

Macht und Medizin

Beiträge aus der Veranstaltungsreihe
Medical Humanities 2017-2020

Der Beitrag der gemeinschaftlichen Selbsthilfe zum Gesundheitswesen der Schweiz

Hon. Prof. René Knüsel

Fakultät für Sozial- und Politikwissenschaften, Universität Lausanne

Es lohnt sich, die Frage zu stellen, welchen Beitrag die Akteurinnen und Aktivitäten der gemeinschaftlichen Selbsthilfe in der Schweiz zum Gesundheitswesen leisten. Zum einen ist ihre Wirkung nicht hinreichend bekannt, vor allem bei den diversen Akteuren des Gesundheitssektors, zum anderen wurde ihr Ausmass auch nicht richtig erhoben. Dabei findet Selbsthilfe im grossen Massstab und mit wachsender Intensität statt.

Was zeichnet den Begriff der Selbsthilfegruppe aus? 2015 gab es in der Schweiz über 2500 selbstverwaltete und professionell geführte Selbsthilfegruppen, wobei Letztere etwa 14 Prozent ausmachen.⁴³ Eine Selbsthilfegruppe hat folgende Merkmale: Ihre Mitglieder beschäftigt ein ähnliches Problem; ihr Hauptziel ist die gegenseitige Unterstützung in Bezug auf das gemeinsame Problem; ihre Mitglieder treffen sich regelmässig; die Mitgliedschaft ist freiwillig; die Mitglieder arbeiten auf Augenhöhe zusammen und übernehmen die Verantwortung der Gruppe und ihrer Entscheidungen; die Gruppe ist nicht profitorientiert.⁴⁴

In der Selbsthilfegruppe können Angehörige oder direkt von der jeweiligen Problematik Betroffene zusammenkommen. Letztere leiden womöglich an somatischen oder psychischen Krankheiten, einer Behinderung oder sozialen Problemen. Angehörige wollen in allgemeinen oder speziellen Gruppen aktiv werden, um die Betroffenen zu unterstützen oder ihre eigenen Sorgen besser zu verarbeiten.

Dieses Reagieren auf soziale und gesundheitliche Probleme ist nicht neu, die ersten Gruppen entstanden gegen Mitte des vergangenen Jahrhunderts zum Themenbereich des Alkoholismus, insbesondere in Nordamerika. Heute beeindruckt, wie stark diese Bewegung in den meisten westlichen Ländern ist und wie gut sie sich selbst organisieren konnte, insbesondere zu Themen, denen Medizin und Wissenschaft machtlos gegenüberstanden, etwa zur Aids-Epidemie in den 1980er-Jahren.

Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe kann also eine Alternative zum üblichen Umgang mit der von Betroffenen und/oder Angehörigen empfundenen Hilfsbedürftigkeit darstellen. Diese kollektiven Mobilisierungen in Gruppen unterschiedlicher Grösse stehen im Zusammenhang mit der Forderung nach Patientinnenrechten und dem Ausdruck der individuellen und gemeinsamen Möglichkeiten, auf dem Gebiet von Krankheit und Gesundheit aktiv zu werden. Diese Entwicklungen stiessen bisweilen auf ein gewisses Unverständnis beim betroffenen Fachpersonal, doch mit der Zeit wurde die Zusammenarbeit immer mehr zur Regel.

Eine 2016 in der Schweiz durchgeführte Untersuchung hat gezeigt, dass es grosse regionale Unterschiede gibt, sowohl in der Dichte und Diversität als auch in der Organisation der Gruppen. Auch die Themen, zu denen sich Mitglieder versammeln, sind sehr divers. Ihre Zahl liegt bei über 280. Während 80 Prozent die Gesundheit betreffen, beziehen sich 20 Prozent auf das Soziale. Die Mitglieder verfügen meist über eine Hochschulbildung, sind in den besten Jahren (51 bis 65) und zu 60 Prozent Frauen. Unterprivilegierten Schichten scheinen die Angebote der Selbsthilfe also seltener zugutezukommen. Allgemein erreichen die erfassten Selbsthilfestrukturen weniger Jugendliche, Migrantinnen und Migranten und Personen mit einem elementaren Bildungsniveau.

