

# "Selbsthilfegruppen sind Wissensbörsen"

Autor(en): **Dignös, Ruth / Robmann, Eva**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): - **(2019)**

Heft 133: **Umfeld : Wert der Selbsthilfegruppen = Entourage : la valeur des groupes d'entraide = Entourage : il valore dei gruppi di auto-aiuto**

PDF erstellt am: **13.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-1034874>

## **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.

# «Selbsthilfegruppen sind Wissensbörsen»



Ruth Dignös. Foto: Jris Häberli

Ruth Dignös ist Sozialpädagogin und Sozialarbeiterin. Seit 2003 ist sie verantwortlich für die Selbsthilfegruppen von Parkinson Schweiz in der Deutschschweiz.

Mit der SHG-Verantwortlichen von Parkinson Schweiz Ruth Dignös sprach Eva Robmann

**Ruth Dignös, seit 15 Jahren sind Sie verantwortlich für die Selbsthilfegruppen von Parkinson Schweiz. Was sind Selbsthilfegruppen und wieso braucht es sie?**

Menschen in einer vergleichbaren Lebenssituation – etwa aufgrund der gleichen Erkrankung – können sich zu Selbsthilfegruppen (SHG) zusammenschliessen. Sie helfen, unterstützen und stärken sich gegenseitig. Betroffene und Angehörige erleben in der Selbsthilfe nicht nur Solidarität, sondern übernehmen durch die aktive Teilnahme Selbstverantwortung. Zudem sensibilisieren Selbsthilfegruppen die Öffentlichkeit, indem sie über ihre Krankheit sprechen und Aufklärung zu verschiedenen Themen rund um Parkinson leisten.

**Als Sie bei Parkinson Schweiz die Selbsthilfearbeit übernahmen, gab es bereits 58 Selbsthilfegruppen. Inzwischen sind es 77, ein Plus von 19 Gruppen.**

Bei diesen Zahlen gilt es zu bedenken, dass Gruppen lebendige Organismen sind. Nach der Gründung folgt eine Zeit der Beständigkeit, irgendwann die Zeit der Auflösung. Gruppenmitglieder werden zusammen älter und legen einen langen Weg gemeinsam zurück. So wurden in diesen 15 Jahren weit mehr als 19 Selbsthilfegruppen gegründet. Es ist schön, dass Parkinson Schweiz mit Selbsthilfegruppen sowohl in der Romandie als auch im Tessin und in der Deutschschweiz vertreten ist.

**Was macht die Selbsthilfegruppen einzigartig?**

Die Gruppenmitglieder werden zu Experten und Expertinnen in eigener Sache. Das Erfahrungswissen der Gruppe kann nicht durch Expertenwissen ersetzt werden. Was die Krankheit betrifft, sind Selbsthilfegruppen Wissensbörsen. Ihr Ziel besteht hauptsächlich darin, Veränderungen der persönlichen Lebensum-

stände von jedem Mitglied zu unterstützen. Selbsthilfegruppen bewirken, dass Betroffene aus ihrer persönlichen und seelischen Isolation herausfinden. Im gemeinsamen Gespräch tauschen sich die Gruppenmitglieder über ihre mit der Krankheit gemachten Erfahrungen aus. Es findet Hilfe zur Selbsthilfe statt. Die Selbstentwicklung jedes Einzelnen wird durch den Austausch in einer SHG gestärkt und gefördert. In diesem Bewusstsein unterstützt Parkinson Schweiz die Gruppen finanziell und ideell.

**Neben Gruppen für Betroffene, solchen für Angehörige und gemischten Gruppen sowie THS- und PSP-Gruppen gibt es auch Gruppen für Jungbetroffene. Wozu?**

Selbsthilfegruppen werden im Idealfall durch Betroffene oder Angehörige geleitet. Gelegentlich ziehen diese für gewisse Fragen Experten bei. Jungbetroffene stehen oft noch im Arbeitsprozess und haben Kinder im (Vor-)Schulalter. Daher beschäftigen sie zusätzliche Themen wie Kindererziehung und Beruf. Die Nachfrage für Gruppen Jungbetroffener besteht nach wie vor. Es müssen jedoch immer wieder neue gegründet werden, da deren Mitglieder ins Pensionsalter kommen und sich die Fragestellungen ändern. Ein grosses Hindernis für Neugründungen ist aber die Stigmatisierung der Krankheit in der Gesellschaft. Jungbetroffene schrecken oft lange davor zurück, sich öffentlich zu ihrer Krankheit zu bekennen.

**Gibt es einen Wunsch in Ihrer Arbeit?**

Von den Selbsthilfegruppen wünsche ich mir, dass sie mutiger werden und sich mehr zutrauen. Dank ihrer Sensibilisierungs- und Aufklärungsarbeit leisten sie einen bemerkenswerten Beitrag in unserer Gesellschaft. Von der Gesellschaft wünsche ich mir, dass wir den Selbsthilfegruppen auf Augenhöhe begegnen und ihr Selbstbestimmungsrecht respektieren, und dass wir sie als wichtige Unterstützung im Gesundheitswesen sehen.