



Selbsthilfe Marburg

Selbsthilfe-Kontaktstelle Marburg

**35037 Marburg, Biegenstraße 7
Telefon: 06421 / 17699-34, -36**

**Außenstelle:
Beratungszentrum DER TREFF,
35216 Biedenkopf, Marktplatz 2
Telefon: 06461 / 9524-0**

**Sprechstunde in Stadtallendorf:
nach telefonischer Voranmeldung**

**Internet: www.selbsthilfe-marburg.de
E-Mail: info@selbsthilfe-marburg.de**

Jahresbericht 2020

Inhaltsübersicht	Seite
1. Das Beratungsangebot	1
2. Umfang der Beratungstätigkeit	2
3. Themen in der Beratung	2
4. Neue und ausgeschiedene Gruppen / Gründungsberatung	2
5. Öffentlichkeitsarbeit / Vernetzung	3
6. Landesarbeitsgemeinschaft Hessische Selbsthilfekontaktstellen / Qualitätssicherung / Fortbildung	3
7. Statistik	4
8. Rückblick und Ausblick	7
9. Daten über die Selbsthilfekontaktstelle	9
10. Themen der bestehenden Selbsthilfegruppen	10

1. Das Beratungsangebot

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle Marburg ist Anlaufstelle für alle Interessenten* im Landkreis Marburg-Biedenkopf, die sich über Selbsthilfegruppen allgemein informieren wollen, die für sich eine Gruppe suchen oder mit anderen Betroffenen zusammen eine neue Gruppe initiieren möchten. Die Anliegen der Interessenten stammen sowohl aus dem Bereich der körperlichen und seelischen Erkrankungen als auch aus dem Bereich sozialer Probleme. Es bestehen häufig fließende Übergänge zwischen den Bereichen. In persönlichen Gesprächen arbeiten wir zusammen mit den Interessenten heraus, welche Unterstützung dem Wunsch nach einer Selbsthilfegruppe am besten entspricht.

Wir beraten Selbsthilfegruppen (SHGn) auf Wunsch, zum Beispiel in der Zeit kurz nach der Gruppengründung, und wir fördern den Erfahrungsaustausch zwischen Gruppen. Wir bieten Beratungen für Gruppen in Konfliktsituationen an.

Für die Treffen der SHGn stellen wir mietfreie Gruppenräume in einem Gebäude in Marburg in der Nähe des Hauptbahnhofs zur Verfügung. Die Räume wurden u.a. zur Nutzung durch SHGn an die Nutzergemeinschaft vermietet, die wir zusammen mit der AG Freizeit e.V. bilden. Wir koordinieren im Rahmen der Nutzergemeinschaft die Raumbelagung. Wenn andere Räume gewünscht werden, helfen wir bei der Suche. In Biedenkopf gibt es die Möglichkeit, Gruppenräume in unserem Beratungszentrum DER TREFF zu nutzen.

Wir informieren über Möglichkeiten der finanziellen Förderung für bestehende Selbsthilfegruppen und sind bei Bedarf bei der Antragstellung behilflich.

Wir sind Ansprechpartner für Mitarbeiter anderer Einrichtungen der medizinischen und psychosozialen Versorgung, die für ihre Klienten eine Selbsthilfegruppe suchen, oder die Interesse haben, beispielsweise die Gründung von Selbsthilfegruppen zu fördern, sich mit den Prinzipien der Selbsthilfe vertraut zu machen oder Selbsthilfegruppen materiell zu unterstützen.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle als Einrichtung der Bürgerinitiative Sozialpsychiatrie e.V. ist an drei zentralen Orten im Landkreis Marburg-Biedenkopf zu erreichen: in Marburg in der Biegenstrasse 7, in Biedenkopf beim Beratungszentrum DER TREFF am Marktplatz 2, und in Stadtallendorf nach Voranmeldung im Iglauer Weg 6. Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist für die Einwohner somit relativ wohnortnah zugänglich.

Die Angebote der Selbsthilfe-Kontaktstelle sind für die Ratsuchenden kostenlos. Die Mitarbeiter sind fachlich ausgebildet und unterliegen der Schweigepflicht.

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle wird gefördert von der GKV-Selbsthilfeförderung Hessen gemäß § 20 h SGB V, von der Stadt Marburg und durch den Landkreis Marburg-Biedenkopf.

*im Sinne der besseren Lesbarkeit wird grammatikalisch nur eine Form verwendet.

2. Umfang der Beratungstätigkeit

Das Jahr 2020 war wesentlich bestimmt von den Auswirkungen der Corona-Pandemie, die sich in unterschiedlicher Weise auch bei den folgenden Themen zeigen.

