

- 1 Die Gruppe kann mehr als der einzelne . . . 15
- 2 Worum geht es? . . . 22
 - 1 Wer ist angesprochen? . . . 22
 - 2 Was heißt Selbsthilfegruppe? . . . 23
 - 3 Wie können Fachleute und Selbsthilfegruppen zusammenarbeiten? . . . 25
 - 4 Warum sollten Fachleute und Selbsthilfegruppen zusammenarbeiten? . . . 26
 - Vorteile des Verbundes für beide Seiten 27 / Selbsthilfegruppen-Vorteile 28 / Nachteile, die gemeinsam zu beheben sind 31
- 3 Warum Fachleute Bedenken gegen Selbsthilfegruppen haben 36
 - 1 Verdächtige Unkenntnis . . . 38
 - 2 Versuch, den Widerstand an mir selbst zu zeigen . . . 40
 - Gesellschaftliche Norm: Abhängigkeit ist üblich 42 / Versorgungswesen: Gesund wird, wer den Weisungen folgt 43 / Institutionelle Zugehörigkeit: an hochentwickelte Therapien gebunden 45 / Berufsrolle: volle Verantwortung übernehmen 48 / Die Auffassung meiner Arbeitsgruppe: Es könnte schief gehen und uns überfluten 51 / Wissenschaft: Selbsthilfegruppen unbekannt 52 / Engeres Tätigkeitsfeld: Konditionierung durch die berufliche Praxis 53 / Lebensgeschichte und Selbstbild: Helfer-Syndrom oder »Selbstverantwortliche Gesprächsgruppen wollen mir nicht in den Kopf« 54
 - 3 Ahnungslos, gleichgültig, skeptisch, abwertend, ängstlich aus Verantwortung: Das schillernde Bild des Widerstandes . . . 56
 - 4 Zwei Lieblingsbefürchtungen . . . 59
 - Zur Auffassung, Selbsthilfegruppen trieben sich in den Suizid oder in die Psychose 59 / Zur Auffassung, die Kranken seien »zu passiv« 61
 - 5 Idealisierung der Selbsthilfegruppen . . . 63

- 6 Wechselseitige Verstärkung des Widerstandes bei Fachleuten und Teilnehmern . . . 64
- 7 Was heißt nun also Widerstand? . . . 69
- 4 Probieren geht über Studieren . . . 72
 - 1 Psychoanalytiker berichten über ihre Selbsthilfegruppe . . . 72
 - 2 Sozialarbeiter schildern Anfangszeit und Auswirkungen ihrer Selbsthilfegruppe . . . 75
- 5 Wie sieht die Zusammenarbeit mit Selbsthilfegruppen aus? . . . 83
 - 1 Wer kann mit Selbsthilfegruppen zusammenarbeiten? . . . 83
Erzieher 84 / Helfer 85 / Betroffene 86 / Von Sozialmedizinern zu Taxifahrern 86 / Politisch Verantwortliche im Gesundheits-, Bildungs- und Sozialwesen 87
 - 2 Warum haben Journalisten und Massenmedien eine überragende Bedeutung für die Zusammenarbeit? . . . 89
 - 3 Was können Fachleute zu Selbsthilfegruppen beitragen? . . . 93
Anregen 95 / Unterstützen 96 / Beraten 96 / Erforschen 97 / Entwickeln 98 / Teilnehmen 99
 - 4 Fachleute zweifeln: Zerstört die Zusammenarbeit nicht die Eigenverantwortlichkeit der Selbsthilfegruppen? . . . 99
 - 5 Mißbrauch des Selbsthilfeprinzips . . . 102
 - 6 Wo kann Zusammenarbeit stattfinden? . . . 103
Im eigenen Berufsfeld 103 / Im Gesamttreffen 104 / In einer regionalen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen 107
 - 7 Ärzte, Sozialarbeiter und Krankenschwestern fragen . . . 109
Fragen zur Gruppenbildung 110 / Fragen zur Gruppenberatung 113 / Fragen zu besonderen Bedenken 117 / Fragen zur Beziehung zwischen Fachleuten und Selbsthilfegruppen 121
- 6 Beratung mit Selbsthilfegruppen . . . 125
 - 1 Selbsthilfegruppen-Berater: Was machen sie und was nicht? . . . 125
 - 2 Gesamttreffen und Gründungsversammlungen – Kurzprotokolle . . . 127

