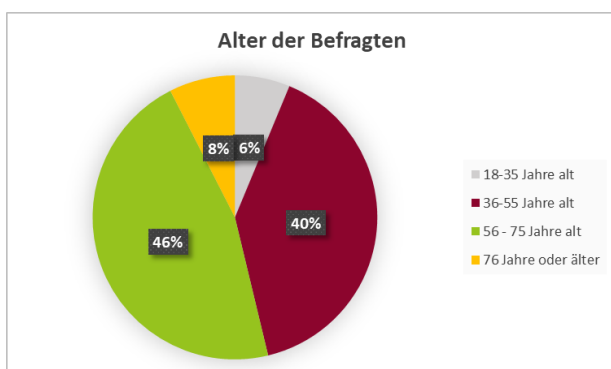


Ergebnisse der Online-Befragung zu aktuellen Entwicklungen in steirischen Selbsthilfegruppen 2020

- Wie ging es den steirischen Selbsthilfegruppen im *Corona Jahr 2020*?
- Welche Auswirkungen hatten die vielen Herausforderungen für die Selbsthilfe und wie gehen Gruppenverantwortliche mit diesen um?
- Welche Möglichkeiten tun sich auf– doch ebenso wichtig: an welche Grenzen stoßen Betroffene, Angehörige und Gruppenleiter*innen?

Die steirische Service- und Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen *Selbsthilfe Steiermark* fragt nach.

80 steirische Selbsthilfegruppenverantwortliche kommen zum Teil zu bewegenden Ergebnissen, wobei mehr als die Hälfte der befragten Gruppenleiter*innen älter als 56 Jahre ist, etwa 8 % der Befragten sind älter als 76 Jahre.



Bemerkenswert ist dies deshalb, da das vergangene Jahr auch von vielen Herausforderungen in der Nutzung neuer Kommunikationsmittel geprägt war.



Einschränkungen der Kernleistungen von Selbsthilfegruppen

Persönliche Gruppentreffen und Veranstaltungen waren von massiven Einschränkungen betroffen – der Kern der Selbsthilfe – nämlich

einander **A**uffangen, **E**rmutigen, **I**nformieren, **O**rientierung geben, sich **U**nterhalten und gesellig Beisammensein zu können, waren wesentlich beeinträchtigt. Ganz besonders die emotionale und soziale Unterstützung von Betroffenen und Angehörigen war in vielen Fällen gar nicht oder nur eingeschränkt möglich. Dies wird besonders deutlich, wenn man diese Situation näher betrachtet. So geben mehrere Gruppen an, die Kernleistung „Information weitergeben“ gut durch telefonische Kontakte und zum Teil durch Videokonferenzen abdecken zu können. Andere für die Selbsthilfe tragende Elemente, wie die gegenseitige Ermutigung, das Zusammenkommen in der Gruppe und Trost spenden, können in vielen Fällen nur im persönlichen Gespräch und in der Begegnung gelebt werden, wodurch die Selbsthilfe durch die Einschränkungen in diesem Jahr besonders hart getroffen war.

Wie geht's den steirischen Selbsthilfegruppen?

Zwei Drittel der Befragten Gruppenleiter*innen gaben an, dass es den Betroffenen und Angehörigen Ihrer Gruppe in Hinblick auf die Inanspruchnahme der Selbsthilfeangebote nicht gut gegangen ist. Es fehlten persönlicher Kontakt, viele Gruppentreffen wurden abgesagt, das Angebot virtueller Treffen wurde nur zum Teil angenommen und die fehlende Planungssicherheit und die Angst sich mit dem Coronavirus anzustecken war bei vielen Gruppenmitgliedern sehr groß. Zudem gehören viele Angehörige von Selbsthilfegruppen selbst zur Corona-Risikogruppe und eine unbelastete persönliche Begegnung war für viele Betroffene beinahe das ganze Jahr nicht möglich.

Fragt man nach dem aktuellen Befinden während des zweiten Lockdowns so zeigt sich ein besorgniserregendes Bild, denn etwa

Selbsthilfe Steiermark

Lauzilgasse 25/3
8020 Graz
050 7900 5910

office@selbsthilfe-steiermark.at
www.selbsthilfe-stmk.at

durchgeführt von

jugend am werk –

– vielfalt wirkt

gefördert von



¾ der Befragten geben an, dass es den Gruppenmitgliedern nicht gut geht und sie aufgrund der Einschränkungen, Ängste und fehlendem persönlichen Austausch sehr belastet sind. Etwa ¼ der Befragten gibt im Gegensatz dazu an, dass es ihren Gruppenmitglieder gut oder sogar sehr gut geht, der Austausch funktioniert weiterhin gut, wenn auch nicht in der persönlichen Begegnung.



Mutige Schritte – Neues entdecken

Beinahe 60% der befragten Gruppenverantwortlichen entwickelte neue Wege, den Herausforderungen zu begegnen und den Kontakt mit Gruppenmitgliedern zu halten oder gar nachhaltig neu zu gestalten.

Unter den neuen Strategien finden sich – je nach Ausgangssituation der einzelnen Gruppen – Videokonferenzen, vermehrter Email-

Kontakt, telefonische Gespräche, SMS, Spaziergänge, Herbstwanderungen, Einzeltreffen, Online-Betreuungen, Webinare, Versenden von Briefen, Videoturnen, Skypemeetings, WhatsApp-Gruppen, Facebook, Fokus auf Verstärkung der Zusammenarbeit mit Ärzt*innen, Einrichtung eines eigenen Youtubekanals, Anschaffung eines Vereinshandys, Postaussendungen, Planung einer digitalen Plattform, Umgestaltung von Websites und Einrichtung eines internen Bereichs für Gruppenmitglieder.