Die Anzahl der Anfragen betrug im Jahr 2020 insgesamt 190. Der Schwerpunkt der Beratungstätigkeit lag auf der Beratung von 167 Personen, die für sich selber eine Selbsthilfegruppe (SHG) suchten. Außerdem fragten Angehörige von Betroffenen (acht Personen) und Mitarbeiter anderer Einrichtungen (neun Personen) für Familienmitglieder bzw. Klienten oder Patienten nach einer passenden Selbsthilfegruppe. Es nahmen sechs Selbsthilfegruppen Beratung in Anspruch.

Die Anzahl der Anfragen fiel insgesamt geringer als im Vorjahr aus. Das geht auf den relativ starken Rückgang beim Anteil der Anfragen von Mitarbeitern anderer Einrichtungen (minus 27), bei den Angehörigen (minus drei) und bei Gruppen (minus sechs) zurück. Ein relativ moderater Rückgang ist bei den Betroffenen (minus 17) festzustellen.

3. Themen in der Beratung

Der Schwerpunkt der Anfragen lag auch im Jahr 2020 wieder im Bereich „Lebensprobleme / Seelische Belastungen / psychische Erkrankungen“. Die Begriffe Depression, Angst/Panik und andere psychische Erkrankungen sind unverändert die am häufigsten genannten Themen. An zweiter Stelle stehen die Anfragen von Angehörigen bzw. Eltern, die an einer SHG teilnehmen möchten. Der Anteil der „Psycho“-Themen an der Gesamtzahl der genannten Themen ist mit rund 80 % so hoch wie in den Vorjahren. Diese thematischen Schwerpunkte werden seit vielen Jahren nahezu übereinstimmend von allen Selbsthilfekontaktstellen in Deutschland berichtet.

Es gab keine Anfragen mit Bezug zur Corona-Pandemie außer vereinzelte Fragen von bestehenden Selbsthilfegruppen zu den Regeln für persönliche Treffen in der Gruppe und der Möglichkeit, eine vom DPWV angebotene Materialspende zu erhalten.

Tabelle 1 weiter unten gibt einen genauen Überblick über alle Themenbereiche.

4. Neue und ausgeschiedene Gruppen / Gründungsberatung

Es war eine neu gegründete Selbsthilfegruppe zu verzeichnen: SHG Angehörige psychisch erkrankter Menschen Marburg.

Eine Selbsthilfegruppe zum Thema Inkontinenz ist in Vorbereitung. Ein erstes Treffen soll dann stattfinden, wenn die äußeren Rahmenbedingungen es wieder zulassen.

Es sind vier Selbsthilfegruppen ausgeschieden: Parkinson-SHG Kirchhain-Marburg, SHG Angehörige von Zwangserkrankten, Osteoporose-SHG Marburg, Osteoporose-SHG Gladenbach.

Bei den Osteoporose-Selbsthilfegruppen und bei der Parkinson-SHG zeigte sich wieder das Problem, daß sich unter den mitunter sehr zahlreichen Gruppenmitgliedern niemand bereitfindet, Aufgaben auch arbeitsteilig zu übernehmen, wenn die bisherige Gruppenleitung ihr Amt abgeben will. Die Gründe der Mitglieder, kein Amt zu übernehmen, sind verständlich: hohes Alter und dadurch bedingte Schwäche, starke familiäre Verpflichtungen z.B. durch Pflegeaufgaben und/oder berufliche Verpflichtungen. Auch der Dachverband kann dann nichts bewirken, sodaß die Gruppe sich auflöst, weil sie nicht in der Lage ist, sich selber zu organisieren.

Mit neun Personen, die sich dafür interessiert hatten, wurde die Gründung einer neuen Selbsthilfegruppe intensiver beraten. Weitere 15 Personen gingen nicht auf den Vorschlag ein bzw. lehnten es ab, über die Möglichkeit einer Gruppengründung zu sprechen.

Die Initiative und Kraft, eine neue Gruppe zu gründen, bringen wenige Interessierte einfach mit. Häufiger steht der Wunsch nach fachkundiger Hilfe und Anleitung im Mittelpunkt der Beratung und weniger, ob und wie mit anderen Betroffenen zusammen eine neue Gruppe initiiert werden kann.

Ein offenkundiges Hindernis ist es, daß Interessenten mit der Vorstellung, eine Gruppengründung zu initiieren, sehr hohe Anforderungen an das Maß an Verantwortlichkeit für das Gelingen

und in gewissem Sinne „Professionalität“ verbinden. Das läßt es für viele als grandiose Überforderung erscheinen, überhaupt einen Schritt in diese Richtung zu machen, trotzdem wir in der Beratung eingehend versuchen, die in Wirklichkeit überschaubaren Aufgaben konkret vorstellbar zu machen und damit die überhöhten Erwartungen zu relativieren. Offenbar möchten nur sehr wenige Interessenten gerne zu den „Aktiven“ gerechnet werden. Dieser Begriff ist vielfach in öffentlichen Darstellungen zu lesen oder zu hören, wenn von Selbsthilfegruppen und ihren Mitgliedern die Rede ist.

