischen Selbsthilfegruppen und Fachkräften findet dort statt, wo beide Seiten ihre Arbeit optimieren wollen und die jeweils andere Seite als Ergänzung nutzen. Sie verwirklicht sich dort, wo Informationen und Erfahrungen ausgetauscht und weitergegeben werden.

Die Zusammenarbeit beruht auf persönlichen Beziehungen, auf Anerkennung und Wertschätzung des anderen, auf dem Respekt von den jeweiligen Ansichten und Stärken, aber auch auf der Akzeptanz der jeweiligen Schwächen.

Durch den Dialog zwischen diesen beiden unterschiedlichen kulturellen Systemen, kann jeder die Handlungsgrundsätze des anderen kennen und schätzen lernen.

Es besteht also die Chance, neue Formen der Zusammenarbeit und innovative Modelle guter Praxis zu entwickeln.