

# Selbsthilfe in Deutschland und der Schweiz

**Selbsthilfe spart Kosten im Gesundheitswesen. Selbsthilfe wirkt sich gesundheitlich positiv aus. Sie profitiert zudem von staatlicher Unterstützung, wie ein Vergleich zwischen Deutschland und der Schweiz zeigt. Bernhard Borgettos Habilitationsschrift befasst sich sowohl mit der Wirkung als auch Entwicklung und Verbreitung von Selbsthilfe.**

**Regula Rička<sup>1</sup>**

«**U**nter Selbsthilfe werden alle individuellen und gemeinschaftlichen Handlungsformen verstanden, die sich auf die Bewältigung (Coping) eines gesundheitlichen oder sozialen Problems durch die jeweils Betroffenen beziehen.» Wenn nun diese Selbsthilfe in eigens zu diesem Zweck «künstlich» geschaffenen sozialen Gebilden stattfindet – gegenüber natürlicher Gemeinschaften wie der Familie –, so spricht man von Selbsthilfegruppen. So definiert Bernhard Borgetto Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen in seiner Habilitationsschrift über die gemeinschaftliche Selbsthilfe in der Gesund-

heitsversorgung. Die Schrift ist zugleich auch Abschlussbericht über den internationalen Stand der Forschung zur Selbsthilfe des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums Obsan und liegt jetzt in Buchform vor. Darin wird der Entwicklungsstand und die Verbreitung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe insbesondere in der Schweiz und in Deutschland verglichen.

## Forschungserkenntnisse

Die Forschung ermittelte gemäss Borgetto drei wichtigste Dienstleistungen der Selbsthilfeorganisationen:

- Vermittlung von Informationen und Beratung
- Soziale Unterstützung und Verständnis für die Ratsuchenden, wie es nur die Betroffenen aufbringen können
- Öffentlichkeitsarbeit.

Über die gesundheitlichen und sozialen Wirkungen von krankheitsbezogener Selbsthilfe gibt es aussagekräftige Studien, vor allem aus den Bereichen Suchterkrankungen, psychische Erkrankungen und Übergewicht. Kosten-Nutzen-Analysen haben gezeigt, so Borgetto, dass die Leistungen der Selbsthilfe direkte Kosten einsparen können. Bisher konnten noch keine nachteiligen Wirkungen von Selbsthilfeaktivitäten nachgewiesen werden.

Wer bereit ist, an einer Selbsthilfegruppe teilzunehmen, erwartet vor allem zwei Dinge: Mit anderen Menschen, welche vergleichbare Probleme haben, sprechen zu können und/oder Hilfe aus der eigenen Erfahrung anbieten zu können. Dies zeigen Forschungsergebnisse. Weniger häufig werden Motive wie Mangel im professionellen Versorgungs-



Regula Rička

system oder im primärsozialen Netzwerk genannt. Frauen nehmen deutlich häufiger an Selbsthilfegruppen teil, so Borgetto. Es gibt Hinweise, dass mehr Kranke und Angehörige aus der Mittelschicht vertreten sind. Die Datenlage über die Sozialstruktur von Selbsthilfeszusammenschlüssen ist noch immer bescheiden.

Bei den Professionellen im Gesundheitsbereich herrscht jedoch noch Skepsis. Unterschiedliche Handlungslogiken und Kompetenzbereiche, Handlungszwänge und Alltagskulturen zwischen der organisierten Selbsthilfe und den Professionellen führen immer wieder zu Problemen in der Kooperation. Anscheinend sind Professionelle noch viel zu wenig bereit, sich auf die organisierte Selbsthilfe einzulassen und ihre Selbstständigkeit zu akzeptieren. Modelle für eine gemeinsame Kooperationskultur sind noch kaum entwickelt und erprobt. Borgetto schliesst aus dem Stand der Forschung, dass Unterstützungsbedarf besteht.

<sup>1</sup> Regula Rička ist Mitglied des Redaktionellen Ausschusses und Beirats der Zeitschrift «Managed Care» und wissenschaftliche Mitarbeiterin im Bundesamt für Gesundheit BAG.

