

## Fact Sheet Selbsthilfekontaktstellen in Deutschland

### Datenbasis: Befragung 2023

#### Anfragen

Die Selbsthilfekontaktstellen beantworteten 2021 bundesweit insgesamt 318.270 Anfragen, jede Stelle im Durchschnitt 1.576 Anfragen. 123.858 Anfragen waren telefonisch, 154.614 Anfragen erfolgten per E-Mail und 39.798 waren persönlich.

94 Prozent der Selbsthilfekontaktstellen boten Sprechstunden an: sowohl persönlich (91 %), telefonisch (89 %) als auch per Video (36 %) (Mehrfachnennungen waren möglich).

#### Medien

Mehr als ein Drittel (37 %) der Selbsthilfekontaktstellen ist in sozialen Netzwerken aktiv, fast alle davon bei Facebook und die Hälfte bei Instagram.

36 Prozent der Selbsthilfekontaktstellen bieten Videosprechstunden an.

#### Selbsthilfegruppen

In Summe unterstützten 260 Selbsthilfekontaktstellen bundesweit 36.077 Selbsthilfegruppen in ihrem Einzugsgebiet, das sind durchschnittlich 139 Selbsthilfegruppen pro Stelle. Rechnet man diese Angabe auf die tatsächliche Anzahl der Unterstützungseinrichtungen hoch, ergibt sich eine Zahl von etwas 50.000 angeschlossenen Gruppen. Dies entspricht bundesweit durchschnittlich 140 unterstützten Selbsthilfegruppen pro Einrichtung.

51 Prozent der Selbsthilfekontaktstellen gaben an, dass es auch Selbsthilfegruppen von jungen Menschen in ihrem Einzugsgebiet gibt. Die meisten jungen Gruppen arbeiten zu psychosozialen Themen (85 %).

Alle Selbsthilfekontaktstellen gaben an, dass es in ihrem Einzugsgebiet (Gesprächs-) Selbsthilfegruppen (Betroffenen- und Angehörigengruppen) gibt. 81 Prozent nannten Anonymous-Gruppen, 69 Prozent Selbsthilfeinitiativen und 63 Prozent angeleitete Selbsthilfegruppen.

Bundesweit wurden insgesamt 1.013 Selbsthilfegruppen mit Hilfe von Selbsthilfekontaktstellen neu gegründet.

#### Barrierefreiheit

Über einen barrierefreien Zugang verfügen 89 Prozent der Selbsthilfekontaktstellen.

#### Beschäftigte

254 Selbsthilfekontaktstellen machten Angaben zu ihrer Personalsituation und benannten bundesweit insgesamt 795 Beschäftigte, 50 Prozent davon in der Fachberatung, 29 Prozent in der Sachbearbeitung und 17 Prozent mit beiden Aufgaben.

60 Selbsthilfekontaktstellen gaben insgesamt 455 weitere Mitwirkende an, 87 Prozent davon sind Ehrenamtliche, der Rest Honorarkräfte, Praktikant\*innen, Mitarbeitende im Bundesfreiwilligendienst.

#### Mitgliedschaften

40 Prozent der Selbsthilfekontaktstellen sind Mitglied im Fachverband Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

89 Prozent engagieren sich in Landesarbeitsgemeinschaften bzw. Landesarbeitskreisen der Selbsthilfekontaktstellen.

#### Selbsthilfe-Unterstützungseinrichtungen in Deutschland

Die NAKOS führt 300 Selbsthilfekontaktstellen in ihrer Selbsthilfedatenbank ROTE ADRESSEN. Zusätzlich gibt es 31 Einrichtungen, die Selbsthilfegruppen neben anderen Aufgaben unterstützen (Stand: 30.11.2023).