Die Beratungen zur Gruppengründung mit denjenigen, die daran Interesse zeigten, mußten in diesem Jahr theoretisch bleiben. Aufgrund der Beschränkungen für Zusammenkünfte wegen des Corona-Infektionsrisikos konnten keine Gründungstreffen stattfinden. Die Erörterung mit Interessenten, wie und ob eine Gruppengründung auch mittels „virtueller“ Treffen stattfinden kann, blieb letztlich ergebnislos. Die Bereitschaft dazu, sich der im Einzelfall vorhandenen Kenntnisse und Technik zu bedienen, war gering. Es entstand in den Beratungen der Eindruck, daß es vielfach doch an Kenntnissen und Technik mangelt, oder es wirkte sich auch hier aus, daß die Befürchtungen davor, für die Aktivitäten verantwortlich sein zu müssen, ein zu großes Hindernis darstellten.

5. Öffentlichkeitsarbeit / Vernetzung / Fortbildung für Selbsthilfegruppen

Die Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen, die bislang regelmäßig vierteljährlich stattfanden, dienten aufgrund des Beschlusses der Gruppen in erster Linie dazu, sich gegenseitig näher kennen zu lernen. Aufgrund der weitreichenden Einschränkungen für Zusammenkünfte im Interesse des Schutzes vor Corona-Infektionen konnte im Jahr 2020 nur ein Gesamttreffen im Februar stattfinden.

Eine von Seiten der Selbsthilfegruppen zusätzlich zum Gesamttreffen gewünschte Fortbildung zur Datenschutzgrundverordnung konnte aus demselben Grund nicht stattfinden.

Die Einschränkungen hatten zur Folge, daß das Symposium und die Mitgliederversammlung des Gesunde-Städte-Netzwerks nicht stattfinden konnten. Die Teilnahme an ersatzweise geplanten Videotreffen war unsererseits nicht möglich, weil die dazu erforderliche technische Ausstattung nicht zur Verfügung stand. Im Kontext der Initiative „Gesundheit fördern – Versorgung stärken“ des Landkreises und parallel dazu des Projektes „Gesunde Stadt“ der Stadt Marburg konnten Arbeitsgruppentreffen nicht wie vorgesehen stattfinden, d.h. es fanden Anfang des Jahres noch geplante Sitzungen statt, danach konnten die Arbeitsgruppen sich jeweils nur einmal persönlich treffen.

In Kooperation mit dem „Fachdienst Gesunde Stadt“ der Stadt Marburg wurde weiter an einem Bestellsystem gearbeitet, mit dem Ärzte und Psychotherapeuten bei Bedarf an einer zentralen Stelle Informationsmaterial einzelner Selbsthilfegruppen abrufen können. Anfang 2020 wurde entschieden, eine Neuauflage dieses Bestellschein-Systems zu initiieren. Es erklärten sich weitere Gruppen bereit, sich daran zu beteiligen, zumal es in diesem Jahr für die Gruppen wenig Möglichkeiten gab, sich zu präsentieren und für sich zu werben. Auch die Zahl der Anfragen von Seiten der Ärzte und Psychotherapeuten waren in diesem zweiten Anlauf mehr als im ersten. Anfang des Jahres 2021 wird dieses Projekt abgeschlossen sein.

Die Selbsthilfekontaktstelle wurde eingeladen, einen Beitrag zu dem Zweiten Teilhabebericht der Stadt Marburg zu schreiben, welcher Anfang 2020 veröffentlicht wurde.

6. Landesarbeitsgemeinschaft Hessische Selbsthilfekontaktstellen / Qualitätssicherung / Fortbildung

Die regelmäßigen Arbeitstreffen und der Qualitätszirkel der Arbeitsgemeinschaft der Selbsthilfekontaktstellen in Hessen (LAG) sowie das eigene Qualitätsmanagementsystem unserer Arbeit sind die Standbeine unserer Qualitätssicherung.

Die LAG-Treffen fanden einmal persönlich und mehrmals in Form von kombinierten Video- und Telefonkonferenzen statt. Die Erfahrung mit dieser Art der virtuellen Treffen erwies sich aufgrund technischer Probleme (bzgl. der jeweils vorhandenen Geräteausstattung, der Gerätebe-

dienung und der Stabilität der Datenübertragung) als zwiespältig. Auf diesem Niveau kann nur von einem mangelhaft funktionierenden Notbehelf gesprochen werden.

Anders als geplant konnten infolge der Corona-Beschränkungen keine Fortbildungsveranstaltungen besucht werden.

Die Zertifizierung unseres Qualitätsmanagementsystems wurde durch ein erneutes Audit erfolgreich für weitere drei Jahre verlängert.

