

Marnie Bartel-Borrmann

Studierende der Medizin für die Selbsthilfe gewinnen

Kooperation der Selbsthilfekontaktstelle Duisburg und der Selbsthilfeberatungsstelle WIESE e.V. mit der Universität Duisburg-Essen

In diesem Artikel möchten wir den Blick auf ein gelungenes Beispiel für eine Kooperation von zwei Selbsthilfekontaktstellen mit der Universität Duisburg-Essen werfen. Dazu führten die Projektleiterin Katharina Pretscher und die Projektmitarbeiterin Marnie Bartel-Borrmann im Rahmen des Projekts „Junge Selbsthilfe finden, sichtbar machen und Zugänge eröffnen“ im August 2022 ein Interview mit den Selbsthilfeunterstützerinnen Gabriele Becker und Claudia Demeter von der Essener Selbsthilfeberatungsstelle WIESE e.V. sowie Kendra Zwickler von der Selbsthilfekontaktstelle Duisburg. Beide Selbsthilfekontaktstellen sind sehr erfahren in der Kooperation mit Bildungseinrichtungen, wie mit Pflege- und Logopädieschulen, sowie mit Universitäten und Fachhochschulen. So sind Gabriele Becker, die seit 30 Jahren Selbsthilfeunterstützerin ist, und ihre Kollegin Claudia Demeter mittlerweile in allen Pflegeschulen der Stadt Essen aktiv, um zukünftige Pflegekräfte für das Thema Selbsthilfe zu sensibilisieren.

Ziel und Zielgruppe der Kooperation

Beide Selbsthilfekontaktstellen kooperieren trotz unterschiedlicher Trägerschaften mit dem Fachbereich

Medizin der Universität Duisburg-Essen. Zielgruppe sind Medizinstudierende des dritten Semesters. Ziele sind die Aufklärung der angehenden Mediziner*innen über Selbsthilfe: Wie funktioniert sie? Wo findet man Informationen und Unterstützung? Wie kann der Abbau von Vorurteilen gelingen? Auf diese Art und Weise sollen die Studierenden als zukünftige Multiplikator*innen wirken können.

Entstehung der Kooperation

2018/2019 gab es einen landesweiten Arbeitskreis in Nordrhein-Westfalen zum Thema „Selbsthilfe in die Lehre bringen“. Alle drei Interviewpartnerinnen nahmen daran teil und wollten jeweils in ihrer Stadt aktiv auf den Fachbereich Medizin der Universität Duisburg-Essen zugehen, um eine Kooperation anzufragen. So entstand die Idee, sich mit diesem Vorhaben zusammenzutun. Im gleichen Jahr begannen die Kooperationsgespräche zu Fragen wie: Was wollen wir mit dieser Kooperation erreichen? Was ist uns wichtig? Wie kann die Kooperation mit zwei unterschiedlichen Trägern der beiden Selbsthilfekontaktstellen gelingen?

Im Verlauf bekamen die drei Selbsthilfeunterstützerinnen die Chance,

ihr Projekt in den Räumlichkeiten des Dekanats vorzustellen. „Uns war wichtig aufzuzeigen, welchen Nutzen angehende Ärzte*innen davon haben, über Selbsthilfe informiert zu sein“, so Gabriele Becker. Dazu stellten sie das Konzept für ein vierstündiges Seminar für die Studierenden vor. Alle Verantwortlichen standen der Selbsthilfe sehr aufgeschlossen gegenüber und befürworteten die Kooperation sofort, zumal im Curriculum künftig mehr Fokus auf die Arzt-Patienten-Kommunikation gelegt werden sollte. So entstand für alle Kooperationspartner*innen eine Win-Win-Situation, die als ein zentraler Erfolgsfaktor für die Kooperation angesehen werden könne. Lediglich für die Dauer des Seminars wünschten sich die Verantwortlichen nur zwei statt vier Zeitstunden. Die Kooperation startete im Pandemiejahr 2021.

Nachhaltigkeit: Verankerung des Seminars im Curriculum

Praktisch umgesetzt wurde die Konzeptidee so: Es wurde ein anderthalb bis zweistündiges Seminar entwickelt, welches im Rahmen einer Blockwoche an vier aufeinanderfolgenden Tagen von jeweils einer der Selbsthilfeunterstützerinnen angeboten wird. Die Blockwoche gibt es zweimal jährlich, sodass sich insgesamt acht Seminare im Jahr ergeben. So wurden im letzten Jahr 240 Studierende erreicht. Inhaltlich platziert wurde das Seminar im Themenbereich „Medizinische Psychologie und Soziologie“ und ist als Pflichttermin im Curriculum verankert.

Der Kooperationsvertrag wurde mündlich vereinbart.

