Selbsthilfegruppen

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera**

Band (Jahr): **- (2020)**

Heft 139: **Bewegung und Neuropsychologie = Activité physique et neuropsychologie = Movimento e neuropsicologia**

PDF erstellt am: **30.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Selbstentwicklung in der Gruppe

In Selbsthilfegruppen werden Erfahrungen aus eigener Betroffenheit weitergegeben – mit positiver Wirkung. Über Sinn und Zweck von Selbsthilfegruppen.

In Selbsthilfegruppen können die Mitglieder einander Wissen vermitteln – auch auf spielerische Art wie bei diesem Workshop im letzten Jahr. *Foto: Ruth Dignös*

Die Hilfe zur Selbsthilfe bedeutet gegenseitige Hilfe. Mitglieder von Selbsthilfegruppen teilen Erfahrungen und erwerben voneinander Wissen. Gleichbetroffene unterstützen sich gegenseitig bei der Bewältigung des Alltags mit der Krankheit. Sie befassen sich mit entsprechenden Fragestellungen, Folgen und Problemen.

Das Zusammentreffen der Teilnehmenden dient dem Erfahrungsaustausch. Jede Selbsthilfegruppe funktioniert nach ihren festgelegten Prinzipien, ganz nach dem Motto: «Jenseits von richtig und falsch liegt ein Ort, und dort treffen wir uns» (Zitat des persischen Mystikers Dschalaluddin Rumi). Das macht jede Gruppe so facettenreich und einzigartig. Dank der Selbsthilfegruppe finden Betroffene einen anderen Umgang mit ihrer Krankheit. Durch die Regelmässigkeit der Treffen entstehen ein stützender Zusammenhalt und ein starkes Wir-Gefühl.

In der Gruppe erhalten die Mitglieder Informationen zu Diagnose, Therapie und Betreuungsmöglichkeiten sowie zu anderen sozialen oder pflegerischen Hilfeleistungen, was ihnen mehr Sicherheit im Alltag mit der Krankheit, aber auch im Gespräch mit Ärzten oder Therapeuten, verleiht.

In Selbsthilfegruppen kommt viel Erfahrungswissen zusammen. Man spricht von Expertentum der Betroffenen, von erlebter und erfahrener Kompetenz – dies im Unterschied zur erlernten Kompetenz der Experten. Das Aneignen von neuen Kompetenzen im Umgang mit der Krankheit gibt den Mitgliedern von Selbsthilfegruppen mehr Sicherheit im Alltag und neue Zuversicht.

Sie tun (wieder) Dinge, die sie sich nicht (mehr) zugetraut hatten. Viele finden dank der Selbsthilfegruppe aus ihrer Isolation heraus und fassen neue Lebensfreude. Das Geschehen in einer Selbsthilfegruppe ist ein Prozess zunehmender Selbstentwicklung.

In der Selbsthilfegruppe ist jedes Gruppenmitglied gleichgestellt. Persönlichkeitsschutz und Verschwiegenheit nach aussen stehen für jede Selbsthilfegruppe an oberster Stelle.

Ruth Dignös, Leiterin Bereich Selbsthilfegruppen

SHG-Bericht erwünscht

Erzählen Sie von Ihrer SHG!
Schicken Sie uns Ihren Bericht (maximal 800 Zeichen) und ein Bild (mindestens 1 MB) an:
presse@parkinson.ch

Selbsthilfegruppe PSP Schlieren

Die Selbsthilfegruppe PSP (Progressive supranukleäre Blickparese) der Deutschschweiz hat sich erstmals vor zwei Jahren getroffen – in Olten. Bis Ende 2018 hatten die Verantwortlichen bereits eine Gruppenvereinbarung, eine Themensammlung und das Jahresprogramm erstellt. Zudem wurde das Logo «Mitenand» eingeführt. Seit November 2019 finden die Treffen im Limmatspital in Schlieren statt.

Zurzeit besteht die Gruppe aus 19 Teilnehmenden, davon acht PSP-Betroffene. Weitere 13 Interessierte erhalten regelmässig Informationen über die Aktivitäten. Bisher konnten sechs Referenten zu verschiedenen Themen an den Treffen begrüsst werden. Die von Parkinson Schweiz unterstützte Selbsthilfegruppe PSP Schlieren pflegt auch Kontakt zur Deutschen PSP-Gesellschaft sowie zur Gruppe PSP Bodensee.

Interessierte und neue Mitglieder sind in der Gruppe PSP Schlieren willkommen. Zudem können bei der Gruppe Wissensflyer zu verschiedenen Themen im Zusammenhang mit PSP angefordert werden.

Fredric Henggeler

Informationen:
selbsthilfegruppe-psp@bluewin.ch
041 850 60 60