7. Statistik

Im Jahr 2020 nutzten insgesamt 184 Personen das Beratungsangebot der Selbsthilfekontaktstelle. Von den „Betroffenen“ (167 Personen) waren 62 % Frauen und 38 % Männer. Daneben meldeten sich 8 Angehörige von Betroffenen und 9 Mitarbeiter anderer Einrichtungen. Außerdem nahmen 6 Selbsthilfegruppen die Beratung in Anspruch.

89,8 % der Betroffenen nahm die Selbsthilfe-Kontaktstelle einmalig in Anspruch. Bei 9,6 % der Betroffenen erstreckte sich die Beratung auf bis zu drei Monate, bei 0,6 % auf länger als drei Monate. Die Beratungen für Angehörige und für Fachkräfte aus anderen Einrichtungen, die für Betroffene anfragten, waren jeweils einmalige Beratungen.

Unsere Internetseite wurde im Durchschnitt 2591 Mal pro Monat besucht (Zählung von Mai bis Dezember). Die Zahl hat sich im Vergleich zum Vorjahr um 387 verringert.

Tabelle 1: Anfragen nach SHGn, angefragte Themen (Mehrfachnennungen möglich)

Betroffene				Angehörige für Betroffene		Fachkräfte aus anderen Einrichtungen für Betroffene	
Frauen	Anzahl	Männer	Anzahl		Anzahl		Anzahl
Themenbereich „Lebensprobleme / seelische Belastungen / psychische Erkrankungen“:							
Depression	21	Depression *	19	<i>Psychische Erkrankung:</i> Depression (4) Ängste (1), Borderline (1)	6	<i>Psychische Erkrankung:</i> Depression	1
Ängste	2	Ängste *	9	<i>Angehörige:</i> Zwänge	1	<i>Eltern:</i> autistische Kinder	1
<i>Andere psychische Erkrankungen:</i> ADHS (9), Eßstörungen (7), Borderline (1), PTBS (4), bipolare Störung (1), Zwänge (3), schizoaffektive Störung (1), psychische Probleme (3), Depersonalisation/ Derealisation (1),	29	<i>Andere psychische Erkrankungen:</i> Sozialphobie (3)*, ADHS (8), Borderline (1), PTBS (3), schizoaffektive Psychose (1), bipolare Störung (1), paranoide Schizophrenie (1), psychosomatische Störung (1)	18	Eltern, deren Kind verstorben ist	1	Kinderlosigkeit wegen körperlicher Erkrankungen	1
<i>Angehörige:</i> psychisch Kranker (2), Schlaganfall (1), Suizid (2), Drogenabhängigkeit (1), Eßstörung (1), Pflege (1), Depression (1), Schädel-Hirn-Trauma (1)	10	<i>Angehörige:</i> Psychisch Kranke (3), Borderline (1), Depression (1), Parkinson (1), Koabhängigkeit (1)	7	EA	1	Alleinerziehende	1
<i>Eltern:</i> Eßstörung bei erwachsenen Kindern (1), El-	6	<i>Eltern:</i> Eßstörung	1			Einsamkeit	1

Betroffene				Angehörige für Betroffene		Fachkräfte aus anderen Einrichtungen für Betroffene	
Frauen	Anzahl	Männer	Anzahl		Anzahl		Anzahl
tern, die sich entlasten wollen (1)*, Zwänge (1), Depression (1), psychisch kranke Kinder (2)							
Anonymus-Gruppen: CoDA (1), EKS (2), EA (5)	8	Ehekonflikte	1			Cybermobbing	1
Einsamkeit, Isolation, Rückzug	4	Hochsensible	1			Soziale Kompetenz	1
Opfer sexualisierter Gewalt	3	EA	3			Opfer häuslicher Gewalt	1
Beziehungsprobleme	2	Umgang mit Gefühlen	1			Messie-Syndrom	1
Viele Probleme und Ratlosigkeit	2	Eltern, eingeschränkter Umgang mit Kindern nach Trennung *	2				
Entwicklungs-trauma / Bindungstrauma	1						
Emotionale Bindungsstörung mit depressiven Zügen	1						
Alleinerziehende	1						
Hochbegabung	1						
Hochsensibilität	1						
Mobbing	1						
Kriegskinder oder -enkel (übertragene Traumata)	1						
Verschickungskinder *	1						
Trauer	1						
Themenbereich „Erkrankungen und Behinderungen“:							
Inkontinenz (Stuhl, Harn)*	9	Prostatakreberkrankung	2	Brustkrebs	1	Diabetes	1
Adipositas	2	COPD	2			Blindheit	1
Schmerzen, chronisch	2	Adipositas	1				
Reizdarm	1	Schlaganfall	1				
Schlaganfall	1	Herzerkrankung	1				
Morbus Crohn	1	Tinnitus	1				
Aphasie	1	Inkontinenz (Stuhl, Harn)	1				
Diabetes Typ	1	Rheuma	1				
Immunsuppression, junge Erwachsene	1						
Essentieller Tremor	1						
Restless legs	1						
Multiple Sklerose	1						
Themenbereich Sucht:							
Alkoholabhängigkeit *	2	Alkoholabhängigkeit *	6	---		---	
Kaufsucht	1	NA (1), AA (1)	2	---		---	
Sucht+psychische Erkrankung	1	Spielkonsolen-Gaming	1	---		---	

