

# Inhalt

Vorwort von Dorothee Schiwy	9
Vorwort von Gabriela Zink	11
Einleitung – Zu diesem Leitfaden	13
<b>1. Was ist Selbsthilfe?</b>	<b>15</b>
1.1 Definition	15
1.2 Dimensionen und Themen der Selbsthilfe – von Arbeitslosigkeit bis Zöliakie	16
1.3 Selbsthilfe als Teil des Bürgerschaftlichen Engagements...	17
1.4 Organisationsformen von Selbsthilfe und Selbstorganisation	19
1.5 Angebote und Aktivitäten der Selbsthilfe	21
1.6 Selbsthilfe wirkt – Mehrwert für die Engagierten	23
1.7 Selbsthilfe wirkt – Mehrwert für die Gesellschaft	25
<b>2. Selbsthilfeunterstützung</b>	<b>27</b>
2.1 Selbsthilfe stellt komplexe Anforderungen an die Engagierten	27
2.2 Professionelle Selbsthilfeunterstützung durch Selbsthilfekontaktstellen	28
2.3 Strukturen der Selbsthilfe und der Selbsthilfeunterstützung auf Landes- und Bundesebene	30
2.4 Finanzielle Selbsthilfeförderung	34
2.4.1 Förderstränge „Gesundheitsselfhilfe“ und „Soziale Selbsthilfe“	34
2.4.2 Wofür brauchen Selbsthilfegruppen Geld?	36

<b>3. Zusammenarbeit zwischen professionellen Diensten und Selbsthilfeinitiativen</b>	<b>37</b>
3.1 Was bringt die Zusammenarbeit mit Selbsthilfeinitiativen?.	37
3.2 Zum Verhältnis von professionellem System und Selbsthilfe.	39
3.3 Was ist notwendig für eine gute Zusammenarbeit? .....	41
3.4 Wechselseitige Vorbehalte bei der Zusammenarbeit.....	44
3.5 Hinderliche und förderliche strukturelle Rahmenbedingungen im professionellen Kontext .....	47
3.6 Mögliche Formen der Zusammenarbeit .....	49
3.6.1 Informationsaustausch und Weitervermittlung.....	51
3.6.2 Schaffung von Gelegenheitsstrukturen .....	52
3.6.3 „Verordnete Selbsthilfe“ .....	53
3.6.4 Auslage von Informationsmaterialien .....	54
3.6.5 Gruppenbesuche und Durchführung gemeinsamer Veranstaltungen und Projekte .....	55
3.6.6 Bereitstellung von Räumlichkeiten .....	56
3.6.7 Unterstützung von Gruppengründungen und Gruppenbegleitung .....	58
3.6.8 Überführung angeleiteter Gruppen zu (teilweise) selbstorganisierten Gruppen .....	61
<b>4. Selbsthilfefreundlichkeit als Methode und Praxis</b> .....	<b>63</b>
4.1 „Stufen“ von Kooperationen .....	65
4.2 „Selbsthilfefreundlichkeit“ als Qualitätsstandards oder professionelle Haltung .....	66
4.2.1 „Selbsthilfefreundlichkeit“ als Qualitätsstandards im Gesundheitsbereich .....	68
4.2.2 „Selbsthilfefreundlichkeit“ als professionelle Haltung .....	70
4.3 Ein selbsthilfefreundlicher Blick auf die Klienten und Klientinnen .....	71
4.4 Ein selbsthilfefreundliches Arbeits- und Kommunikationsklima .....	72
4.5 Ressourcen erkennen und fördern .....	73
4.6 Wissen um alternative Problemzugänge und Organisationsformen .....	76
4.7 Eigen-Sinn akzeptieren und vermitteln .....	77

4.8	Zur Bedeutung von Feldkenntnissen der Fachkräfte .....	79
4.9	Geteilte Expertise – Engagierte und Fachkräfte .....	80
4.10	Reflexion der eigenen Rolle – zwischen professioneller Beratung und Selbsthilfeunterstützung .....	81
4.11	Zusammenfassung: Hilfreiche Methoden und Strukturen	83
<b>5.</b>	<b>Beispiele für erfolgreiche Kooperationen .....</b>	<b>85</b>
5.1	Kooperationen im Gesundheitsbereich am Beispiel München .....	85
5.1.1	Kooperationen mit Kliniken .....	86
5.1.2	Kooperationen mit Apotheken .....	87
5.1.3	Kooperationen mit Ärzten und Ärztinnen, Therapeuten und Therapeutinnen, Heilpraktikern und Heilpraktikerinnen .....	87
5.1.4	Kooperationen mit Ausbildungsstätten und Bildungseinrichtungen .....	88
5.2	Kooperationen im sozialen Bereich am Beispiel München ..	90
5.2.1	Kooperation mit einem Alten- und Service-Zentrum .....	90
5.2.2	Kooperationen mit Nachbarschaftstreffs .....	91
5.2.3	Kooperation mit Sozialbürgerhäusern und Jobcentern .....	92
5.2.4	Kooperationen mit Ausbildungsstätten und Bildungseinrichtungen .....	93
<b>6.</b>	<b>Das Selbsthilfezentrum München und seine Leistungen.....</b>	<b>95</b>
6.1	Leistungen für Interessierte und Engagierte .....	95
6.2	Kostenfreie Leistungen für Selbsthilfegruppen und Initiativen .....	96
6.2.1	Räume, Medien und Technik .....	96
6.2.2	Beratung und Begleitung .....	97
6.2.3	Fortbildung .....	97
6.2.4	Vernetzung .....	98
6.2.5	Fachberatung .....	98
6.3	Beratung von professionellen Einrichtungen zur Kooperation mit Selbsthilfe/Selbstorganisation.....	98
6.4	Vernetzung und Öffentlichkeitsarbeit .....	99
6.5	Fachtage, Forschung, Modellprojekte .....	100

<b>7. Finanzielle Förderung von Selbsthilfe in München und Bayern</b>	<b>103</b>
7.1 Gesundheitsselfhilfe (München und Bayern)	103
7.1.1 Krankenkassenförderung in Bayern – Das System der „Runden Tische“	104
7.1.2 Die Krankenkassenförderung am „Runden Tisch Region München“	105
7.1.3 Kriterien für die finanzielle Förderung von Selbsthilfegruppen durch die Krankenkassen	106
7.2 Soziale Selbsthilfe (zur Situation in München)	107
7.2.1 Voraussetzungen für die Förderung	107
7.2.2 Förderwürdige Inhalte	108
7.2.3 Definitionskriterien für eine Selbsthilfeinitiative	109
7.2.4 Förderwürdige Ausgaben der Initiativen	110
7.2.5 Der Selbsthilfebeirat München	111
<b>8. Nachwort</b>	<b>113</b>
<b>9. Materialien</b>	<b>115</b>
9.1 Gruppengründung und Gruppenarbeit	115
9.2 Kooperation zwischen Einrichtungen und Gruppen	117
9.3 Recht	118
9.4 Selbsthilfeunterstützung und Selbsthilfefreundlichkeit	118
<b>10. Ansprechpersonen und Adressen von Selbsthilfeunterstützern</b>	<b>121</b>
<b>11. Literaturverzeichnis</b>	<b>123</b>