

Jahrestagung 2019

Gesundheitskompetenz und Prävention durch Selbsthilfe stärken. Potenziale heben durch professionelle Selbsthilfeunterstützung

24. bis 26. Juni 2019 in Bad Breisig (Rheinland-Pfalz)

Rund 150 Selbsthilfeaktive, Fachkräfte und Multiplikator*innen der Selbsthilfe und Selbsthilfeunterstützung trafen sich zur 41. Jahrestagung der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. (DAG SHG) für drei Tage in Bad Breisig (Rheinland-Pfalz), um die Wechselwirkungen zwischen Selbsthilfe und Gesundheitsförderung, zwischen Selbsthilfekompetenz und Gesundheitskompetenz sowie aktuelle fachliche Herausforderungen zu diskutieren.

Die Selbsthilfe bietet für viele Menschen die einzigartige Möglichkeit, an der lebendigen Gesundheitskompetenz der Gruppe teilzuhaben beziehungsweise die eigene Kompetenz zu stärken. Es sind die Fähigkeiten, mit einer chronischen Erkrankung zu leben, sich im Gesundheitssystem zu orientieren, Krisen zu meistern und sich neue Möglichkeiten zu erschließen, die in Selbsthilfegruppen gelebt werden. Sie stärken die Resilienz des Einzelnen durch das psychosoziale Miteinander und vermitteln Wissen und Fähigkeiten, sich aktiv für die eigene Gesundheit und einen selbstbestimmten Weg einsetzen zu können. Erfahrungswissen, Betroffenenkompetenz und Gesundheitskompetenz werden in Selbsthilfegruppen von den Teilnehmenden miteinander erarbeitet. Selbsthilfegruppen sind prädestiniert, präventive Potenziale zu heben; die Gruppe bietet Raum für die Entwicklung von Fähigkeiten der Einzelnen.

Diese Potenziale der gemeinschaftlichen Selbsthilfe, ihre Fähigkeiten und auch Bedürfnisse in Bezug auf Gesundheitskompetenz und Prävention wurden bei der Tagung wissenschaftlich eingeordnet und diskutiert. Im Eingangsvortrag "Prävention, Gesundheitsförderung und Selbsthilfe" sprach sich **Thomas Altgeld** von der Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V. für eine stärkere Verortung der Selbsthilfe in der Gesundheitsförderung aus. Am Abschlusstag befasste sich **Prof. Dr. Sylvia Sängler** von der Hochschule für Gesundheit in Gera in ihrem Vortrag "Kompetenz in Gesundheitsfragen – Muss man Patient-Sein jetzt auch noch lernen?" mit den Anforderungen an Patient*innen in unserer Gesellschaft und mit der Lotsenfunktion der Selbsthilfe im Dschungel der Informations- und Entscheidungsmöglichkeiten im Gesundheitswesen.



Dörte von Kittlitz (Geschäftsführerin des Selbsthilfe-Büros Niedersachsen) auf der Jahrestagung.

Unter dem Motto „Menschen unterstützen – Alt Bewährtes Neu Denken“ fand der mittlere Fachtag als Open Space-Veranstaltung statt. Moderiert und begleitet durch **Susanne Werner** und **Dr. Sanna Schondelmayer** von der Berlin open space cooperative (boscop) entwickelten die Teilnehmer*innen eine eigene, inhaltlich sehr vielfältige Agenda und bearbeiteten die Themen in parallelen Kleingruppen.

In ihrem Video-Grußwort an die Teilnehmenden der Tagung betonte **Sabine Bätzing-Lichtenthäler**, Ministerin für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie des Landes Rheinland-Pfalz und Schirmherrin der diesjährigen Tagung, die durch das Präventionsgesetz weiter gewachsene Bedeutung der Selbsthilfe und den "ausgesprochen wichtigen Beitrag für unsere Gesellschaft", den die Selbsthilfe in Ergänzung zur professionellen Versorgung leiste.

Wie jedes Jahr war das Selbsthilfe-Büro Niedersachsen gemeinsam mit den anderen Einrichtungen der DAG SHG (NAKOS, KOSKON und der Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Gießen) an der Planung und Umsetzung der 41. Jahrestagung beteiligt. Die Tagung 2019 fand in Kooperation mit **der Landesarbeitsgemeinschaft der Selbsthilfe-Kontaktstellen und Selbsthilfeunterstützung in Rheinland-Pfalz** (Selbsthilfe RLP) sowie der **Westerwälder Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe** (WeKISS) im Rheinhotel Vier Jahreszeiten in Bad Breisig statt.

Text: Anja Eberhardt, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen, Foto: Elke Tackmann, Selbsthilfe-Büro Niedersachsen