Betroffene				Angehörige für Betroffene		Fachkräfte aus anderen Einrichtungen für Betroffene	
Frauen	Anzahl	Männer	Anzahl		Anzahl		Anzahl
Themenbereich soziale Probleme und Konflikte:							
Transsexualität	1	Probleme mit dem KJC	1	---		---	
Verschiedenes:							
---		Suche nach Betreuung für psychisch Kranke	1	---		---	
*Gründungsberatungen gesamt	4		5				
Gruppenberatung, Themen (6 Selbsthilfegruppen):							
Finanzielle Förderung nach § 45 SGB XI							1
Entwicklung des Gruppenkonzeptes/Gruppenorganisation/mangelnde Verbindlichkeit der Teilnahme							1
Corona-Pandemie: Materialbedarf (gespendete Mund-Nasen-Bedeckung des DPWV)							1
Corona-Pandemie: Kontaktbeschränkungen / Regelungen für Raumnutzungen / Genehmigungsantrag							3

8. Rückblick und Ausblick

Die Veränderungen in den gesetzlichen Regelungen der Selbsthilfeförderung durch die GKV (70 % der Mittel für Pauschalförderung und 30 % für Projektförderung) bedeutete für uns, daß wir einen sehr viel geringeren Zuschuß erhielten als beantragt. Diese Folge stellte sich auch bei anderen Selbsthilfekontaktstellen ein, teils mit existenzbedrohenden Auswirkungen. Das ist als Effekt der Vorgabe zu sehen, daß die Kosten aller bisher als Projekte geförderten regelmäßigen Vorhaben in die Pauschalförderung verlagert werden mußten. Unter dem Strich wurde in der Summe weit mehr beantragt, als in der Pauschalförderung real zur Verfügung stand. Der Effekt wurde verstärkt durch die Vorgabe, die Gelder, die für Projekte (im alten Sinne) vorgesehen waren, aber wegen der Corona-Beschränkungen nicht verbraucht werden konnten, ins Folgejahr zu übertragen. Wie sich diese Mischung im folgenden Jahr auswirken wird, ist noch nicht abzusehen.

Die Auswirkungen des neuerlich mit Wirkung ab 1.1.2021 geänderten Leitfadens zur Selbsthilfeförderung des GKV-Spitzenverbandes sind auch noch nicht abzusehen, insbesondere mit Blick darauf, daß „digitale Angebote“ und „digitale Anwendungen“ nun als förderfähig deklariert sind (sogar als vorrangige Aktivität), was bislang nicht möglich war. Es ist wohl anzunehmen, daß interessierte Gruppen, Initiativen, Organisationen, Einzelpersonen und mittelbar auch Software-Firmen die neuen Fördermöglichkeiten nutzen werden und damit der Kreis der Antragsteller größer wird. Man kann weiter annehmen, daß gut entwickelte digitale Kommunikation auch im Bereich der Selbsthilfe und der Selbsthilfeunterstützung nicht zum Schnäppchenpreis zu haben sein wird.

Auf der Seite der Selbsthilfekontaktstellen ist zu klären, wie die eigenen digitalen Aktivitäten weiterentwickelt werden können und sollen. Selbst bei zurückhaltenden Weiterentwicklungen ist es unabdingbar, daß die notwendige technische Ausstattung und die erforderliche Schulung der Mitarbeiter zusätzlichen Zeit- und Geldbedarf auslösen. Visionäre Vorstellungen, daß in Zukunft zum Beispiel „virtuelle Selbsthilfetage“, die in diesem Jahr verschiedentlich als Ersatz für die geplanten Veranstaltungen erprobt wurden, eine wunderbare neue Möglichkeit wären, müssen zwangsläufig eine Vision bleiben, wenn die personelle, technische und finanzielle Ausstattung der Selbsthilfekontaktstellen nicht verstärkt werden kann. Die gegenwärtig vorhandenen Möglichkeiten können unter dem Aspekt einer verstärkten Nutzung „digitaler Angebote“ nur als mangelhafter Notbehelf bewertet werden.

Die Gesamttreffen der SHGn, die in den Vorjahren vierteljährlich stattfanden und in 2020 durch Beschluß der teilnehmenden Gruppen in diesem Turnus weitergeführt werden sollten, hatten einen festen Platz in der Planung eingenommen, auch wenn die Zahl der Teilnehmer überschaubar geblieben war. Wann die Treffen wieder aufgenommen werden können, ist am Jahresende nicht abzusehen, ebenso wie die Planung eines Selbsthilfetages, die noch ganz am Anfang stand.