- Gesamttreffen der Selbsthilfegruppen für Übergewichtige 128 /
Gesamttreffen der Paar-Selbsthilfegruppen 129 / Gesamttreffen
der Selbsthilfegruppen für Berufstätige 130 / Gesamttreffen der
Selbsthilfegruppen für »werdende Eltern« 131 / Gesamttreffen
der Studenten-Selbsthilfegruppen 131 / Gründungsversammlun-
gen: Selbsthilfegruppen für ältere Menschen 132 / Gründungs-
versammlung für Multiple-Sklerose-Kranke aus Gießen und
Umgebung 137 / Erstes reguläres Gesamttreffen der Selbsthilfe-
gruppen für Multiple-Sklerose-Kranke 140
- 3 Ein konkretes Beispiel: Beratung mit einer gescheiterten Selbst-
hilfegruppe . . . 142
Ausscheiden, Bleiben, Hinzukommen 143 / Aktive und Passive
147 / Dauer und Häufigkeit der Sitzungen, Gruppengröße 154 /
Sollte sich die Gruppe neu zusammensetzen? 156 / Zu wenig
Kontakt nach außen 157 / Das Setting 158 / Organmedizinische
Beschwerden 159 / Probleme mit der Sexualität 159 / Machtlos,
wenn ein Paar sich in der Gruppe ständig kracht? 161
- 4 Schwierigkeiten bei der Beratung . . . 163
Schwierigkeiten der Selbsthilfegruppen-Berater 165 / Schwierig-
keiten des Gesamttreffens 166 / Schwierigkeiten der Selbsthilfe-
gruppen 168
- 5 Schleusen für Schwellenängste . . . 175
- 7 Entwicklungschancen selbstverantwortlicher Gesprächs-
gruppen . . . 177
- 1 Integration des Selbsthilfeprinzips im professionellen
Bereich . . . 177
Psychoanalyse und Gruppentherapie 178 / Koordinierte Grup-
pensitzungen 180 / Gruppendynamik, Familientherapie, Sozial-
arbeit und Psychiatrie – Vordringen des Selbsthilfeprinzips 183 /
Deprofessionalisierung, Entpathologisierung, Selbstbehand-
lungstoleranz 185
- 2 Fachleistung gegen Selbsthilfegruppen-Arbeit . . . 186
Konkurrenz, Ergänzung oder Verbund? 186 / Was wählen die
Betroffenen? 190 / Differenziertes Angebot: Fachleistung und
Selbsthilfegruppen-Arbeit 193 / Rückwirkungen der Selbsthilfe-
gruppen auf berufliches Helfen und Erziehen 193

- 3 Allgemeine Grundlagen . . . 194
Für wen eignen sich selbstverantwortliche Gesprächsgruppen?
Indikationsprobleme 194 / Doppelziel: Selbstveränderung und
Sozialveränderung 196 / Grundformen der Selbsthilfegruppen
und ihre gemeinsamen Nenner 197 / Bezahlung der Selbsthilfe-
gruppen-Berater? 200
- 4 Psychosoziale Versorgung . . . 203
Sozialarbeit, Beratung, Resozialisierung 203 / Krisen: Plötzliche
Veränderungen – Lebenskrisen – Selbstmordversuche 205 /
Risikogruppen: Arbeitslose, Alte, Arme, Landbevölkerung,
Strafgefangene 208 / Notfälle: Mißhandelte 211 / Kollektive
Katastrophen: traumatische Erlebnisse von Opfern oder Gei-
seln 211
- 5 Psychotherapie, Psychosomatische Medizin, Psychiatrie . . . 212
Psychiatrie-Enquête: Versorgungsnotstand 212 / Selbsthilfe-
gruppen-Netz in der sozialpsychiatrischen Gemeindearbeit 214 /
Poliklinik als Selbsthilfegruppen-Ambulanz 216 / Nachfolge-
Selbsthilfegruppen nach der Behandlung beim niedergelassenen
Therapeuten 217 / Nachfolge-Selbsthilfegruppen und stationäre
Versorgung 219 / Koordinierte Selbsthilfegruppen und koordi-
nierte Sitzungen in der stationären und ambulanten Versorgung
221 / Zum Leistungsumfang des Verbundes im Bereich der
Psychotherapie und Psychiatrie 223
- 6 Organmedizin . . . 224
»Der Arzt ist nur der Helfer, der Patient selbst aber der Arzt«
(Hippokrates) 224 / Zweiteilung der Versorgung: technische
und persönliche Hilfe 229 / Nach Operationen 232 / Nach
Unfällen 234 / Bei Behinderungen 235 / Bei chronischen und
erblichen Erkrankungen 236 / Bei Genesung nach schweren
Erkrankungen 239 / Bei Erkrankungen mit bleibenden Folgen
240 / Bei tödlichen Erkrankungen 242 / Schwangerschaft und
frühe Eltern-Kind-Beziehung 243
- 7 Vorbeugung und Gesundheitserziehung . . . 245
Präventive Gesprächsgruppen 245 / Gesundheitserziehung in
Selbsthilfegruppen 249
- 8 Seelsorge und kirchliche Arbeit . . . 251
- 9 Erziehung, Ausbildung, Fortbildung . . . 253
Bildung als befreiende persönliche Handlung 253 / Schulen 255 /

Hochschulen und Fachhochschulen 258 / Sozialarbeiter-Ausbildung 261 / Weiterbildung für Helfer und Erzieher 265

- 8 Ergebnisse der Arbeit in Selbsthilfegruppen . . . 270
 - 1 Unterschiedliche Gruppen – ähnliches Verhalten . . . 270
 - 2 Vier Möglichkeiten, Ergebnisse zu erhalten . . . 271
 - 3 Forschung fördert die Entwicklungschancen selbständiger Gesprächsgruppen . . . 275

 - 9 Warum entstehen Selbsthilfegruppen heute? . . . 278
 - 1 Ursprünge von Selbsthilfegruppen . . . 278
 - 2 »Kontaktreiche Beziehungslosigkeit« . . . 283
 - 3 Selbsthilfegruppen und Sekten . . . 287

 - 10 Was mich bewegt – Ein persönlicher Bericht . . . 292
- Anhang . . . 310
- Literaturverzeichnis . . . 310
 - Selbsthilfegruppen-Organisationen in der Bundesrepublik Deutschland . . . 321
 - Selbsthilfegruppen-Organisationen in Luxemburg . . . 333
 - Selbsthilfegruppen-Organisationen in Österreich . . . 333
 - Selbsthilfegruppen-Organisationen in der Schweiz . . . 334
 - Selbsthilfegruppen-Organisationen in den USA . . . 337