Es ergaben sich für Selbsthilfegruppen im Jahr 2020 auch neue Möglichkeiten, so wurde von einer Teilnahme an einer Online-Veranstaltung im europäischen Ausland, der Erweiterung und Neuausrichtung der Öffentlichkeitsarbeit und der Schaffung von Grundlagen für die Zukunft in Hinblick auf die Implementierung digitaler Medien berichtet. Dennoch stießen Selbsthilfegruppen auch häufig an Grenzen. Technische Hürden, eine

Selbsthilfe Steiermark

Lauzilgasse 25/3
8020 Graz
050 7900 5910

office@selbsthilfe-steiermark.at
www.selbsthilfe-stmk.at

durchgeführt von

jugend am werk –

– vielfalt wirkt

gefördert von



fehlende Ausstattung, eine mögliche Überforderung in der selbstständigen Aneignung neuer digitaler Medien können an dieser Stelle beispielsweise aufgezeigt werden. Zum Teil werden online-Angebote auch als unpassend und nicht hilfreich für einzelne Themenbereiche oder Problemstellungen erlebt, in wiederum anderen Situationen kann es zu einer Überforderung mit den vielen neuen Entwicklungen und Anforderungen kommen.

Es lässt sich also festhalten, dass dort, wo Kompensationsleistungen und neue Wege möglich waren und von den Gruppenteilnehmer*innen auch angenommen wurden, tatsächlich viele neue Chancen von den steirischen Selbsthilfegruppen ergriffen wurden. Die Hürden der Nutzung neuer digitaler Werkzeuge sind jedoch je nach Hintergrund, Know-how und privater Ausstattung der Gruppenleiter*innen wie auch der Gruppenteilnehmer*innen sehr

unterschiedlich und können nicht vorausgesetzt werden.

Ausblick und Kraftreserven

Erfreulich ist, dass die überwiegende Mehrheit der Selbsthilfegruppenleiter*innen die eigenen Kraftreserven als eher positiv einschätzt, wenngleich hier nicht vergessen werden darf, dass viele Gruppenleiter*innen auch Bedenken zu ihren Kraftreserven äußern, was sich an ausgewählten Zitaten eindrücklich aufzeigen lässt:

- „Die eigene Erkrankung zehrt an Kraftreserven und der Lernfähigkeit. Das soziale Engagement und Willenskraft helfen etwas darüber hinweg.“
- „Durch mein hohes Lebensalter ist auch die notwendige Energie in mir etwas gemindert, Reserven sind hier eher nicht vorhanden.“
- „Neben Homeoffice und lückenhafter Kinderbetreuung sind die zeitlichen Ressourcen derzeit begrenzt.“

Selbsthilfe Steiermark

Lauzilgasse 25/3
8020 Graz
050 7900 5910

office@selbsthilfe-steiermark.at
www.selbsthilfe-stmk.at

durchgeführt von

jugend am werk _

_ vielfalt wirkt

gefördert von



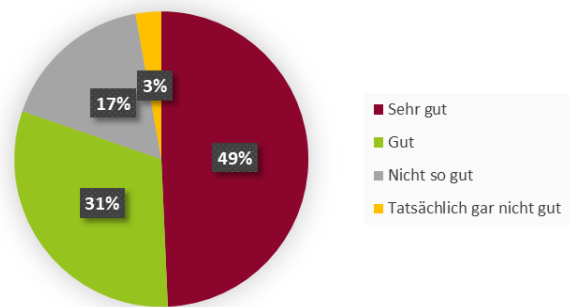
- „Ich selbst bin unheilbar krank und es fällt mir jede Bewegung schwerer und schwerer“

Kraft wiederum beziehen Gruppenleiter*innen, „weil von den Betroffenen immer ein sehr gutes Feedback kommt“. So geben Gruppenleiter*innen an „hoffnungsvoll“ und „motiviert“ zu sein, eine Gruppe wird als „sehr homogen“ beschrieben, „alle freuen sich aufs nächste Jahr“.

Sorge gibt es zum Teil bei einigen Selbsthilfegruppen, was das Weiterbestehen ihrer Gruppen betrifft. „Wegen Überalterung“, „Ängsten“, „fehlender Zeit“, mangelnder digitaler Erreichbarkeit älterer Patient*innen und Planungsunsicherheiten schätzt etwa jede*r fünfte Gruppenleiter*in die Zukunft ihrer Gruppe als ungewiss ein.

Der Tenor rund um das weitere Bestehen der Selbsthilfe-gruppen ist dennoch sehr positiv.

Einschätzung zum Weiterbestehen der SHG im Jahr 2021



Mehr als die Hälfte der befragten Gruppenleiter*innen schätzt das Weiterbestehen ihrer Gruppe als sehr gut, weitere 30 % als gut ein, wobei als mögliche Gründe dafür Zusammenhalt, funktionierende Kommunikation, gewachsene Strukturen, starke Stammgruppen, Verbundenheit innerhalb der Gruppe und gute Vernetzung genannt werden. „Wir haben viel geleistet, das wird anerkannt“ und „es gibt noch viel mehr zu tun“.

Selbsthilfe Steiermark

Lauzilgasse 25/3
8020 Graz
050 7900 5910

office@selbsthilfe-steiermark.at
www.selbsthilfe-stmk.at

durchgeführt von

jugend am werk –

– vielfalt wirkt

gefördert von