Die möglichen Folgen für Selbsthilfegruppen und ihre Mitglieder aufgrund der weitreichenden Beschränkungen für Zusammenkünfte zur Verringerung des Corona-Infektionsrisikos sind bereits vielfach beschrieben worden. Sie laufen auch auf die Frage hinaus, ob Selbsthilfegruppen es insgesamt überstehen werden und sie sich unter normalisierten Bedingungen einfach wieder treffen werden, oder ob Selbsthilfegruppen in nennenswerter Zahl aufgeben werden. Dazu kann nur spekuliert werden. Ebenso sind aus Sicht der Selbsthilfekontaktstelle kaum mehr als Vermutungen möglich, wie Selbsthilfegruppen versuchen, die Zeit der Beschränkungen zu überbrücken, weil Gruppen von sich aus auch in diesem Zusammenhang nicht selbstverständlich mitteilen, wie sie sich gerade organisieren. Das Phänomen ist bei uns wie bei anderen Selbsthilfekontaktstellen schon lange vertraut (zum Beispiel im Kontext der Zusammenstellung eines SHG-Wegweisers), daß es auf Seiten der Gruppen keine Routine gibt, aktuelle Veränderungen mitzuteilen.

Von einzelnen Gruppen war zu erfahren, wie sie sich behelfen. So kam einigen Gruppen wohl das fortwährend trockene und warme Wetter im Frühjahr und Sommer gelegen, das ein Zusammentreffen unter freiem Himmel zuließ – aber schon die Frage, welcher Ort als geeignet gesehen wird, war schon nicht mehr so einfach zu beantworten. Seit Herbstbeginn ist

diese Möglichkeit anscheinend entfallen. Vereinzelt wird versucht, sich mit Kommunikation mittels „sozialer Medien“ zu behelfen. Anfang des Jahres 2021 soll in Kooperation mit dem Fachdienst Bürgerbeteiligung und Ehrenamtsförderung des Landkreises und der Freiwilligenagentur eine gezielte Befragung dazu durchgeführt werden.

Die Diskussion im Kreis der Selbsthilfeunterstützer dreht sich naturgemäß darum, wie Gruppen auch unter den herrschenden Ausnahmebedingungen unterstützt werden können. Aus unserer Sicht ist die Diskussion stark konfundiert mit der Vision, daß die gesellschaftliche Entwicklung in Richtung Digitalisierung vieler Lebensbereiche vorangetrieben werden muß, um „modern“ zu sein, um optimale „Teilhabe“ zu erreichen, um nicht zu den „abgehängten“ Bevölkerungsgruppen oder ganzer Wirtschaftsräume oder Staaten zu zählen.

Bezüglich Selbsthilfegruppen zielen die Überlegungen also darauf, wie Gruppen bzw. ihren Mitgliedern die Segnungen digitaler Kommunikation nahegebracht werden können – „können“ in zweierlei Bedeutung.

Zum einen ist es die Frage, ob SHK-Mitarbeiter mit ihren eigenen Kenntnissen dazu in der Lage sind und ob sie die Fortbildung in diesem Punkt zu ihrem Aufgabenbereich zählen wollen oder sollen. Damit ist das alte Thema berührt, in welchem Maß sich SHKn im Bereich der Erwachsenenbildung auch über den Bereich gruppenspezifischer Themen hinaus engagieren sollten und damit ein Überschneidungsbereich zu bestehenden Bildungsangeboten verstärkt wird. Kritisch ist dabei zu sehen, daß SHGn bzw. ihre Mitglieder bei der Behandlung „normaler“ Themen, die alle Bevölkerungsgruppen gleichermaßen interessieren dürften, als Sondergruppe behandelt würden. Das kann nicht im Sinne der Förderung von Teilhabe sein, die gerade der Separierung von Personen oder Gruppen entgegenwirken soll.

Die andere Frage ist, ob Selbsthilfegruppen für „Digitalisierung“ empfänglich gemacht werden können oder sollen. Die bisherigen Eindrücke lassen darauf schließen, daß SHGn bzw. ihre Mitglieder eher nicht „digital affin“ zu sein scheinen. Eine anscheinend gut passende Erklärung dafür wird vielfach im „Alter“ der Gruppenmitglieder gesehen. Mit der zunehmenden Zahl der „digital natives“, so die schlichte Schlußfolgerung, würde sich die „Affinität“ in Selbsthilfegruppen von alleine einstellen. Die oben erwähnte Erfahrung im Kontext von Gruppengründungen würde jedoch dagegen sprechen.