Selbstverwaltete Selbsthilfegruppen bieten einen idealen Raum, in dem sich jedes Mitglied frei äussern kann, in einem vertraulichen und sicheren Rahmen gehört wird, sich verstanden fühlt und auch weitgehend seine Alltagserfahrungen teilen kann. Die Erfahrungsberichte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zeigen, wie wichtig die Stärkung der Persönlichkeit bei diesen Treffen ist. Die Vorteile reichen etwa von der Verbesserung des körperlichen Zustands, der Compliance und der Primärbeziehungen bis zur Verringerung des Medikamentenkonsums. Die Gruppen bieten zudem einen fruchtbaren Ort des Austauschs von Informationen, Ratschlägen oder «Tipps und Tricks».

Fachleute des Gesundheits- und Sozialsektors, die für die Studie befragt wurden, unterstreichen die von den Mitgliedern genannten Vorzüge und betonen, dass die Selbsthilfe die Arbeit des Fachpersonals ergänze. Ihrer Ansicht nach ist dieses Angebot in den eigenen Kreisen jedoch

⁴³ Ben Salah, Hakim et al. (Hg.) (2017): Gemeinschaftliche Selbsthilfe in der Schweiz. Bedeutung, Entwicklung und ihr Beitrag zum Gesundheits- und Sozialwesen, Hogrefe, Bern.

⁴⁴ Borgetto, Bernhard und Jürgen Troschke (Hg.) (2001): Entwicklungsperspektiven der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe im deutschen Gesundheitswesen. Deutsche Koordinierungsstelle für Gesundheitswissenschaften, Freiburg, S. 14.

nicht ausreichend bekannt. Potenziell interessierte Patientinnen und Patienten könnten noch besser über die hilfreichen und willkommenen Unterstützungsangebote der Selbsthilfe informiert werden. Dafür sollten die Grundausbildung und die Fortbildungen des Personals um das Thema Selbsthilfe erweitert werden.

Die meisten Gruppen organisieren sich heute unter dem Dach der Stiftung Selbsthilfe Schweiz⁴⁵, die Auskunftsuchende, die in einer Gruppe über ihre Probleme reflektieren möchten, über bestehende Strukturen in der Nähe oder im Internet aufklärt. Die Stiftung möchte die Koordination zwischen den vorhandenen Gruppen gewährleisten und zugleich die Bestrebungen zur Gründung neuer Organisationen fördern und unterstützen. Sie hilft den Gruppen auch materiell und praktisch, indem sie etwa Sitzungsräume zur Verfügung stellt.

Im Vergleich mit zum Beispiel deutschen Selbsthilfegruppen scheint in der Schweiz noch ein enormes Entwicklungspotenzial zu bestehen. Viel Überzeugungsarbeit ist zu leisten, um die Chancen und Vorteile dieser weichen Organisationsformen bekannt zu machen, die den Bedürfnissen von Betroffenen verschiedener körperlicher, psychischer oder sozialer Beeinträchtigungen entsprechen. Ein solches Plädoyer muss heute zunächst die Selbsthilfe Schweiz übernehmen.

Selbstorganisierte Gruppen konnten dafür sorgen und werden auch zukünftig dafür sorgen, dass die öffentliche Gesundheitsverwaltung ihren Fokus auf die Patienten, ihre Angehörigen und vor allem auf ihre Perspektive legt. Sie tragen allgemein zur Steigerung der Gesundheitskompetenz und zum verantwortungsvollen Verhalten Einzelner bei. Zukünftig sollten sie an der Entwicklung einer besseren Präventionspolitik und einem angemessenen Krankheitsmanagement beteiligt werden. Sie sollten ein zentrales Element der Bundespolitik sein, die unter anderem für eine stärkere Beachtung der Patientinnenrechte sorgen will.⁴⁶

45 <https://www.selbsthilfeschweiz.ch>

46 Bundesrat (2019): Die gesundheitspolitische Strategie des Bundesrates 2020–2030. Bundesamt für Gesundheit, Bern.