

# Inhalt

## VORWORT

*Erfahrungen teilen* 7

## KAPITEL 1

### *Die Ohnmacht ist nicht total*

Persönliches und Politisches über die Selbsthilfegruppen und ihre Entstehung

Von Alf Trojan, Christiane Deneke, Jörn-Uwe Behrendt, Ralf Itzwerth 12

1. »Suche Leidensgenossen für Erfahrungsaustausch«  
Erfahrungen und Probleme bei der Gründung von Selbsthilfegruppen 12
2. Selbsthilfe: Selbstversorgung, Selbsterfahrung, Selbstveränderung, Selbstbehauptung, Selbstbestimmung, Selbstbefreiung... 26
3. »Wir wollen nicht das Gefühl haben, machtlos zu sein und alles allein meistern zu müssen« 45
4. Selbsthilfegruppen für die Gesundheit: Gegenwehr, Gegenmacht, Gegenbewegung? 70

## KAPITEL 2

### *»Angst haben wir alle, aber dabei kann man doch nicht stehenbleiben...«*

Alltagserfahrungen von chronisch Kranken

Von Ralf Itzwerth 86

1. Aus der Arbeit von fünf Selbsthilfegruppen 87
2. Der beschädigte Körper 95
3. Die Abhängigkeiten 97
4. Die ganze Familie ist betroffen 100
5. Von individueller Erfahrung zum gemeinsamen Handeln 103

### KAPITEL 3

*»Ohne Leithammel läuft es nicht...«*

Arbeitsweise und -erfahrungen in Selbsthilfegruppen

Von Heide Guderian, Eva-Maria Schorsch, Edith Halves 108

1. Arbeitsweise und Leitungsstrukturen 109
2. Die Bedeutung des Beziehungsverhaltens für den Arbeitsstil 122
3. Der Einfluß organisatorischer Merkmale 128
4. Unerwünschte Störungen 131
5. Gleichgewichtige und ungleichgewichtige Kommunikationsstrukturen 132

### KAPITEL 4

*»Natürlich hat sich die Gruppe mit der Zeit verändert...«*

Verläufe von Selbsthilfegruppen

Von Edith Halves, Hans-Wilhelm Wetendorf 137

1. Charakterisierung und Entstehung verschiedener Gruppentypen 137
2. Gruppenprozesse in offenen Selbsthilfe-Gesprächsgruppen 143
3. Gruppenprozesse beim Übergang zur Aktionsgruppe 151
4. »Professionalisierung« der Laien und die Rolle der Professionellen in Selbsthilfegruppen 154
5. Gruppenprozesse im Übergang von der Aktionsgruppe zur Organisation 158

### KAPITEL 5

*»Seitdem ich diese Gruppe habe, lebe ich richtig auf...«*

Aktivitäten, Ziele und Erfolge von Selbsthilfegruppen

Von Alf Trojan, Christiane Deneke, Heide Guderian, Eva-Maria Schorsch 163

1. Was geschieht in Selbsthilfegruppen? 164
2. Welche Ziele werden in Selbsthilfegruppen erreicht? 171
3. Welche Wirkungen haben Selbsthilfegruppen? 176
4. Welche Belastungen und Probleme treten in Selbsthilfegruppen auf? 199
5. Selbsthilfegruppen als Alternative zu professionell/sozialstaatlichen Leistungen? 207

## KAPITEL 6

»Uns liegt nicht daran, die Medizin zu verteufern...«

»Wir wollen eine neue Partnerschaft versuchen«

Selbsthilfegruppen und professionelle Helfer

Von Jörn-Uwe Behrendt, Reinhard Kegler 211

1. Selbsthilfegruppen in der berufspolitischen Diskussion 211
2. Perspektiven in der Praxis (Befragungsergebnisse) 220
3. Hindernisse und Empfehlungen für die Kooperation mit Professionellen 245

## KAPITEL 7

»Ist denn das noch Selbsthilfe?«

Erfahrungen und Empfehlungen zur Unterstützung von Selbsthilfegruppen

Von Alf Trojan, Christiane Deneke, Astrid Estorff 250

1. Möglichkeiten der Unterstützung von Selbsthilfeszusammenschlüssen 253
2. Allgemeine Selbsthilfeförderung durch lokale Kontaktstellen für Selbsthilfegruppen 259
3. Unterstützung – eine versteckte »Vereinnahmung«? 269

## KAPITEL 8

*Jenseits der Grenzen des Sozialstaats...*

Selbsthilfegruppen aus dem Blickwinkel der Sozialpolitik

Von Alf Trojan 284

1. Subsidiarität und Solidarität – Parteien zwischen Abbau und Rettung des Sozialstaats 286
2. Zwischen Krisenfeuerwehr und alternativem Gesellschaftsentwurf – Die Bedeutung der Selbsthilfegruppen für den Sozialstaat 293
3. Modewelle oder Erneuerungs-Bewegung? – Die Zukunft der Selbsthilfegruppen 305

## ANHANG

*Zur Methodik*

1. Hauptuntersuchung: Gesundheitsselbsthilfegruppen und ihre Mitglieder 315
2. Hauptuntersuchung: Fremdeinschätzung und Förderung von Gesundheitsselbsthilfegruppen 323

*Literatur*  
*Adressen*  
*Mitarbeiter*  
*Dank*

326  
341  
348  
349