Die öffentliche Darstellung von Selbsthilfegruppen und das damit verbundene hohe Lob für die Wirksamkeit und Unverzichtbarkeit (die „vierte Säule im Gesundheitswesen“) haben sich unter den Ausnahmebedingungen der Corona-Pandemie vollkommen verflüchtigt. Die Treffen von Selbsthilfegruppen wurden den allgemeinen Beschränkungen für Zusammenkünfte kommentarlos einfach untergeordnet. Die in verschiedensten Kontexten erhobene Forderung nach Anerkennung der „Systemrelevanz“ einer Vielzahl von gesellschaftlichen Gruppen wurde Anfang November des Jahres in der Formulierung der Verordnung der Hessischen Landesregierung zu den Kontaktbeschränkungen so beantwortet, daß nur Zusammenkünfte erlaubt sind, die „im öffentlichen Interesse“ sind. Ende November dann wurde (neben anderen Gruppierungen oder Anlässen für Zusammenkünfte) für Selbsthilfegruppen zumindest im Bereich von Suchterkrankungen und psychischen Erkrankungen das „öffentliche Interesse“ in der Formulierung der Auslegungshinweise zu der Verordnung anerkannt und persönliche Treffen zugelassen, unter der Voraussetzung, daß bestimmte Regeln bei Treffen einzuhalten sind und das zuständige Gesundheitsamt eine Genehmigung erteilt. Weitere Entwicklungen sind noch nicht absehbar.

Es ist ganz offen, ob es unter hoffentlich bald normalisierten Bedingungen gelingen wird, der Bedeutung der Selbsthilfe jenseits von Lobreden gerecht zu werden und gleichzeitig zu realisieren, daß das Wort von der „vierten Säule“ ein leeres Versprechen ist. Das Versprechen wurde von Seiten der Selbsthilfe nie gegeben und kann auch zukünftig nicht gegeben werden (wenn man einmal von hochgradig organisierten SH-Organisationen mit einem Stab an angestellten Fachkräften absieht). Schon immer war es ein kaum zu ignorierendes Merkmal der „vierten Säule“, daß sie steht und fällt mit der durch eine Erkrankung begrenzten Kapazität engagierter Mitglieder von Selbsthilfegruppen, sich einzusetzen und sich für Leistungen in Anspruch nehmen zu lassen.

9. Daten über die Selbsthilfe-Kontaktstelle

Trägerschaft:	Bürgerinitiative Sozialpsychiatrie e.V., Biegenstr. 7, 35037 Marburg
Gründungsjahr:	1984
Mitarbeiter:	drei Fachkräfte (Dipl.-Psych., Dipl.-Soz., Dipl.-Soz.Arb.) mit zusammen 12,5 Wochenstunden, Verwaltungskraft mit 2 Wochenstunden
Einzugsbereich / Einwohnerzahl:	Landkreis Marburg-Biedenkopf / 245 949 (Hessisches Statistisches Landesamt, Stand: 30.6.2020)
Öffnungs-/ Sprechzeiten:	Marburg: Mo, Di und Do 14-15, Mi 9-10; Biedenkopf: Mo bis Fr 10-12, Do 16-18; Stadtallendorf: nach telefon. Voranmeldung
Räumlichkeiten / Adressen:	Marburg: Büro-/Beratungsräume: Biegenstr. 7, Gruppenräume: Krumbogen 2 Biedenkopf: Büro-/Beratungs-/Gruppenräume: Marktplatz 2 Stadtallendorf: Beratungsraum: Iglauer Weg 6 (Südstadtkiosk)
Leitbild, Ziele, Aufgaben:	Konzept in der Fassung vom Mai 2010; Qualitätsmanagementhandbuch, Stand April 2020
Qualitätssicherung	„Qualitätssiegel Selbsthilfekontaktstelle“, verliehen am 14.3.2011 durch die SQ Cert GmbH, erneuert am 21.4.2020, gültig bis 20.4.2023
Kooperationspartner in der Region:	<ul style="list-style-type: none"> - AG Freizeit e.V. - Magistrat der Stadt Marburg: <ul style="list-style-type: none"> - Fachdienst Gesunde Stadt, - Fachdienst Soziale Leistungen, Sozialplanung - Landkreis Marburg-Biedenkopf: <ul style="list-style-type: none"> - Fachdienst Prävention und Beratung, Geschäftsstelle Gesundheit fördern – Versorgung stärken - Fachdienst Bürgerbeteiligung und Ehrenamtsförderung - Freiwilligenagentur Marburg-Biedenkopf e.V. - Arbeit und Bildung e.V. - Magistrat der Stadt Stadtallendorf, Projekt Soziale Stadt - Lungenkrebszentrum des Universitätsklinikums Marburg