Interaktiv: Aufbau des Seminars

Das Seminar hat den Titel „Selbsthilfe für Studierende erlebbar machen“. Gabriele Becker, Claudia Demeter und Kendra Zwickler haben die inhaltlichen Schwerpunkte des Seminars zusammen festgelegt. Die Grundlage bildet eine umfangreiche Präsentation. „Wir fangen [...] mit dem Thema ‚Bilder im Kopf‘ an: Was haben die Studierenden im Kopf, wenn sie an Selbsthilfegruppen denken? Diese Bilder werden stark von den Medien beeinflusst, sodass wir [...] mit Filmplakaten und Comics anfangen, wo die Selbsthilfe durch den Kakao gezogen wird“, sagte Gabriele Becker.

Es ginge darum, darzustellen, was Selbsthilfe ist, wie sie funktioniert, wie die Strukturen und wo ihre Grenzen sind. Und: Was haben Ärzte*innen davon – also wie können sie von der Zusammenarbeit mit Selbsthilfe profitieren? Wie kann Selbsthilfe ihre Arbeit unterstützen, erleichtern oder komplettieren? Anschließend werden die Rollen der NAKOS und KOSKON NRW (Koordination für die Selbsthilfe-Unterstützung in Nordrhein-Westfalen) sowie Zahlen zur Selbsthilfe bundesweit und in der jeweiligen Stadt thematisiert. Dabei wurden laut Claudia Demeter gute Erfahrungen gemacht, das eigene Smartphone als das Medium der Zielgruppe zur Recherche zu nutzen. Anschließend wurden die Effekte von Selbsthilfegruppen vorgestellt, wobei kurz zentrale

Ergebnisse der SHILD-Studie¹ zusammengefasst wurden.

Interaktiv geht es weiter mit einem Rollenspiel und der Leitfrage: Wie spreche ich Patienten*innen auf das Thema Selbsthilfe-Gruppenteilnahme an? Gabriele Becker resümierte, dass das Rollenspiel gut bei den Studierenden ankomme und eine humorvolle und gute Atmosphäre herrsche. Kendra Zwickler ergänzte, dass es sich so einfach anhöre, Selbsthilfe zu erklären, was es aber nicht sei, wie sich oft im Rollenspiel zeige. Das Rollenspiel findet entweder paarweise mit Rollenwechsel statt oder im Großplenum mit den Selbsthilfeunterstützenden. Das Erlebte werde in der Gruppe reflektiert.

Ebenso wurden gute Erfahrungen mit einem Quiz gemacht, zum Beispiel zu den Fragen: Zu welchen Themen gibt es die meisten Selbsthilfegruppen? Wie viele Menschen in Deutschland haben den Weg in eine Selbsthilfegruppe schon gefunden?

Kleingruppenarbeiten fördern den gemeinsamen Austausch zu Fragen wie:

- Was hat ein*e Ärzt*in von der Selbsthilfe?
- Was hat ein*e Patient*in von dem Besuch einer Selbsthilfegruppe?
- Wann kommt für Sie als Ärzt*in die Selbsthilfe ins Spiel beziehungsweise wann können Sie Selbsthilfe empfehlen?
- Was wünschen Sie sich von der Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe (-kontaktstelle)?

Einbezug von Selbsthilfeaktiven im Seminar

Alle drei Selbsthilfeunterstützerinnen binden in ihrem Seminar jeweils Selbsthilfeaktive mit ein. In einem Interview wird die Arbeitsweise von Selbsthilfegruppen praxisnah geschildert und der individuelle Nutzen des Selbsthilfeaktiven erlebbar gemacht. Gabriele Becker: „Es ist wichtig, Selbsthilfeaktive auszuwählen, die ihr Engagement verständlich und persönlich erklären können, die Zeit haben und bereit sind, öffentlich zu sprechen.“ Claudia Demeter meinte: „Wir haben keine zweite Chance für den ersten Eindruck – deshalb ist es uns wichtig, die Zielgruppe adäquat anzusprechen und auch sympathische und nahbare Aktive aus der Selbsthilfeszene mit einzubeziehen.“ Für Medizinstudierende des dritten Semesters ist es manchmal das erste Gespräch mit einem*r „Patient*in“, was dem Gespräch einen besonderen Stellenwert verleiht. „Der Einbezug von Selbsthilfeaktiven muss sein!“, da sind sich alle einig. Es sei der beste Weg, sachliche Lerninformationen emotionalisiert zu transportieren. Laut Claudia Demeter seien es nach den Seminaren auch die Selbsthilfeaktiven, die das meiste Lob bekommen.

Herausforderungen rund um die Kooperation

Die drei Selbsthilfeunterstützerinnen hatten das Ziel, mit ihrem Seminar im Curriculum verankert zu werden. Dies war erfreulicherweise, anders als erwartet, nicht schwer, da sie auf offene

Ohren trafen. Der Zeitaufwand um die Kooperation zu planen, stellte jedoch eine Herausforderung dar. „Arbeitsintensiv ist, die Kooperation zu festigen“, so Kendra Zwickler.

