



84034 Landshut, Gabelsbergerstr. 46
94469 Deggendorf, Am Stadtpark 12

Leitlinien für das Miteinander in der Selbsthilfe

Gemeinschaftliche Selbsthilfe* meint, dass Personen in der gleichen oder einer ähnlichen Lebenslage sich regelmäßig, ehrenamtlich, selbstorganisiert und ohne (dauerhafte) professionelle Leitung in einer Gruppe treffen. Die Gruppentreffen und Angebote der Selbsthilfe sind unentgeltlich.

Merkmale von Selbsthilfegruppen sind Eigenmotivation, Freiwilligkeit, Selbstbestimmung, Hilfe auf Gegenseitigkeit, Gleichberechtigung und Augenhöhe.

Die Ziele der Selbsthilfegruppe richten sich in erster Linie an die beteiligten Mitglieder und deren Verbesserung ihrer persönlichen Lebensumstände. Zahlreiche Selbsthilfegruppen beabsichtigen darüber hinaus mit ihrer Arbeit ein Hineinwirken in das soziale sowie sozial- und gesundheitspolitische Umfeld. Angebote und Aktivitäten der einzelnen Selbsthilfegruppen entstehen aus dem persönlichen Engagement der Mitglieder.

Selbsthilfegruppen erbringen keine verpflichtende soziale Dienstleistung für Bürger*innen.

Sie ergänzen und bereichern fachliche Angebote, können aber keine medizinische Behandlung, sozialrechtliche Beratung oder therapeutische Unterstützung ersetzen.

Als informelle Gruppen sind Initiativen und Selbsthilfegruppen rechtlich betrachtet Gesellschaften des bürgerlichen Rechts. Die Rechtsform eingetragener Verein wird von Gruppen gewählt, die mit ihren Aktivitäten über die Gruppe hinaus öffentlich werden.

In der Selbsthilfegruppe

- stehen der Austausch und das Gespräch auf Augenhöhe im Zentrum. Viele Gruppen verfolgen aber auch handlungsorientierte Aktionsformen. Sie veranstalten Gruppenaktivitäten und –unternehmungen, organisieren Vorträge, machen gemeinsam Sport oder verfolgen andere gemeinsame Projekte. Einige Gruppen/Selbsthilfeorganisationen bieten weitere Angebote für ihre Mitglieder oder Interessierte an z.B. Betroffenenberatung, Krankenbesuche, Aktiv- und Mitmachangebote, die Organisation von öffentlichen Vorträgen oder Veranstaltungen bis hin zur Betreuung von Internetforen.
- können die Potentiale der einzelnen Mitglieder gestärkt werden. Durch die Gemeinschaft und das Miteinander entsteht zudem ein Ort, an dem zusammen neue Lösungen gefunden werden können. Selbsthilfe und gegenseitige Hilfe ergänzen und bedingen sich.
- ist Raum für die seelischen und sozialen Faktoren einer Krankheitsverarbeitung oder Bewältigung des Anliegens. Die Gruppe kann hilfreich sein beim Finden einer neuen Balance und tragfähiger Strategien. Im besten Sinne wird die Selbsthilfegruppe zu einem Übungsfeld für das eigene Handeln im Alltag.

Die positive Wirkung der Gruppe ist abhängig davon, was die Teilnehmer*innen an Offenheit, Wertschätzung, Engagement und individuellen Fähigkeiten einbringen.



84034 Landshut, Gabelsbergerstr. 46
94469 Deggendorf, Am Stadtpark 12

Im persönlichen Umgang untereinander bemühen sich alle Beteiligten um eine wertschätzende und respektvolle Kommunikation. Jede/r darf seinen/ihren individuellen Weg gehen! Insbesondere ist es wichtig, dass gemeinsam folgende Grundhaltungen angestrebt werden. Die Gruppenmitglieder versuchen in bester Absicht

- die individuelle Meinungsfreiheit Anderer zu respektieren und kein Bekenntnis oder eine Zustimmung zu bestimmten religiösen oder politischen Werthaltungen zu fordern. Sie üben keinen Druck aus, eine bestimmte Überzeugung zu teilen.
- die körperlichen Grenzen der anderen zu wahren und seelische Kränkungen zu unterlassen.
- Anonymität/Vertraulichkeit nach außen einzuhalten. Der Schutz der individuell gewünschten Privatsphäre wird sehr ernst genommen.
- als „Expert*innen in eigener Sache“ ihre Erfahrungen zu teilen, Wissen und Informationen auszutauschen und sich gegenseitig zu stärken.

Bei der Organisation der Gruppe

- wird auf Datenschutz, Datensensibilität und Datensparsamkeit geachtet. Es besteht Transparenz über die Datenspeicherung und Klarheit über eine gewünschte Löschung von persönlichen Daten
- ist es wünschenswert, dass sich jede*r mit seinen Fähigkeiten und Ressourcen einbringen und beteiligen kann.
- gibt es Transparenz gegenüber den Mitgliedern, wenn Einzelne für die Gruppe handeln (Bsp. Beantragung von Geldern, Gestaltung der Öffentlichkeitsarbeit ...)

Um eine für alle Beteiligten stimmige Gruppenkultur zu erhalten ist es empfehlenswert, in regelmäßigen Abständen eine gemeinsame Standortbestimmung bzgl. der Ziele, Arbeitsweisen, und Struktur (Regeln, Rituale, Ablauf ...) durchzuführen.

Beteiligte Fachpersonen in der Selbsthilfegruppe handeln nicht dauerhaft als Professionelle. Sie sind Beteiligte als unmittelbar oder mittelbar Betroffene. Sie verpflichten sich, keine kostenpflichtigen Dienstleistungen im Rahmen der Gruppenarbeit anzubieten (Abstandsgebot).

Die Gruppe handelt auf dem Boden und den Grundlagen der freiheitlich-demokratischen Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland und verpflichtet sich den Grundsätzen einer weltanschaulichen Offenheit (keine konfessionelle oder parteipolitische Ausrichtung).

Ich/wir bestätigen, dass wir die Leitlinien für das Miteinander in der Selbsthilfe gelesen und verstanden haben, diese in bester Absicht wahren und in der Gruppe verfolgen. Diese Absichtserklärung ist Grundlage für die Aufnahme in die Beratungsdatenbank von SeKon Niederbayern sowie bei der Darstellung der Selbsthilfegruppe in den Medien von SeKon.

_____, den
(Ort)

(in Vertretung für die Gruppe)

* Die Definition der „gemeinschaftlichen Selbsthilfe“, wie sie Selbsthilfeunterstützungsstellen in Deutschland verstehen, kann auf der Seite der NAKOS, der bundesweiten Selbsthilfenetzwerkstelle der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG-SHG) nachgelesen werden.