## Staatliche Unterstützung

Der organisierten Selbsthilfe gelang es in Deutschland, sich während drei Jahrzehnten von einer Gegenmacht zum professionellen Versorgungssystem hin zu einer vierten Kraft im Gesundheitswesen zu entwickeln. Selbsthilfeorganisationen werden, so Borgetto, zunehmend als kompetente Akteure und integrativer Bestandteil des deutschen Gesundheitswesens anerkannt.

Diese Entwicklung ist im Sinne des gesamten Versorgungssystems: In der anhaltenden gesundheitspolitischen Krise soll die Eigenverantwortung und die Mitwirkung der PatientInnen oder Versicherten gestärkt und die Effizienz des Systems gesteigert werden. Die Weltgesundheitsorganisation WHO empfiehlt in ihrer Deklaration zur Förderung der Patientenrechte von 1994: PatientInnen sollen einen kollektiven Anspruch auf Vertretung auf allen Ebenen des Gesundheitssystems haben, die sich mit der Qualität und Organisation der angebotenen Dienste befassen. Damit die PatientenvertreterInnen das Engagement als attraktiv und lohnend empfinden, müssen geeignete strukturelle Rahmenbedingungen entwickelt werden.

In Deutschland ist die staatliche Unterstützung im Sozialversicherungsrecht für den Aufbau der Selbsthilfe seit den Achtzigerjahren verankert.

Die Schweiz hingegen kennt keine klare Regelung, dies führt zu Unterschieden zu Deutschland:

■ Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfekontaktstellen werden in der Schweiz in geringerem Ausmass finanziell gefördert als in Deutschland. Dies hemmt den infrastrukturellen Aufbau, der für eine gut funktionierende Selbsthilfe notwendig wäre.

■ Selbsthilfeorganisationen sind in der Schweiz weniger stark in das Versorgungssystem integriert und haben geringere Partizipationsmöglichkeiten und Mitspracherechte als in Deutschland.

## Fazit

Das Buch behandelt die Selbsthilfe umfassend von verschiedensten Seiten her: Es erklärt sozialhistorisch, wie Selbsthilfeszusammenschlüsse entstanden sind, sich entwickelt und verbreitet haben. Die Unterschiede in der Entwicklung und Verbreitung der organisierten Selbsthilfe in Deutschland und der Schweiz werden untersucht. Borgetto stellt empirische Arbeiten zu den individuellen, sozialen und gesundheitlichen Wirkungen der Selbsthilfe vor. Auch wird der Beitrag der organisierten Selbsthilfe an der Gesundheitsversorgung diskutiert. Borgetto erörtert zudem, wie Kooperationen zwischen Selbsthilfe und Akteuren im Versor-

gungssystem entstehen, gefördert oder behindert werden können. Auch die Entwicklungsperspektiven der organisierten Selbsthilfe bezüglich der infrastrukturellen Bedingungen, der Finanzierung sowie hinsichtlich der Forschungsförderung und der Verankerung in der Aus-, Fort- und Weiterbildung fehlen nicht.

Das Buch ist übersichtlich gegliedert. Jedes Kapitel schliesst mit einer Zusammenfassung. Es eignet sich für Studierende, WissenschaftlerInnen der Medizin, der Sozial- und Geisteswissenschaften. Die Publikation dient aber auch Leitenden von Selbsthilfeorganisationen. Wer sich mit modernen Ansätzen der Gesundheitsversorgung beschäftigt, wird in Zukunft dieses Buch als Quelle berücksichtigen müssen. ■

**Autorin:**

**Regula Rička, PhD, mph**

Gesundheits- und Pflegewissenschaftlerin

Wissenschaftliche Mitarbeiterin  
Bundesamt für Gesundheit

Postfach

3003 Bern

E-Mail: regula.ricka@bag.admin.ch

**Borgetto, Bernhard: Selbsthilfe und Gesundheit – Analysen, Forschungsergebnisse und Perspektiven. Buchreihe des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums, Verlag Hans Huber, Bern, 2004. ISBN 3-456-84027-6. 49.90 Franken.**