Nicht jede Kooperation ist erfolgreich

„Wir brauchen auf allen Ebenen Selbsthilfefreundlichkeit“, sagte Claudia Demeter. Daher haben alle drei Selbsthilfeunterstützerinnen einen ganzheitlichen Blick auf die Gewinnung weiterer zukünftiger Multiplikator*innen in Ausbildungsstätten aus Heil- und Hilfeberufen und entsprechenden Studiengängen oder Weiterbildungen wie angehende Psychotherapeut*innen. Allerdings ist es wichtig zu erwähnen, dass nicht jeder Kooperationsversuch mit einer Bildungseinrichtung glückt. So beschrieb Claudia Demeter: „Die Kaltakquise bei Ausbildungsinstituten ist manchmal schwer und wir bekommen nicht immer einen Fuß in die Tür. Eine Verankerung im Curriculum macht unsere Arbeit deutlich leichter. Persönliche Kontakte sind oft auch ein guter Erfolgsgarant.“

Ausblick: die Kooperation weiterentwickeln

Ab dem Sommersemester 2023 soll die erfolgreiche Kooperation gemeinsam mit dem Institut für PatientenErleben des Essener Universitätsklinikums weiter ausgebaut werden. Geplant ist, die Medizinstudierenden zusätzlich zu dem hier beschriebenen Pflichtseminar im dritten Semester noch einmal kurz vor dem Ende des Studiums auf die Selbsthilfe

anzusprechen. Dann als freiwilliges Seminar mit dem Angebot, jeweils eine Selbsthilfegruppe zu besuchen. Dabei sollen die Studierenden einer Felderkundungsfrage unter dem Gesichtspunkt der Arzt-Patienten-Kommunikation nachgehen und einen praktischen Einblick in das Gruppenerleben einer Selbsthilfegruppe vermittelt bekommen.

Gabriele Becker berichtete, dass sie für ihr Seminar sehr positives Feedback bekommen hätten. Bemerkenswert wäre, dass der zuständige Professor bei jedem der acht Seminare zugegen war, was sie als sehr wertschätzend erlebten. Auch die Studierenden bewerteten den gesamten Kurs, in dem das Seminar eingebunden war, als durchgehend hervorragend. In vielen Einzelkommentaren wurde das Seminar zur Selbsthilfe noch einmal explizit hervorgehoben.

Abschließend sagte Kendra Zwickler zusammenfassend und treffend: „Man könnte sagen, dass es [= die Kooperation] ein Auftakt für ein selbsthilfefreundliches Klima in unserer Gesellschaft war. Jetzt ist es wichtig, da weiter dranzubleiben.“

Wir wünschen den Kolleginnen weiterhin viel Erfolg. |

Marnie Bartel-Borrmann, NAKOS

Kontakt: marnie.bartel@nakos.de

Anmerkung:

¹ Kofahl, Christopher / Schulz-Nieswandt, Frank / Dierks, Marie-Luise (Hrsg.): Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung in Deutschland, LIT Verlag: Berlin 2016, S. 83-85



SAVE THE DATE

Veranstaltungen der NAKOS 2023

2.-4. Februar 2023 | Fulda

Grundlagen der Selbsthilfeunterstützung
Seminar für Fachkräfte in Selbsthilfekontaktstellen (Einsteiger*innen)

17. März 2023 | 10-13 Uhr

Online-Supervision für Fachkräfte in
Selbsthilfekontaktstellen

27.-29. April 2023 | Berlin

Interventionen und Methoden in unterschiedlichen Phasen der Gruppenarbeit
Aufbauseminar 1 für Fachkräfte in Selbsthilfekontaktstellen – Methoden-Seminar

13.-15. Juli 2023 | Erkner (bei Berlin)

Grundlagen der Selbsthilfeunterstützung
Seminar für Fachkräfte in Selbsthilfekontaktstellen (Einsteiger*innen)

19.-21. Oktober 2023 | Leipzig

Krisen bewältigen und Überforderung vermeiden
Aufbauseminar 2 für Fachkräfte in Selbsthilfekontaktstellen (Fortgeschrittene)



12.-14. Juni 2023 | Erfurt

43. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.
(DAG SHG)

Spruch des Halbjahres

Die kleinste soziale Einheit ist nicht der Mensch, sondern sind zwei Menschen.

(Bertolt Brecht, Dichter)

NAKOS INFO 126

Herausgeber:



NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle
zur Anregung und Unterstützung
von Selbsthilfegruppen

Otto-Suhr-Alle 115

10585 Berlin

Tel: 030 | 31 01 89 60

Fax: 030 | 31 01 89 70

E-Mail: selbsthilfe@nakos.de

Das Wissensportal zur Selbsthilfe:
www.nakos.de

Redaktion: Gesine Heinrich,

Michaela Nourrisson

Layout: Diego Vásquez

Druck: Kössinger AG

gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier

Auflage: 2.000

Erscheinungsweise: halbjährlich

Versand: an Personen und Einrichtungen,
die Selbsthilfegruppen unterstützen

Namentlich gezeichnete Beiträge werden von
den Autor*innen / Gruppen verantwortet.
Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung.

Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links.

Abdruck aller Fotos mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber*innen.

© NAKOS 2022

Eine Einrichtung der Deutschen
Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

ISSN 1615-5890

Druck und Layout gefördert aus pauschalen Mitteln der
GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene.