10. Themen der bestehenden Selbsthilfegruppen (alphabetisch)

- AA** – *Anonyme Alkoholiker*
ACA – *Adult Children of Alcoholics*
 Adipositas
 Adipositas-Chirurgie
ADHS (*Erwachsene*)
AI-Anon Familiengruppen – *Selbsthilfegruppe für Angehörige und Freunde von Alkoholabhängigen*
 Alkoholabhängigkeit
 Alleinerziehende (*Mütter und Väter*)
ALS (*Angehörige/ Hinterbliebene*)
 Altersdemenz (*Angehörige*)
 Alzheimer (*Angehörige*)
 Altersbedingte Makuladegeneration AMD
 Amyotrophe Lateralsklerose (*Angehörige/Hinterbliebene*)
 Angehörige
 - *Altersdemenz*
 - *Alzheimer*
 - *ALS Amyotrophe Lateralsklerose*
 - *Demenz*
 - *psychische Erkrankung*
 - *Suchterkrankung*
 - *Zwangsstörung*
 Anonymous (*AA, AI-Anon, NA, SLAA, EKS, EA, CoDA, ACA*)
 Anorexie (*Eltern betroffener Kinder/Jugendlicher*)
 Anus praeter
 Aphasie
 Apnoe
 Apoplex
 Asthma (*Erwachsene*)
 Augenerkrankung
 Autismus (*Eltern*)
Bariatrische Operation
BDH
 Bechterew-Erkrankung
 Behinderung
 Behinderung (*Kinder*)
 Blindheit
 Blutkrebs
 Borderline
 Brustkrebs
 Bulimie (*Eltern betroffener Kinder/Jugendlicher*)
 Chorea Huntington
 Cochlea-Implantat
CoDA – *Co-Dependents Anonymous*
 Colostomie
 COPD
 Defibrillator
 Demenz (*Angehörige*)
 Depression
 Diabetes
 Dialyse (*Erwachsene*)
 Down-Syndrom (*Eltern*)
 Drogenabhängigkeit (*Betroffene*)
 Dystonie
EA – *Emotions Anonymous, Selbsthilfegruppe für emotionale und seelische Gesundheit*
EKS – *Erwachsene Kinder aus suchtkranken und dysfunktionalen Familien*
 Eltern, *Kinder mit*
 - *Autismus*
 - *Behinderung*
 - *Down-Syndrom / Trisomie 21*
 - *Eßstörung*
 - *Krebserkrankung*
 Epilepsie
 Eßstörung (*Eltern betroffener Kinder/Jugendlicher*)
Fehl-/Früh-/Totgeburt
 Fibromyalgie
 Freundeskreis
Gehörlose (*Erwachsene*)
 Glaukom
 glücklose Schwangerschaft
 grüner Star
Herzerkrankungen
 Herzsportgruppe
 Hirnschädigung
 Hirnverletzung
 Hochsensibilität
 Hörbehinderung
 Huntingtonsche Krankheit
ILCO
 Ileostomie
 Inklusions-Kindertreff
 Insuliner
Kehlkopfoperierte
 Kinderlähmung
 Kleinwüchsigkeit (*Betroffene, Angehörige*)
 Knochenerkrankung
 Körperbehinderung
 Krebserkrankung (*Erwachsene*)
 Krebserkrankung (*Kinder*)
 künstlicher Darm-/Blasenausgang
Leukämie (*Erwachsene*)
Leukämie (*Kinder*)
 Liebessucht (*SLAA - Anonyme Sex- und Liebessüchtige*)
 Lungenemphysem
 Lungenerkrankung
 Lymph-/Lipödem
Magersucht (*Eltern betroffener Kinder/Jugendlicher*)
 Makuladegeneration
 Medikamentenabhängigkeit
 Migräne (*Erwachsene*)
 Morbus Bechterew
 Morbus Huntington
 Multiple Sklerose
 Muskelkrankheiten
 Mütter
 Myasthenie
 Myelom
NA – *Narcotics Anonymous*
 Nierenerkrankung (*Erwachsene*)
Opfer sexualisierter Gewalt in der Kindheit (*Frauen*)
Plasmozytom
 Poliomyelitis
 Prostatakrebs
 Psychiatrie-Erfahrene
 psychische Erkrankung (*Betroffene*)
 psychische Erkrankung (*Angehörige*)
 psychische Gesundheit
Retinitis pigmentosa
Rheuma (*Erwachsene*)
Schlafapnoe
 Schlaganfall
 Schnarchen
 Schüttellähmung
 seelische Gesundheit
 Sehbehinderung
 Sexsucht (*SLAA*)
 sexualisierte Gewalt in der Kindheit (*Frauen*)
 Sinnesbehinderung, mehrfach
SLAA – *Anonyme Sex- und Liebessüchtige*
 Suchterkrankung (*Betroffene, Angehörige*)
Taubheit
 Trisomie 21 (*Eltern*)
Übergewicht
 Urostomie
 Usher-Syndrom
 Uveitis
Väter
 verwaiste Eltern
Weichteilrheuma
 Wildwasser
Zuckerkrankheit
 Zwangsstörung (*Betroffene*)